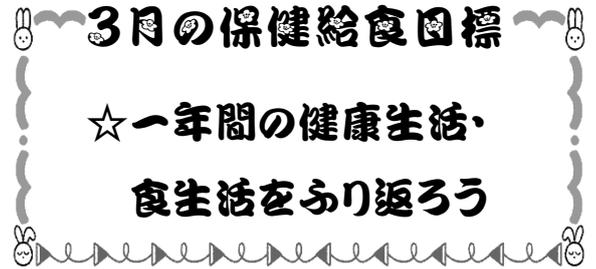




今年度もいよいよ終わります。振り返ると色々な事を思い出しますね。

ほけんだよりや保健委員会の活動でお伝えしてきた、すべての基礎となる体や心の健康を守るために必要な情報が、明るい未来に向けてはばたくみなさんの心に、ほんの少しでも残ってくれていたらうれしいです。

また新学期に元気な笑顔でお会いしましょう。



言葉以外の情報 どのくらい大切?

■ メラビアン の法則

ある心理学者が、言葉と感情・態度が矛盾していた場合、人がどう受け止めるのかを実験しました。たとえば、嫌そうな顔をした人の写真を見せながら「好き」と話す音声流すと、受け手は視覚情報が優先され「嫌いと言われている」と感じやすいという結果に。逆に言えば、話す内容に、感情や態度を一致させると正しく伝わりやすくなると言えそうです。



■ どのくらい意識できてる?

普段のコミュニケーションを振り返ってみて、どう感じますか? 様々な情報が伝えられる対面では「声のトーンや仕草をプラスする」、言葉の情報以外が不足し誤解されがちなSNSでは「その表現で伝わるか見返す」、少しの気遣いを大切にしたいですね。



春休み中も、お子さんの様子で何か気になることがありましたら、学校までご相談ください。
鬼石中学校 五二一 二七五〇

安心して話せる場所があります

悩みやつらい気持ち、ひとりで抱え込まず話してみませんか。誰に相談したらよいか困ってしまったら…安心して話せる場所があります。

24時間子供SOSダイヤル

☎ 0120-0-78310



こどもホットライン24

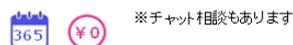
☎ 0120-783-884

携帯電話 027-263-1100

チャイルドライン

☎ 0120-99-7777

毎日 午後4時～午後9時



こころの健康相談統一ダイヤル

☎ 0570-064-556

月～金曜日(祝日・年末年始を除く)

午前9時～午後10時

※通話料のほか利用料がかかります

- 自分の名前や学校名を言わなくてもOK
- 話を聞いてもらいたい…だけでもOK
- 内緒で学校や親に連絡することはありません
- 話し中の時は、時間を置いてからかけ直してね

年中無休 24時間 通話無料