

こころのほけんだより



令和6年12月
袋井あやぐも学園
養護教諭部

11月に袋井あやぐも学園統一の家庭保健委員会を開催しました。今年度の家庭保健委員会も、11月の「健康の日」に各学校で行った「いいところ見つけ」を御家庭でやっていただきました。皆さんが書いてもらったメッセージの一部を紹介します。

いつも元気にあ
いさつしていい
いね。 より

いつも元気でやさ
しくていいね。
とまたちにやさしく
いいね。 より

じぎょうをかんばてや
ついでいいね。いつも食
をかんばていいね。 より

いつもあそんでくれて
ありがとう。いつもやさ
しくていいね。足かきや
くていいね。いもうとんが
いていいね。 より

【おうちの人にも書いてもらいましょう】
ママが友達にやさしいね。ママのお手伝いを喜んでやってくれてくれるね。
学校まで遠いけど、がんばって歩いてるね。時間を覚えてかたづけができるね。
やさしくて心が強い。おんが大好きです。 ママ より

ことばづがいがやさ
しい。あいさつをけんきに
やってくれる。 より

じがきれいなけんき。
まとなしい。おかし
おもしろい。か
とまたちにやさしく
いね。 より

かんじをいば
いしする。 より

【おうちの人にも書いてもらいましょう】
・えがおがすてきなところ ・やさしいところ
・とってまわりのところ ・いつも楽しそうところ
・きちんとしているところ 母 より

おれで運動神がいバツグン!
どんな仕事もしっかり勤めよう尊敬です! より

授業をまじめに受けてい
周りの人のことを考えて行動し
てるのめい優しい!! より

運動神経がよくて、まじめで優しいところ。
授業をいかに聞いているところ!! より

自己たつとのかの任事を忘れな
いできちんこなしてすご!!
優しくて明るい! より

【おうちの人にも書いてもらいましょう】
素直でおもしろく優しい我が家の次男くん。努力家ぞやる時はせしかり者で頼りに
しています。ご飯を良く食べ、おかわりもたくさんしていつもまいか母の身長を越えまはる。
早寝・早起きも自ら心掛けていて立派です。重い物は率先して持ってくれまはる。小ぶりの
遊ば相手もしてくれて助かっています。これからも変わらず元気に健やかに大きくなって下さい。 母 より

いつも元気 より

おもしろくて、いつもえがお
より

みんなと仲良し より

おもしろい かつこいし
字がかわいい 仲よし
元気 明るい
ようき 走り方がおもしろい
かわいい 前がだんばり
かんばり屋 せがましい
おもしろい
より

【おうちの人とやってみましょう】

素直で優しい人かいいと思います。友達の話をよく聞いてくれるところ。優しく困っている人に声を掛けられるところ。頑張っているところ。いびく時、まじめに本人に話を聞かせること。 母 より

ダンスが楽しい
めっちゃやさしい!♡ より

うんどうかいたダンスをほ
らうとかはあっているからいいとあ
そびました! より

ダンスがめっちゃ上手で
いっしょに練習してくれて
ありがとう。 より

足がいはかくてけんき
なところ より

【おうちの人にも書いてもらいましょう】
着思いで家族みんなにとっても優しい
がんばり屋さんで努力家! 倉造が大好き
ママ より

いつも、友だちと楽しくあ
そんでいていいね。昼休みに
絵をかいたりしていい
いいね。 より

いつも、友だちとよくけんき
そんでいていいね。よくにやさ
しくしてくれていいね。より
より

いつもやさしく、あそぶ時は
楽しんでくれてありがとう。
算数や国語を教えてくれて
ありがとう。 より

【おうちの人にも書いてもらいましょう】
[Peça à família que escreva sobre o assunto.] BOAZINHA
A. É MUITO ESFORÇADA, INTELIGENTE, AMO ROSA, AMIGA, EU AMO MUITO ELA, ASSINADO
SUA MÃE 母 より

◎ 子どもたちの感想 ◎（一部抜粋）

- ・ みんなにふわふわことばをいっぱいいかいてくれて うれしかったです。これからもほめられるようにがんばりたいです。（小1）
- ・ 自分がしらなかったいいところに気づけた。（小1）
- ・ 自分のいいところは、自分では分からなかったけど友だちに教えてもらって楽しかったです。（小3）
- ・ 相手からどう思われているか分かり、お互いのいいところを見つけ合うことができた。（小4）
- ・ 健康の日を通して、人のいいところを言うと「ありがとう！」と言われて、とても気持ちがよくなった。（中1）
- ・ 高校受験の面接で活かせることもあると思うので、より信頼されるような人になっていきたいです。（中3）



◎ 保護者の感想 ◎（一部抜粋）

- ・ 良い所を他者に認めてもらう事は自信につながり、とても良いと思いました。
- ・ 友達や家庭でお互いのよい所を伝え合う活動、とてもいいと思いました。いい所を言われたらうれしいですね。活動を続けてほしいと思いました。
- ・ いいところはいっぱいあるので、イライラしたり悲しくなったりしたら、思い出して元気になってくれるといいなと思いました。
- ・ 家族の知らない一面もあると思いますが、それを友達が見ていてくれて気付いてくれているのは嬉しいことです。

◎ 先生の感想 ◎（一部抜粋）

- ・ 自分の元に戻ってきた用紙を見て、嬉しそうにしていました。
- ・ 子どもたちはとても嬉しそうでした。あえて、言葉・文字にして伝えることは貴重だと思いました。



袋井あやぐも学園スクールカウンセラー 友野 圭子 先生より



「帰宅していらいらしていたり元気がない。どういう対応がいいか」とよく聞かれました。

お家の人にその理由を言えたら1番いいですよ。話し始めたらこちら側の意見を言わずに、最後までいっぱい聞いてあげてください。

カウンセリングに「傾聴共感」というやり方があります。最後までちゃんと聴いてから「それは大変だったよね。」「それは嫌だったよね。」と共感するやり方です。意見を言うなら、最後に“私なら〇〇と思うけど”と遠慮がちに言ってください。本人は精一杯頑張った事を話したんですから、大人はそれを労って発言するべきです。言わない場合は無理に聞こうとせず、お茶でも誘うのはどうでしょう。「頑張ってきたね。ご苦労さん。」の言葉を添えて。

待ちに待った冬休みです。暖かくして楽しい時間をお過ごしください。