



かぞく がいしょく やくそく
家族で 外食をする 約束をしていました。

それぞれ お店に 向かいました。

でも、あなたは お店に 行く前に 家で ごはんを
食べてしまい、おなかが いっぱいです。

① このまま 家族に 何も 伝えなかったら、どうなってしまうと 思いますか？

例：無理して食べることになって、気持ち悪くなってしまうかもしれない。

② このようなとき、どのような 対応をしたら いいと 思いますか？

(1) 家を出る前に できること

例：家族に 電話して、ごはんを 食べたことを 伝える。



(2) お店に 着いてから できること

例：食べ物を 注文せず、飲み物だけにする。



③ つぎに 同じ状況に ならないために、どうしますか？





ほうかご とも こうえん あそ やくそく
 放課後に 友だちと 公園で 遊ぶ約束をしました。
 がっこう お きゅう おおあめ ふ
 でも、学校が 終わったら 急に 大雨が 降ってき
 ました。
 も
 あなたは かさを 持っていない。

① このまま 友だちに 何も 伝えなかったら、どうなってしまうと 思いますか？

例 : 友だちが 公園で 待ち続けて、こまってしまうかもしれない。

② このようなとき、どのような 対応をしたら いいと 思いますか？

(1) 学校に いるときに できること

例 : 先生に かさを かりる。



(2) 友だちに 会えたときに できること

例 : 友だちに 「雨だから また今度、遊ぼう。」と 伝える。



③ つぎに 同じ状況が あったときのために、どんな準備が できますか？





いえ しゅくだい
家で やった 宿題のプリントを、
うえ わす
つくえの 上に 忘れてきてしまいました。
がっこう つ はい
学校に 着いてから、ランドセルに 入っていない
き
ことに 気がつきました。

このまま先生に何も伝えなかったら、どうなってしまうと思いますか？

例 : 宿題を やってきていないと ^{おも}思われてしまうかもしれない。

2 このようなとき、どのような ^{たいおう}対応をしたら ^{おも}いいと思いますか？

(1) 宿題しゅくだいがないことにき気づいたときにできること

例：先生に宿題を忘れたことを正直に伝える。



(2) ^{いえ}家にかえってからできること

例 : プリントをすぐにランドセルに^い入れる。



3 つぎに おな じょうきょう 同じ状況に ならないために、どうしますか？





ごご じ こうえん やくそく
 午後3時に 公園で あつまる約束をしました。
 じかん つ ま
 あなたは 時間どおりに 着いて 待っています。
 ふん とも き
 でも、15分たっても 友だちが 来ません。
 れんらく しゅだい
 連絡する 手段も ありません。

1 このまま 友だちを 待ち続けたら、どうなってしまうと 思いますか？

例 : 帰るのが おそくなってしまう、おうちの人 が 心配してしまうかもしれない。

2 このようなとき、どのような 対応をしたら いいと 思いますか？

(1) 家を出る前に できること

例 : 「〇分 待っても 来なかったら 帰るね」と、
おうちの人に 伝えておく。



(2) 公園に着いてから できること

例 : 自分が 決めた時間まで 待っても 友だちが
来なかったら、一度 家に帰る。



3 つぎに 同じ状況が あったときのために、どんな準備が できますか？





きょう たいいく じゅぎょう
今日は 体育の 授業があります。
がっこう つ あ たいそうふく
学校に 着いて ランドセルを 開けると、体操服が
はい
入っていません。
いえ わす き
家に 忘れてきたことに 気づきました。

① せんせい なに つた おも
このまま 先生に 何も 伝えなかったら、どうなってしまうと 思いますか？

例 たいいく じゅぎょう さんか
: 体育の 授業に 参加できないかもしれない。

② たいおう おも
このようなとき、どのような 対応をしたら いいと思いますか？

わす き
(1) 忘れたことに 気づいたときに できること

例 じゅぎょう まえ せんせい たいそうふく わす
: 授業が はじまる前に、先生に 体操服を 忘れた
ことを 伝える。



たいいく けんがく
(2) 体育を 見学するときに できること

例 せんせい き けんがく さが
: 先生に 聞いて、見学しながら できることを 探す。



③ おな じょうきょう
つぎに 同じ状況に ならないために、どうしますか？





やす じかん

休み時間に 友だちと 遊ぶことになりました。

あなたは「ドッジボール」、友だちは「サッカー」

がしたいと 言って、どちらも ゆずらず、意見が
わ 分かれてしまいました。

1 このまま お互いに ゆずらなかったら、どうなってしまうと 思いますか？

例：ケンカになってしまい、何も 遊べないまま 休み時間が 終わってしまうかもしれない。

2 このようなとき、どのような 対応をしたら いいと 思いますか？

(1) 自分の 意見を 伝えるときに できること

例：「ドッジボールがしたいな」と 理由も いっしょに 伝える。



(2) お互いに 納得したいときに できること

例：「前半は サッカーで、後半は ドッジボールにしよう」と 提案する。



3 つぎに 意見が 分かれたときのために、どんな ルールを 決めておけますか？





じゅぎょうちゅう きゅう

授業中に 急に おなかが 痛くなってきました。

じゅぎょう

お

ふん

授業が 終わるまで あと 15分です。

いた

つよ

せんせい

だんだん 痛みが 強くなってきましたが、先生は

じゅぎょう

こえ

授業をしているので、声をかけにくいです。

1 このまま ガマンし続けたら、どうなってしまうと 思いますか？

例 : もっと 痛くなったり、ガマンできなくなったりするかもしれない。

2 このようなとき、どのような 対応をしたら いいと 思いますか？

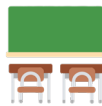
(1) ガマンが できなくなる前に できること

例 : 先生が 黒板を 書いている タイミングで、静かに そばに 行って 伝える。



(2) 先生に 伝えたあとに できること

例 : 静かに 教室を 出て、トイレや保健室に 行く。



3 つぎに おなかが 痛くなったときのために、どんなことを 覚えておく と いいですか？





いえ むちゅう
家で ゲームをしていたら、夢中になってしま
いました。
き なら ごと はじ じかん
気づいたときには、習い事が 始まる時間を
ぷん す
10分 過ぎていました。

1 なに つた なら ごと い おも
このまま 何も 伝えず、習い事に 行かなかったら、どうなってしまうと 思いますか？

例：習い事の先生が 心配してしまうかもしれない。

2 たいおう おも
このようなとき、どのような 対応をしたら いいと思いますか？

(1) き ちよくご
気づいた 直後に できること

例：おうちの人に ひと なら ごと ま あ つた
習い事に 間に合わないことを 伝えて
これから どうするか 相談する。



(2) なら ごと つ
習い事に 着いたときに できること

例：習い事の 先生に「遅れてごめんなさい。」と 謝る。



3 おな じょうきょう じゅんび
つぎに 同じ状況が あったときのために、どんな準備が できますか？





でんしゃ の で よてい
電 車 に 乗 っ て 出 か け る 予 定 で す 。
やくそく じかん ま あ えき い
約 束 の 時 間 に 間 に 合 う よう に 駅 へ 行 き ま し た 。
でんしゃ じこ と
で も 、 電 車 が 事 故 で 止 ま っ て い て 、 し ば ら く
うご
動 き ま せ ん 。 ス マ ー ト フ ォ ン は 持 っ て い ま す 。

1 このまま 電 車 が 動 く ま で 待 ち 続 け た ら 、 ど う な っ て し ま う と 思 い ま す か ？

例 : 約 束 の 時 間 に 遅 れ て し ま う か も し れ な い 。

2 こ の よ う な と き 、 ど の よ う な 対 応 を し た ら い い と 思 い ま す か ？

(1) 電 車 が 止 ま っ て い る と 分 か っ た と き に で き る こ と

例 : ほ か の 行 き 方 が な い か 調 べ る 。



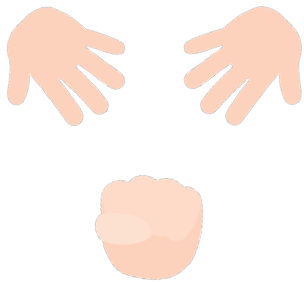
(2) 約 束 に 遅 れ そ う な と き に で き る こ と

例 : 約 束 し て い る 人 に 連 絡 を と る 。



3 つ ぎ に 同 じ 状 況 が あ っ た と き に 、 ス マ ー ト フ ォ ン を 持 っ て い な か っ た ら ど う し ま す か ？





いちばん かかり て
クラスで一番やりたかった係に 手を あげました。
でも、やりたい人が 多く、じゃんけんで 決めるこ
とに なりました。じゃんけんに 負けて 別の 係に
決まりました。

1 このまま 別の係を やりたくない気持ちのままでいたら、どうなってしまうと 思いますか？

例 : いっしょに 係をやる 友だちに 迷惑を かけてしまうかもしれない。

2 このようなとき、どのような 対応をしたら いいと思いますか？

(1) 気持ちを 切り替えるときに できること

例 : 決まった 係を 受け入れる。



(2) 決まった 係で できること

例 : 決まった 係の 良いところを 探してみる。



3 つぎに 思いどおりに ならなかったとき、どんなふうに 考えたら いいですか？

