TED やさしい Hailey Hardcastle 日本語字幕あり #心の健康 #学校 #高校生

生徒にも「心の休み」が必要だ

Why students should have mental health days | Hailey Hardcastle

「体調不良と同じように、心も休ませて」



7:25	109万	★★★★☆	5語
長さ	再生回数	入試に出そう度	キーワード

動画はここから
スマホで読み取ると、動画と音声つき単語のページが開きます。

日付 クラス・番号 名前

どんな話？

学校にはストレスや不安、燃えつきがつきものなのに、心の健康を優先したい生徒のための正式な決まりはないことが多い。話し手は、学校が心の健康のための休みを認め、生徒が偏見を気にせず心を整える時間を持てるようにすべきだと訴えます。そして、仲間の十代たちと一緒に、その訴えを実際の法律に変えていった道のりを紹介します。同世代の高校生にこそ観てほしいトークです。

1 観る前に考えよう WARM-UP 5分

Q1 Is it OK to miss school when you feel stressed?
ストレスがたまったとき、学校を休んでもいいと思いますか？

Q2 How do students take care of their mental health?
生徒は心の健康をどう守っていますか？

Q3 Guess: What will the speaker want to tell us?
タイトルと写真から予想：話し手がいちばん伝えたいことは？（日本語OK）

2 キーワードを予習しよう KEY WORDS 5分

#	英語	知ってる度	観る前：意味を予想	観たあと：正しい意味
1	mental health	◯知ってる ◯見たことある ◯初めて		
2	stress	◯知ってる ◯見たことある ◯初めて		
3	absence	◯知ってる ◯見たことある ◯初めて		
4	policy	◯知ってる ◯見たことある ◯初めて		
5	advocate	◯知ってる ◯見たことある ◯初めて		



HOOKY のひとこと
1回目は日本語字幕で、主張と理由を確認する

TED HACKS（原田英語）は TED Conferences, LLC と提携していない非公式の英語学習ガイドです。問い・語彙・解説は原田英語のオリジナル。授業・自習で自由にお使いください。

3 3回観よう（視聴ログ） WATCH LOG

7:25 × 3

ROUND 1	1回目は日本語字幕で、主張と理由を確認する	☐ 観た	字幕：なし・英・日
ROUND 2	2回目は英語字幕で、学校に関する表現を4つメモ	☐ 観た	字幕：なし・英・日
ROUND 3	3回目は主張を語る30秒を、同じ熱量でまねる	☐ 観た	字幕：なし・英・日

0 25 50 75 100%

4 話の流れマップ STORY MAP

1回目のあと

それぞれの部分で、話し手が何を言ったか・何を見せたかを、日本語でメモしよう（キーワードだけでOK）。

1 HOOK つかみ	
2 QUESTION 問題・問い	
3 IDEA アイデア・主張	
4 EXAMPLE 具体例・根拠	
5 MESSAGE まとめ・呼びかけ	

5 聞き取れた英語メモ PHRASE CATCHER

2回目

#	聞き取れた英語（単語・フレーズ）	意味	何分ごろ
1			
2			
3			
4			
5			

聞きどころ

・1回目は日本語字幕でOK。分かる単語を3つ拾えたら合格です。
・数字・人名・何度もくり返される単語に注目しよう。そこが話の柱です。

TED HACKS（原田英語）は TED Conferences, LLC と提携していない非公式の英語学習ガイドです。問い・語彙・解説は原田英語のオリジナル。授業・自習で自由にお使いください。

6 観たあとに答えよう AFTER YOU WATCH

10分

Q1 What are mental health days?
「心の休養日」とは何ですか？

Q2 Should your school have them? Why or why not?
あなたの学校にも必要ですか？理由も答えてください。

7 要点を3つにまとめよう 3 KEY POINTS

5分

1

2

3

8 英語で意見を書こう WRITE YOUR OPINION

目標 20〜30語

Q What did you learn from this talk? Write two or three sentences.
このトークから何を学びましたか？ 2〜3文で書こう。

P **結論・意見** I think (that) ... In my opinion, ...	
R **理由** This is because ... The main reason is ...	
E **例・体験** For example, ... In the talk, the speaker ...	
P **もう一度結論** That is why ... So, I believe ...	

使ったキーワード _____ 語数 _____ 語

TED HACKS(原田英語)は TED Conferences, LLC と提携していない非公式の英語学習ガイドです。問い・語彙・解説は原田英語のオリジナル。授業・自習で自由にお使いください。

9 単語チェック VOCABULARY CHECK

10点

A 英語と意味を線で結ぼう（記号を書こう）

1 **mental health**
2 **stress**
3 **absence**
4 **policy**
5 **advocate**

[ ] a 訴える・支持する
[ ] b 心の健康
[ ] c 制度・方針
[ ] d 欠席
[ ] e ストレス

B 日本語に合う英語を書こう（最初の文字はヒント）

ストレス s＿＿＿＿
欠席 a＿＿＿＿＿＿
心の健康 m＿＿＿＿＿ ＿＿＿＿＿＿
制度・方針 p＿＿＿＿＿
訴える・支持する a＿＿＿＿＿＿＿＿

10 テーマ単語で入試へ：教育・学習・子ども EXAM WORDS

6点

このトークは入試の「教育・学習・子ども」テーマとつながっています。下の語から選んで入れよう（形を変えてもOK）。

WORD BANK: **vocational** **curriculum** **feedback** **achievement** **mastery** **inequality**

1 Educational _____ can continue across generations.
教育の格差は、世代をこえて続くことがあります。

2 _____ of a skill comes from long, careful practice.
技能の習得は、長く丁寧な練習から生まれます。

3 The school changed its _____ to include coding.
その学校は、プログラミングを取り入れるようカリキュラムを変えました。

4 Clear _____ helps students see how to improve.
分かりやすいフィードバックがあると、生徒はどうすれば上達できるかが見えてきます。

5 _____ schools teach practical job skills.
職業学校では、実際に役立つ仕事の技能を教えます。

6 Sleep and diet can affect academic _____.
睡眠や食事は、学業の成果に影響を与えることがあります。

11 1分リテル RETELL

話す

トークの内容を1分で人に説明しよう（日本語→英語の順でもOK）。使えたキーワードに✓。

☐ **mental health** ☐ **stress** ☐ **absence** ☐ **policy** ☐ **advocate**

1回目 ＿＿＿秒 2回目 ＿＿＿秒 3回目 ＿＿＿秒

12 シャドーイング SHADOWING

3日間

気に入った30秒を選んで、3日続けよう。

☐☐☐ 1. 音声を流しながら、英語字幕を目で追って口パクでなぞる（オーバーラッピング）
☐☐☐ 2. 字幕を見ずに、少し遅れて声に出してまねる（シャドーイング）
☐☐☐ 3. スマホで録音して聞き比べ、言えなかった語に印をつける

13 ふりかえり SELF-CHECK

タイトルと話し手を、人に説明できる	◎ ○ △
キーワード5語の意味が言える	◎ ○ △
話の流れを3つ以上に分けて説明できる	◎ ○ △
観たあとの問いに、英語で答えられた	◎ ○ △
英語で意見を20〜30語書けた	◎ ○ △

このトークで心に残ったひとこと・次に観たいトーク

次のおすすめ:「史上最長級の研究が教える、幸せの条件」「学校は、創造性を殺しているのか？」「批判的思考力を高める5つのコツ」 → haradaeigo.com/tedhacks/talks/

TED HACKS（原田英語）は TED Conferences, LLC と提携していない非公式の英語学習ガイドです。問い・語彙・解説は原田英語のオリジナル。授業・自習で自由にお使いください。

2・9 キーワードの意味

1. **mental health** 心の健康
2. **stress** ストレス
3. **absence** 欠席
4. **policy** 制度・方針
5. **advocate** 訴える・支持する

9A マッチング

1-b 2-e 3-d 4-c 5-a

9B スペル

stress / policy / absence / advocate / mental health

10 テーマ単語(教育・学習・子ども)

1. **inequality**
2. **Mastery**
3. **curriculum**
4. **feedback**
5. **Vocational**
6. **achievement**

7 内容の手がかり

学校にはストレスや不安、燃えつきがつきものなのに、心の健康を優先したい生徒のための正式な決まりはないことが多い。話し手は、学校が心の健康のための休みを認め、生徒が偏見を気にせず心を整える時間を持てるようにすべきだと訴えます。そして、仲間の十代たちと一緒に、その訴えを実際の法律に変えていった道のりを紹介します。同世代の高校生にこそ観てほしいトークです。

このトークで伸びる力

話し手が同世代なので、学校生活に関わる語彙がそのまま使えます。主張・理由・行動がはっきり語られ、英語スピーチやディベートの型を学ぶのに最適です。

授業プラン(50分)

0〜5分	導入	ワークシート①の問いをペアで話す(日本語OK)
5〜10分	単語	キーワード予習。知ってる度チェック→意味の予想
10〜18分	1回目	日本語字幕で全体を観る。②の話の流れマップを書く
18〜23分	確認	ペアで話の流れを説明し合う。聞き取れた英語をシェア
23〜31分	2回目	英語字幕で。聞き取れた英語メモを増やす
31〜46分	書く	③観たあとの問い+英語で意見(PREP)
46〜50分	共有	2〜3人が発表。④の自己評価

採点のめやす(英作文 8)

内容(問いに答えている)3点／理由と例 3点／英語の正確さ 2点。キーワードを使えたら+1点のボーナス。

TED HACKS(原田英語)は TED Conferences, LLC と提携していない非公式の英語学習ガイドです。問い・語彙・解説は原田英語のオリジナル。授業・自習で自由にお使いください。