

# 3 分間スピーチマニュアル (オンライン ver)



Junior Chamber International Japan  
**H A G I**

2 0 2 2

一般社団法人 萩青年会議所

会員レベルアップ委員会

新型コロナウイルス感染症の影響や働き方改革の推進により、従来の対面での会議は、オンライン上での会話へと形を変えました。

(一社)萩青年会議所においても、オンライン例会を導入したことで、会員の多様な働き方に対応し、今後も活用されていきます。

会員におかれましては、例会時に行われる「3分間スピーチ」がオンライン上で実施される際は、次のことに留意し、対面でのスピーチと変わらない発表、傾聴に努めてください。

## **発表者・聞き手共通**

映り方

- ▶ 原則、マスクは着用せず、また逆光を避け、表情が分かるように。
- ▶ 目線の高さはできる限りカメラと同じ高さで、聞き手を見下ろす、または見上げないように。
- ▶ 胸から上が映るように心掛け、身振り手振りと動きが分かるように。

マイク

- ▶ 事前にマイクが正常に使用できるか確認をするように。
- ▶ 発表者はスピーチの用意が整い次第、ミュートを解除し、聞き手はミュートにするように。

## **発表者**

3分間スピーチは限られた時間、言葉で伝える力を養うものです。

次のことに注意して発表しましょう。

- ▶ 時間の経過を時計またはストップウォッチ等で確認することは禁止です。  
時間を確認できる環境ですが、心で時間を計ることがあなたをレベルアップさせます。
- ▶ カンニングペーパーの使用は禁止です。  
あなたが思っている以上に、目線や口調で分かります。人生に原稿はありません。
- ▶ 言葉以外でスピーチをすることは禁止です。  
言葉で表現、身振り手振りで伝えることが、あなたをレベルアップさせます。

## **聞き手**

画面越しであっても、スピーチはあなたの心に届きます。

次のことに注意して聞きましょう。

- ▶ 発表者と目線をあわせ、表情・声のトーン等から気持ちを読み取りましょう。
- ▶ 声・内容が聞き手に伝わっていること示すために、リアクションをはっきりと大きく示すように心掛けましょう。
- ▶ スピーチ終了後は、音が伝わらなくとも画面いっぱいに大きく拍手をしましょう。