

読者プレゼント

きらきら言葉100選

受験期の「安心」をつくる、親子の言葉リスト

チクチク言葉を、キラキラ言葉へ。

小さな言葉の変化が、子どもの未来を変えていく



カレイドスコープ幼児教室 黒木麻衣子



はじめに



言葉は、親子の心を整える小さなスイッチです。
受験期は、お子さまだけでなく、お母さま・お父さまの
心も揺れやすい時期です。そんなときこそ、正しいことを
言おうとするより、安心できる言葉をひとつ届けてみてください。

この100の言葉を、全部使う必要はありません。
その日の表情や気持ちに合う言葉を、ひとつ選ぶだけで十分です。

—… ✨ 使い方のヒント ✨ …—

- 声を少しゆっくりにして伝える
- 結果ではなく、今の気持ちや行動に寄り添う
- 言ったあとは、答えを急がず少し待つ
- お子さまに合う表現へ自由に言い換える

今日、あなたのお子さまに
届けたい言葉は、どれですか。



1. 安心を届ける言葉

不安が大きいときに、心をゆるめる言葉

01 大丈夫だよ

02 何とかなるよ

03 きっと良くなるよ

04 未来は明るいよ

05 ここは安心していい場所だよ

06 おうちはあなたの味方だよ

07 いつでも戻っておいで

08 そのままで大丈夫

09 まず深呼吸しよう

10 今日はここまでで十分だよ

◆ ひとつ選んで、ゆっくり届けてみましょう

1. 安心を届ける言葉

不安が大きいときに、心をゆるめる言葉

11 休むのも大事だよ

12 眠くなったら寝ようね

13 体がいちばん大事だよ

14 ゆっくりでいいよ

15 急がなくていいよ

16 一緒に整えよう

17 いつも見守っているよ

18 心配しなくていいよ

19ちゃんと間に合うよ

20 あなたなら大丈夫

◆ ひとつ選んで、ゆっくり届けてみましょう

2. 努力を認める言葉

結果だけでなく、過程や姿勢を見つける言葉

21 頑張ってるね

22 今日もよくやったね

23 えらいね

24 すごいね

25 できるようになってきたね

26 前より上手になったね

27 工夫できたね

28 あきらめなかったね

29 その姿勢が素敵だよ

30 ちゃんと挑戦してるね

◆ ひとつ選んで、ゆっくり届けてみましょう

2. 努力を認める言葉

結果だけでなく、過程や姿勢を見つける言葉

31 できない日があってもいいよ

32 うまくいかない日も成長だよ

33 今日はここまで進めたね

34 最後まで座れたね

35 手を止めずに取り組めたね

36 自分で考えたね

37 よく気づいたね

38 続けられているのがすごいよ

39 一歩進んだね

40 ちゃんと積み上がっているよ

◆ ひとつ選んで、ゆっくり届けてみましょう

3. 自信を育てる言葉

子どもの考えや選択を尊重し、自分を信じる力につなげる言葉

41 あなたには力があるよ

42 できる未来が見えるよ

43 その調子でいこう

44 大丈夫、伸びるよ

45 自分で選べるよ

46 自分で決めていいよ

47 あなたのペースでいいよ

48 あなたのやり方があるよ

49 あなたの声を聞かせて

50 あなたの考えを教えて

◆ ひとつ選んで、ゆっくり届けてみましょう

3. 自信を育てる言葉

子どもの考えや選択を尊重し、自分を信じる力につなげる言葉

51 どう思ったの？

52 どうしてそう思ったの？

53 いい質問だね

54 いい視点だね

55 その発表、伝わったよ

56 その説明、わかりやすいよ

57 自分の言葉で言えたね

58 よく考えているね

59 そのまま進んでいいよ

60 今日のあなた、かっこいいよ

◆ ひとつ選んで、ゆっくり届けてみましょう

4. 失敗を“味方”にする言葉

間違いを責めず、次の一步に変える言葉

61 間違えても大丈夫

62 間違いは宝物だよ

63 失敗は成長の種だよ

64 次はどうするか考えよう

65 どこで迷ったか見つけよう

66 気づけたのがすごいよ

67 直せるって強いよ

68 やり直せばいいよ

69 やってみたからわかったね

70 今日の経験が次に生きるよ

◆ ひとつ選んで、ゆっくり届けてみましょう

4. 失敗を“味方”にする言葉

間違いを責めず、次の一步に変える言葉

71 できなかったことは悪くないよ

72 ここが伸びしろだね

73 もっと良くなる合図だね

74 もう一回やってみよう

75 一緒に作戦を立てよう

◆ ひとつ選んで、ゆっくり届けてみましょう

5. 心を整える言葉

姿勢・表情・声を整え、落ち着きを取り戻す言葉

76 笑ってごらん

77 笑顔は力だよ

78 顔を上げよう

79 目を見て話そう

80 背すじピン、いいね

81 ぐー・ぴた・ぴーん、できてるよ

82 大きな声、素敵だよ

83 やさしい声がいいね

84 きれいな言葉を使おう

85 今日のいいことを探そう

◆ ひとつ選んで、ゆっくり届けてみましょう

5. 心を整える言葉

姿勢・表情・声を整え、落ち着きを取り戻す言葉

86 ありがとうを言おう

87 感謝できるって素晴らしいね

88 ついてるね

89 運が味方しているね

90 なんだか良くなってきたね

◆ ひとつ選んで、ゆっくり届けてみましょう

6. 本番に強くなる言葉

積み重ねを信じ、いつもの力を出すための言葉

91 練習は裏切らないよ

92 準備した分だけ強いよ

93 当日はいつも通りでいいよ

94 落ち着いてやれば大丈夫

95 いつものあなたでいこう

96 先生にきっと伝わるよ

97 最後まであきらめないでいこう

98 大丈夫、楽しんでおいで

99 あなたの味方がついているよ

100 愛してるよ

◆ ひとつ選んで、ゆっくり届けてみましょう



お母さまへ



「きらきら言葉」は、
言う余裕がない日、そう思えない日ほど、
力を発揮します。

言葉は、心のハンドルです。

先に言葉を整えると、心があとから少しずつ追いついてきます。

完璧なお母さまでなくて大丈夫。今日、ひとつでも
温かな言葉を届けられたら、それで十分です。

親子で歩む受験の日々が、
安心と笑顔に包まれますように。



『お受験の神様に愛される方法』
カレイドスコープ幼児教室 黒木麻衣子

