



友だちの心を傷つけない

悪口について どう思いますか？

誰でも、悪口を言われるのはいやですよね？ でも…、友だちの悪口を言って楽しんでいる人はいませんか？「そんなに悪いことを言ったとは思わなかった」「かるい気持ち」で言ったと思っても、友だちを傷つけてしまうことがあります。友だちのいやがることを言ったり、やったりしないように心がけましょう。

<p>自分がやられたら どう思う！？ まずは、そこから 考えてみて!!</p>	<p>“ことば”ひとつで 友だちを傷つけることも 助けることもできる!</p>
<p>傷つけたほうは、すぐに忘れても 傷つけられたほうは ず〜っと忘れない!</p>	<p>悪口を言うことで 仲よくなった人は 本当の友だちと 言えるかな…</p>

## 相談室利用方法

担任の先生か、保健室(瑞慶山)に前もって連絡してください。日程を調整し、再度連絡を致します。

- ◆相談時間：一人 1時間以内
- ◆場所：「ひだまり」  
(保健室横の部屋です)

保護者の方だけの面談も受け付けています。  
お気軽にご相談ください。

連絡先：羽地小学校 58-1212  
教育相談担当：瑞慶山涼子(養護教諭)

### 〈6月の来校予定〉

8日、14日、21日、28日

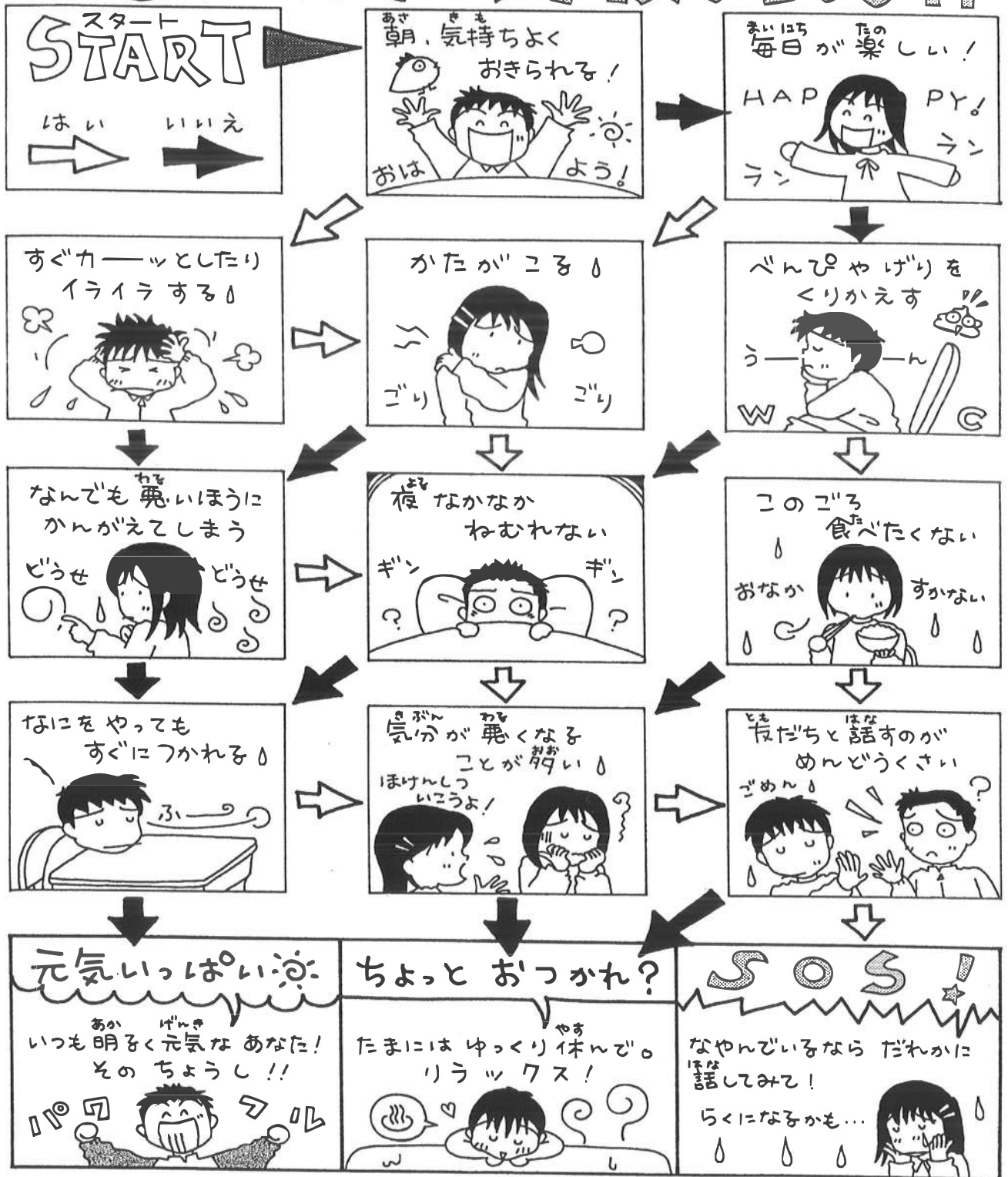
### 〈7月の来校予定〉

5日、12日、19日

- ◆面談時間 9:30~12:30
- ◆スクールカウンセラー 金城美津枝

みなさんの  
心げんき!?

# ストレス度チェック!!



どうしよう、どうしようと悩んでいると、やがて体にも不調が現れるようになります。  
また、反対に、すごく悩んでいることがあっても、友だちに話したり、好きなことをしているうちに悩みが小さくなったということもあります。心と体はつながっています。体をリラックスさせれば、心も安定して、イライラも解消していきますよ!

自分なりのリラックス方法を見つけましょう!!