どけぽん すごろく スタート

1 あさ おきたら「おはよう」と みんな に あいさつ

2 よふかし して おきられない
1かい やすみ

3 ねつ は ない かな？

4 あさごはん を たべよう
5びょうかん に みどり いろ の やさい を いくつ いえる かな？
こたえた かず だけ すすめるよ

5 みんなで ヨガ たいそう☆
「木のポーズ」
いちばん ながく たって いられたら
3マス すすむ

6 あさごはん を たべなかった ちから が でない
3マス もどる

7 ひとり で おきがえ できる かな？

8 でかける まえに トイレ に いこう
どっち の うんち が いい かな？
A おなか の ちょうし が わるい みたい
or
B おなか の ちょうし いいね！

9 がっこう へ しゅっぱつ「いってきます」と げんき に いおう

10 わすれもの を した
1かい やすみ

11 インタビュー
はいっ！
がっこう で いちばん たのしみ に している（たのしかった）こと は なあに？
げんきよく「はい！」と こたえよう
て を あげて

12 かならず ストップ
そと で あそぶ？ おうち で あそぶ？
… おうち で あそぶ
サイコロ を ふって すすむ みち を きめよう
… そと で あそぶ

おうち で あそぶ

おともだち が「そと で あそぼう」と さそい に きたよ
そと で あそぶ コース へ もどる

ゲーム を やりすぎ ちゃった
※いちにち の めやす は 30ぷん だよ
1かい やすみ

ぬりえ を する

さとう の りょう は おなじ だよ

おやつ を たべる

じゅんばん が くる まで そのば で あしぶみ

かたあし で 20 びょう たつ
※20 秒は 60 歳代の平均秒数です

ふっきん に ちょうせん！ 10びょう で なんかい できる かな

おすもうさん の まね を しよう

そと で あそぶ

13 かならず ストップ
けんこう に いいこと って なんだろう？
インタビュー

14 すきな ポーズ を して みよう

15 おともだち と けんか した

16 とびだして くるま に ぶつかりそう に なった
2マス もどる

17 すきな はやくちことば を 3かい いおう
※たとえば
なまむぎ なまごめ なまたまご
となり の きゃく は よく かき くう きゃく だ
できたら 3マス すすむ

18 おともだち と なかなおり した

19 となり の ひと に「ありがとう」の きもち を つたえよう
ありがとう を いわれた ひと は 2マス すすむ

20 ぼく の なまえ おぼえて くれた？
いえたら 1マス すすむ

21 ターザンロープ で
ターザンロープ で いっき に すすもう ㉙ へ すすむ
… 1かい やすみ

22 て を ちゃんと あらえて いる かな？

23 すきな うた を うたおう！
おわったら みんなで はくしゅ

24 ゆうがた ねむくて ねちゃった

25 ゆうごはん の じゅんび おてつだい できた？

26 5びょうかん に あかい いろ の たべもの いくつ いえる かな？
こたえた かず だけ すすめるよ

27 てのひら いっぱい の やさい を たべよう

28 あそんだ おもちゃ おかたづけ して いる？
いつも している → 2マス すすむ
していない → 1マス もどる

29 おふろ に かた まで はいって あたたまろう

30 たいじゅう を はかろう

31 トイレ は がまん しない こと

32 ねるまえ の はみがき わすれ ちゃった
1かい やすみ

33 ねる じゅんび は できた かな？
「おやすみなさい」と みんな に あいさつ しよう

ワープ チャンス！

ターザンロープ で ビューン

ゴール

がっこう たのしみ！

はやね はやおき して げんき に がっこう へ いこう