

## 思いやりのある行動のために必要なこと

### ♥自分も相手も大切にする

思いやりには心の余裕が必要です。落ちこんでいたり、イライラしているときは、なかなか人に優しくできません。相手の気持ちを考えるとき、自分ならどう思うか、と考えることも大切。自分を大切にできる人は、相手も大切にできるはずです。

### ♥自分のマナーに気をつける

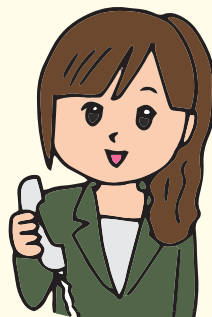
マナーは相手への心遣いです。気持ちのよいあいさつをする、人が話しているときは静かに聞く、約束の時間を守る、当たり前に見えるといいですね。

### ♥謙虚な気持ち

友だちとけんかした時、親や先生に怒られた時、自分が悪いと思ったら素直に謝りましょう。謝ることは勇気がいります。それは相手のことを一生懸命考えている証拠です。

### ♥笑顔

笑顔でいることは、自分はもちろん、まわりの人にもいい影響を与えます。あなたは今、笑顔ですか? 素敵な笑顔でみんなをハッピーにさせましょう。



スマートフォンでのトラブルや、いじめのことなどで困ったときは、すぐに誰かに相談しましょう。

### 《相談窓口》

高知市教育委員会 人権・こども支援課  
平日 8:30～17:15 ☎ 088-855-3701

高知市少年補導センター  
平日 8:30～17:15 ☎ 088-824-6671

ヤングテレホン  
(高知県警察本部少年課少年サポートセンター内)  
平日 8:30～17:15 ☎ 088-822-0809

高知地方法務局「こどもの人権110番」  
平日 8:30～17:15 ☎ 0120-007-110



発行/平成28年2月  
高知市市民協働部 人権同和・男女共同参画課  
〒780-8571 高知市本町5丁目1番45号  
TEL 088-823-9449  
FAX 088-823-9351  
メール kc-101800@city.kochi.lg.jp



# 思いやりの心を育てよう

今日みんなに  
あいさつした?

