

自分スマホのバッテリー残量チェック

今の自分をスマホにたとえて考えてみよう。



よく使ったアプリ



バッテリーを大量消費させたものは？



ただいまのバッテリーざんりょう

100%



バッテリーがゼロになったらどうなる？



どうやって充電する？



……… 自分スマホのバッテリー残量チェック ………

記入例

今の自分をスマホにたとえて考えてみよう。



よく使ったアプリ

友だち・親・先生・部活
勉強・じゅく・ゲーム
SNS・家のてっだい



バッテリーを大量消費させたものは？

友だちといると気をつかう
親とケンカした・テストの点が悪かった
よくわからないけどもやもやする



ただいまのバッテリーざんりょう

40%
100%



バッテリーがゼロになったらどうなる？

キレてあばれる・ひきこもる
リストカットする・ODする
どうなるかわからない



どうやって充電する？

動画を見る・音楽をきく
ゲームする・ねる・部屋にこもる
友だちと遊ぶ・1人になる

