

保健だより2月

令和8年1月30日
さいたま市立文蔵小学校
保健室

人から言われた言葉でうれしくなったり、元気になったりすることがあります。それとは逆に、人から言われた言葉で悲しくなったり、がっかりしたりすることもあります。そして、人から言われた言葉が、心の状態を表す「バルーン」にも少し影響しているとしたら。。。？

大切な心のバルーン

Bさんの言葉がうれしくて



Aさんの心のバルーンが浮きました ⑦

① 休み時間の教室。AさんとBさんが話をしています。Aさんはピアノを習っていて、最近、コンクールで賞を取りました。Aさん「私、家で毎日、ピアノの練習をしているんだよ」。Bさんは「賞を取ったの、すごだね。よかったね。Aさんは毎日、がんばっているもんね」と言いました。Aさんはとてもうれしくて、Bさんの言葉で、Aさんの心のバルーンが高く浮きました。

② また、別の場面では。CさんはDさんなどの友だちと、何をして遊ぶかを話し合いました。Cさんが「公園に行こうよ」と言うと、Dさんは「昨日も公園に行ったよ。また公園なの？他に何かないの？つまらないの〜」と言いました。Cさんの心のバルーンは、Dさんの言葉で傷ついて、少ししぼんでしまいました。しぼんでしまったCさんの心のバルーン。どうやってなおしたらいいのかが、わかりません。

Dさんの言葉に傷つき



Cさんの心のバルーンがしぼみました ②

おじさんはCさんの心のバルーンに



テープを貼りました ③

③ Eさんが「私は、バルーンをなおしてくれる修理屋さんを知っているよ」と言いました。そこで、みんなでそのお店に行ってみました。お店のおじさんに、Cさんの心のバルーンを直してと言いました。「心のバルーンは、なおすことはできるよ。でも、かんたんになおせないこともある。人から言われた言葉を、そのあともずっと気にしてしまう人もいます。だから、その言葉で人が傷つかないかを考えてみるといいね」。

④ 修理屋さんからの帰り道。DさんはCさんに「ごめんね」とあやまりました。その言葉がうれしくて、Cさんの心のバルーンは少し回復して、少し浮きました。

Cさんの心のバルーンは



少し浮きました ④

子どもたちの心のバルーンが



少し高く浮きました ⑤

⑤ 修理屋さんのおじさんは子どもたちに、「仲がよくて楽しそうだな。いいなあ」と声をかけました。子どもたちの心のバルーンは、おじさんの言葉がうれしくて高く浮きました。

⑥ Bさんに学校で言われた言葉がうれしかったAさん。Aさんのおうちでは、Aさんのお兄さんがAさんに話かけました。「Aはいつも、ピアノの練習をがんばっているよね。ぼくも応援しているよ」。Aさんは、お兄さんの言葉もとてもうれしかったみたいです。おうちでも、心のバルーンが浮きました。

「応援しているよ」がうれしくて



心のバルーンが浮いたAさん ⑥

心のバルーンは



誰でも持っています ⑦

⑦ 心のバルーンは、誰でも持っています。ですから、人の言葉でバルーンが高く浮いたり、傷ついてしぼんでしまったことは、誰でもあります。人にかける言葉を考えることは、とても大切です。