



by ネオハル

見守り制度 取扱説明書

～あなたの「いいところ」を、だれかがそっと見守っています～



📦 このキットのつかいみち（用途）

チームの雰囲気をよくしたい

前向きに話せる場作り

このキットは、チームの中でそっと誰かを見守るための道具です。
見守るだけでも、チームの空気はやわらかくなります。

キットに入っているもの

- ☐ 見守りカード 📄 × 数枚
- ☐ 見守りポスト 📬 × 1
- ☐ この説明書 📖 × 数枚

📝 どうやって使うの？（用法）

1 相手を決める



くじなどで、見守る相手をひとり決めます

2 そっと見守る



期間中、その人をさりげなく見守りましょう

3 カードに記入



期間の終わりに、見守りカードに気づきを書いて

4 ポストに入れる



カードが書けたら、見守りポストに入れてください

✅ 1 回のやり方（用量）

参加人数	5人程度（慣れてきたら増やして OK）
見守り期間	1週間くらい（短くても OK、1ヶ月推奨）

⚠️ ちゅういすること

- 💡 相手にプレッシャーをかけないように、そっと見守ってください。
- 💡 見守るのがむずかしい日は、できるところまでで大丈夫です。
- 💡 カードはポストに入れるまでがゴールです！忘れずにお願いします。
- 💡 カードの内容は「すごい」「いいな」と思ったことであればなんでも OK です。

🔗 見守りキットの効能

- ♥ チームの中で「ありがとう」や「いいね」がふえます。
- ♥ ふだん話さない人とも、ちょっと近づけます。
- ♥ 見守ってもらった人はうれしくなります。
- ♥ 自分も「いいところを見る力」がつきます。

🌱 さいごに

だれかの「いいところ」に気づけると、その人も、自分もちょっと元気になります。

このキットは、見えない“やさしさ”をチームにふやすためのものです。**まずは気軽に、1枚のカードから始めてみてください。**