

私の居場所は…

～私を否定しないで受け止めてくれる人やそんなあたたかい人たちがいる場所～

ワーク1

- ①あなたにとって、自分の気持ちや意見を否定しないで聴いてくれる人は誰ですか？
また、そんな人たちがいてほっとできる居場所はどんなところですか？

人について	居場所について
家族	家
父	部屋
母	お風呂
祖父	学校
祖母	教室
友人	部室
同級生	遠い場所
先生	

- ②あなたが、自分の気持ちや意見を否定しないで聴いてくれる人やそんな人たちがいて、
ほっとできる場所に行く理由（メリット）はなんですか？

明るい気持ちでいれる	共感してもらえる
アドバイスをくれる	人生のヒントをくれる
ありのままでいれる	好きなことをしながら話せる
安心できる	スッキリする
行きたいから	整理できる
受け入れてくれる	楽しい
嬉しい	別の視点の考えが知れる
落ち着く	前向きになれる
気持ちを知ってほしい	理解してくれる

ワーク 2

これから古河市に「こんな居場所があったら行きたいな～」と思う場所はどんなところですか？現実的に叶いそうな場所でも、夢のような場所でも…自由に考えてみましょう。

1. レジャー・エンターテイメント施設

アミューズメント施設	スケート場
ワインタースポーツ	テーマパーク
ウォータースライダーのあるプール	トランポリンで遊べる場所
映画館	プラネタリウムが見れる場所
カラオケ	メダルゲーム
鮭水族館	遊園地
室内遊園地	遊園地のジェットコースター
水族館	

2. ショッピング・小売店

大型スーパー	生活雑貨店
お菓子の品揃えが多いコンビニ	中古ショップ
グッズ販売店	ディスカウントストア
ゲーム販売店	バスケショップ
シャーペン専門店	複合商業施設
商店街	漫画屋
ショッピングセンター	洋服屋
ショッピングモール	100 円ショップ

3. 飲食店

アイスクリーム専門店	ファミリーレストラン
甘いものが食べれる場所	抹茶屋
おいしいお肉がある場所	焼肉屋
スイーツショップ	ラーメン屋
ファストフード店	

4. 自然・アウトドア・スポーツ施設

大きい体育館	本と雪が両立している場所
スキーができる場所	山
友達と遊べる公園	雪があるところ
星が見える場所	

5. 文化・学習施設

大きな図書館	大学
カフェスペースがある図書館	分かりやすい勉強内容が書いている本が置いてある場所

6. サービス・リラクゼーション施設

温泉	寝そべってリラックスできる場所
サウナ	ネットカフェ
好きなことができるレンタルスペース	防音室
テレビをたくさん見れる場所	両替場

7. その他の場所

おもしろいところ	都会っぽい場所
観光スポット	友達と遊べる場所
楽しいところ	