

SHIMIN PRESS のバックナンバーはインターネットでご覧頂けます。

WEB SHIMIN http://www.shimin.info

SHIMIN PRESS

市民プレス：第8号

2003年03月01日 (隔月刊、無料配布) 発行人 特定非営利活動法人「市民フォーラム」 編集人 原 昭二 制作・印刷 デジタル工房 FAX 048-476-9111 〒353-0004 埼玉県志木市本町5-18-24

合併の是非を住民に問う

正念場を迎えた 四市の合併

このような流れの中で、平成十二年に四市合併を目指す署名活動が行われた結果、各市の議会の議決を経て、「朝霞市・志木市・和光市・新座市合併協議会」が平成十三年四月に設置された。

この協議会は、合併後の都市づくりについて検討し、市民への広報にも努めている。住民への説明会もたびたび開いてきた。

すでに各市の広報などで告知されているように、平成七年に市町村の「合併特例法」が改正され、国の合併を推進する姿勢が明確にされた。平成十七年までに市町村が合併の手続きを完了すれば、削減の傾向にある地方交付税が十年にわたる現状維持を保障され、その他の優遇措置がとられるというもの。

住民投票は、市民の「公共参加」の意識を自ら高める大切なプロセス

地方分権を 真剣に考えよう

一方合併に抵抗する専門家も少なくない。「いまの財政危機は、振り返ると政府の一人芝居ではないか。せつなく地方分権が進みだしているのに、住民にはまだ見えにくい。国が飽みで合併の旗振りをするのをやめるべきだ」との意見もある。地方自治体もそれぞれ明確な意思を表明しはじめた。

いずれをとるか、半世紀に一度とも言われる合併論議を真剣に問いたい。「どちらにしても世の中はあまり変わらないから、論議には無関心でもいい」という方がいるかもしれない。しかし公共と個人は深く関わっていることを、是非とも忘れないようにしたい。

慶応高寮跡地の開発計画

・三者協議の行方を追う・

慶応義塾が売却した志木高校の土地については、すでに本紙6、7号で取り上げた。敷地約一万四千平米、三百四十戸の建設という大規模な開発であるが、このように事業を進めるに当たっては、業者は行政への手続きを優先させ、住民への説明は手短かにという手法が慣例となっていた。しかし今回は違う。三者対等の協議を基本とすること、同時に「緑のワークショップ」を開くなどのプロセスが取り入れられた。すでに叩き台のプランに大きな変更を迫るといった場面もでてきた。

年末から一月末までに、事業主である三井不動産、三菱地所と市役所、住民グループとの三者協議は五回に及び、「緑のワークショップ」も一回、近隣住民との話し合いも頻りに行われた。その結果、敷地内に十分なパブリックスペースを確保し、斜面林は一体として保存する方向の計画が進んでいる。新しい居住者とともに、非居住者も自然の移り変わりを楽しめるようなプランが現実味を帯びてきた。

住者の中で異なったものとなる。北側、東側の居住者は、計画の中の東棟の建設、駐車場の設計に反対して、市長と事業主に陳情書を提出した。計画中の建物は法規上で許される容積を満たして高さは十四階となり、空を覆うことになる。如何に知恵をしぼっても、建造物全体の規模を圧縮することは、経済が許さない。

志木市の「緑のまちづくり」の重要な拠点だった現地を、もっと早く開発の規制をしておくべきだった。志木市と売主の慶応義塾に對して、その無念の思いはつらくなる。

ある学習塾のベテラン教師は「公立の学校では学習指導要綱にしばられ、また雑用に追われて教えないことも教えられる」といふ。学習塾ではしばしば理解する能力によってクラス分けされる。生徒が分からないときは、その生徒の理解に踏み込んで解説する。そして解決を目指して新しい指導法にアプローチする。

家庭教師の指導はときに「何故日本では小中学校から熱心に私塾に通うのか」「学習指導の国家資格もないのにどうして私塾は頼りにされるのか」

「広報しき」は月刊です。志木市のホームページで「政策発信」のメニューを開いても、二月の発信は「正午のチャイムの廃止」のみでした。「市民が主人公の市政」を標榜されている志木市役所のスピーディーな改善を切望します。(志木市柏町の住人)

転機を教育で考える



学習塾の栄光

三月になると、学習塾に格差のピラミッドが揃って現れる。一人が複数の中学、高校に合格した者もいる。進学塾は賑々しく、私立学校への進学を果した生徒の笑顔が並ぶ。大学への進学に有利な私立への合格発表は、受験生の親にとっても、将来への夢を存分膨らませる幸福のときだ。

なぜ私塾は親達に頼りにされるのか

公立校の構造改革 文部科学省をはじめ、教育に携わる方々は、最大の課題である「学力の向上」に向かつて大きな努力を払いつつある。その方法として、多様な新しい取組みを提案しようとしており、例えは六・三・二連統の九年制、学区の壁を取り除く自由化、映画一化を進めるための教育特区などがある。従来考えられなかったような大胆な内容であるが、改革の流れの中核には、競争原理の導入でなければならぬ。

公立校の構造改革

学習塾や家庭教師に頼らなければならぬとすれば、満足な教育は財力次第ということになる。東京大学を例に合格者の出身校を調べたデータによると、公立高校からの合格者は減り、私立高校からの合格者は増え続けている。朝日新聞02年10月7日の記事を参照。小中学校、高校の十二年間にかかる教育費は、全部私立校に進学した場合に比べて二倍以上になるという。塾や家庭教師に掛かる費用を含めると、金額はさらに膨らむ。

投稿欄 市の政策や構想は市民に一番早く知らせてください。最近しばしば新聞、テレビで大胆にも思える志木市の構想が報道されます。「中学校の文系・理系への分科」は日刊新聞などで大きなニュースとして取り上げられました。しかし残念ながら一般の市民は新聞記事のあとを追って知るしかないのです。志木市に住んでいない友達から耳にすることさえありません。市民には、メディアに先駆けて真つ先に知らせるべきではないでしょうか。その方法を真剣に考えてください。

市民プレス発刊のことは◇ 暮らしやすい地域を創るために本紙は次のテーマに取り組みます。市民の方々の取材を通して皆様と共に考えます。市民と行政が情報を共有するために市民の公共参加を考える 住民の暮らしをサポートする情報を求めて 本紙を編集・発行する母体として特定非営利活動法人NPOを設立いたしました。



### 川越街道をゆく... 白子宿の賑わい

和光市の「白子」は、川越と江戸とを結ぶ交通の要衝で、江戸時代には宿場として繁栄した。

太田道真・道灌父子によって江戸城と川越城が築かれたのは、長祿元年(一四五七)のことであるが、北方に対しての防備を固めるため、それまで使われていた古道を繋ぎ合わせ、川越街道がつくられた。本紙第七号でも説明したように、川越城主によって街道の整備が進み、参勤交代のほか、多くの人々が商用に利用した。

和光市の「白子」は、川越と江戸とを結ぶ交通の要衝で、江戸時代には宿場として繁栄した。

「東増橋」より手前で右側の細い道を斜めに入る。その角に道祖神が祀られている(写真1)。

### 江戸時代の街道は「白子橋」を渡る

「東増橋」より手前で右側の細い道を斜めに入る。その角に道祖神が祀られている(写真1)。

「東増橋」より手前で右側の細い道を斜めに入る。その角に道祖神が祀られている(写真1)。

### 白子橋のたもととは、かつて行き交う人々が賑わっていた

旅人は中山道から分かれ、一里余りの道のりを経て上板橋村(いまは板橋区)に着き、石神井川を渡り、下練馬村(練馬区)の宿場を経て一里、白子村に入っていく。この里程は安永九年(一七八〇)の記録によるもので、江戸から川越まで十里ないし十一里の道のりであった。

「東増橋」を渡る。東京都と埼玉県の境界である。



「東増橋」より手前で右側の細い道を斜めに入る。その角に道祖神が祀られている(写真1)。

「東増橋」より手前で右側の細い道を斜めに入る。その角に道祖神が祀られている(写真1)。



写真1 成増の道祖神  
写真2 白子橋から川の下流を見る  
写真3 熊野神社 右手に「白子富士」、社殿の左手の階段を登ると「神瀧山不動院」地福寺を望む  
写真4 白子坂下の交差点を成増の方向から  
写真5 坂下の交差点を望む  
写真6 切り通しから成増に向かって



「東増橋」より手前で右側の細い道を斜めに入る。その角に道祖神が祀られている(写真1)。



写真7 交差点を横切った旧街道の坂から白子坂下を見返す  
写真8 浅久保通りの「代官屋敷」を旧街道から垣間見る  
写真9 路地裏に隠れた「浅間神社」

さて県道を横切ったもとの街道は坂を登ってゆく。次に勾配は急となり、「大坂通」と呼ばれる。上宿本陣は急坂の途中にあつたが、集合住宅に建て替えられた。かつては商店が賑わいを見せていたが、いまではその繁栄を偲ぶがよすがは無い(写真2)。



# 大地 礼賛

## サクラあれこれ

### 日本人はサクラを好む

戦前のこと、昭和八年(一九三三)に小学校に入学した生徒は、はじめて色刷りの教科書を手にした。国語巻の一は、



で始まった。その前年まで、カラーの教科書は無かった。それまでは「サクラ」という文字とモノクロのサクラの花一輪だった。兄や姉のお下がりを使うことが多かったが、それはできなかった。

### 「梅」から「櫻」へ

さくらは春になると私たちの心を癒ませる。桜前線が南から北上する予報を、わくわくしながら聞くのである。

深く日本人が関わるサクラ。「櫻(桜)」の文字がはじめて使われたのは「日本書紀」においてだった。帝が池に船を浮かべ、酒盃を



受けて飲むとしたとき、ひとひらの桜の花びらが舞い落ちてきた。臣下は山に入り、桜の一枝を取ってきて帝に献上した。

奈良時代の知識人は、中国から伝来した「梅」を眺めて花の美しさを知ったのだ。それは多くの歌にも詠まれていた。一方原生林の伐採によって、大和の丘陵に自生の桜が目立ちはじめた時、桜の花の美しさに気付いたであろう。このように説く学者もいる。

奈良時代の王朝の貴族にとつて、桜が咲く奈良は心の古里となり、代々の帝はみな桜がお好きで、いまでも続いている皇室の観桜会は、嵯峨天皇の弘仁三年(八二二)にはじまるという。仁明天皇は桜を特に好み、紫雲殿の梅の木を桜に変えて、右近の橋、左近の桜とした。さらに里桜で飾られた平安時代の京都では、桜はなくてはならない樹であった。

政治が東に移った徳川時代にも、桜はいくつもの名所の景観をつくった。文政十年(一八二七)の「江戸名所花暦」には、上野の寛永寺、墨田川堤、新吉原、神田明神、浅草寺、飛鳥山などが並んでいる。明治維新では残念ながら、風流を解しない志士たちによって、桜の名品が数多く切り倒されてしまった。



### さくらの分類

桜はバラ科に属し、サクラ亜科、サクラ属の落葉樹で、野生種と園芸品種に大別される。サクラ属は世界中に分布するが、日本には多くの種類があり、その点では世界一という。ヤマザクラなど九種を基本にして、約百種類のサクラが野生しており、園芸品種は二百種類以上にもなるという。

### 染井吉野

「ソメイヨシノ」。山桜の代表は奈良吉野山の自生のヤマザクラ野生種である。これに対して八重咲きを中心とする庭植えの桜をサトザクラという。ヤマザクラやサトザクラはどちらも花と葉が同時に咲いてくる。

しかし園芸品種の代表となった「ソメイヨシノ」は花が早く、葉が後で出てくるので華やかに見える。染井吉野は、江戸時代の末頃、江戸駒込の染井村で生まれたが、明治時代に人気を呼び、日清、日露戦争の戦勝記念として日本中に植樹された。平均気温十二度が続く目を覚まし、北上しながら咲いてゆく。つまり桜前線とは、染井吉野の開花情報ということになるのだ。

大きな花びらが一気に満開になる。そして一陣の風に未練もなくさつと散る。散り際のよさに惚れ惚れし、いつの間にか知らず知らずのうちに武士道の下に



「俺も散るぞ」という催眠に罹っていた。日清、日露戦争から昭和時代、特に第二次世界大戦までのこと、敗戦の直前に自ら散った若者のことを思うと無性に悲しい。

### 旗桜

「ハタザクラ」。ヤマザクラの雄蕊の一本が花弁に変化して、これが旗を立てたような花をつける桜を「旗桜」と言う。六枚の花弁をもつように見える。江戸時代、「江戸の三名桜」として知られた東京都文京区白山の白山神社にある旗桜は、昭和十年(一九三五)国の天然記念物に指定された。当時の樹は高さ五メートル、幹回り三、五メートル、推定される樹齢は千年だった。しかしその後枯れて、いまあるのは二代目である。

志木市ではすでにこのサクラに因んだ和菓子や清酒が販売されているが、市内の老舗「八百屋」でつくったハタザクラ饅頭は、今年の全国菓子コンクールに出品されて金賞を得た。毎年四月には現地でハタザクラ祭りが開かれ、市民の春恒例の楽しみとなっている。



### 長勝院旗桜

志木市では二月十七日、市内柏町の長勝院跡地に、樹齢四〇〇年以上と推定



撮影した志木市小入学式を背景にした桜の恒例記念写真

### 鎌倉街道に沿った長勝院

長勝院は前号で取り上げた大和町の「普光明寺」の末寺に当たり、その創建については諸説がある。かつての「鎌倉街道」に沿い、この地にあった「柏の城」の主、大石氏の持仏堂が寺院に取り立てられたという説、田面郡司(たのえのぐんじ)藤原長勝おさかづの霊を祀った寺という説のほか、水子村(現在富士見市)の大応寺から移ってきた僧侶が開山したという説もある。

長勝院はその後の無任期に荒廃し、多くの寺宝・什物は失われた。本堂も戦後に解体された。このような苦しみを経験した寺、そこに残された老木の哀しさは胸に迫る。

### 跡見学園の桜

川越街道を北上し、新座市大和田を過ぎて「英(はなぶさ橋)インナーチェンジ」に差し掛かると、坂を登りつつ「中野」に入ると、左側の高台に「跡見学園女子大学」のキャンパスが開けてくる。一九六五年オープンしたとき、樹木の無い農地であったが、学園にゆかりのある篤志家の寄贈によって桜が植えられた。

貴重な品種を含めて二十五品種、二百四十本あまり、京都で江戸時代から続く著名な佐野藤右衛門氏が育成した桜の苗木が京都から運ばれた。苗木だった桜は二十七年を経て、幹の太さも一メートルを越えた。成長した多品種の桜には、早咲き、遅咲きがあり、三月に卒業する学生、四月に入学する学生は華麗なキャンパスに歓声をあげる。

「環境教育推進員」(代表・尾崎征男氏)は旗桜のクローンをつくり、各所に市内の大木、古木の調査を開始。木の種類、高さ、太さ、歴史などをデータアップした。前号で取り上げた「晋戸湧水」もこの斜面林の中から掘り起こされた。

残念なことだが、現在のこの桜は一般には公開されていない。この桜に魅せられた卒業生の一人、岡村比都美さんはこれを残念に思っている。地域との交流を求めている。四月十二日には、学園内で桜の勉強会を公開して、理事五百円、申し込みは桜を愛しむ会宛て FAX 048-7555-2177。

現在名札が付けられているものは、野生種として、大島桜、江戸彼岸、山桜など。園芸品種として、妹背、御室有明、雨宿、新墨、日吉桜、手羽女、関山、嵐山、鬱金、衣笠、一葉、菊桜、松月、朱雀、玖島、福祿寿、普賢象、佐野桜、駒繁、太白、琴平、白雪、枝垂桜、八重紅虎尾、染井吉野などがある。

この記事を書くさいに、次の資料を参考にさせて頂きました。厚く御礼申し上げます。

1. 深谷良男「はたさくら考」志木市郷土史研究会誌、25、平成八年十一月刊、p.38-49
2. 神山健吉「志木市の寺院」志木風土記、9集、昭和六十二年一月刊、p.13-17(志木市)
3. 岡村比都美「跡見学園女子大学の桜」櫻の科学、No.9、2002年刊、p.66-70

■跡見学園の桜「御室有明(左)」「八重紅虎尾(上)」「八重紅枝垂(下)」



秋父にて 1940

## かいじろうの詩・絵

また春の日に  
小島たち 木々にさえずり  
花は咲き 春はきたれり  
しかしまた 何の春なり  
若芽たち 緑にけぶり  
風よ吹け 春はきたれり  
しかしまた なぜの春なり  
だれともしもなく、なにもなく  
小島たち 花は咲き  
若芽たち 風よ吹け！  
しかしまた 春よいつこに  
ああ春らんまん ひそひそと  
さくら花 咲きて散りゆく。



からだを錆びさせない ための食生活④

生活習慣病を防ぐ 東京薬科大学薬学部 菊川清見

わが国の平均寿命は世界一であるといえ、脳血管疾患、心疾患、がんによる死亡率が全体の6割を占めており、これらの疾患につながる高血圧、糖尿病、脂質異常症、高脂血症や骨粗しょう症も多くの人がかかっています。

戦後の日本の食生活は徐々に欧米化して脂肪摂取が増加し、その結果がんを増加しているといわれています。さらに、本シリーズ2(本紙第6号)で述べたように、脂肪の摂取は量だけでなく、その質も生活習慣病に深く関わっています。

肥満に陥らないためには、食べ過ぎない食習慣とともに、蓄積した脂肪分をエネルギーに換える運動が必要で、赤筋を動かす運動がよいとされています。

肥満に陥らないためには、食べ過ぎない食習慣とともに、蓄積した脂肪分をエネルギーに換える運動が必要で、赤筋を動かす運動がよいとされています。

肥満に陥らないためには、食べ過ぎない食習慣とともに、蓄積した脂肪分をエネルギーに換える運動が必要で、赤筋を動かす運動がよいとされています。

肥満に陥らないためには、食べ過ぎない食習慣とともに、蓄積した脂肪分をエネルギーに換える運動が必要で、赤筋を動かす運動がよいとされています。

肥満に陥らないためには、食べ過ぎない食習慣とともに、蓄積した脂肪分をエネルギーに換える運動が必要で、赤筋を動かす運動がよいとされています。

肥満に陥らないためには、食べ過ぎない食習慣とともに、蓄積した脂肪分をエネルギーに換える運動が必要で、赤筋を動かす運動がよいとされています。

これらの疾患は40歳前後から発症するものでかつては「成人病」といわれていましたが、若年からの生活習慣が密接に関わっていることがわかり、最近では「生活習慣病」と呼ばれるようになっています。

生活習慣病には、喫煙やアルコールの飲用も含まれます。最も重要なものは、食習慣と運動習慣です。

わが国では現在、健康づくりのため「健康日本21」を掲げ、新しい「食生活指針」の策定、学校教育における「食教育」の充実を図ることにしています。

「がんを防ぐための十二ヶ条」を示し、がん予防を図っています。いずれにおいても、若年からの食習慣と運動習慣が生活習慣病の予防に重要であることが盛り込まれています。

食習慣では、規則正しく、適量の、バランスのとれた食生活を心がけ、紙第7号でも

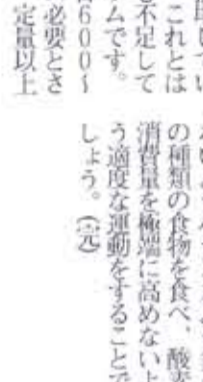
述べたように、様々なビタミンや抗酸化剤が含まれているので、多種の野菜や果実を摂取することによって、からだの中に抗酸化剤のネットワークが広がり、からだの酸化を防いで、生活習慣病を防ぐことにつながるのです。

運動習慣も生活習慣病の予防にとって重要です。食物摂取過多による肥満は他の多くの生活習慣病につながっています。

肥満に陥らないためには、食べ過ぎない食習慣とともに、蓄積した脂肪分をエネルギーに換える運動が必要で、赤筋を動かす運動がよいとされています。

肥満に陥らないためには、食べ過ぎない食習慣とともに、蓄積した脂肪分をエネルギーに換える運動が必要で、赤筋を動かす運動がよいとされています。

肥満に陥らないためには、食べ過ぎない食習慣とともに、蓄積した脂肪分をエネルギーに換える運動が必要で、赤筋を動かす運動がよいとされています。



生活習慣病を防ぐ 若年からの食習慣と運動習慣

食へ過ぎない (16/13を低く)

脂質ひかえめ 塩分ひかえめ

脳血管疾患 心疾患 がん 高血圧 糖尿病 肥満 高脂血症 骨粗しょう症

カルシウム充分 多種の野菜充分 適度の運動

カルシウムの充分な摂取は骨粗しょう症の予防に必要です。

野菜などの植物性食品には、本シリーズ3(本紙第7号)でも

コラム

ネット検索

インターネットを利用するとき、「検索機能」はきわめて価値が高い。

インターネットで提供される膨大な情報の中から、自分の欲しいものを探す。そのために「キーワード」を入力すると、その単語を含まないページがリストアップされる。「検索エンジン」と呼ばれるサービスはいくつもあるが、その最

手のYahoo「ヤフー」(www.yahoo.co.jp)は、米国立スタンフォード大学の学生が1994年に遊び半分で始めたものだ。はじめはホームページの制作者を公衆し、これをコンピュータとインターネット、教育、政治、芸術など十数種のカテゴリに分類整理して公開した。利用者は、まずヤフーのサイトを訪れ、電話帳で番号を調べるように、分類項目をたどってゆ

く、これをディレクトリ・サービスと呼んでいる。ヤフーは、ホームページをつくる側にも、またネットサーフィンを楽しむ側にも都合が良く、またたく間に評判となった。95年にはベンチャー企業としてスタートし、いまは各国に現地法人をもつ大企業に成長した。

ディレクトリ・サービスとは別に、強力な「検索エンジン」をもつて、力で世界中のあらゆるホームページをキーワードで検索し、該当する文字を含むページの一覧を表示するサービスもある。Google「グーグル」(www.google.co.jp)、

膨大なホームページの情報をもつ「検索エンジン」は、複数の単語を使って絞り込むこと、例えば、「A」と「B」にすると、両方のキーワードが含まれるページだけが表示される。入力する際、両単語の間にスペースを入れればよい。

膨大なホームページの情報をもつ「検索エンジン」は、複数の単語を使って絞り込むこと、例えば、「A」と「B」にすると、両方のキーワードが含まれるページだけが表示される。

ウイルスの話

「ウイルス」という病原体のことをよく耳にされるでしょう。

果たしてそれはいったいどのようなものでしょうか?

人間に感染する病原体には、

- ①真菌(水虫など) ②抗真菌薬で治療 ③細菌(大腸菌、黄色ブドウ球菌など) ④抗生物質で治療 ⑤ウイルス(風邪、インフルエンザなど) ⑥ワクチンで予防、抗ウイルス薬で治療

真菌は、遺伝子が人間や動物と同じような構造を持つた生物、細菌は原始的な生物です。ウイルスはこれらよりもっと小さく、必要最低限の遺伝子とそれを包む殻だけからできているもので、それ自体では生きていけません。細菌が人体に侵入すると、自分自身のコピーを大量生産し、体内にはらまします。

ウイルスはそれ自体では生きていけないため、ウイルスの感染を予防するにはマスクや加湿、手洗いなど

によって、体の中に入らないようにする方法が効果的です。

ウイルスによる感染で一番身近なものは、風邪です。風邪は細菌によるものとウイルスによるものがあります。ウイルスによる風邪の方が多くとされています。ウイルスには、「抗生物質」は効かないので、風邪を引いたら、自分自身の免疫力を高めるために、栄養をしっかりとって、たっぷり眠ることが一番大切です。風邪薬は、あくまでも辛い症状を取るため、あるいはウイルスをゆっくり侵入してきた細菌をやつつづけるための補助的な治療と考えましょう。

特定非営利活動法人 NPO 「市民フォーラム」

この法人は地域住民と行政に対して取材活動を行い、報道によって市民の公共参加を推進し、地域内のメディア事業を行って、市民のコミュニケーションを向上させることを目的としています。地域情報紙「市民プレス」はNPO市民フォーラムが編集・発行し、無料で配布します。

読者の「オビニオン(意見/考え)」を募集しています。

また市民が行政と情報を共有することを求めます。

本紙は暮らしやすい地域を創るために、市民の方々の取材を通して皆様と共に考えます。

TEL 090-3048-5502

編集担当 原 宛にどうぞ

「和製英語」という新しい「日本語」

ひとこと英語でコミュニケーションを

ある日、ジョギング中の外国人に向かってfight!(ファイト!)と激励したことがあります。それは「頑張れ」というつもりでした。しかしその方は嫌な顔をしました。そして、「I don't know.」と言う言葉が返ってきました。

「Fight!」は、「戦え!」という命令の意味です。「戦いに挑戦する」という意味ではありません。この方はfightを名詞として受け取り、どこかでケンカしている? すなわち「Is that a fight?」と聞かれたと思ったのでしょうか。ケンカはないので、「知らない!」と答えたのでしょうか。

スポーツの応援に適切な表現は Hang in there!(あきらめないで!) Give it all you've got!(全力を出せ!) Go for it!(頑張れ!) You can do it!(やれるぞ!) Believe in yourself!(自信をもって!) You are almost there!(もうすぐだ!) など。

ところで和製英語についてのある調査によると、小学校の教科書の中に英語のカタカナが800もあったとのこと。ネイティブ・スピーカーとは発音が違っていたり、意味が全く異なったり、独特に変形してしまっているなどです。これらを折角使っても通じない、あるいはとんでもない勘違いが生ずる場合があるので、注意が必要でしょう。