

福井県内の保護者の皆様へ



家庭・地域・学校で育む ウェルビーイング 子どものWell-being

令和7年度生活や学習、学級に関する調査結果から

子どもが幸せになると大人も幸せになります



ウェル ビーイング

子どもの幸福感 (Well-Being) は、私たち大人のひと言から！
「子どもが幸せな気持ちになる声かけ・関わり方」を具体的にご紹介します

福井県教育委員会

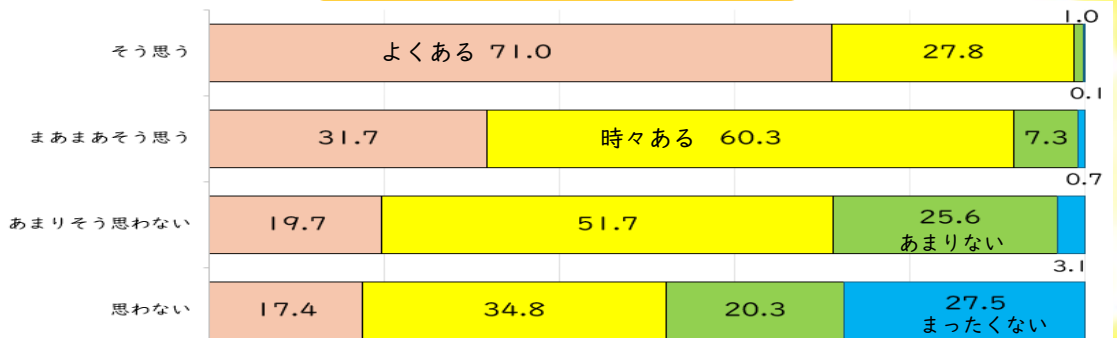


「先生や家の人はほめてくれている」と感じると幸せな気持ちになります

幸せな気持ちになる

中学2年生の結果（数字は%）
小学5年生も同様の結果

ほめてくれている



「令和7年度生活や学習、学級に関する調査」

（福井県内の小学校3年生から中学校3年生の全児童生徒が、6月と11月に回答する質問調査）

☆小さな「できた!」を見つけ、言葉にしてほめましょう!

○「結果」ではなく「プロセス」を具体的に伝えましょう

＜例＞「逆上がりができるようになってすごいね。」だけでなく、「毎日コツコツ練習していたのを見ていたよ。その努力が形になったね。」と伝えましょう。

○「評価」ではなく「共感・感謝」で伝えましょう

＜例＞「お手伝いしてえらいね。」より、「手伝ってくれたおかげで食事の準備が早く終わって助かったよ。ありがとう。」の方が効果的です。

○「その場」で「すぐ」に、「短い言葉」で伝えましょう

＜例＞日常の何気ない瞬間に、短い言葉やポジティブなリアクション（笑顔、ハイタッチ、うなずき）をそえて、「いいね!」と声をかけるだけでも十分です。



ほめられることで、子どもは「ありのままの自分を見られている」という安心感を感じることができます。

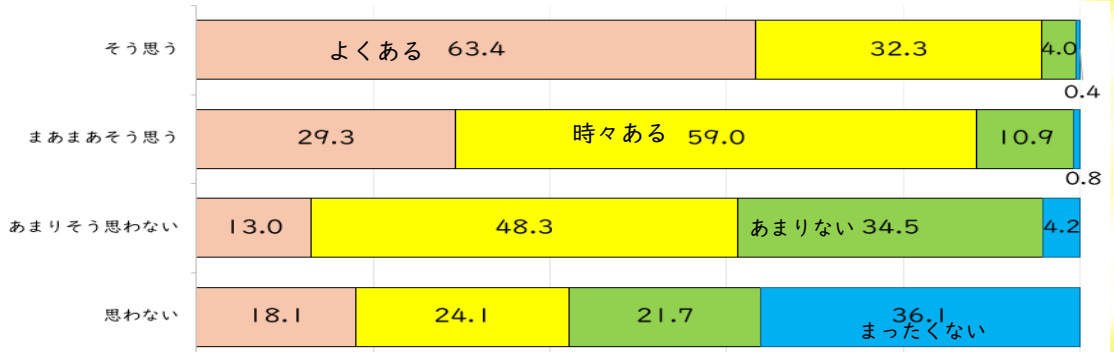


「支えられて生きている」と感じると幸せな気持ちになります

幸せな気持ちになる

小学5年生の結果（数字は%）
中学2年生も同様の結果

支えられて生きている



☆子どもたちに、安心の土台を届けましょう！

○子どもの「ありのままの存在」を肯定しましょう

＜例＞「あなたがいてくれてうれしい」など、^{アイ}I（私）メッセージで伝えると効果的です。

○子どもが困っているときは「サポーターであること」を伝えましょう

＜例＞「それはつらかったね。」と、ネガティブな気持ちを受けとめてから、「どうしたらいいか、一緒に考えよう。」と伝えると、「挑戦してみよう」と思えます。

○小さな努力や気持ちに気づいて言葉にしましょう

＜例＞「自分でやろうとした気持ち、ちゃんと伝わってきたよ。」と行動の背景にある気持ちを理解したことを伝えましょう。

困ったときは何でも相談してね！

いつもあなたのサポーターだよ！



あなたがいてくれて幸せだよ！

いつもあなたのことちゃんと見ているよ！

大人から理解され、支えてもらえて「愛されている」と実感したとき、子どもたちは様々な困難を乗り越えようと挑戦していけます！

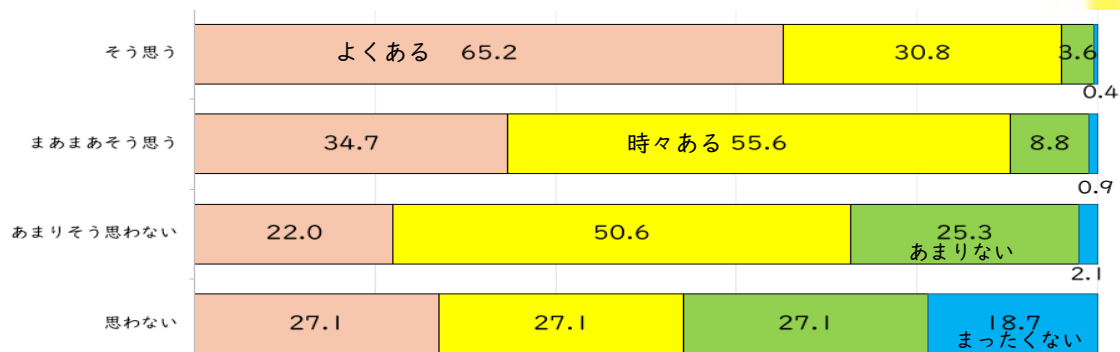


「失敗もためになる」と思えると幸せな気持ちになります

幸せな気持ちになる

小学5年生の結果（数字は%）
中学2年生も同様の結果

失敗もためになる



☆「失敗しても大丈夫」、が子どもの幸せを育てます！

○気持ちに寄り添い、悔しさを受けとめましょう

＜例＞「悔しかったね。そう感じるのは、それだけ頑張った証拠だよ。」と気持ちを言葉にしてもらうことで、立ち直る力が育ちます。

○次の一步を一緒に考えましょう

＜例＞「次はどうしてみようか。一緒に考えてみよう。」などと小さな改善や工夫を一緒にを見つけることで、前向きな気持ちが育ちます。

○失敗を否定せず、「経験の価値」を伝えましょう

＜例＞「失敗は成長のチャンスだね。」という言葉がけで、子どもは「失敗しても大丈夫」と感じ、安心感が育ちます。

失敗は成長の
チャンスだね！

今回は失敗した
と思うなら、そ
れを勉強の機会
にしよう！



テストの点数が今
ひとつだったんだね。
勉強法を見直せばい
いんじゃない？

悔しい気持ちにな
るのは一生懸命頑
張ったからだね！

「失敗しても大丈夫」という声かけが、子どもの「挑戦する力」と「幸せを感じる心」を育てます。

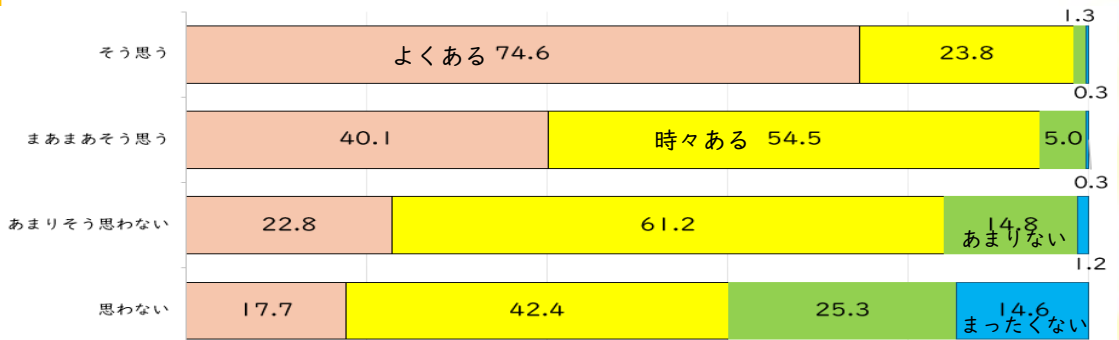


「自分にはよいところがある」と思えると幸せな気持ちになります

幸せな気持ちになる

中学2年生の結果（数字は%）
小学5年生も同様の結果

自分にはよいところがある



☆子どもの「よいところ」を認めるひと言が、「幸せを感じる心」を育てます！

○子どもの「よいところ」を具体的に言葉で伝えましょう

＜例＞「人の話をていねいに聞こうとしていたね。とても素敵だよ。」というように具体的に伝えることで「自分のよいところ」を実感しやすくなります。

○子どもの気持ちや選んだ行動を受けとめましょう

＜例＞「がんばろうと思った気持ち、ちゃんと伝わってきたよ。」など、「わかってもらえた」という経験が幸福感につながります。

○子どもの成長や変化に気づいて伝えましょう

＜例＞「少しずつできることが増えてきたね。うれしいね。」というような声かけで、自分の成長を感じられると、子どもは自然と幸せを感じやすくなります。

最後まであきらめずにやって
いたね！

前よりゆっくり考え
て行動できていたね。
成長しているね！



そんなふうにした
かったんだね。気持
ちを教えてくれて
ありがとう！

「思いやり」の強み
を使っていたね！

子どもの「よいところ」を伝え、成長の変化を見つけていく関わりが、「自分にはよいところがある」という実感を育て、子どもの幸せにつながります。

ウェルビーイング
福井の子どもたちのWell-Beingを育むために
県では、

「福井県版ポジティブ教育プログラム」

を推進しています

「失敗は成長のチャンス」
と考える

CHANCE

仲間と課題を
解決する

希望をもって
物事に取り組む

「福井県版ポジティブ教育プログラム」で育む力

夢中になって
取り組めるものがある

支えられて生きている
ことを感じる

困ったときには
「助けて」と言う



ポジティブ教育の授業の一つに「強みカード」を使った活動があります。この活動を通して、自分の「強み」を仲間のために使ったり、困ったときには仲間の「強み」を活かして助けてもらったりすることを学びます。ご家庭でも親子でお互いの「強み」について話題にしてみてください。



幸せな気持ちは前向きな姿勢を生みます。
家庭・地域・学校で力を合わせて
子どもたちを育てていきましょう！