

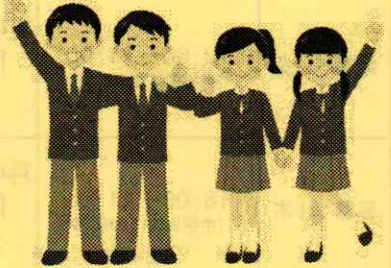
栄東げんきっ子

《中学生編》

第 159 号 2023.4.1 発行
＜編集発行＞
栄東地区まちづくり未来会議
＜問合せ先＞
栄東まちづくりセンター
電話 711-2203

入学・進級を機会にたくさん友だちをつくらう

入学・進級おめでとうございます。新しい環境に不安を感じている人もいることでしょう。そこで今号では、友だちづくりにスポットをあてて見ました。大切なことは、「お互いの共通点を探すこと」、「あいさつや質問」、「共感の言葉」などがポイントです。



友だちが多い人の共通点は？

- 1つ目は、「笑顔」です。いつも怖い顔をしていると話しかけにくいもの。マスクを外す機会も増える時期、笑顔で生活してみてください。
- 2つ目は、「聞き上手」です。人には、自分の話を聞いてもらいたい思いがあります。自分の話だけではなく友だちの話もたくさん聞いてみてください。
- 3つ目は、発言や行動が「前向き」なことです。言葉の使い方だけでも印象が変わります。「でも」「だって」のネガティブな言葉から「そうだね」「いっしょにやろう」「だいじょうぶ」と変えてみましょう。
- 4つ目が、「優しい」ことです。人を気遣い、言葉使いが穏やかで、誰も傷つけないでいねいさ、穏やかさが大切です。

- 笑顔
- 聞き上手
- 前向き
- 優しい

友だちを作るきっかけをつくらう

- 「あいさつ」はとても大事、笑顔で「おはよう」と声を掛けてみてください。
- 「どんな音楽聞くの?」「朝ごはん食べてきた?」など話題は何でもいいです。「質問」してみましょう。
- 「ごめん、消しゴム貸してくれない?」など「些細な頼み事」をすれば、お礼を言えるチャンスです。
- 「そうだよね」、「わかる」、「同じ事考えていた」。「共感の言葉」を多くすることで、友だちに安心感を与えます。
- 「ほめる」こと。ほめられたら悪い気はしません。例えば、髪型や持ち物をほめてみましょう。
- なるべく「近くににいる」こと。近くにいた方が当然話すチャンスが多いです。

- あいさつする
- 質問する
- 些細な頼み事
- 共感の言葉
- ほめる
- 近くににいる

友だちがない、少ないことは、いけないこと?

- 友だちがないとやっぱり寂しいと感じるかもしれませんが。でも友だちを必死で探すことよりも大切なのは、「自分の毎日が充実しているかどうか」です。みなさん自身が満足して豊かな時間が過ごせていればそれでいいのです。毎日が充実している人は楽しそうに見えるから周りがほっとかないですよ。

4月の予定（4月10日～5月9日開催）

※申込が必要な行事もありますので、必ず問い合わせをしてください。

月日	時間	行事名	場所	対象	申込有無・参加費	問合せ先
毎週水・金	18:00～21:00 (中学生は19:00まで)	中高生夜間開放事業 「ふりーたいむ」	ひのまる児童会館	中高校生 (登録カードが必要です)	申込なし 無料	ひのまる児童会館 752-1551
毎週火・金	18:00～21:00 (中学生は19:00まで)	中高生夜間開放事業 「ふりーたいむ」	栄西児童会館	中高校生 (登録カードが必要です)	申込なし 無料	栄西児童会館 752-8363
毎週火・木	18:00～21:00 (中学生は19:00まで)	中高生夜間開放事業 「ふりーたいむ」	丘珠たから児童会館	中高校生 (登録カードが必要です)	申込なし 無料	丘珠たから児童会館 784-8095
毎週火・木	18:00～21:00 (中学生は19:00まで)	中高生夜間開放事業 「ふりーたいむ」	栄西小はんのき児童会館	中高校生 (登録カードが必要です)	申込なし 無料	栄西小はんのき児童会館 768-8883

児童会館中高校生夜間開放

『ふりーたいむ』

初めて利用するときは、受付で申込書を書いてもらうので「生徒手帳」を持ってきてください。

申込書を記入すると「利用者カード」が発行されます！

※2回目からは忘れずに「利用者カード」を持ってきてね。
利用者カードを作った会館以外にも遊びに行けますよ！

新型コロナウイルス感染症の拡大に伴って、来館時の検温やマスクの着用をお願いしています。ご協力よろしくお祈いします。

※中学校の夏・冬・春休み期間、ふりーたいむはお休みです。

4月の予定（4月10日～5月9日開催）

※申込が必要な行事もありますので、必ず問い合わせをしてくだ

月日	時間	行事名	場所	対象	申込有無・参加費	問合せ先
4/17(月) 5/9(火)	9:00～17:00	一般開放「フットサル(午後)・フリースペースなど」	つどーむ	どなたでも	中学生以下 無料	つどーむ 784-2106
4/10(月)～ 5/9(火)	利用日時は お問い合わせ ください	ランニングコース	つどーむ	どなたでも	中学生以下 無料	つどーむ 784-2106

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、休館となる場合がありますので、事前にご確認ください。