

## あけまして おめでとうございます

2026年の干支は「午（うま）年」です。うまは力強くまっすぐに進む動物で、「成長」や「前進」の象徴ともいわれます。日々の努力が少しずつ積み重なり、自分でも気付かないうちに成長している、そんな一年になると良いですね。寒さの厳しい季節ですが、春に向かって自然が静かに動き出すように、皆さんもそれぞれのペースで未来への一歩を踏み出していくましょう。



## 「ありがとう」の気持ちを言葉にしよう！

人ととの気持ちをつなぐ不思議な力

普段何気なく使っている「ありがとう」。この言葉には、人ととの気持ちをつなぐ不思議な力があります。「ありがとう」と言われると、自分のしたことが誰かの役に立ったと感じて、ちょっと嬉しい気持ちになりますよね。人は、「誰かのためになれた」と思えることで、自信がついたり、前向きな気持ちになれたりします。たとえば、忘れ物を貸してくれた友達、課題をわかり易く教えてくれたクラスメイトに「ありがとう」と伝えることで、相手も自分も気持ちが温かくなります。言葉にしないと伝わらないことって、意外に多いものです。特に感謝の気持ちは、口に出すことで相手にしっかりと伝わります。ちょっとしたことでも「助かったよ」「ありがとう」と言えると、人間関係がグッと良くなります。

人とのつながりは、学校生活でも社会に出てからも、とても大切なものです。感謝の気持ちを伝えることは、自分も相手も元気にする「言葉のプレゼント」。ぜひ、普段の生活の中で意識して使ってみてくださいね。



### 『教育相談日』スクールカウンセラー来校予定日

佐田先生：1月15日(木)・1月29日(木) 中原先生：1月19日(月)・2月17日(火)  
緊急の相談がある場合も来校してもらいます。(日時調整が必要)  
担任または相談課の先生に申し出てください。