

「に」げずに
「し」んじて
「かん」しゃして
「き」ようりよくする

11月

2025年度 西神吉小だより

加古川市立西神吉小学校

学校通信

No. 110

～ 6年SC授業 ～

先日、6年生を対象に本校のスクールカウンセラーが授業をしました。『自分も相手も大切に話す話し方を
知ろう』という学習です。

自分も相手も大切に話す話し方で大切なことは、自分も相手も尊重しながら、自分の意見や気持ちを率直に
伝えるアサーティブ・コミュニケーションの姿勢です。アサーティブ・コミュニケーションのポイントは、一
方的に主張するのではなく、相手の意見や権利も尊重することであり、「みかんていいな」を意識して話をす
るといいそうです。

【アサーティブ・コミュニケーションのこつ『みかんていいな』】

み：見たことを伝える(客観的な事柄や状況、具体的な事実)

→「～の状況で、」

かん：自分が感じたことや考えを伝える(相手の行動に対する自分の考えや気持ち)

→「私は～と感じているので、」

てい：提案する(具体的な提案や相手へ望むこと)

→「～して欲しいです」

いな：提案の可否を尋ね、「否」の場合は代案を伝える(提案が却下された場合に選択肢や代替案を提示)

→「もしくは～はどうですか？」

次は5年生にも授業をしていただく予定です。

西神吉っ子の一コマ



「学習後の感想・気づき」

【11/18(火)学習後、6年生の感想文より】

- ・友だちがいやな気持ちにならないよう、おたがいを大切にする勉強ができました。友だちにいやなことを言いそうになってしまった時、アサーティブや今日のことを思い出して話そうと思いました。
- ・自分も相手も大切に話す話し方を学んで、だれかと話すときには、相手の気持ちを考えて話そうと思いました。
- ・自分の心に目を向けてみて、自分ってこんなこと思っていたんだと知れました。ビックリです。先生の教え方がじょうずだったので、「アサーティブ」についてやどんな考え方をしたらいいか、とても知ることができました。次から私もアサーティブを使えるようになりたいです。
- ・今度、友だちと話すときに同じような場面にでくわしたら、しっかり今日学んだアサーティブを意識して、しっかり自分の意見を伝えられるようになりたいです。スクールカウンセラーさん、大切な授業をありがとうございました。
- ・アサーティブを大切にしたいと思いました。だれにでもできるような「みかんていいな」を心がけたいです。受け身型も自分の意見を伝えられないし、攻撃型も相手を傷つけてしまうかもしれないから、相手の気持ちを考えて言いたいです。

