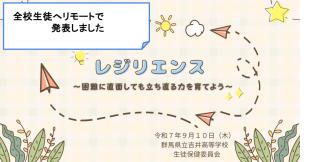
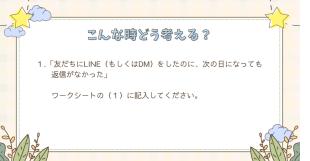
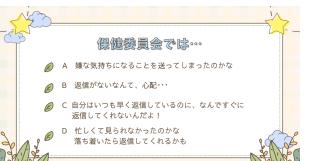
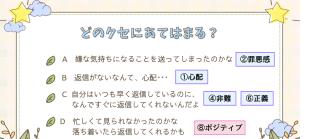
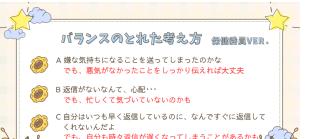
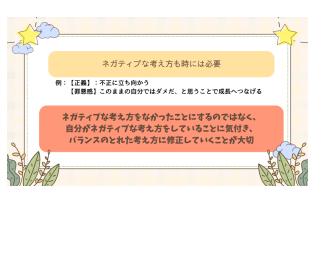
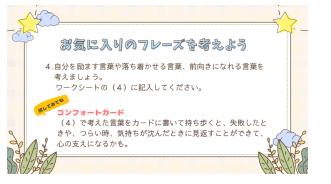
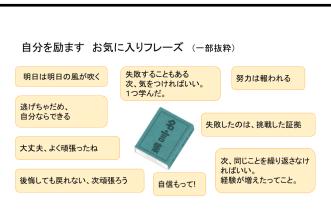


	スライド	原稿
1		これから保健委員会の発表をはじめます。礼 今年度のテーマは『レジリエンス～困難に直面しても立ち直る力を育てよう～』についてです。
2	 	まず、レジリエンスとはストレスや困難な場面に直面したときに、立ち直ったり、しなやかに乗り越えたりする力のことです。
3	 	次に、レジリエンスをテーマに設定した理由についてです。生きていると様々な困難に直面することがあります。3年生は卒業後、進学や就職で新しい環境になり、今まで経験しなかった困難に直面するかもしれません。1、2年生も、勉強、部活、人間関係など困難な状況に直面することがあると思います。そのような時に、その困難を乗り越えて自分らしく幸せに生きていくために立ち直る力が必要だと考え、このテーマを設定しました。
4		最初に、保健委員会では、レジリエンスはどんな場面で発揮されるか、今の自分たちの生活の中で具体的な場面を考えてみました。 『部活のレギュラーを目指していたがケガで断念。しかしチームをサポートする役割になり、チームの目標達成に貢献しようとする』や『授業で間違えてしまったが、次の授業では挽回できるように予習をがんばる』また、『苦手なことをやるときに諦めるのではなく、人の協力を得ながら挑戦しようとする』などが挙がりました。
5	 	現在の吉井高生のレジリエンスの状況を把握するために全校生徒を対象にアンケートを実施しました。 全17問で質問内容について自分自身や自分の考え方に対する回答で回答してもらいました。 集計方法は「とてもよく当てはまる」を2点、「やや当てはまる」を1点、「当てはまらない」を0点として各質問項目の合計点を比較しました。
6		こちらがアンケートの集計結果の一覧です。
7		点数が高かった項目を5つ紹介します。一番点数が高かった項目は、「好きなこと、趣味の時間を大切にしている」でした。2番目は、「熱中できる好きなことがある」、3番目は「自分のことを大切に思ってくれる人がいる」、4番目は「気持ちや感情について人に話すことは大切である」5番目は「困った時に相談できる人がいる」でした。

8	<p>アンケート結果報告③</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="2">点数が低かった下位5項目</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1.自分自身にだいたい満足している</td><td>281点</td></tr> <tr> <td>2.嫌なことに振り回されない工夫ができる</td><td>314点</td></tr> <tr> <td>3.ネガティブな気持ちや考え方を切り替えられる</td><td>318点</td></tr> <tr> <td>4.困難や挫折から立ち直る方法がある</td><td>324点</td></tr> <tr> <td>5.自分の強みや長所を知っている</td><td>349点</td></tr> </tbody> </table>	点数が低かった下位5項目		1.自分自身にだいたい満足している	281点	2.嫌なことに振り回されない工夫ができる	314点	3.ネガティブな気持ちや考え方を切り替えられる	318点	4.困難や挫折から立ち直る方法がある	324点	5.自分の強みや長所を知っている	349点	<p>反対に点数が低かった項目を5つ紹介します。1番低かった項目は「自分自身にだいたい満足している」で、2番目は「嫌なことに振り回されない工夫ができる」、3番目は「ネガティブな気持ちや考え方を切り替えられる」、4番目は「困難や挫折から立ち直る方法がある」5番目は「自分の強みや長所を知っている」でした。</p>
点数が低かった下位5項目														
1.自分自身にだいたい満足している	281点													
2.嫌なことに振り回されない工夫ができる	314点													
3.ネガティブな気持ちや考え方を切り替えられる	318点													
4.困難や挫折から立ち直る方法がある	324点													
5.自分の強みや長所を知っている	349点													
9	<p>アンケート結果のまとめ</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="2">点数が低かった項目</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>自分自身にだいたい満足している</td> <td>育てたい力 自己肯定感</td> </tr> <tr> <td>嫌なことに振り回されない工夫ができる</td> <td>感情を調整する力 考え方のクセに気づいて変える力</td> </tr> <tr> <td>ネガティブな気持ちや考え方を切り替えられる</td> <td>自己効力感 考え方のクセに気づき、変える力</td> </tr> <tr> <td>困難や挫折から立ち直る方法がある</td> <td>自己効力感</td> </tr> <tr> <td>自分の強みや長所を知っている</td> <td>強みに気づき活用する力</td> </tr> </tbody> </table>	点数が低かった項目		自分自身にだいたい満足している	育てたい力 自己肯定感	嫌なことに振り回されない工夫ができる	感情を調整する力 考え方のクセに気づいて変える力	ネガティブな気持ちや考え方を切り替えられる	自己効力感 考え方のクセに気づき、変える力	困難や挫折から立ち直る方法がある	自己効力感	自分の強みや長所を知っている	強みに気づき活用する力	<p>点数が低かった項目に注目すると、☑『自己肯定感』や☑『感情を調整する力』☑『自分の考え方のクセに気づいて変える力』☑『自己効力感』☑『自分の強みに気づいて、活用する力』を育てることが必要だとわかりました。保健委員会ではこの結果を踏まえてそれぞれの力が育つよう活動しました。</p>
点数が低かった項目														
自分自身にだいたい満足している	育てたい力 自己肯定感													
嫌なことに振り回されない工夫ができる	感情を調整する力 考え方のクセに気づいて変える力													
ネガティブな気持ちや考え方を切り替えられる	自己効力感 考え方のクセに気づき、変える力													
困難や挫折から立ち直る方法がある	自己効力感													
自分の強みや長所を知っている	強みに気づき活用する力													
10	<p>保健委員会の取り組み 調べ学習</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="2">自分自身にだいたい満足している</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>自己肯定感</td> <td>感情を調整する力</td> </tr> <tr> <td>嫌なことに振り回されない工夫ができる</td> <td>考え方のクセに気づき、変える力</td> </tr> <tr> <td>ネガティブな気持ちや考え方を切り替えられる</td> <td>自己効力感</td> </tr> <tr> <td>困難や挫折から立ち直る方法がある</td> <td>自己効力感</td> </tr> <tr> <td>自分の強みや長所を知っている</td> <td>強みに気づき活用する力</td> </tr> </tbody> </table>	自分自身にだいたい満足している		自己肯定感	感情を調整する力	嫌なことに振り回されない工夫ができる	考え方のクセに気づき、変える力	ネガティブな気持ちや考え方を切り替えられる	自己効力感	困難や挫折から立ち直る方法がある	自己効力感	自分の強みや長所を知っている	強みに気づき活用する力	<p>まず、自己肯定感と自己効力感について、保健委員会が取り組んだことを発表します。</p>
自分自身にだいたい満足している														
自己肯定感	感情を調整する力													
嫌なことに振り回されない工夫ができる	考え方のクセに気づき、変える力													
ネガティブな気持ちや考え方を切り替えられる	自己効力感													
困難や挫折から立ち直る方法がある	自己効力感													
自分の強みや長所を知っている	強みに気づき活用する力													
11	<p>保健委員会の取り組み 調べ学習</p> <ul style="list-style-type: none"> ①自己肯定感とは 自己肯定感は高い方法 ②自己効力感とは 自己効力感を高める方法 ③ネガティブな感情の克服や特徴 ④ポジティブな感情の克服や特徴 ⑤セルフコンパンションについて 	<p>自己肯定感や自己効力感、また、今回のテーマに関連する内容について調べ学習を行い、保健だより等で啓発しました。</p>												
12	<p>自己肯定感</p> <p>ありのままの自分を価値のある存在として認め、肯定的に捉える感覚</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>自己肯定感が高い人</th> <th>自己肯定感が低い人</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>◎物事のポジティブな見方。 困難な状況ででも前向きに行動する 比較できる</td> <td>●自分を過小評価し、他人と比較して落ち込んでいる ●他の人の評価を過度に気にしたりする傾向がある</td> </tr> </tbody> </table>	自己肯定感が高い人	自己肯定感が低い人	◎物事のポジティブな見方。 困難な状況ででも前向きに行動する 比較できる	●自分を過小評価し、他人と比較して落ち込んでいる ●他の人の評価を過度に気にしたりする傾向がある	<p>自己肯定感とはありのままの自分を価値のある存在として認め、肯定的に捉える感覚のことです。</p> <p>自己肯定感が高いと、物事をポジティブに捉え、困難な状況でもくじけにくかったり、失敗を恐れず、新しいことに挑戦できたりします。</p> <p>反対に自己肯定感が低いと、自分を過小評価し、他人と比較して落ち込みやすかったり、他人の評価を過度に気にしたりする傾向があります。</p>								
自己肯定感が高い人	自己肯定感が低い人													
◎物事のポジティブな見方。 困難な状況ででも前向きに行動する 比較できる	●自分を過小評価し、他人と比較して落ち込んでいる ●他の人の評価を過度に気にしたりする傾向がある													
13	<p>自己肯定感を高める方法</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>難しいと感じたときに挑戦</th> <th>自分の強み・好きなことに目を向ける</th> <th>周りと自分を比べない</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	難しいと感じたときに挑戦	自分の強み・好きなことに目を向ける	周りと自分を比べない				<p>自己肯定感を高める方法1つ目は、自分が普段難しいと感じるものに挑戦することです。挑戦することが自分の成長体験になり、自信につながります。2つ目は、自分の強みや好きなことに目を向けることです。3つ目は周りと自分を比べず、自分にしかない魅力を好きになることです。</p>						
難しいと感じたときに挑戦	自分の強み・好きなことに目を向ける	周りと自分を比べない												
14	<p>自己効力感</p> <p>目標達成の状況で目標を達成できると信じる感覚</p> <p>自己効力感が高い人</p> <ul style="list-style-type: none"> -困難な状況でも積極的に行動し、目標達成の可能性が高められる -自己効力感は学業や仕事、健康など、さまざまな分野で重要であり、問題解決能力に影響を与える 	<p>次に自己効力感とは、自分が特定の状況で目標を達成できると信じる感覚のことです。</p> <p>自己効力感が高いと困難な状況でも積極的に行動し、目標達成の可能性が高められ、問題解決能力に影響を与えます。</p>												
15	<p>自己効力感を高める方法</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>成功体験を増やす</th> <th>代理体験を積む</th> <th>周囲からの励まし・評価</th> <th>自分軸で成長を評価</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	成功体験を増やす	代理体験を積む	周囲からの励まし・評価	自分軸で成長を評価					<p>自己効力感を高める方法1つ目は、成功体験を増やすことです。「自分にはできる」という、自己効力感が高まります。2つ目は代理体験を積むことです。他人が成功するのを観察して、自分にもできるという信念を育みます。3つ目は周囲からの励ましや評価です。他者からの励ましや評価は確信や自信を高めてくれます。4つ目は自分軸で成長を評価することです。他人と比較するのではなく、過去の自分と比較し評価することで、自己効力感が高まります。</p>				
成功体験を増やす	代理体験を積む	周囲からの励まし・評価	自分軸で成長を評価											

16	<p>保健委員会の取り組み 発表</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="padding: 2px;">自分自身にだいたい満足している</td><td style="padding: 2px;">感性肯定感</td></tr> <tr> <td style="padding: 2px;">嫌なことに振り回されない工夫ができる</td><td style="padding: 2px;">感情を調整する力</td></tr> <tr> <td style="padding: 2px; background-color: #FFB6C1;">ネガティブな気持ちや考え方を切り替える力</td><td style="padding: 2px; background-color: #FFB6C1;">考え方のクセに気づき変える力</td></tr> <tr> <td style="padding: 2px;">困難や挫敗から立ち直る方法がある</td><td style="padding: 2px;">自己効力感</td></tr> <tr> <td style="padding: 2px;">自分の強みや長所を知っている</td><td style="padding: 2px;">強みに気づき活用する力</td></tr> </table>	自分自身にだいたい満足している	感性肯定感	嫌なことに振り回されない工夫ができる	感情を調整する力	ネガティブな気持ちや考え方を切り替える力	考え方のクセに気づき変える力	困難や挫敗から立ち直る方法がある	自己効力感	自分の強みや長所を知っている	強みに気づき活用する力	次に「考え方のクセに気づき変える力」について、保健委員会が取り組んだことを発表します。
自分自身にだいたい満足している	感性肯定感											
嫌なことに振り回されない工夫ができる	感情を調整する力											
ネガティブな気持ちや考え方を切り替える力	考え方のクセに気づき変える力											
困難や挫敗から立ち直る方法がある	自己効力感											
自分の強みや長所を知っている	強みに気づき活用する力											
17	 <p>全校生徒ヘリモートで発表しました レジリエンス ～困難に直面しても立ち直るべきを教えてよう～ 令和7年9月10日(木) 群馬県立吉井高等学校 生徒保健委員会</p>	全校生徒ヘリモートによる発表を行いました。また、発表を聞きながらワークシートを記入してもらう形で進めました。これから、発表した内容について一部ご紹介します。										
18	 <p>こんな時どう考える？ 1.「友だちにLINE（もしくはDM）をしたのに、次の日になっても返信がなかった」といった場面で、自分だったらどう考えるか？についてワークシートに記入してもらいました。</p>	まず、「友だちにLINE、もしくはDMをしたのに、次の日になっても返信がなかった」といった場面で、自分だったらどう考えるか？についてワークシートに記入してもらいました。										
19	 <p>保健委員会では… A 繁な気持ちになると送ってしまったのかな B 返信がないなんて、心配… C 自分はいつも早く返信しているのに、なんですかに返信してくれないんよ D 忙しくて見られなかったのかな 落ち着いたら返信してくれるかも</p>	次に、保健委員で事前に考えたものを発表し、1つの出来事でも様々な考え方があることを伝えました。また、考え方の中には、ネガティブなものもあり、ネガティブな考え方がクセになっていると、必要以上にネガティブになり、感情や行動に影響がでたり、振り回されたりしてしまうことを伝えました。										
20	 <p>ネガティブな考え方のクセ</p> <ul style="list-style-type: none"> ①心配 「ひどい結果になるに違いない」という『心配』 ②全部自分が悪いんだ」という『罪悪感』 ③自分にできるわけない」という『あきらめ』 ④自分は悪くない。あいつが悪いんだ」と人のせいにする『非難』 ⑤「どうでもいい」と問題から目をそむける『無関心』 ⑥公平さや正しさをとても気にして、間違っていると思うと怒りを感じる『正義』 ⑦「自分よりみんなの方が優れている」という敗北者の7種類です。 	ネガティブな考え方のクセには、大きく分けると7種類ありそれについて簡単に説明しました。										
21	 <p>どのクセにあてはまる？</p> <ul style="list-style-type: none"> A 繁な気持ちになると送ってしまったのかな ②罪悪感 B 返信がないなんて、心配… ①心配 C 自分はいつも早く返信しているのに、なんですかに返信してくれないんよ ④非難 ⑥正義 D 忙しくて見られなかったのかな 落ち着いたら返信してくれるかも ⑦オジギティブ 	保健委員の考え方を参考に自分の考え方のクセがどれに当てはまるか考えてもらいました。										
22	 <p>バランスのとれた考え方 保健委員VER.</p> <ul style="list-style-type: none"> A 運営と期待をどちらもこなしてしまったのかな でも、運営がなかったことをしきりに伝えれば大丈夫 ③自己肯定感 B 返信がないなんて、心配… でも、早くや気づいていいのかも ①心配 C 自分はいつも早く返信しているのに、なんですかに返信してくれないんよ でも、自分も時々返信が遅くなってしまうことがあるかも ④非難 ⑥正義 	そして、考え方がネガティブに偏っていた場合は『でも』をつけて、バランスのとれた考え方修正する練習をしました。 事前に保健委員が考えたものを提示して、考え方を修正する練習の際に参考にしてもらいました。										

23	 <p>ネガティブな考え方を多くする時には必要 例：（正解）不思議な生きかた （誤解）この生きかたはダメだ。と思うことで成長へつなげる 自分自身がネガティブな考え方をなかつたことに気づく。 自分がネガティブな考え方をしていることに気付く。 バランスのとれた考え方にしていくことが大切</p>	<p>バランスのとれた考え方に対する練習のあとに、ネガティブな考え方が必要な時もあること、しかし問題なのは、常に同じ考え方をして、その考え方がクセになっていることに気付けないこと。そして、自分がネガティブな考え方をしていることに気付き、自分の考え方が偏りすぎていないか、バランスのとれた考え方に対する修正していくことが大切である。</p> <p>といった内容を伝えました。</p>
24	 <p>感情を調整する力について セルフ・コンパッション 自分自身に優しく、思いやることで困難な状況でも前向きな気持ちを持ち続けられるようにする考え方</p>	<p>次に感情を調整する力についての発表を行いました。「セルフ・コンパッション」といって、自分自身に寄り添い、思いやりことで、困難な状況でも前向きな気持ちを持ち続けられるようにする考え方があります。</p>
25	 <p>セルフ・コンパッションを高める方法 1.自分への優しい言葉をかける 2.自分の心や体の状態に気づく 3.コンフォートカードを作成する 4.自分を助ける言葉を落書きさせる言葉、前向きになれる言葉を書く ワークシートの（4）に記入してください コンフォートカード （4）で書いた言葉をカードに書いて持ち歩くこと、失敗したときや、つらい時、気持ちが沈んだときに見返すことができる、心の支えになるかも。</p>	<p>セルフ・コンパッションを高める方法についても発表しました。</p> <ol style="list-style-type: none"> 自分へ優しい言葉をかける 自分の心や体の状態に気づく コンフォートカードを作成する <p>などがあります。</p>
26	 <p>お気に入りのフレーズを考えよう 4.自分を助ける言葉を落書きさせる言葉、前向きになれる言葉を書く ワークシートの（4）に記入してください コンフォートカード （4）で書いた言葉をカードに書いて持ち歩くこと、失敗したときや、つらい時、気持ちが沈んだときに見返すことができる、心の支えになるかも。</p>	<p>生徒にも自分を励ます言葉や落ち着かせる言葉、前向きになれる言葉を考え、ワークシートに記入してもらいました。</p>
27	 <p>まとめ ●ネガティブな考え方をなかつたことにするのではなく、自分がネガティブな考え方をしていても修正していく ●自分を否定したり批判したりしつづけに、自分自身に悪い心地の気持ちを持って受け入れる ●感情が弱くなったりストレスで強くなったりしたときに、自分自身に優しくしてあげる ●感情が強面で立ち直れると感じた生徒も少なかった</p>	<p>発表の最後に内容のまとめをしました。</p> <ul style="list-style-type: none"> 自分の考え方のクセに気づいて、バランスのとれた考え方に対する修正していくこと。 自分を否定したり、批判したりしすぎずに、自分自身に思いやりの気持ちを持って受け入れることが必要なこと。 <p>その結果、ネガティブな気持ちや考え方を切り替えることができ、感情に振り回されにくくなったり、ストレスに強くなれたりする。そして、困難な場面に直面しても立ち直れる”レジリエンス力”的アップにつながる。</p> <p>と、まとめをしてリモートの発表を終わりにしました。</p>
28	<p>ワークシートに記入された吉井高生の考え方</p> <p>Q. 友達にLINE（もしょほん）をしたのに、次の日になって返信がなかった 返信がないことを心配してしまったのか</p> <p>約4割</p> <p>気にならない 放っておく (代せい? 疲てる?)</p> <p>約6割</p> <p>ポジティブより 「もう一度LINEしてみる」や「学校で直接聞いてみる」と回答した生徒も少數いました。</p>	<p>リモート発表で使用したワークシートを回収し、集計しました。友達から返信がなかったときにどのように考えるか？の質問では約4割の生徒が返信がないこと心配したり、自分が何か嫌われることを送ってしまったのではないかというネガティブよりも回答でした。約6割の生徒は、「気にしない」や「放っておく」と回答し、ポジティブよりも「もう一度LINEしてみる」や「学校で直接聞いてみる」と回答した生徒も少數いました。</p>
29	<p>ワークシートに記入された吉井高生の考え方</p> <p>Q「でも」を付けてネガティブな考え方をバランスのとれた考え方に対する修正してみよう ・返信がないなんて心配 いいかも ・嫌な気持ちになると自分を落としてしまったのかな 悪影響がかかることが多いと伝えられた丈夫 ・返信がないのは悪い。自分も返信が遅くなることあるよね</p> <p>など</p>	<p>「でも」をつけて、ネガティブな考え方をバランスのとれた考え方に対する修正では、こちらのスライドのような修正後の考え方方が記入されました。</p>
30	 <p>自分を励ます お気に入りフレーズ（一部抜粋）</p> <p>明日は明日の風が吹く 失敗することもある 努力は報われる 失敗したことは、挑戦した経験 次、同じことを繰り返さなければいい。 自信もって! 失敗しても限界はない。 次頑張ろう 失敗しても限界はない。 自信もって!</p>	<p>自分を励ますお気に入りフレーズでは、さまざまな言葉が記入されました。</p>

31	<p>生徒の感想（一部抜粋）</p>  <ul style="list-style-type: none"> ・ネガティブは悪いことだと思っていたけど、良い使い方ができることもわかった。バランスのよい考え方をしているんだ。 ・常にネガティブな考え方で自分を詰めのではなく、ネガティブな考え方になっていましたが、バランスの良い考え方にしていくことが大切だと思った。 ・今まで、やがて自分が自分を責めていたけど、自分自身を受け入れ、自信を持つことが大切だと思った。 	<p>生徒の感想では、常にネガティブな考え方で自分を追い詰めるのではなく、ネガティブな考え方になっていることに気づき、バランスのとれた考え方へ直していくことが大切だと思った。</p> <p>などの感想が書かれていました。</p> <p>リモート発表により、自分の考え方を見直すきっかけ作りができ、「自分の考え方のクセに気づいて変える力」に、少しはアプローチできたのではないかと考えています。</p>																								
32	<p>保健委員会の取り組み</p> <div style="background-color: #e0f2f1; border: 1px solid #ccc; padding: 5px; display: inline-block;"> 文化祭企画 </div> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="padding: 2px;">自分自身にいたい満足している</td> <td style="padding: 2px;">自己肯定感</td> </tr> <tr> <td style="padding: 2px;">嫌なことに振り回されない工夫ができる</td> <td style="padding: 2px;">感情を調整する力</td> </tr> <tr> <td style="padding: 2px;">ネガティブな気持ちや考え方を切り替える力</td> <td style="padding: 2px;">考え方のクセに気づき変える力</td> </tr> <tr> <td style="padding: 2px;">困難や挫折から立ち直る方法がある</td> <td style="padding: 2px;">自己効力感</td> </tr> <tr> <td style="padding: 2px;">自分の強みや長所を知っている</td> <td style="padding: 2px;">強みに気づき活用する力</td> </tr> </table>	自分自身にいたい満足している	自己肯定感	嫌なことに振り回されない工夫ができる	感情を調整する力	ネガティブな気持ちや考え方を切り替える力	考え方のクセに気づき変える力	困難や挫折から立ち直る方法がある	自己効力感	自分の強みや長所を知っている	強みに気づき活用する力	<p>最後は「強みに気づき活用する力」について、保健委員会が取り組んだことを発表します。</p>														
自分自身にいたい満足している	自己肯定感																									
嫌なことに振り回されない工夫ができる	感情を調整する力																									
ネガティブな気持ちや考え方を切り替える力	考え方のクセに気づき変える力																									
困難や挫折から立ち直る方法がある	自己効力感																									
自分の強みや長所を知っている	強みに気づき活用する力																									
33	<p>自分の【強み】を見つけよう</p> <div style="background-color: #e0f2f1; border: 1px solid #ccc; padding: 5px; display: inline-block;"> 文化祭企画 </div> <p>①各種部の「強み」についてそれぞれ書き込まれた紙があり、自分でよく出でる強みの中から選んでもらう。 例：人に親切にし、人のためによい行いをする、他の人のを助けて、困ったから②結果をイラスト入りカードでお渡します。</p> 	<p>文化祭の校内企画として「自分の強みを見つけよう」というものを行いました。</p> <p>内容は24種類の「強み」についてそれぞれ書かれたもの、例えば「人に親切にし、人のために良い行いをする」「たくさんの知識や能力を得ようとする」などを読んで、もっとも自分の考え方や態度に当てはまるものを1つ選んでもらう、というものです。</p> <p>結果については保健委員が書いたイラスト入りのカードでお渡しました。</p>																								
34	<p>『強み』カード</p> 	<p>こちらが、お渡ししたカードの一例です。</p>																								
35	<p>強み診断結果の集計</p>  <p>○吉井高生(59名)内上位6項目 ○一般来場者(43名)内上位6項目</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 50%;">1 ユーモア</td> <td style="width: 50%;">12名</td> <td style="width: 50%;">1 ユーモア</td> <td style="width: 50%;">7名</td> </tr> <tr> <td>2 感情する心</td> <td>6名</td> <td>2 感情</td> <td>6名</td> </tr> <tr> <td>3 思いやり</td> <td>5名</td> <td>3 認識さ</td> <td>4名</td> </tr> <tr> <td>4 人と関わる力</td> <td>5名</td> <td>4 感謝する心</td> <td>3名</td> </tr> <tr> <td>5 学ぶ意欲</td> <td>4名</td> <td>5 学ぶ意欲</td> <td>3名</td> </tr> <tr> <td>6 愛情</td> <td>4名</td> <td>6 希望</td> <td>3名</td> </tr> </table>	1 ユーモア	12名	1 ユーモア	7名	2 感情する心	6名	2 感情	6名	3 思いやり	5名	3 認識さ	4名	4 人と関わる力	5名	4 感謝する心	3名	5 学ぶ意欲	4名	5 学ぶ意欲	3名	6 愛情	4名	6 希望	3名	<p>強み診断には吉井校生59名、一般来場者43名が参加してくれました。集計の結果、それぞれ上位6項目がスライドの通りとなります。参加者からは、「参考になった」や「自分と向き合うことができた」「励まされた」などの感想をいただきました。</p>
1 ユーモア	12名	1 ユーモア	7名																							
2 感情する心	6名	2 感情	6名																							
3 思いやり	5名	3 認識さ	4名																							
4 人と関わる力	5名	4 感謝する心	3名																							
5 学ぶ意欲	4名	5 学ぶ意欲	3名																							
6 愛情	4名	6 希望	3名																							
36	<p>【体験】自分の「強み」を見つけましょう</p>  <p>お読み下さい。「強み一覧表」をお読みいただき、それぞれ、自分の考え方や態度に当てはまるところへ〇をつけてください。 ご記入が終わりましたら、保健委員がお伺いします。</p> <p>はい、子ども達は自分の力がレジリエンス力であることを 著者: 北川 邦子、著トキ本</p>	<p>別紙でお配りしてある、「強み一覧表」と「自分の強みを見つけましょう」と書かれている紙をご覧ください。本日出席されている方々にも強み診断を体験していただきたいと思います。「強み一覧表」の1～24の項目をお読みいただき、それぞれ自分の考え方や態度に「とてもよくあてはまる」「あてはまる」「どちらともいえない」「あてはまらない」に〇をつけてください。書き終わりましたら保健委員がお伺いします。</p> <p>(強み診断実施)</p>																								
37	<p>今後の取り組み</p> <div style="background-color: #e0f2f1; border: 1px solid #ccc; padding: 5px; display: inline-block;"> 強み診断の継続実施 </div> <div style="background-color: #e0f2f1; border: 1px solid #ccc; padding: 5px; display: inline-block;"> 学校保健委員会の内容啓発 </div> <div style="background-color: #ffcc00; border: 1px solid #ccc; border-radius: 10px; padding: 5px; display: inline-block; margin-left: 20px;"> さらなる レジリエンス力 向上を目指す </div>	<p>最後に今後の取り組みについてです。1つ目は「強み診断」をまだやっていない吉井高生にも実施したいと考えています。保健室前の廊下に掲示するなどして気軽に体験できるようにします。2つ目は本日の学校保健委員会の内容について保健だより等を通して啓発します。そして、引き続き吉井高生のレジリエンス力の向上を目指していきます。</p>																								

38



以上で保健委員会の発表を終わりにします。ご清聴ありがとうございました。礼