【高校生】

2026年度

高校生用

手紙の書き方



GIGAスクール対応!

このQRコードを読み取るとテキスト内のWebコンテンツ一覧を見ることができます。

※テキストページ内のQRコードからは各々のコンテンツが見られます

ぽすくま

ぽすくまは郵便局のキャラクターです。

目　次

1. 行事や季節に合わせたいろいろなお便り …… P2～3
2. 様々なあて名の書き方 …… P4～5
3. はがき・切手 …… P6
4. 手紙にふさわしい表現 …… P7
5. 手紙を書いてみよう
　①お礼状の書き方 …… P8～9
　②内定をいただいた企業へのお礼状 …… P10～11
6. 夏のお便りの書き方 …… P12～13
7. 年賀状の書き方 …… P14～15
8. 知っていると役立つ郵便情報Q&A …… 裏表紙

年　　組　　番 名前

2026年度

手紙の書き方

夏のお便りの書き方

マークは書きましょう

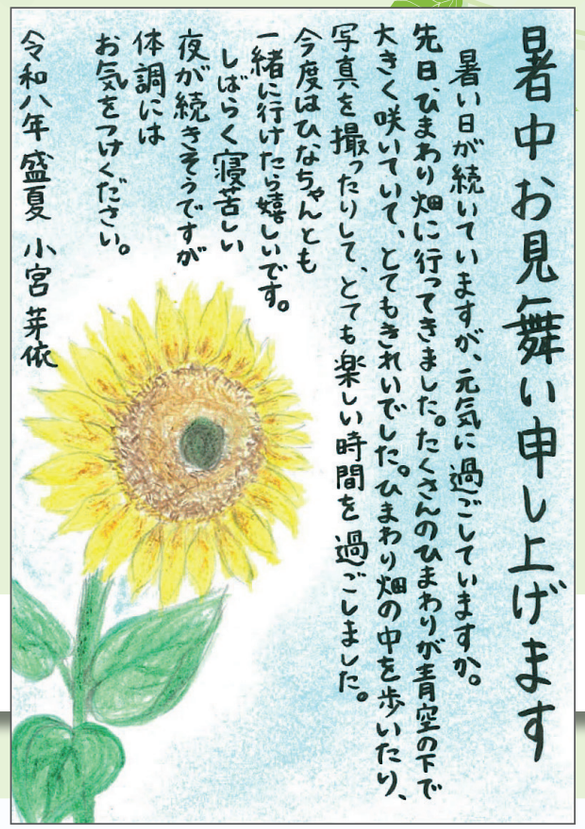
マークは読みましょう

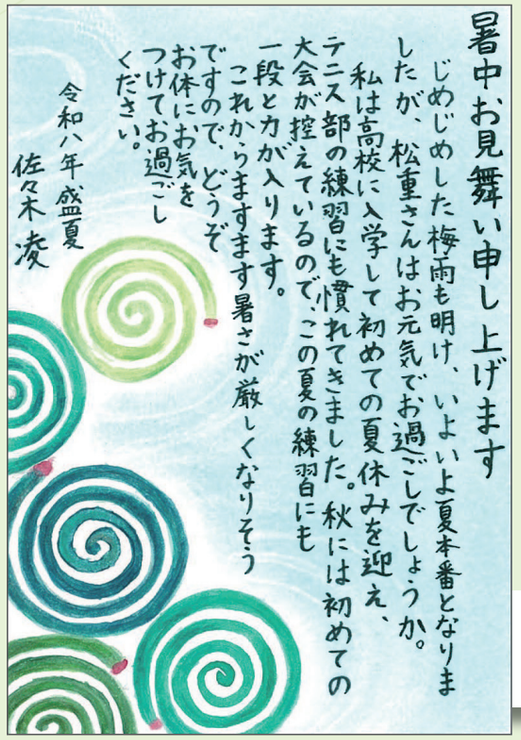
夏

残暑見舞い



暑中見舞い





6 夏のお便り(暑中見舞い・残暑見舞い)の書き方

12 13

2026年度　高校生用

手紙の書き方



GIGAスクール対応!

このQRコードを読み取るとテキスト内のWebコンテンツ一覧を見ることができます。

※テキストページ内のQRコードからは各々のコンテンツが見られます

ぽすくま はすくまは郵便局のキャラクターです。

目次

1. 行事や季節に合わせたいろいろなお便り …… P2~3
2. 様々なあて名の書き方 …… P4~5
3. はがき・切手 …… P6
4. 手紙にふさわしい表現 …… P7
5. 手紙を書いてみよう
①お礼状の書き方 …… P8~9
②内定をいただいた企業へのお礼状 …… P10~11
6. 夏のお便りの書き方 …… P12~13
7. 年賀状の書き方 …… P14~15
8. 知っていると役立つ郵便情報Q&A …… 裏表紙

年　組　番 名前

見てみましょう

6 夏のお便り(暑中見舞い・残暑見舞い)の書き方

掲載以外の夏のお便り作例はコチラ

●「暑中見舞い」とは

明治時代に始まり、大正時代になって定着したお便りです。
もともと(江戸時代)は、「暑中」(大暑から立秋まで)の間がとても暑いので、「暑中見舞い」として、夏負けを防ぐ食べ物を、お世話になった方へお土産に持って行ったのが始まりといわれています。
今年の場合は小暑(7月7日)から立秋の前日(8月6日)までに届くように出す夏のあいさつ状を「暑中見舞い」といいます。(7月23日の大暑から出すという説もあります。)
※日付は毎年同じとは限りません。その年のカレンダーなどで確認しましょう。

●「残暑見舞い」とは

立秋(8月7日)を過ぎてから暑さが残る頃に送るあいさつ状です。
「残暑お見舞い申し上げます」と書きます。8月中、遅くても処暑の終わり頃(9月6日頃)までに届くように送りましょう。前文あいさつには、句点(。)は不要です。

❹後付 ❸末文 ❷主文 ❶前文

暑中お見舞い申し上げます

厳しい暑さが続いておりますが、いかがお過ごしでしょうか。

私はこの夏、文化祭に向けて部活動に励んでいます。最後の発表となるので、一つひとつの練習を大切にしながら準備を進めています。本番では、これまでの努力が実を結ぶよう精一杯頑張りたいと思います。

暑さはまだしばらく続きそうです。どうかお体に気をつけてお過ごしください。

令和八年七月　盛夏

向井 瑞希

❶前文(書き出し)
★暑さを見舞うあいさつ
・暑中お見舞い申し上げます
・残暑お見舞い申し上げます
※前文あいさつには句点(。)は不要です。
★相手の安否を尋ねる
・いかがお過ごしですか。
・お変わりなくお過ごしのことと思います。

❷主文(本文)
★この夏の体験、近況
★相手に伝えたい出来事
・毎日部活のソフトボールの練習で汗を流しています。
・受験生なので、勉強にいそしむ毎日です。

❸末文(結び)
★暑い季節だからこその相手の健康を願う言葉
★今後のこと
・暑い日が続きますが、ご自愛ください。
・お体を大切になさってください。

❹後付け
★日付
・暑中見舞いの時は「盛夏」
・残暑見舞いの時は「晩夏」「立秋」
★自分の名前

12

「あて先」「伝えたいこと」をメモ書きした後、実際のはがきと同じ大きさの場所に書いてみましょう。

あて先(誰に書きますか?)

伝えたいこと(この夏の出来事や近況など)を箇条書きにしてみましょう。
(例)友人たちと海水浴に行ったこと

■ヒント
前文(書き出し)の「暑中お見舞い申し上げます」は
★やや大きめに書きます。
★句点(。)は不要です。
空いているところに文章に合う絵を描いてもいいですね。
(→P3の見本を参照)

残暑お見舞い申し上げます

秋はまだ遠く、残暑ひときわ厳しく感じられます。皆さまお変わりなくお過ごしでいらっしゃいますか。

私は今年の夏、去年と百万灯夏祭りに行きました。初めて浴衣を着てかけましたところ、夏祭りの雰囲気をよりいっそう味わうことができました。

また、ちょうちんの灯りがとてもきれいで、番段とは異なる風情ある街並みを楽しむこともできました。

まだまだ暑い日が続くようですが、お身体に気を付けて、どうぞお元気にお過ごしください。

令和八年八月　晩夏

佐々木 柚香

イラスト入りの例はP3 を参照

❹後付け ❸末文 ❷主文 ❶前文

実際の郵便はがきと同じ大きさです。(気持ちを込めて丁寧に書きましょう。)

はがきの裏面です

左右の端には少し余白を空けて書きます。

13

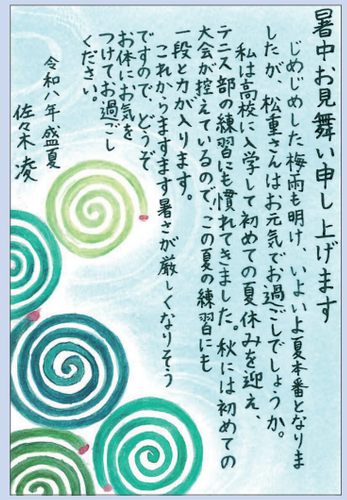
●「暑中見舞い」とは

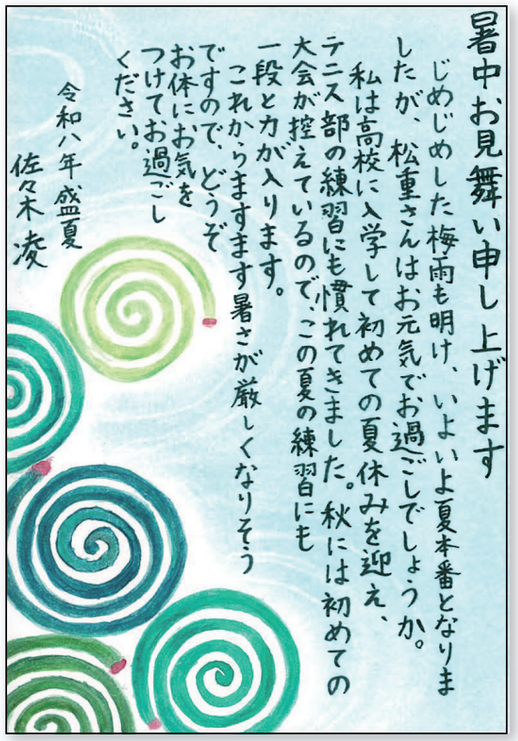
　明治時代に始まり、大正時代になって定着したお便りです。

　もともと（江戸時代）は、「暑中」（大暑から立秋まで）の間がとても暑いので、「暑中見舞い」として、夏負けを防ぐ食べ物を、お世話になった方へお土産に持って行ったのが始まりといわれています。

　今年の場合は小暑（7月7日）から立秋の前日（8月6日）までに届くように出す夏のあいさつ状を「暑中見舞い」といいます。（7月23日の大暑から出すという説もあります。）

※日付は毎年同じとは限りません。その年のカレンダーなどで確認しましょう。





赤い線の部分を読みましょう。

小暑（7月7日）から
立秋の前日（8月6日）までに
届くように出す。

●「残暑見舞い」とは

立秋（8月7日）を過ぎてから暑さが残る頃に送るあいさつ状です。

「残暑お見舞い申し上げます」と書きます。8月中、遅くても処暑の終わり頃（9月6日頃）までに届くように送りましょう。前文あいさつには、句点（。）は不要です。



赤い線の部分を読みましょう。

立秋（８月７日）過ぎて
８月中に届くように送る。

6 夏のお便り（暑中見舞い・残暑見舞い）の書き方

12 13

❶前文 ❷主文 ❸末文 ❹後付け

暑中お見舞い申し上げます

厳しい暑さが続いておりますが、いかがお過ごしでしょうか。

私はこの夏、文化祭に向けて部活動に励んでいます。最後の発表となるので、一つひとつの練習を大切にしながら準備を進めています。本番では、これまでの努力が実を結ぶよう精一杯頑張りたいと思います。

暑さはまだしばらく続きそうです。どうかお体に気をつけてお過ごしください。

令和八年七月　盛夏

向井 瑞希



❶前文（書き出し）

★暑さを見舞うあいさつ
- ・暑中お見舞い申し上げます
- ・残暑お見舞い申し上げます

※前文あいさつには句点（。）は不要です。

★相手の安否を尋ねる
- ・いかがお過ごしですか。
- ・お変わりなくお過ごしのことと思います。

❷主文（本文）

★この夏の体験、近況
★相手に伝えたい出来事
- ・毎日部活のソフトボールの練習で汗を流しています。
- ・受験生なので、勉強にいそしむ毎日です。

❸末文（結び）

★暑い季節だからこその相手の健康を願う言葉
★今後のこと
- ・暑い日が続きますが、ご自愛ください。
- ・お体を大切になさってください。

❹後付け

★日付
- ・暑中見舞いの時は「盛夏」
- ・残暑見舞いの時は「晩夏」「立秋」

★自分の名前

夏のお便りは４つの部分

1．前文（書き出し）
2．主文（本文）
3．末文（結び）
4．後付け

から構成されている。

暑中見舞い・残暑見舞いの書き方❶

「暑中（残暑）お見舞い申し上げます」

句点「。」は不要

❶前文　❷主文　❸末文　❹後付け

暑中お見舞い申し上げます

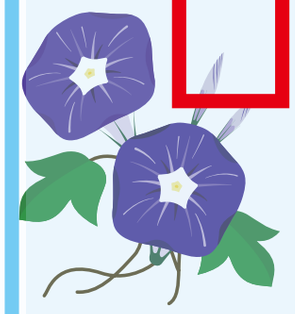
厳しい暑さが続いておりますが、いかがお過ごしでしょうか。

私はこの夏、文化祭に向けて部活動に励んでいます。最後の発表となるので、一つひとつの練習を大切にしながら準備を進めています。本番では、これまでの努力が実を結ぶよう精一杯頑張りたいと思います。

暑さはまだしばらく続きそうです。どうかお体に気をつけてお過ごしください。

令和八年七月　盛夏

向井 瑞希



❶前文（書き出し）

★暑さを見舞うあいさつ

- 暑中お見舞い申し上げます
- 残暑お見舞い申し上げます

※前文あいさつには
句点（。）は不要です。

★相手の安否を尋ねる

- いかがお過ごしですか。
- お変わりなくお過ごしのことと思います。

例を読みましょう。

暑中見舞い・残暑見舞いの書き方 ❷

❹後付け　❸末文　❷主文　❶前文

暑中お見舞い申し上げます

厳しい暑さが続いておりますが、いかがお過ごしでしょうか。

私はこの夏、文化祭に向けて部活動に励んでいます。最後の発表となるので、一つひとつの練習を大切にしながら準備を進めています。本番では、これまでの努力が実を結ぶよう精一杯頑張りたいと思います。

暑さはまだしばらく続きそうです。どうかお体に気をつけてお過ごしください。

令和八年七月　盛夏

向井 瑞希



❷主文（本文）

★この夏の体験、近況
★相手に伝えたい出来事

・毎日部活のソフトボールの練習で汗を流しています。
・受験生なので、勉強にいそしむ毎日です。

例を読みましょう。

暑中見舞い・残暑見舞いの書き方 ❸

❹後付け	❸末文	❷主文	❶前文

暑中お見舞い申し上げます

厳しい暑さが続いておりますが、いかがお過ごしでしょうか。

私はこの夏、文化祭に向けて部活動に励んでいます。最後の発表となるので、一つひとつの練習を大切にしながら準備を進めています。本番では、これまでの努力が実を結ぶよう精一杯頑張りたいと思います。



暑さはまだしばらく続きそうです。どうかお体に気をつけてお過ごしください。

令和八年七月　盛夏

向井 瑞希

❸末文（結び）

★暑い季節だからこその相手の健康を願う言葉
★今後のこと

・暑い日が続きますが、ご自愛ください。
・お体を大切になさってください。

例を読みましょう。

暑中見舞い・残暑見舞いの書き方 ❹

❹後付け　❸末文　❷主文　❶前文

暑中お見舞い申し上げます

厳しい暑さが続いておりますが、いかがお過ごしでしょうか。

私はこの夏、文化祭に向けて部活動に励んでいます。最後の発表となるので、一つひとつの練習を大切にしながら準備を進めています。本番では、これまでの努力が実を結ぶよう精一杯頑張りたいと思います。

暑さはまだしばらく続きそうです。どうかお体に気をつけてお過ごしください。



令和八年七月　盛夏

向井 瑞希

主文や末文より少し下げて書く。

❹後付け

★日付
- 暑中見舞いの時は「盛夏」
- 残暑見舞いの時は「晩夏」「立秋」

★自分の名前

暑中見舞い－盛夏

残暑見舞い－晩夏・立秋

残暑見舞い－晩夏・立秋

全文読みましょう。

残暑お見舞い申し上げます

秋はまだ遠く、残暑ひときわ厳しく感じられます。
皆さまお変わりなくお過ごしでいらっしゃいますか。
私は今年の夏、友達と百万灯夏祭りに行きました。
初めて浴衣を着てでかけましたところ、夏祭りの
雰囲気をよりいっそう味わうことができました。
また、ちょうちんの灯りがとてもきれいで、普段とは
異なる風情ある街並みを楽しむこともできました。
まだまだ暑い日が続くようです。お身体に気を付けて、
どうぞお元気にお過ごしください。

令和八年八月　晩夏

佐々木　柚香

6 夏のお便り(暑中見舞い・残暑見舞い)の書き方　13

実際に暑中・残暑見舞いを書く練習をしましょう。

あて先と伝えたい事をメモしましょう。

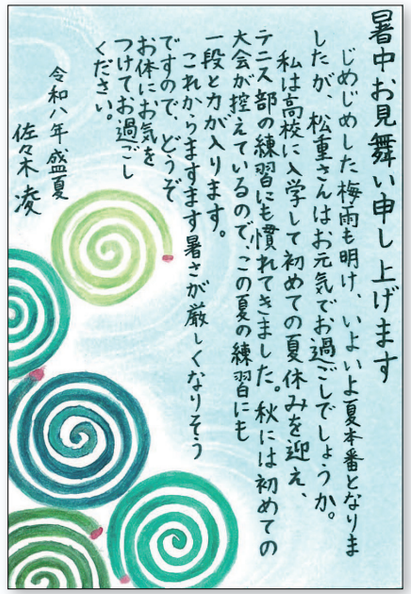
「あて先」「伝えたいこと」を
メモ書きした後、実際のはがきと
同じ大きさの場所に書いてみましょう。

あて先(誰に書きますか?)

伝えたいこと(この夏の出来事や近況など)を箇条書きにしてみましょう。
(例)友人たちと海水浴に行ったこと

■ヒント

前文（書き出し）の
「暑中お見舞い申し上げます」は
★やや大きめに書きます。
★句点（。）は不要です。
空いているところに文章に合う絵を
描いてもいいですね。
（→P3の見本を参照）

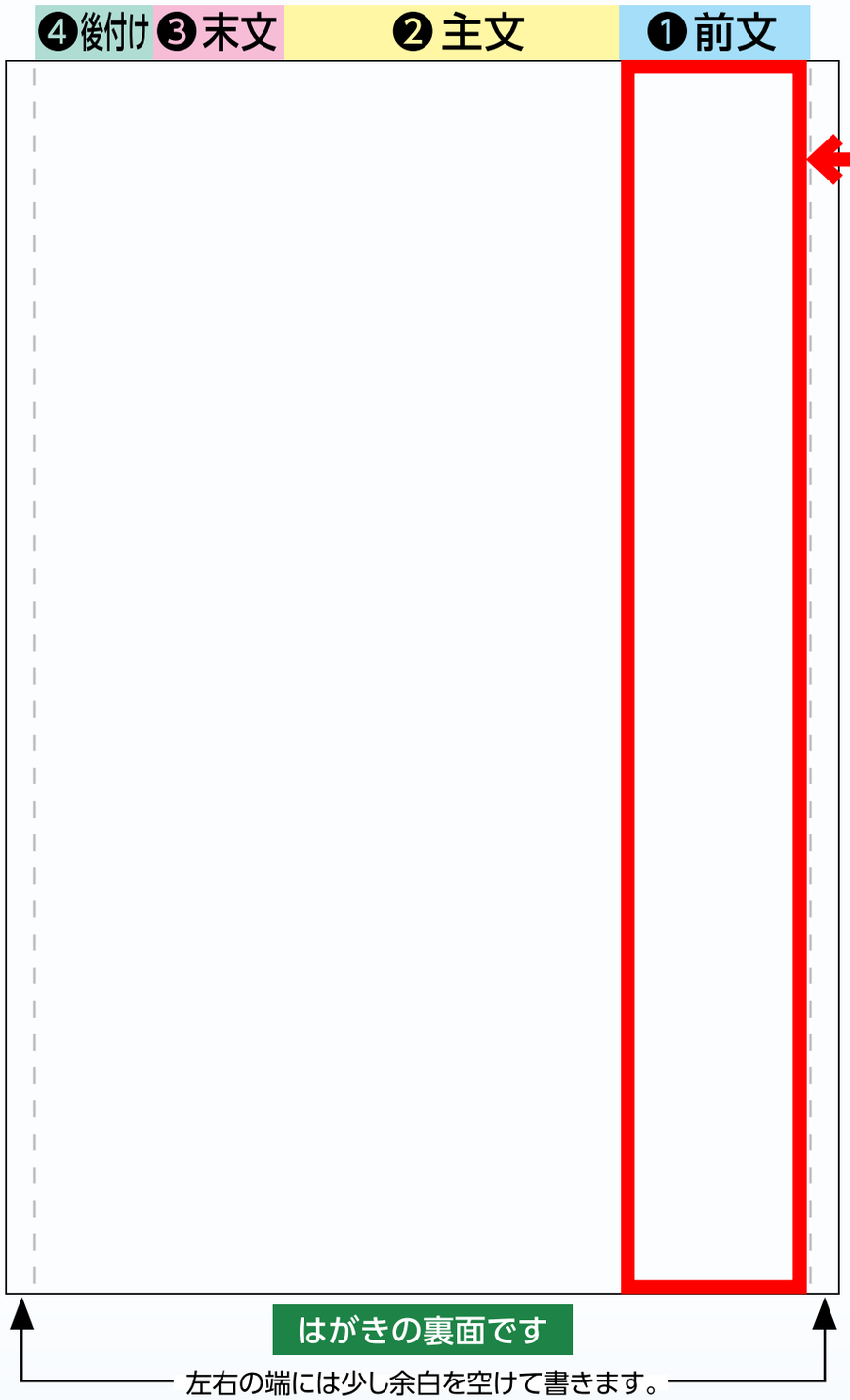




メモ書きした後、実際の郵便はがきと同じ大きさに書く練習をしましょう。



暑中見舞い・残暑見舞いの書き方 ❶



❶ 前文（書き出し）を書きましょう。

■ヒント

前文（書き出し）の
「暑中お見舞い申し上げます」は
★やや大きめに書きます。
★句点（。）は不要です。
空いているところに文章に合う絵を描いてもいいですね。
（→P3の見本を参照）

❶前文（書き出し）

★暑さを見舞うあいさつ
- 暑中お見舞い申し上げます
- 残暑お見舞い申し上げます

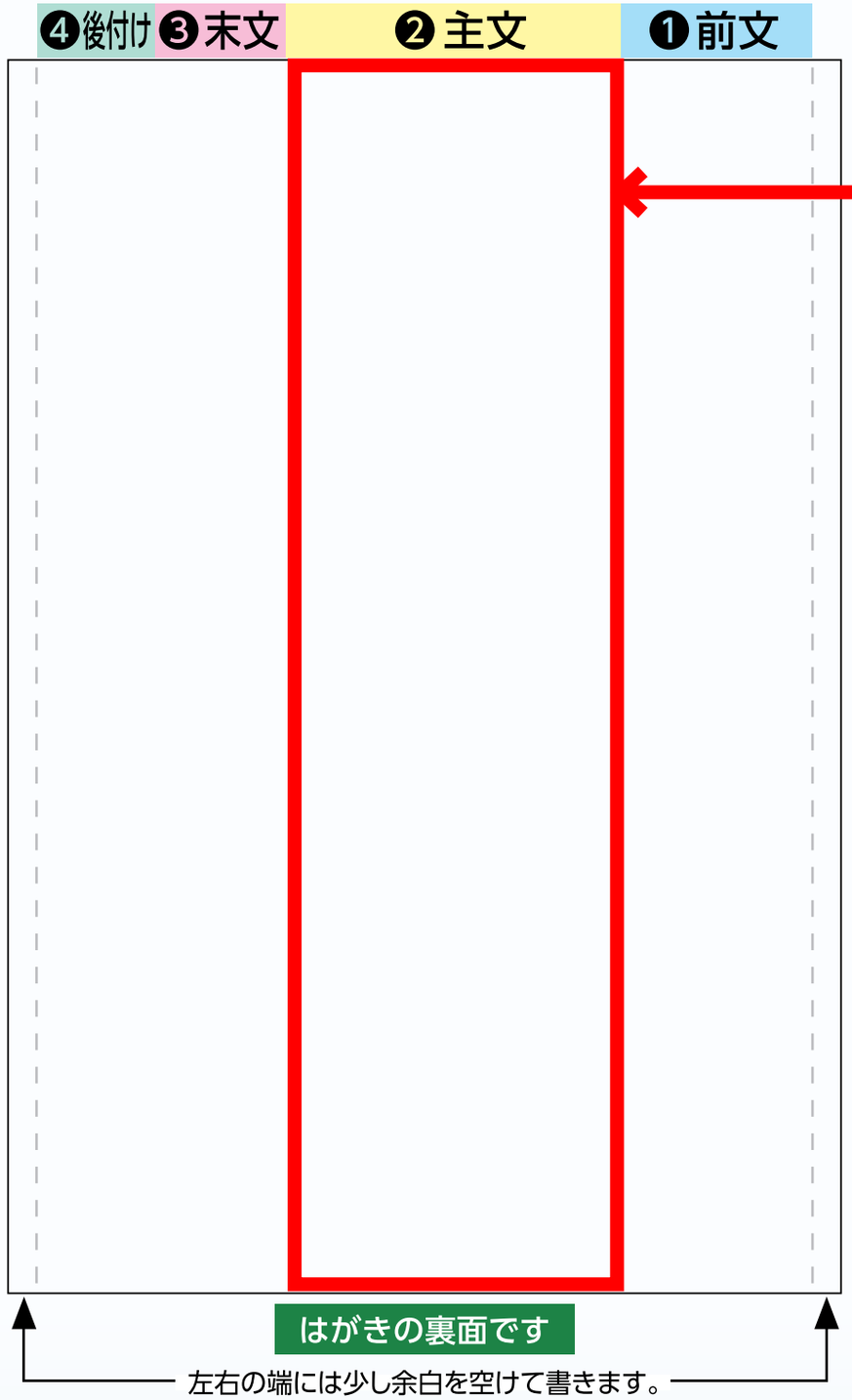
※前文あいさつには句点（。）は不要です。

★相手の安否を尋ねる
- いかがお過ごしですか。
- お変わりなくお過ごしのことと思います。

「暑中お見舞い申し上げます」
「残暑お見舞い申し上げます」

やや大きめに書く。

暑中見舞い・残暑見舞いの書き方 ❷



❷ 主文を書きましょう。

❷主文（本文）

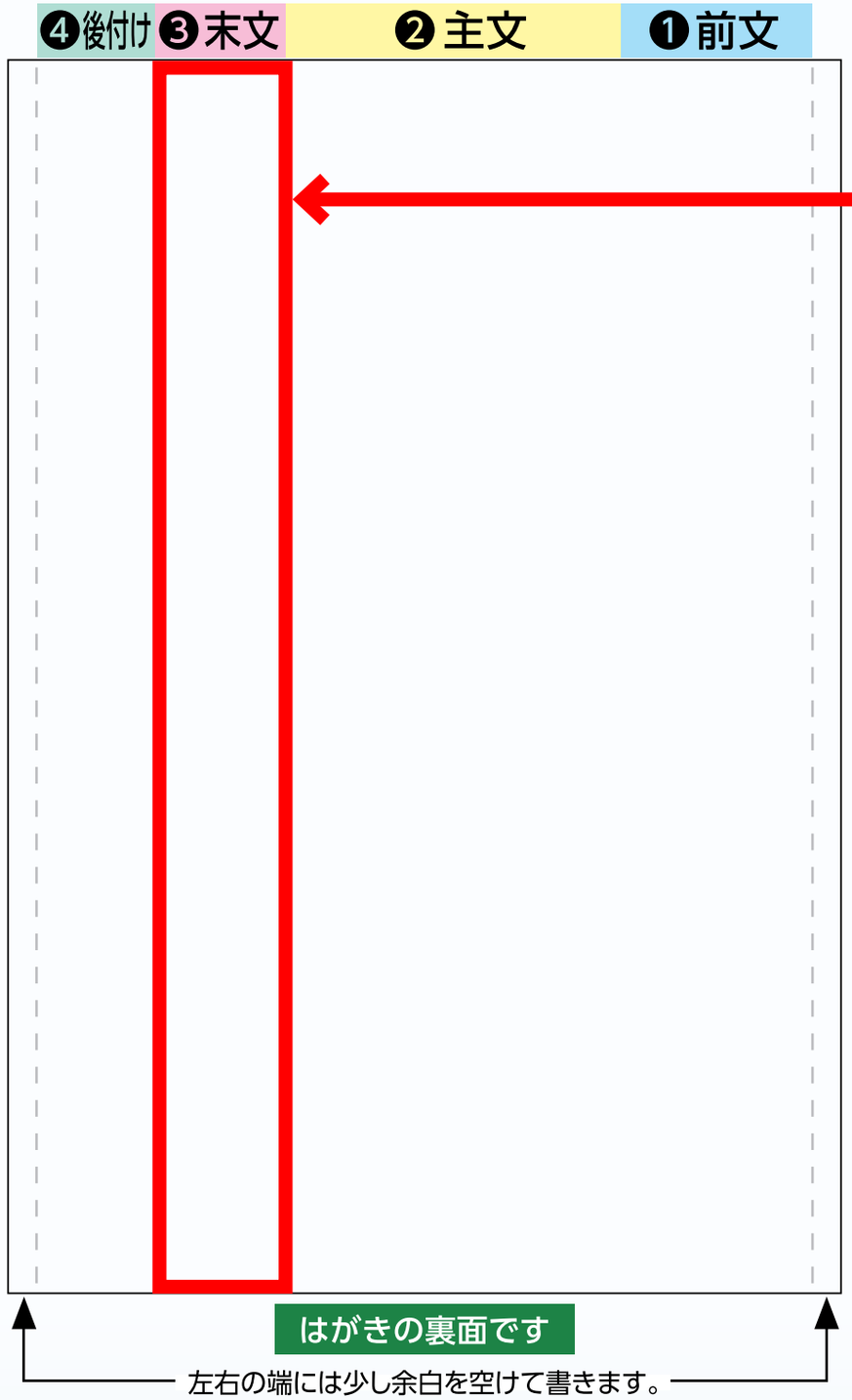
★この夏の体験、近況

★相手に伝えたい出来事

・毎日部活のソフトボールの練習で汗を流しています。

・受験生なので、勉強にいそしむ毎日です。

暑中見舞い・残暑見舞いの書き方 ❸

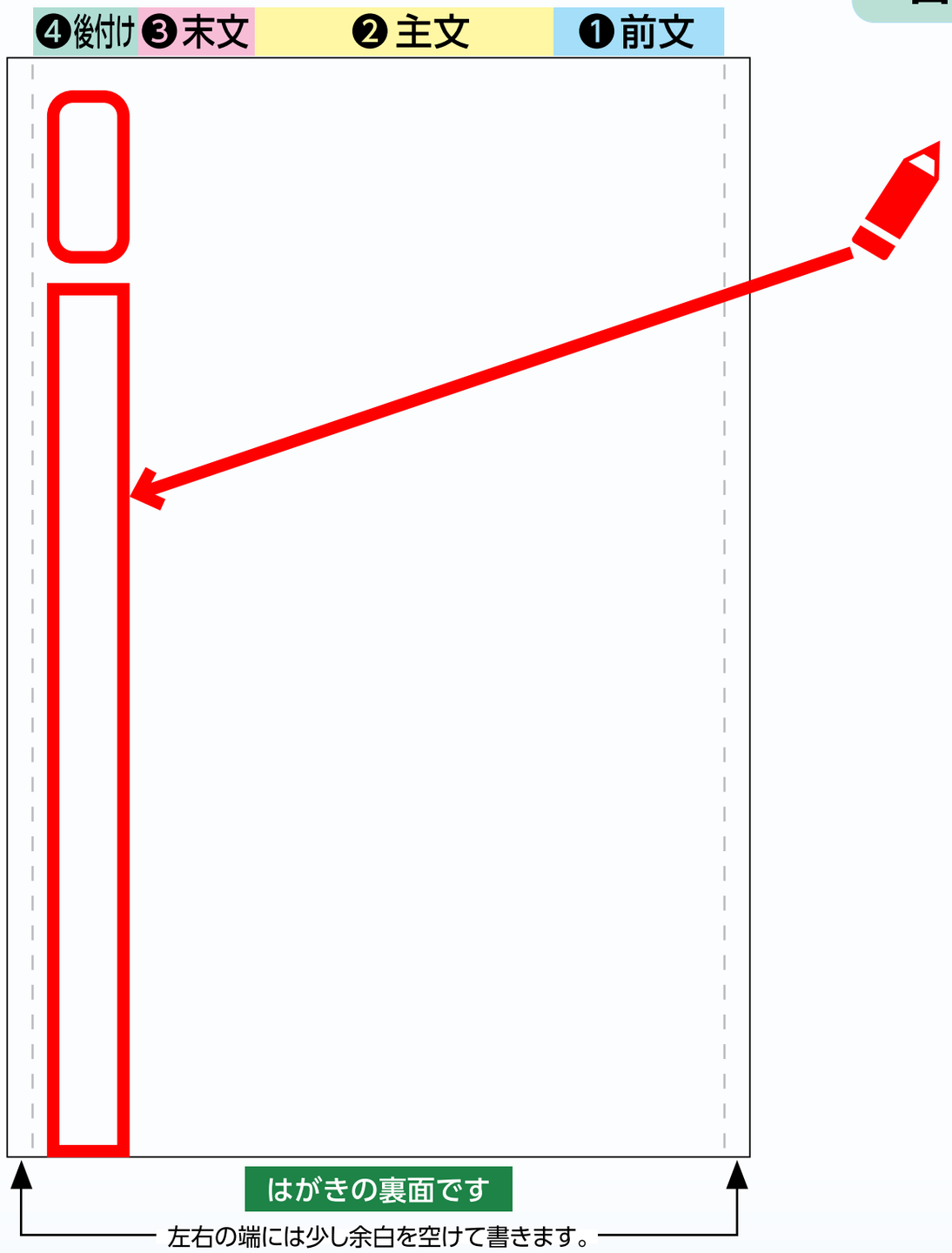


❸ 末文を
書きましょう。

❸末文（結び）

★暑い季節だからこその
　相手の健康を願う言葉
★今後のこと
- 暑い日が続きますが、
  ご自愛ください。
- お体を大切になさって
  ください。

暑中見舞い・残暑見舞いの書き方 ❹



❹ 後付けを書きましょう。

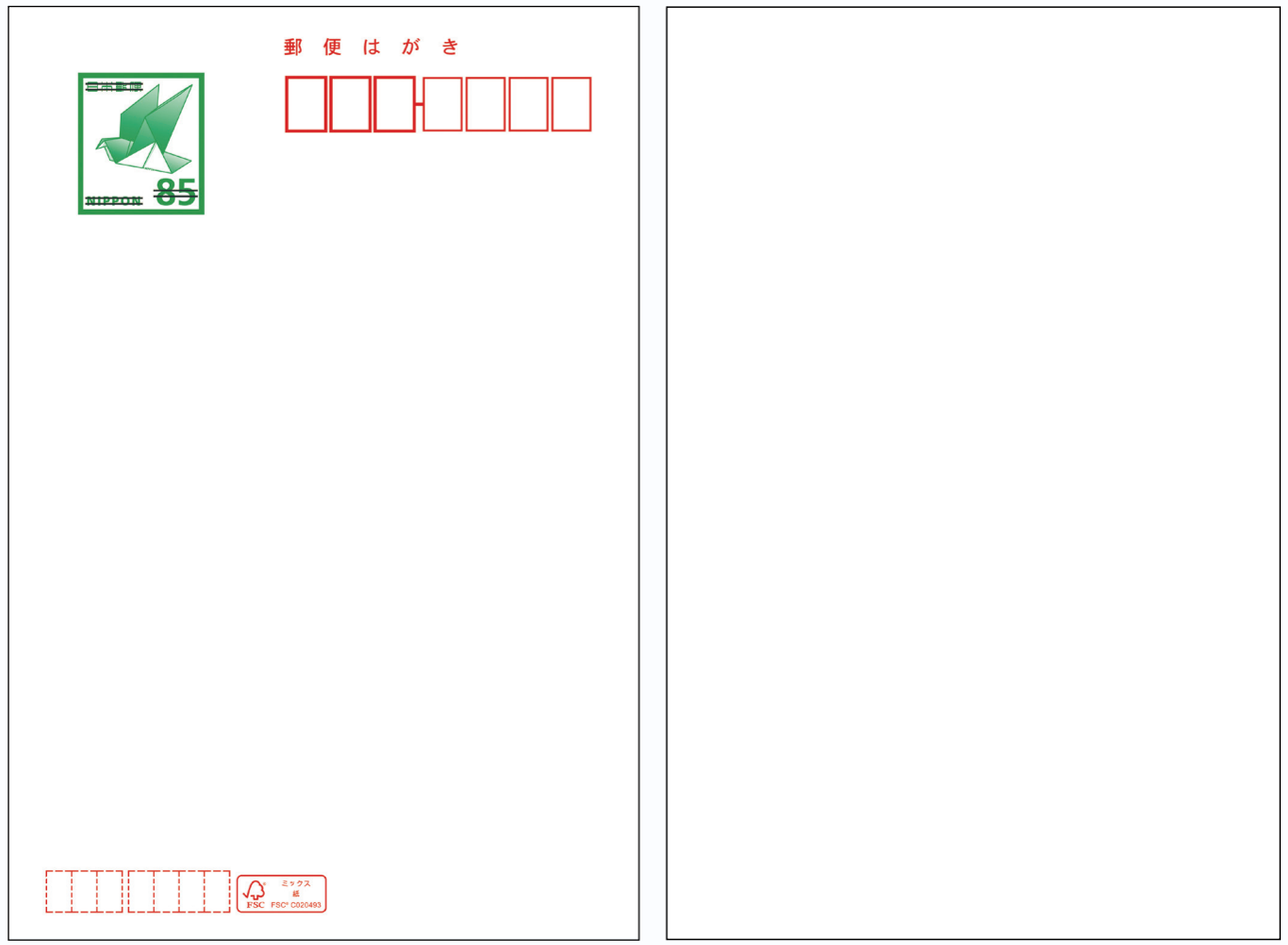
❹後付け

★日付
- 暑中見舞いの時は「盛夏」
- 残暑見舞いの時は「晩夏」「立秋」

★自分の名前

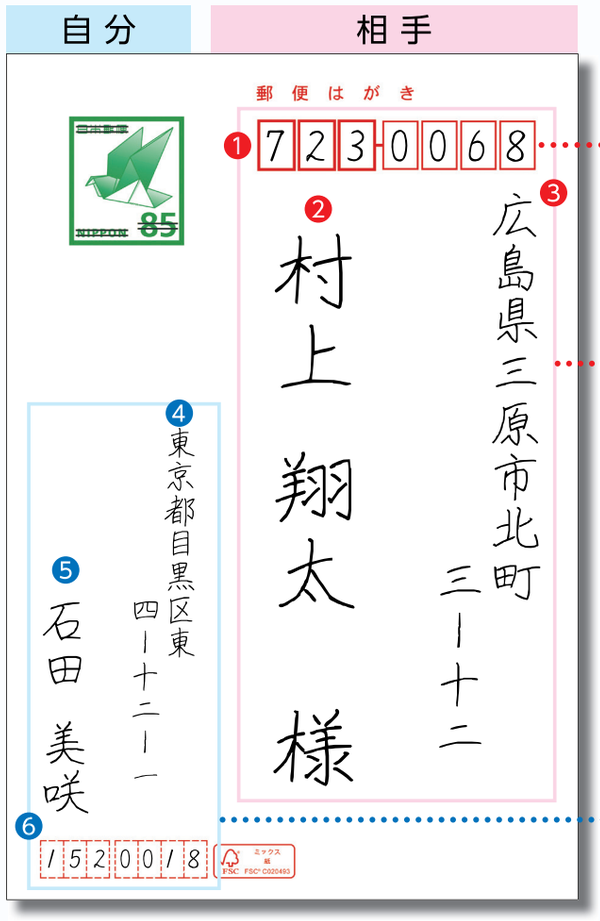
主文や末文よりも少し下げて書く

テキストで暑中見舞い・残暑見舞いを書く練習ができたら、本物の郵便はがきに書きましょう。



表面のあて名は、テキスト P. 5のあて名の書き方を参考にして、正しく書きましょう。

■縦書きの場合



❶ 郵便番号は、正しく丁寧に書きましょう。

❷ 相手の名前は真ん中に大きめの字で書きます。
正しく丁寧に書きましょう。

❸ 相手の住所は名前より小さめの字でバランスを見ながら書きます。縦書きの場合、右端から鉛筆1本分程度空けて書きます。

❹ 自分の住所を小さめの字で書きます。

❺ 自分の名前を小さめの字で書きます。

❻ 自分の郵便番号を書きます。

■横書きの場合



暑中見舞い・残暑見舞い（表面・裏面）が書けたら、ポストに入れましょう。

