

# えうだんしつだより

No.3

令和6年 秋号

足立区立長門小学校

校長

細山 貴信

スクールカウンセラー

渡辺 優華

小池 葉子



暑さも落ち着き、少しずつ秋を感じられるようになってきました。クラスでは学芸会の練習が進んでいることと思います。みんなで協力して、本番が一番の力が発揮できると思います。学校では普段から勉強でも遊びでも協力したり、自分の考えを伝えあったりしながら過ごす機会が多くあります。一人ひとりの行動によって、みんなの力を高め合ったり、楽しい雰囲気を作ることできれば、嫌な気分になったり、トラブルになってしまうこともあります。みなさんは人と関わる時、どんな風に相手の話を聞いたり、意見を伝えたりしているでしょうか。



## ～自分はどのタイプ？コミュニケーションの4タイプ～

- ①攻撃タイプ：相手の意見を聞かず、自分の考えや希望を押し付ける
- ②受け身タイプ：自分の考えや希望を我慢して、相手に合わせる
- ③バランスタイプ：相手の意見を聞きつつ、自分の考えや希望もしっかり伝える

誰かが不満を感じたり、我慢することで成り立っているコミュニケーションよりも、周りも自分も大切にできるコミュニケーションが取れると、みんなが安心して過ごすことができ、お互い信じ合える関係にもつながっていきます。

## ☆友達や周囲の人とうまく関わるポイント☆

- ・伝えるときは、「あなたメッセージ」ではなく「わたしメッセージ」を使う

「(あなたは)〇〇して」→「(わたしは)〇〇してくれるとうれしいな」

- ・相手に感謝を伝える

「声かけてくれてありがとう」「教えてくれてありがとう」などなど

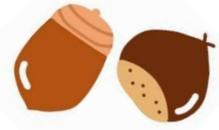
断ったり、意見が違っても、「聞かせてくれてありがとう」と伝えると、関りがやわらかくなります

- ・相手の希望を確認→自分の状況や考えを伝える→相手に提案して選んでもらうの順で伝える

例)「今日の放課後遊びたいんだね」→「声かけてくれてありがとう。行きたいけど用事があるって難しいぞ。」→「明日なら大丈夫だけどどう?」→「ありがとう。明日楽しみにしてるね。/すごく残念だけど今回はパスするね。また誘ってもらえると嬉しいな。」

自分の関り方の癖を知り、時折振り返りをしながら少しずつ意識してみよう。

すくーるかうんせらーがき  
**スクールカウンセラーが来ている日**



★ げつようび 月曜日 こいけ 小池 ようこ 葉子 (9:00~17:00)

11月

☆ きんようび 金曜日 わたなべ 渡辺 ゆうか 優華 (9:00~16:00)

12月

月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日
				1☆	2	3							1
4	5	6★	7	8☆	9	10	2★	3	4	5	6☆	7	8
11★	12	13	14	15☆	16	17	9★	10	11	12	13☆	14	15
18★	19	20	21	22☆	23	24	16★	17	18	19	20☆	21	22
25	26	27	28	29☆	30		23★	24	25	26	27	28	29
							30	31					

1月

月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10☆	11	12
13	14	15★	16	17☆	18	19
20★	21	22	23	24☆	25	26
27★	28	29	30	31☆		

**\*そうだんしたいときには\***

- ① すくーるかうんせらー スクールカウンセラーに ちよくせつた 直接伝える
- ② ぼすと そうだんポストにカードをいれる  
ぼすと ポストは、しつまえ そうだん室の前にあります。



**保護者の皆様へ**

長門小学校では児童の相談だけでなく保護者のみなさまからのご相談もお受けしています。お子様の事でお困りのこと、ご心配なこと、対応で迷われることなどがございましたらどうぞご相談ください。不安な言動も、子どもの成長の中で起こる仕組みや流れが分かると安心して見守れることも多くあります。一緒に考え、お子様の理解を深めるお手伝いができればと思います。

- ◆ご予約方法： ①担任を通して申し込む  
 ②副校長を通して申し込む  
 ③スクールカウンセラーが勤務している日に直接申し込む

相談は当日のご予約も受け付け可能ですが、事前に予約していただくと確実です。

また、出張などで予定が変更になることもございますので、学校に連絡を入れた際にご確認ください。

◆場所：教育相談室 1階の校長室手前、事務室の隣

◆連絡先： 長門小学校職員室 03-3602-8887