



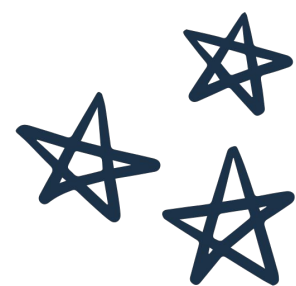
# ICTを活用した WELLBEINGな学級経営

三鷹市立第五小学校 岸名祐治

## 今日の流れ

- 1 自己紹介
- 2 「WELLBEINGな学級」とは...?
- 3 「WELLBEINGな学級」に向けてしていること
- 4 おわりに

# 1 自己紹介



## 岸名 祐治（きしなゆうじ）

- ・ 教員14年目
- ・ 令和4・5年度東京教師道場リーダー
- ・ 令和3年度東京都研究開発委員（情報教育）
- ・ ロイロ認定ティーチャー
- ・ GOOGLE認定教育者、GEG MITAKAリーダー
- ・ WELLBEING DIALOGUE CARD  
認定ファシリテーター
- ・ センセイトーク認定ファシリテーター

『ロイロノートのICT"超かんたん"スキル』  
時事通信社（共著）



**今の学級どうですか？**

---

## 2 「WELLBEINGな学級」とは...?

よりよい

状態

「WELL + BEING」

≡「幸せ」

よりよい状態

「WELLBEINGな学級」

**絶えない子どもトラブル...**

**親からのクレーム...**

**ほかの先生からの反応...**

**うまくいっているかわからない...**



# 「WELLBEINGな学級」の4要素

子ども

保護者

先生たち

自分自身

### 3 「WELLBEINGな学級」 に向けてしていること



「子ども」を**WELLBEING**に

「**WELLBEING DIALOGUE CARD**」を通して  
おたがいの価値観を知る、認め合う

# 「WELLBEING DIALOGUE CARD」

(慶応義塾大学大学院 前野隆司教授考案)

**「幸せの四因子」**を高める精選された52の問いを  
ランプのようにカード化

① やってみよう  
(自己実現と成 $\square$ の因子)



② ありがとう  
(つながりと感謝の因子)



## 幸せの4因子

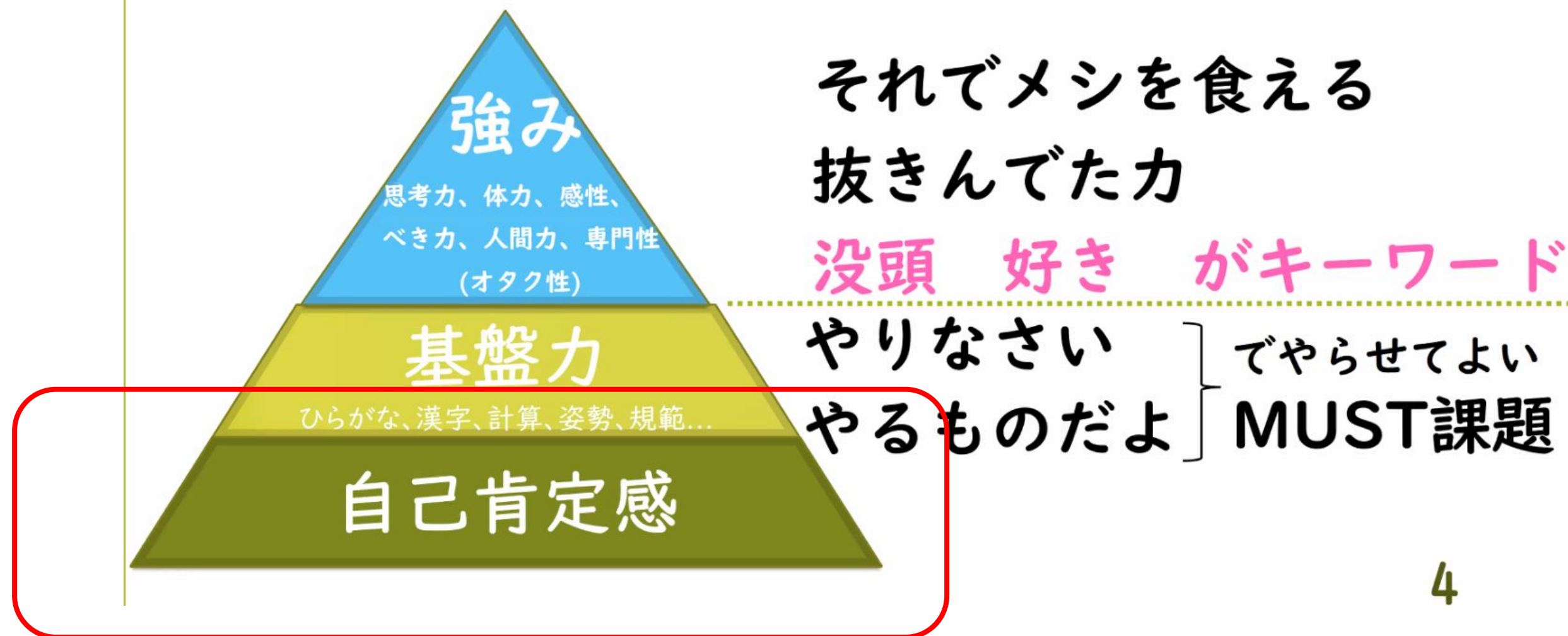
③ なんとかなる  
(前向きと楽観の因子)



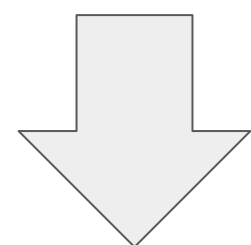
④ ありのままに  
(独立と自分らしさの因子)



# どんな能力を育てるか



比較・人目・コンプレックス・やらされ



「やってみよう」・「ありがとう」・「なんとかなる」・「ありのままに」

WELL-BEING Dialog Card for Children

種類	番号	WELLな問	種類	番号	WELLな問	種類	番号	WELLな問	種類	番号	WELLな問
♣	A	やる気があふれているのはなぜ？	♥	A	そんなにやさしいのはなぜ？	♠	A	前向きでいられるのはなぜ？	♦	A	ありのままにいられるのはなぜ？
スピード	2	すっごくやってみみたいことは？	ハート	2	「ありがとう」と思っていることは？	クロバ	2	身体が元気になるためにしていることは？	ダイヤ	2	自信をもって取り組んでいることは？
	3	今までにがんばったことは？		3	自分に対して「ありがとう」と言いたいことは？		3	細かなことでイライラしない工夫は？		3	楽しいことを心から味わうための工夫は？
	4	自分をもっと好きになるコツは？		4	あなたを応援してくれている人は誰？		4	リラックスする方法は？		4	人は人、自分は自分と心から思えるコツは？
	5	さらにパワーアップさせたい得意ワザは？		5	周りの人を笑顔にするワザは？		5	気持ちを切り替えるためのワザは？		5	新しいアイデアを出すワザは？
	6	みんなのことをまとめるポイントは何？		6	優しい気持ちを高める方法は？		6	ポジティブにチャレンジしていること		6	周りを気にせずに自分のやりたいことを

# 前野隆司先生とWBDCの子ども版を共同制作

	8	よい習慣を身につけるコツは？		8	「大切にされている」と感じるのはどんなとき？		8	うまくいかなかったことから学ぶコツは？		8	本気でやっていることは？
	9	迷ったときはどうやって決める？		9	苦手な人、嫌いな人を作らないためのコツは？		9	つらかったけれど、乗り越えられたことは？		9	反対されてもやりたいことは？
	10	こつこつ続けていることは？		10	みんなと一緒にがんばりたいことは何？		10	いろんな視点で考える方法は？		10	自分のいいところを伸ばすための方法は？
	J	急成長するための秘訣は？		J	人と信じあえる関係をつくるために心がけていることは？		J	なんでも「なんとかなる」と思う秘訣は？		J	枠にはまらず自由でいるポイントは？
	Q	「みんなの役に立ちたいなあ」と思っていることは？		Q	嫌だと思った人を、許せたのはどうして？		Q	楽しい未来のためにやっておきたいことは？		Q	自分らしい一日にするための秘訣は？
	K	未来の自分はどのように活躍している？		K	ありがとうの気持ちをいっぱい増やす秘訣は？		K	未来にわくわくするのはどんなとき？		K	あなたらしさとは何？
Joker		あなたにとってしあわせとは？	Joker		あなたにとってふしあわせとは？						




「学習支援クラウド」





・ロイロノート

・Googleクラスルーム

を活用して対話



 **8 大切にされていると感じるのはどんなとき？**

<p>終了 </p> <p><b>【ズバリ】</b> やさしくされているとき</p> <p><b>【理由】</b> やさしくされていると、大切にされているんだなと思ったから</p>	<p><b>【ズバリ】</b> 自分の過去についてしゃべられているとき</p> <p><b>【詳しく言うと】</b> 昔は足が遅かったけど、今では足が早くなった</p>	<p>  </p> <p><b>【ズバリ】</b> ・お母さんといっしょに寝ているとき</p> <p><b>【理由】</b> ・きれいだったらいっしょにねないとおもうから。</p>
---	--	---

ズバリ  
「これお願い」など頼まれるときです。  
くわしくいうと  
大切にされてないと大切な事も頼まれなと思うからです。

ズバリ  
「優しくされているとき」です。  
・理由は大切にされているんだなとおもうから大切にされてないときは優しくされなと思うからです。

ズバリ  
熱が出たりした時  
理由  
お母さんが心配して、お茶漬けなどをつくってくれるから

♥9 苦手な人、きらいな人を作らないためのコツは？

終了



編集

画面  
配信**ズバリ**

いやなことをされたことを  
をわすれる

くわしくいうと

いやなことを忘れれば嫌  
いじゃなくなる

**【ズバリ】**

そうなる前に関係を広め  
ておく

**【詳しく言うと】**

嫌いにならない前によい  
関係を作る

八方美人にならない

**【ズバリ】**

- 誰にでもおんなじくらい  
せつすること。

**【理由】**

- 一人だけにあまくすると  
他の人はいい気分になん  
ないから。

**ズバリ**


いろんな人のいいところをみつけ  
てあげればいいとおもいます。

くわしくいうと

いいところを見つければどんな人  
にも優しくできると思うからで  
す。




人に優しくする。

♥️ 7 いつも笑顔でいられるコツは？

終了 

楽しいことをたくさん考えます。理由は、楽しいことを考えると笑えるからです。

ズバリ  
毎日の楽しいことを思い浮かべる。  
理由  
毎日の楽しいことを思い浮かべるとそのことが楽しみになって笑顔になれる。



泣きたいときはなにかべつの待ちきれないとても楽しみなことを考える。  
もし、たのしみなことがなくてどうしても泣きたい気分ときは、心のなかでなく



ズバリ  
いやなことをなくす  
くわしくいうと  
いやなことあなければいやな感情になることがない


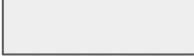
楽しいことを考えること  
理由  
楽しいことを考えると、楽しくなって笑顔になるから



ずばり いつも楽しく過ごすことです。  
理由 楽しいと笑顔になるから。



## ♡2 ありがたいと思っていることは？

  5月27日  
友達がいてくれること 😊  
← 返信

  5月27日  
いつもご飯作ってくれること「ママ」 🍷🍷  
返信 3 件

  5月27日  
自分と友達になってくれること。  
← 返信

  5月27日  
みんなが優しいからありがとうって言いたい  
返信 4 件

  5月27日  
お金とお母様ありがとう 🙏😊👍👍🙏🙏  
返信 4 件

9月21日  
分からない!  
返信 6 件

9月21日  
誰もいない所にいる。  
返信

9月21日  
好きな事をする。  
返信 5 件

◆J わくにはまらず、自由でいるポイントは？

9月21日  
良いですね～

9月21日 「共感」  
いいね🦋

9月21日  
自分でかいたものと似てる! 「自分との比較」

9月21日  
ありがとう♥ 「自己受容」

9月21日  
いいね🎵



♠ 8 迷ったときはどうやって決める？

**両手じゃんけん**

♥ 5 まわりの人を笑顔にするワザは？

**自分がまず笑顔になる**

♠K 未来の自分はどのような活躍をしている？

**総理大臣になって戦争をなくす**

5月と3月の2度

子どもたちの幸福度を定量分析

→WBDCの効果を検証

WELLBEING CIRCLE						
		5	4	3	2	1
1	最高の毎日過ごしている。	7	8	7	2	1
2	自分の毎日が大好きだ。	8	8	3	5	1
3	最近、元気に過ごしている。	16	5	2	1	0
4	最近、わくわくして過ごしている。	7	10	4	3	1
5	何かをするとき、何のためにするのかを考える。	8	10	3	1	2
6	自分にはとくいなことがある。	18	5	2	0	0
7	何かをするときは集中して取り組む。	16	6	2	0	1
8	楽しむときは思いっきり楽しむ。	23	2	0	0	0
9	様々なことを学んで成長したい。	17	6	2	0	0
10	アイデアをたくさん出せる。	7	10	5	2	1
11	自分のことがすきだ。	10	7	5	2	1
12	いろいろなことに「ありがとう」の気持ちを感じてい	14	7	2	0	0
13	だれかのお手伝いやおたすけをしたいと思う。	16	5	2	0	0
14	いやなことでも、いいよと思える。	8	7	6	0	1
15	人となかよくなるのが得意だ。	11	9	1	1	0
16	人と話すことが得意だ。	10	10	3	0	0
17	いろんなことに挑戦しようと思う。	14	8	1	0	0
18	悩みすぎない性格だ。	5	5	8	3	2
19	自分のペースで行動できている。	9	11	2	0	0
20	いつも元気いっぱいだ。	15	6	0	1	1
21	友達の考えを大切にする。	10	10	1	2	0
22	コツコツ取り組むことができる。	8	11	3	0	1
23	不安やイライラが少ない方だ。	4	5	6	5	3
24	いろんなことを知りたいと思う。	16	6	0	1	0

# 「ICT」のよさ

伝えにくいことが伝えやすくなる

→ 集団への安心感につながる

# ありがとうの一筆箋

お世話にな  
ってあります

11月10日 日直として21kmのキ行ができてよかった

お集まりの司会を上手にするのも大変

またおうちでもたくさほめて

あげてください

岸

ご家庭でも  
ぜひほめてあげて  
ください



お世話にな  
ってあります

11月10日は長たわ記録会(ゴゴータイト)がアツ

ました得意ではないけれどがんばって練習したと

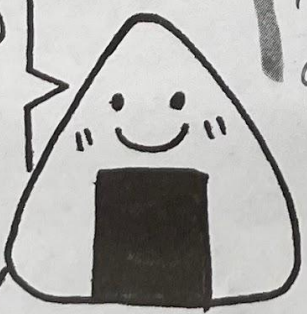
一生けん命取り組む姿に感動しました

たくさほめてあげてください

たたくさほめてあげてください

岸

ご家庭でも  
ぜひほめてあげて  
ください





**「保護者」をWELLBEINGに**

---

**学級の様子を発信**

# 学級の様子を発信



岸名祐治  
9月30日

【今日の3の1】 9/30

今日は歯科衛生士さんをお招きして歯の役割や歯みがきの仕方について教えていただきました。ものを噛む以外の歯の役割を知り、子どもたちは驚いている様子でした。



岸名祐治  
10月12日 (最終編集: 10月12日)

【遠足に向けて】

10月28日の遠足に向けて、実行委員を中心に目的や内容を話し合っています。子供たち中心で作り上げることに今からワクワクしているようです。



2022/10/12 10:31.png  
画像





**「先生たち」をWELLBEINGに**

**目標や取組を共有**



名前	①『よい授業』をするために目標にしたいことは何ですか？	②今、何点ですか？(100点満点)	③ ②の理由を教えてください。	④目標に近づくために何が必要だと思いますか？	⑤目標に近づくためにあなたは何ですか？(どんなに小さなまいもありません)
	【子供の対話でつくられる授業】ステップ0「あったかいクラス」ステップ1「聞けるクラス」ステップ2「話せるクラス」ステップ3「認め合えるクラス」	ステップ0 60点 ステップ1 30点 ステップ2 30点 ステップ3 20点	学年の特性でもあるが、現時点では、自分が発表出来れば満足という姿がクラスの半分以上を占めているため(ステップ1以降)	目標に掲げたステップを1つずつ褒めて価値づけ、学級文化としていくことが必要 ルール化するでは×	各ステップを意識した教師の掛けを実践していく。子供の良い行動(してほしいイナ)を張り褒めて価値づけして校内の先生方の子供への声掛けから「まねぶ」
	子供の話を聞き、授業につなげていく。①話しが聞ける(全体指導)②発言する機会がある③友達の発言が聞ける④認め合える⑤折り合いをつけて物事を決定する	60点	徐々に認め合える雰囲気が出ていく。相手の考えを認めながらより良い解決策へと意見を出し合えるようにしたい。	様々な経験が必要。学校生活の全てを通して学ぶことができる。	一人ひとりを認める。
	①子どもにとって、必要感のある授業。②ユニバーサルデザインを意識した授業	①5点②30点	①疑問に思わせたり、やりたいと思わせたり出来ないことが多い。教材によっては思いつかない。②置いて行かれる児童がいるため、みんなに分かるやすい授業を行う。	①子どもが予想していることや思ったことが違う場面を設定する。②視覚化や焦点化、掲示の工夫などを行う。	②指示や説明、発問を分かり
	対話を取り入れた授業。自分の考えを伝えるために、対を取り入れていく。教材との対話、ペアでの対話、グループでの対話。	50点。	慣れていない。自分が発表したいという思いは強い。	話すとき、聞くときのポイントを児童が考える。そのポイントを意識して対話ができるようにする。	
	【もう終わったの？と声が漏れるほど熱中する授業】①「～したい！」を大切にしたい導入 ②テンポ感や「静」と「動」を大切にしたい活動 ③時間に余裕のある計画	①50点 ②40点 ③0点	①子どもたちの学びたいという欲に甘んじているから。 ②ルーティーンを取り入れているものの、主活動が長い。 ③一単位時間で足りていない時がある。	①子どもたちとの関係作りの中で、実態を把握する。 ②交流と個人の活動を明確に分ける。 ③一単位時間35分で計画をする。	①交換授業をしながら、学年で放課後に情報交換をする。先輩いたり、授業を見てもらったり計画を作成する際に書き込む。うに、掲示で見える化する。

A	B	C	D	E	F
名前	目標	振り返り、気付き			
	8・9月	8月29日～9月2日	コメント	9月5日～9月9日	コメント
	<p>ステップ1「聞ける」クラス 1学期に引き続き、「聞ける」クラスづくりを継続して行っていく。まずは、子供の手本として大人が聞く姿勢を示す。その上で、話しやす雰囲気づくりを並行して行っていく。</p>	<p>2学期から朝のスピーチを始めた。話をしっかり聞き良い質問ができていく児童が多くみられる。今週は、子供の聞こうという意識の成長を強く感じられた。</p>	<p>うちの子はスピーチできるのだろうか…。岸名</p>	<p>国語の学習でも話すこと聞くことの学習をちょうど今週行った。すごいなと思ったこと。僕と同じと思ったこと。もっと詳しく知りたいと思ったこと。この3点を聞き手には意識させた。相手の話をよく聞き、意欲的に質問や感想を述べる姿が見られた。国語以外の時間にも広げていきたい。</p>	<p>聞く視点大事ですね。6年も使えそうな視点をありがとうございます。パクります！わたしも真似します！玉</p>
	<p>子供たちから様々な意見が出るようになった。2学期は「話す、聞く」を目標に指導する。聞こえる話し方、話したくなる聞き方ができるようにする</p>	<p>「友達に聞こえるように」という目標に向けて自信を持って発言する姿が見られるようになった。より多くの子供たちが発言できるように支援していく。</p>	<p>低学年での授業内の自信は学校生活全体に大きく関わるものですね。岸名</p>	<p>多くの子供たちが発言する機会をもてるように、「1日1回は発表すること」を伝えた。どの子にもチャンスがくるように配慮したり、誰でも分かるサービス発問などの提供を行う。そしてどのような発言に対しても賞賛していきたい。</p>	<p>サービス発問いいですね。やろう。岸名</p>
	<p>①めあてに対する振り返りを書けるようにしていく。②みんなの意見に耳を傾けられる環境づくり。話し相手の方を見る癖をつけていくために、聞き方が良い子を価値づけて褒める。③指示や発問の工夫。教師があまり話しすぎない。</p>	<p>①1年生は特にどのように振り返りを書けばいいのかかわからないので、例をあげたがみんな同じことを書いていた。低学年の振り返りの仕方についてこんな方法をしているなどあれば、ぜひ教えていただきたいです。②価値付けながら褒めることで聞こうとはするが、何も言わないと友達の方を見て聞く事が出来ない状況である。</p>	<p>まず、「全員同じことを書いている」ということを見取っている自分をほめてあげよう。1年生は記号を使った振り返りで十分なような気がします。最近では音声録音する振り返りもあるようです。岸名</p>	<p>①記号を使った振り返りを実践していこうと思った。どこまで理解できたのかについても、子ども一人一人に意識させていきたい。②今週は、少し友達の意見を聞いている児童がいた。なぜ聞く必要があるのかも含めて価値づけを行い定着させていきたい。</p>	<p>1年生の息子が人の話を聞いていたら奇跡だと思ってします。やっぱりレベル高いなの子たち。岸名</p>

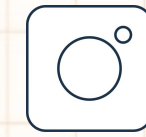


# 「自分自身」をWELLBEINGに

自分の好きなこと、ワクワクすることを優先

サードプレイスの「仲間」をつくる

悩みを共有する  
ワクワクを共有する



**（今の学級どうですか？）**

**あなたは楽しめていますか？**

# 4 おわりに



# 「幸せは伝染する」

Nichlas Christakis

