

私の価値観発見シート



私は何を

「大切にしたい」のか

※ワークショップ1用シート

	① 振り返ってみて 最も印象に残っている出来事	② なぜそれが、 印象に残っているかの理由	③ この体験から得たコト (これからも「大切にしたい」コト)
学校	漢字が苦手だった私に、担任の先生が「100回書いてみてごらん」と言われて書いてみたら、テストで初めて全部書けたこと。	苦手だった漢字テストが全問正解だったことが嬉しかった。 100回書いてもダメだと思っていたのに、やってみたら、ほんとに覚えられたことに驚いた。	繰り返す努力の大切さ。 まずは「やってみる」こと大切さ。
家族	弟が産まれて家に帰って来た日、家族4人でリビングに寝転がり、弟の小さな手が私の小指を握ったこと。	母が帰って来た嬉しさと、自分が兄になった実感が湧いたこと。弟の小さい手が私の指を握った時の温かさと、思っていた以上にぎゅっとされたことを覚えている。	家族の安心感の大切さ。 小さい子を大切に、守ってあげたい。
健康	楽しみにしていた文化祭の当日、朝から熱が出て、学校に行けず、参加できなかった。	一生懸命、準備してきたのに、参加出来なくなって、悔しかったり、悲しかったことが忘れられない	大切な日に向けて、体調を管理して、元気であることも、大切な準備だということ
趣味	家族全員で山歩きに出かけ、初めて石鎚山に登ったこと。	途中で何度もやめたくなったけれど、頂上についた時の達成感と景色の美しさは、今も忘れられません。	途中でやめないこと。最後まで行ってみるといい事もあること。
社会貢献 (地域活動やボランティアなど)	町内のお祭りで獅子舞をした時、訪問先の高齢者施設のお婆さんが、ありがとう、ありがとうと何度も言ってくれたこと	朝から何件も獅子舞をして、少ししんどかった時に、笑顔で握ってくれた手が温かくて、ありがとうと言われて、嬉しかった事を覚えている	お婆さんに喜ばれたことが嬉しかった。しんどくなくても、誰かが喜んでくれると、自分も嬉しいこと。

作成日: 2023年7月1日(15歳)

私の価値観発見シート



私は何を
「大切にしたい」のか

※ワークショップ1用シート

	① 振り返ってみて 最も印象に残っているエピソード(出来事)	② なぜそれが、 印象に残っているかの理由	③ その体験から得た、 これからも「大切にしたい」コト
学校			
家族			
健康			
趣味			
社会貢献 (地域活動やボランティアなど)			

作成日: 年 月 日(歳)