

# 1 <sup>じゅうじつ</sup> 充実した学校生活をめざして

対象学年：1年生（9月実施）

## 1．題材：集団の中で目標を立てて自己を向上させる

内容 （1）学級や学校の生活づくり

ウ 学校における多様な集団の生活の向上

## 2．題材について

### (1)生徒の実態

入学して5ヶ月たち、生徒は落ち着いて生活しているように見え、学級での様々な活動も充実してきている。しかし、生徒間では思いやりを欠いた言動も増え始め、人間関係の修復がうまくいかなかったり、自分に自信を持てなくなってきたと思われる場面もあった。一人一人が他者も認め集団を大切にしながらも、自己有用感をもって生活していくことが求められている。

### (2)題材設定の理由

これまでの活動の中で、積極性と達成感との関わりを考え、目標を設定することで、日常生活での様々な活動に対して意欲的になると考えた。また、設定した目標に対し、友達からのアドバイスを聞くことで、集団を大切にすることを育み、生徒自身が集団の中で共に成長し自主的、自律的に活動することに役立つと考えて設定した。

## 3．指導のねらい

学習や行事、係活動、部活動、生活面など今までの中学校生活を振り返った上で、より充実した生活を送ることができるように、新たな生活目標を立てさせる。また、友達との関わりを通して、自己肯定感・自己有用感を高め、集団の中で共に成長していこうとする態度を育む。

## 4．学級活動（1）の評価規準

集団活動や生活への 関心・意欲・態度	集団や社会の一員としての 思考・判断・実践	集団活動や生活についての 知識・理解
学級や学校の生活の充実と向上にかかわる問題に関心をもち、他の生徒と協力して、自主的、自律的に集団活動に取り組もうとしている。	学級や学校の一員としての自己の役割と責任を自覚し、他の生徒の意見を尊重しながら、集団におけるよりよい生活づくりなどについて考え、判断し、信頼し支え合って実践している。	充実した集団生活を築くことの意義や、学級や学校の生活づくりへの参画の仕方、集団として意見をまとめる話し合い活動の仕方などについて理解している。

## 5. 指導の過程

### (1) 事前の指導と生徒の活動

5ヶ月間の中学校生活で、学習、行事、係活動、部活動、生活面について、自分の取り組みが意欲的であったかを振り返る目的で、アンケート「充実した中学校生活をめざして」をとる。その中で、積極性と達成感との関わりを考える。

### (2) 本時の指導と生徒の活動

本時の活動テーマ「充実した中学校生活をめざして」

本時のねらい

今までの中学校生活を振り返り、集団の中での基本的な生活習慣を見直し、集団の中で共に成長していこうとする態度を育む。

本時の展開

	活動の内容	指導上の留意点	目指す生徒の姿と評価方法
活動の開始 10分	<p>1 本時の活動の流れについて説明を聞く。</p> <p>2 入学してから5ヶ月間の出来事をビデオを見て思い出し、自らの活動を振り返る。</p> <p>3 【資料】50インチテレビで映されたアンケートの結果のグラフを見て、全体的な傾向を知る。</p>	<p>・本時の活動の流れを説明する。</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <p>本時の活動の流れ</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 中学校生活の振り返り</li> <li>2. 思いやりの心を考える</li> <li>3. 生活習慣を考える</li> <li>4. 新たな目標をたてる</li> <li>5. 意見交換</li> </ol> </div>	
	<p>4 ワークシート「1. 今までの生活を振り返ってみよう」を個人で考え記入し、グループで積極性と達成感について考える。学級内で何人が発表する。</p>	<p>・アンケート結果を見て、自分の取り組みと学級の仲間の取り組みを比較する。また、積極性と達成感について考え、意欲的に取り組むことの大切さに気付かせる。</p>	<p>【関心・意欲・態度】</p> <p>・中学校生活を振り返り、自分の生活を分析しようとしている。</p> <p>〔観察〕</p>

活動の展開	5 ワークシート「2. 思いやりの心を大切に、仲間と共に生活しよう。」を読み、友達とのかかわりの中で嬉しかったことを記入する。	・集団生活の中で、協力することの大切さを説明させる。 また、友達の支えの中で生活していることに気付かせる。	【関心・意欲・態度】 ・学級や生活の充実と向上にかかわる問題に関心をもち、自主的、自律的に集団生活に取り組もうとしている。 〔ワークシート〕
	6 ワークシート「3. 基本的な生活習慣を身に付けよう。」を記入し、学級で発表する。	・集団生活では基本的な生活習慣を身に付けることが大切なことに気付かせる。	
	7 ワークシート「4. 充実した中学校生活のために。」を考え記入し、学校生活の中での新しい目標をたてる。	・これからの中学校生活で心がけて欲しいことを挙げて、具体的な目標をもたせる。	【思考・判断・実践】 ・学級や学校の一員としての自己の役割と責任を自覚して、生活しようとしている。 〔ワークシート〕
活動のまとめ	8 ワークシート「友達からアドバイスをもらいましょう。」の欄についての説明を聞き、グループ内でワークシートを回し読みし、アドバイスを記入する。	・目標をもち、達成させるためには、自分だけでなく、周りの人にも見てもらうことで、共に成長していこうとすることの大切さを伝える。	【関心・意欲・態度】 ・生活の充実と向上にかかわる問題に関心をもち、他の生徒と協力して、課題解決に取り組もうとしている 〔ワークシート〕

\* 編集委員が実践した際の評価規準は「ゴシック体(太字)」で示しています。他は設定可能と考えられる観点です。

## 6. 本題材の工夫例

入学して5カ月、学校行事など様々な経験を通して中学校生活に慣れ始めた。そこで自らの取り組みを振り返り、新たな目標を立てることでより充実した学校生活を送ろうとする態度を育むことにつながると考えた。その中で、他者と意見交換をすることでより幅広い考え方を身に付けられるよう実践していく。

また、導入では入学後5カ月間の振り返りビデオを用いるとともに、50インチテレビでアンケートのグラフを提示するなど、ICTを活用し本学習への意欲を高める。

\* 実践例(次ページに掲載)

3. 基本的な生活習慣を身に付けよう。

「基本的な生活習慣」とは、何でしょうか。簡単に言うと、「よりよい生活を送るために必要であり、身に付けておくもの」のことです。「基本的な生活習慣」は、自分自身で意識して、毎日の生活の中でしっかり身に付けていくことが大切です。次の項目は家庭・地域や学校生活で大切な項目です。

次の項目をチェックしてみよう♪ (身に付いていれば、□にシ点を！)

◎家庭や地域の中で

- 毎日規則正しい生活を送る。
- 家の手伝いを進んで行う。
- 社会のルールやマナーを守る。

◎学校生活の中で

- 時間を守って行動する。
- 忘れ物をしないようにする。
- 自分の役割を自覚し、積極的に取り組む。
- 学校のルールや約束を守る。

しっかりとできていない項目は、これから努力しましょう。また、このほかにも考えられる項目があれば書いてみましょう。

4. 充実した中学校生活のために。

振り返ってきたように、中学校には、様々な活動の場面があります。そのような場面で、仲間とともに活動することで信頼関係を深めることができるでしょう。また、力を合わせて一つの目標を成し遂げたときの達成感や喜びは、次の目標に向かって挑戦しようとする新たな気持ちを生み出します。様々な活動に取り組むことで得られる経験は、自分の成長につながる貴重なものとなり、中学校生活の大切な思い出になることでしょう。残りの2年半をより充実したものにするために、どのようなことを心がけて生活をしていったらよいのでしょうか。

【なりたい自分】

どのようなことを心がけ、どんな中学校生活にしていきたいか書いてみましょう。

何にも積極的に取り組む。楽しい中学校生活にしていきたい。

アドバイザー (扶元川たつき)

あなたの考えを友達に話し、アドバイスを書いてもらいましょう。

アドバイザー

アドバイザー

積極的にがんばる！！

いいですね。その気持ちが大変です。よく頑張る。

楽しい生活を送れるといいですね。

1 充実した学校生活をめざして

約5ヶ月前、期待に胸をふくらませ、中学校生活がスタートしました。この期間の中学校生活は充実したものとなっているでしょうか。そして、残りの2年半をより充実したものにすることは、どのようなことを心がけて生活をしていったらよいのでしょうか。

1. 今までの生活を振り返ってみよう。

今までの中学校生活を振り返って、学習について、体育祭などの学校行事について、係・委員会活動について、生活面について、自分の取り組みを振り返ってみよう。そして、今後どのような取り組み、さらに自分自身を伸ばしていけるかが最も大切なことです。

これまでの活動に対する、「積極性と達成感」を振り返って、感じたことをまとめてみましょう。

積極的に積極的に取り組んでいない。テストへの取り組みが低い。体育祭では、積極性と達成感とも高。学校行事への取り組みが良い。生活面への取り組みが低い(特に清掃)。部活はがんばっているけど、係や委員会への取り組みが低い。積極性が無い。達成感も高くない。

2. 思いやりの心を大切に、仲間とともに生活しよう。

学校では、それぞれ違った個性をもった人が生活をともにしています。多くの人の考え方を知ることが、これから社会の一員として自立するあなたにとって、とても大切なことです。まず自分自身を知り、自分のよいところを見つけてみましょう。そして、人と人とのふれあいを大切にする人間関係を、自分からつくっていくきましょう。そのためには、周りの人のよいところも見つけ、互いを理解し、認め合い、協力しながら生活していくことが大切です。個性を尊重し、互いに思いやる心を大切にすることで、あなた自身の個性を一層伸ばすことができるはずです。

これまでで友達から「言ってもらって嬉しかったこと」または「してもらって嬉しかったこと」を考えてみよう。

みんなが技術の時間とよば、身をつたってくれた。みんなが宿題をいっしょにやってあげた。

3. 基本的な生活習慣を身に付けよう。  
 「基本的な生活習慣」とは、何でしょうか。簡単に言うと、「よりよい生活を送るために必要であり、身に付けておくもの」のことです。「基本的な生活習慣」は、自分自身で意識して、毎日の生活の中でしっかりと身に付けていくことが大切です。次の項目は家庭・地域や学校生活で大切な項目です。

次の項目をチェックしてみよう♪（身に付いていれば、□にレ点を！）

◎家庭や地域の中で

- 毎日規則正しい生活を送る。
- 家の手伝いを進んで行う。
- 社会のルールやマナーを守る。

◎学校生活の中で

- 時間を守って行動する。
- 忘れ物をしないようにする。
- 自分の役割を自覚し、積極的に取り組む。
- 学校のルールや約束を守る。

しっかりとできていない項目は、これから努力しましょう。また、このほかにも考えられる項目があれば書いてみましょう。

4. 充実した中学校生活のために。  
 振り返ってきたように、中学校には、様々な活動の場面があります。そのような場面で、仲間とともに活動することで信頼関係を深めることができます。また、力を合わせて一つの目標を成し遂げたときの達成感や喜びは、次の目標に向かって挑戦しようとする新たな気持ちを生み出します。様々な活動に取り組むことで得られる経験は、自分の成長につながる貴重なものとなり、中学校生活の大切な思い出になることでしょう。残りの2年半をより充実したものにするために、どのようなことを心がけて生活をしていったらよいのでしょうか。

【なりたい自分】  
 どのようなことを心がけ、どんな中学校生活にしていきたいか書いてみましょう。

自分のルールを守りたい。他のメンバーにも、自分が自分の役割をしっかりと果たすように頑張りたい。いろいろなことが中学校で楽しい生活をしていくことができてほしいです。

あなたの考えを友達に話し、アドバイスを書いてもらいましょう。	アドバイザー
アドバイス	アドバイス
学校生活を楽しくする為に、イベントを企画したいです。	
学校のルールを守り、自分の役割をしっかりと果たすように頑張りたいです。	
自分の役割をしっかりと果たすために、きめ細やかなコミュニケーションをとりたいです。	

## 1 充実した学校生活をめざして

1. 今までの生活を振り返ってみよう。  
 今までの中学校生活を振り返って、学習について、体育祭などの学校行事について、係・委員会活動について、生活面について、自分の取り組みを振り返ってみよう。そして、今後どのように取り組み、さらに自分自身を伸ばしていけるかが最も大切なことです。

これまでの活動に対する、「積極性と達成感」を振り返って、感じたことをまとめてみましょう。

みんな体育祭への取り組みや、部活への取り組みが、とても良いの。答えている人が多かったので、学校行事にみんなががんばって取り組んでいるのが、とても嬉しいと思いました。

2. 思いやりの心を大切に、仲間とともに生活しよう。  
 学校では、それぞれ違った個性をもった人が生活をともにしています。多くの人の考え方をすることは、これから社会の一員として自立するあなたにとっても大切なことです。まず自分自身を知り、自分のよいところを見つけよう。そして、人と人とのふれあいを大切にする人間関係を、自分からつくっていくべきです。そのためには、周りの人のよいところも見つけ、互いを理解し、認め合い、協力しながら生活していくことが大切です。個性を尊重し、互いに思いやる心を大切にすることで、あなた自身の個性を一層伸ばすことができるはずです。

これまでに友達から「言ってもらって嬉しかったこと」または「してもらって嬉しかったこと」を考えてみよう。

自分がうまかったときや、友達に褒められたとき、バドミントンやバレーが得意な人のような声をかけてくれたとき、こうお話ししてくれました。他にも色々なお話を、聞いてとても他のみんなががんばって、頑張っていました。

3. 基本的な生活習慣を身に付けよう。

「基本的な生活習慣」とは、何でしょうか。簡単に言うと、「よりよい生活を送るために必要であり、身に付けておくもの」のことです。「基本的な生活習慣」は、自分自身で意識して、毎日の生活の中でしっかりと身に付けていくことが大切です。次の項目は家庭・地域や学校生活で大切な項目です。



次の項目をチェックしてみましょう！ (身に付いていれば、□にレ点を！)

◎ 家庭や地域の中で

- 毎日規則正しい生活を送る。
- 家の手伝いを進んで行う。
- 社会のルールやマナーを守る。

◎ 学校生活の中で

- 時間を守って行動する。
- 忘れ物をしないようにする。
- 自分の役割を自覚し、積極的に取り組む。
- 学校のルールや約束を守る。

しっかりできていない項目は、これからは、**努力**しましょう。  
また、このほかにも考えられる項目があれば書いてみましょう。

4. 充実した中学校生活のために。

振り返ってきたように、中学校には、様々な活動の場面があります。そのような場面で、仲間とともに活動することで信頼関係を深めることができるでしょう。

また、力を合わせて一つの目標を成し遂げたときの達成感や喜びは、次の目標に向かって挑戦しようとする新たな気持ちを生み出します。様々な活動に取り組むことで得られる経験は、自分の成長につながる貴重なものとなり、中学校生活の大切な思い出になることでしょう。

残りの2年半をより充実したものにするために、どのようなことを心がけて生活をしていったらよいのでしょうか。



【なりたい自分】

どのようなことを心がけ、どんな中学校生活にしていきたいか書いてみましょう。  
人を傷つけず、やさしく、誰にでも平等に接し、みんなと明るくやっつけようという気がない。スポーツや勉強の前に、友達との関係を大事にする!!



あなたの考えを友達に話し、アドバイスを書いてもらいましょう。

アドバイザー

アドバイス

- 
- 
- 

関係を大事にしたら、いろんなことも解決できるかも。  
友達と仲良く話せば何でも解決できる。  
友達関係を大事にこれからはみんなは。

1 充実した学校生活をめざして

約5ヶ月前、期待に胸をふくらませ、中学校生活がスタートしました。この期間の中学校生活は充実したものとなっているでしょうか。そして、残りの2年半をより充実したものにするために、どのようなことを心がけて生活をしていったらよいのでしょうか。

1. 今までの生活を振り返ってみよう。

今までの中学校生活を振り返って、学習について、体育祭などの学校行事について、係・委員会活動について、生活面について、自分の取り組みを振り返ってみましょう。そして、今後どのように取り組むか、さらに自分自身を伸ばしていけるかが最も大切なことです。



これまでの活動に対する、「積極性と達成感」を振り返って、感じたことをまとめてみましょう。

部活動にみんなは多く積極的に参加していたけれど、自分は外の野球チームとのポジションが難しく、退屈していた。達成感が無い。練習前は先輩達の気持ちは受け取って、みんなが一生懸命に回りをサポートしていた。やはり指導者の積極性、達成感もモチベーションに繋がっている。練習後、試合結果に積極性も達成感も無い。練習後とか。

みんな全体的によくできていると思う。

2. 思いやりの心を大切に、仲間とともに生活しよう。

学校では、それぞれ違った個性をもった人が生活をともにしています。多くの人の考え方を知ること、これから社会の一員として自立するあなたにとつて、とても大切なことです。

まず自分自身を知り、自分のよいところを見つけてみましょう。そして、人と人とのふれあいを大切に、人間関係を、自分からつくっていくべきです。そのためには、周りの人のよいところも見つけ、互いを理解し、認め合い、協力しながら生活していくことが大切です。個性を尊重し、互いに思いやりの心を大切にすることで、あなた自身の個性を一層伸ばすことができるはずです。



これまでに友達から「言ってもらって嬉しかったこと」または「してもらって嬉しかったこと」を考えてみよう。

忘れずに、とりこぼさないように、トランプに荷物を持ってきた。朝、友達と学校に行くときに、おひげは、いつも写、いつも写、いつも写、机の上の物がとばされたまま、それを拾って休た。先生がみんなの心を重たすDVDをつくってくれた。いつも明るく接してくる友達がいる。他にも村がいくつかいい意識した。みんなにやってくれてもらった。

友達みんなやさしくて、自分もそうできると頑張った。

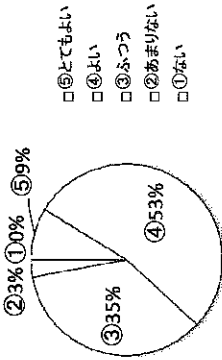


# 「充実した学校生活を旨して」事前アンケート ●年●組集計結果

①クラス全体の取り組みと自分の取り組みを比べて、感じたことを書いてみよう。  
②グループで感じたことを考えよう。

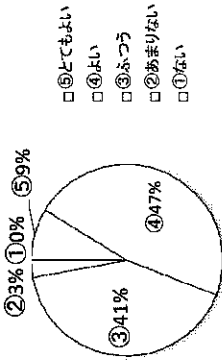
## 教科の学習

1. 授業への取り組み(積極性)



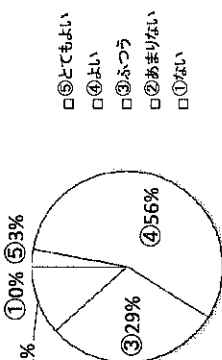
- ⑤とてもよい
- ④よい
- ③ふつう
- ②あまりない
- ①ない

1. 授業への取り組み(達成感)



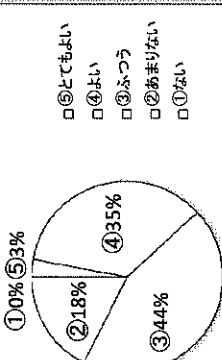
- ⑤とてもよい
- ④よい
- ③ふつう
- ②あまりない
- ①ない

2. テストへの取り組み(積極性)



- ⑤とてもよい
- ④よい
- ③ふつう
- ②あまりない
- ①ない

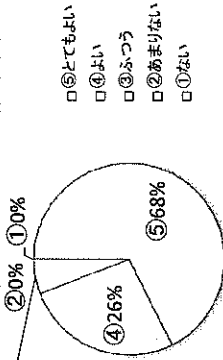
2. テストへの取り組み(達成感)



- ⑤とてもよい
- ④よい
- ③ふつう
- ②あまりない
- ①ない

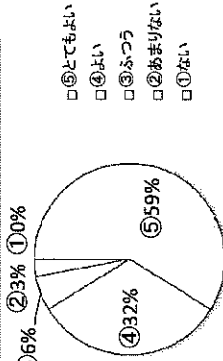
## 学校行事

3. 体育祭への取り組み(積極性)



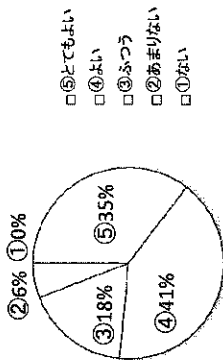
- ⑤とてもよい
- ④よい
- ③ふつう
- ②あまりない
- ①ない

3. 体育祭への取り組み(達成感)



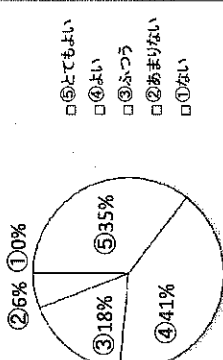
- ⑤とてもよい
- ④よい
- ③ふつう
- ②あまりない
- ①ない

4. 校外学習への取り組み(積極性)



- ⑤とてもよい
- ④よい
- ③ふつう
- ②あまりない
- ①ない

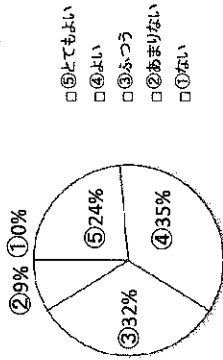
4. 校外学習への取り組み(達成感)



- ⑤とてもよい
- ④よい
- ③ふつう
- ②あまりない
- ①ない

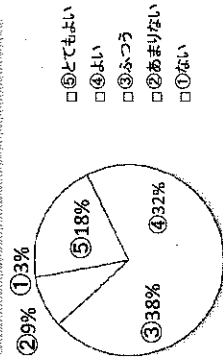
## 係・委員会・部活

5. 係・委員会の取り組み(積極性)



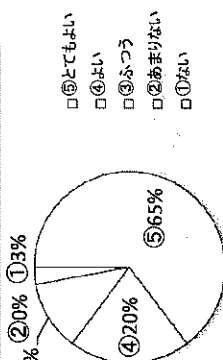
- ⑤とてもよい
- ④よい
- ③ふつう
- ②あまりない
- ①ない

5. 係・委員会の取り組み(達成感)



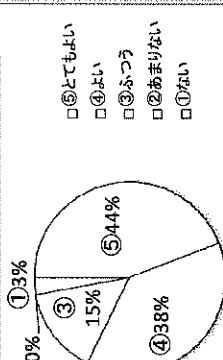
- ⑤とてもよい
- ④よい
- ③ふつう
- ②あまりない
- ①ない

6. 部活動への取り組み(積極性)



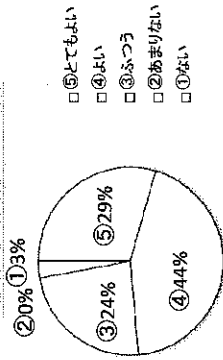
- ⑤とてもよい
- ④よい
- ③ふつう
- ②あまりない
- ①ない

6. 部活動への取り組み(達成感)



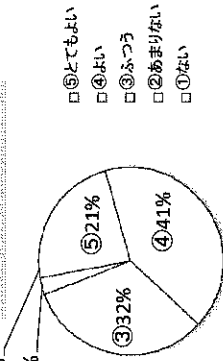
- ⑤とてもよい
- ④よい
- ③ふつう
- ②あまりない
- ①ない

7. あいさつ(積極性)



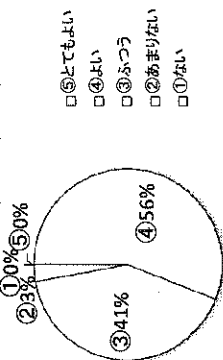
- ⑤とてもよい
- ④よい
- ③ふつう
- ②あまりない
- ①ない

7. あいさつ(達成感)



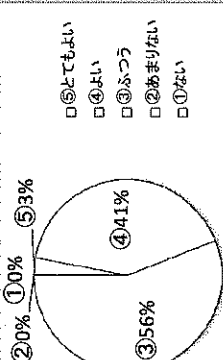
- ⑤とてもよい
- ④よい
- ③ふつう
- ②あまりない
- ①ない

8. 清掃への取り組み(積極性)



- ⑤とてもよい
- ④よい
- ③ふつう
- ②あまりない
- ①ない

8. 清掃への取り組み(達成感)



- ⑤とてもよい
- ④よい
- ③ふつう
- ②あまりない
- ①ない



事前

## 「充実した中学校生活をめざして」事前アンケート

4つの項目<sup>こうもく</sup>について質問します。5ヶ月の中学校生活から、感じたことを5段階で答え、をしよう。  
 (5 とてもよい、4 よい、3 ふつう、2 あまりよくない、1 よくない)

	活動の場面	自分の積極性 (がんばり度)	達成感・充実感 (満足度)	特にがんばったこと (思い出)
教科の学習	授業への取り組み	5・4・3・2・1	5・4・3・2・1	
	テストへの取り組み	5・4・3・2・1	5・4・3・2・1	
学校行事	体育祭への取り組み	5・4・3・2・1	5・4・3・2・1	
	校外学習への取り組み	5・4・3・2・1	5・4・3・2・1	
係・部活動	係、委員会への取り組み	5・4・3・2・1	5・4・3・2・1	
	部活動への取り組み	5・4・3・2・1	5・4・3・2・1	
生活面	あいさつができた	5・4・3・2・1	5・4・3・2・1	
	清掃への取り組み	5・4・3・2・1	5・4・3・2・1	

組 番 名前

# 1 <sup>じゅうじつ</sup> 充実した学校生活をめざして

約5ヶ月前、期待に胸をふくらませ、中学校生活がスタートしました。この期間の中学校生活は充実したものとなっているでしょうか。そして、残りの2年半をより充実したものにするためには、どのようなことを心がけて生活をしていったらよいのでしょうか。

## 1. 今までの生活を振り返ってみよう。

今までの中学校生活を振り返って、学習について、体育祭などの学校行事について、係・委員会活動について、生活面について、自分の取り組みを振り返ってみましょう。そして、今後どのように取り組み、さらに自分自身を伸ばしていけるかが最も大切なことです。



これまでの活動に対する、「積極性と達成感」を振り返って、感じたことをまとめてみましょう。

## 2. 思いやりの心を大切にし、仲間とともに生活しよう。

学校では、それぞれ違った個性をもった人が生活をともにしています。多くの人の考え方を知ることが、これから社会の一員として自立するあなたにとって、とても大切なことです。

まず自分自身を知り、自分のよいところを見つけましょう。そして、人と人とのふれあいを大切に人間関係を、自分からつくっていきましょう。そのためには、周りの人のよいところも見つけ、互いを理解し、認め合い、協力しながら生活していくことが大切です。個性を尊重し、互いに思いやる心を大切にすることで、あなた自身の個性を一層伸ばすことができるはずです。



これまでに友達から「言ってもらって嬉しかったこと」または「してもらって嬉しかったこと」を考えてみよう。

### 3. 基本的な生活習慣を身に付けよう。

「基本的な生活習慣」とは、何でしょうか。簡単に言うと、「よりよい生活を送るために必要であり、身に付けておくもの」の事です。「基本的な生活習慣」は、自分自身で意識して、毎日の生活の中でしっかり身に付けていくことが大切です。次の項目は家庭・地域や学校生活で大切な項目です。



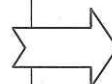
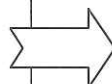
次の項目をチェックしてみましょう♪ (身に付いていれば、□にレ点を！)

#### ◎家庭や地域の中で

- 毎日規則正しい生活を送る。
- 家の手伝いを進んで行う。
- 社会のルールやマナーを守る。
- 

#### ◎学校生活の中で

- 時間を守って行動する。
- 忘れ物をしないようにする。
- 自分の役割を自覚し、積極的に取り組む。
- 学校のルールや約束を守る。
- 



しっかりできていない項目は、これから努力しましょう。

また、このほかにも考えられる項目があれば書いてみましょう。

### 4. 充実した中学校生活のために。

振り返ってきたように、中学校には、様々な活動の場面があります。そのような場面で、仲間とともに活動することで信頼関係を深めることができるでしょう。

また、力を合わせて一つの目標を成し遂げたときの達成感や喜びは、次の目標に向かって挑戦しようとする新たな気持ちを生み出します。様々な活動に取り組むことで得られる経験は、自分の成長につながる貴重なものとなり、中学校生活の大切な思い出になることでしょう。

残りの2年半をより充実したものにするためには、どのようなことを心がけて生活をしていったらよいのでしょうか。



#### 【なりたい自分】

どのようなことを心がけ、どんな中学校生活にしていきたいか書いてみましょう。



あなたの考えを友達に話し、アドバイスを書いてもらいましょう。

アドバイザー	アドバイス