柚子の木だより

豊島区立教育センター 柚子の木教室 No59 令和7年9月1日

豊かな人間関係を築くために

人間は、社会を作って生活しています。そのため、 他人と全くかかわらないで生活することはできませ ん。もちろん人によってそのかかわり方はことなりま す。例えば、旅行先のふらっと寄ったお店の店員さん となら、それほど親しくなる必要はないかもしれませ ん。しかし、地元の商店で度々利用するお店の店員さ んとは良い関係を築いていた方が良いような気もしま す。同じように、学校や会社の人たちとは良い関係や 豊かな関係が築けたほうが、遊びも仕事もスムーズに できそうだし、生活も楽しくなりそうです。

では、どの様にしたらそうした人たちと豊かな人間 関係が築けるでしょう。まず土台となるのは、相手が 自分のことを信頼してくれることで、自分も相手のこ とを信頼できることです。しかし、 この信頼を築くことは簡単なことで はありません。私は信頼できる人間 なので信頼してくださいと口で言っ ても、誰も信頼してくれないでしょ

う。日々のかかわりの中で信頼してもらうしかないの です。そもそも信頼できるかどうかは、相手が決める ことです。

その信頼を築くヒントになる考え方があったので紹 介します。

1 小さな親切をする

人間関係において小さいことは大 きいこと。ほんのちょっとの親切を 相手にしよう。



2 約束しそれを守る

小さな義務や約束は必ず守る。やるといったことは やるし、約束は小さめにしてそれを果たすために全力 を尽くす。それができなくなったら、その理由をきちん と伝える。そして、約束が果たせそうにないことを約束 しないことも大切です。

3 その場にいない人に誠実になる

その場にいない人に誠実になるということは、その 人のいないところで悪口・批判・陰口を言わないことで す。

4 許す

人を許せるようになるまでは、あなたは被害者であり 続けるしかありません。憎んでいる人はいませんか。許 せない人はいませんか。もしいるなら今すぐ許してあげ ましょう。

5 人の話に耳を傾ける

人のためにできる最大のことは、その人の話を聞くこ とです。人の話をほとんどの人が聞かないからです。話 を聞いてあげることは、話をした人の心の傷を癒す力も あります。

6 見通しをはっきりさせる

できること、できないことをはっきりさせましょう。相手 のあいまいな言葉を誤解してその気になってしまい、最 後に傷ついてしまう人はたくさんいます。人間には他人 を喜ばせたいという気持ちがあります。その結果できな いことに期待をもたせてしまうことが良くないのです。

7 あやまる

反抗的になってしまったとき「ごめんなさい」「すみませ ん」と素直にあやまる言葉を言えるかど うかが大切です。間違いを認め、謙虚に 事実を受け入れることはとても難しいか らです。できるだけ早くあやまることを学 ぶべきです。



第二回進路学習について

下記の通り、第二回進路学習を行います。今回の進 路学習は「都立チャレンジスクール」について学習し ます。特に、出願の時に願書と一緒に提出する「志願 申告書」の書き方について詳しく学習します。都立チ ャレンジスクール受検を考えている人は出席してくだ さい。

- 1 日時 9月17日(水) 13時
- 2 会場 第二研修室(予定)

柚子の木教室の閉室のお知らせ

9月8日(月)~9日(火)まで宿泊行事「ゆずス マイル」が実施されます。それに伴い柚子の木教室は その2日間閉室になります。

						令	令和7年度 日	日課表				日間日	豊島区立教育センター柚子の木教室	ター柚子の	の木教室
		月			六			水			×			杂	
					来室した人は、		洗面所で手を洗ってから教室に来てください。	洗ってから	教室に来て	こください。					
						9時	9時以降 随時	随時受付(健康観察)	観察)						
教室	第一学習室	室阴目多	スタジオゆず	第一学習室	多目的室	<i>፟</i> ቀф‡ <i>′</i> %ሂ	第一学習室	多目的室	スタジオゆず	第一学習室	多目的室	አ轸ንተφず	室 思点一第	多目的室	አፉንተφず
00:6			各自の 活動		恒 淞	各自の 活動		国談等 10·00	各自の 活動			各自の 活動			各自の 活動
	半部	面談	及び	半	#	及び	半量	SST	及び	半部	面談	及び	半部	面談	及び
	1	蛛	 			☐ ☐ ☐	I	10:50			卅	T T T T T T T T T T	I	桊	☐ ☐ ☐
11:45			ケーケニン ボボッ 種 エ		11:00 ギター 数 暦 11:45	アーケーン語が		面談等	イーンコン活動			イーショ ソ活動			ケーション活動
11:45						昼	食	及び	休	頭					
12:20		スポーツ (バドミントン))	2)	スポーツ (バドミントン))	3	スポーツ (バドミントン))		スポーツ (卓球)		\ /)	スポーツ (バドミントン・他)	他)
13:00			各自の 活動			各自の 活動	計	恒総	各自の活動			各自の 活動			各自の活動
	补品	屆談	及び	乳卡	屆談	及び	<u></u>	计	13:30 VLP 14:00	补品	恒談	及び	补品	面談	13:30 VLP 14:00
	ш	排	コミュニ ケーショ ン活動	Ш	#	コミュニ ケーショ ン活動	14:00 片付け 14:30	14:00 片付け・ふりかえり・退室 14:30)· <u>退室</u>	Ш	辦	コミュニ ケーショ ソ活動	Ш	⇒	各自の 活動
15:00							•		-						
15:00 15:30		片付け・ふりかえり・退室	小.退室	片付け	片付け・ふりかえり・退室	J• 退室	ЯΗ		議	片付け	片付け・ふりかえり・退室	J•退室	片付け	片付け・ふりかえり・退室	J-退室