

名古屋市教育センター

◆ 子ども教育相談「ハートフレンドなごや」では、
電話相談やメール相談を受け付けています。

電話相談

相談の方法
総合相談ダイヤル **Tel 683-8222** に
電話をします。

相談できる時間
月～金 9:30～19:00 土 9:30～12:00

メール相談

相談の方法
「ハートフレンドなごや」のウェブページから
メールを送ります。

相談できる時間
随時（返信までに数日掛かることあり）

なごや子ども応援委員会

- ◆ 学校にいるスクールカウンセラーに相談ができます。
- ◆ 「なごや子ども応援委員会」のウェブページには、各区で利用できる応援委員会の設置校が紹介されています。



など、

同じ学校・学級の一員として、いつでも助け合おうという気持ちを、共有しましょう。



令和2年3月
名古屋市教育委員会

～こんなことはありませんか？～



…本人



…全体

苦手だなあと感じていることも、原因を理解することで、**どうしたらよいか**を考えることができます。

もし、**周りに困っている人**がいたら、一緒に原因を考えてみましょう。



すぐにイライラする、突然怒り出してしまう
～なぜか気持ちが落ち着かない～

原因

- ★ 他の人が感じない音や臭いに対して敏感で、我慢ができない。
- ★ イライラする気持ちを抑えられず、きついことを言うなど攻撃的になる。
- ★ 勝ち負けに関する強いこだわりがある。



どうしたらいいの？

- イヤーマフやマスクで不快な音や臭いをふせぐことができます。
- イライラしているときは、静かな場所で過ごすとよいでしょう。
- 深呼吸したり好きなものを見たりすると、気分が落ち着きます。
- 落ち着くまで、周りからの声掛けはしないようにします。
- 「負けることは悪いことではない」ことを話しておきます。



文字の読み書き、計算だけが特に苦手
～学習にうまく取り組めない～

原因

- ★ 文字がゆがむ、左右逆になるなど、見え方が違う。
- ★ 努力しても特定の学習が難しい。
(読む、書く、聞く、話す、計算する、推論するといったことが苦手)



どうしたらいいの？

- 単語を区切る線を入れると、文字のまとまりが分かり、読みやすくなります。
- 自分の得意なことを生かすように考えるとよいでしょう。
- 何に困っているかをやさしく聞き、相手の気持ちによりそって手助けします。



忘れ物が多い、片付けがなかなかできない
～よく忘れてしまう、集中できない～

原因

- ★ 連絡事項を聞き取れなかったり、書き取れなかったりする。
- ★ 何をどこに片付けたらよいのか分からない。
- ★ 他に興味が移ってしまい、一つのことに集中できない。



どうしたらいいの？

- メモを取り、机に貼り、用意ができたならチェックします。
- 友達のメモと内容を確認します。
- どこに何を片付けるのか、シールなどを貼り、よく分かるようにします。
- 後から一緒に一つ一つ確認するとよいでしょう。
- 作業をするときは、周りによけいな物を置いたり、話し掛けたりしないようにします。



集団やグループの活動よりマイペースでやりたい
～人とのかわりが苦手～

原因

- ★ 相手や状況に合わせた行動をとることが難しい。
- ★ 静かな場所や一人であることで、気持ちが落ち着く。
- ★ 冗談やたとえ話を本気だと受け止めてしまう。
- ★ 相手が傷つく言葉が何か分からず、思ったことをすべて口にしてしまう。



どうしたらいいの？

- 相手の気持ちや状況を聞いて、自分の気持ちをきちんと伝えます。
- 一人でいたいときは、周りに伝えるようにします。
- 周りの人は無理に誘わず、どうしたいのか、気持ちを聞くようにします。
- 大切なことは冗談やたとえ話ではなく、簡潔に伝えます。
- 相手が傷つく言葉は何かをみんなで考え、お互い言わないようにします。
- できるだけその子のペースを認め、気長に待つようにするとよいでしょう。