



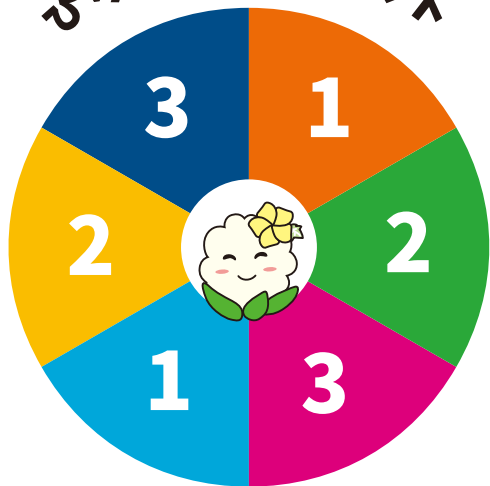
ひらのSDGsすざろく

ひらちゃんSDGs探偵団 しゅっぱつだよ！

毎日のくらしの中には、SDGs(持続可能な開発目標)につながるヒントがたくさん隠れているよ。
「ひらちゃんSDGs探偵団」になって、ゴールを目指そう！
家族や友達と一緒に、楽しみながらチャレンジしてみてね！



ひらちゃんルーレット



用意するもの

- えんぴつ または ペン 1本
- コマ(人数分。消しゴムやコイン、クリップなど)
- 筆記用具・メモ用紙

あそびかた

「ひらちゃんルーレット」の真ん中にペンを置いてクルクルとまわそう。(真ん中にペンを置いて倒してもいいよ!)とまったときにペン先が指している数字の数だけ、マスを進むことができるよ！

止まったマスの「アクション」に挑戦しよう！

できた場合

…マスに書かれたポイントをゲット！
(普段からすでにできている場合もOK)

できなかった場合

…0点。あきらめずに次のマスでがんばろう！

ルール

- ペン先が指した数が、ゴールまでの残りマスより大きくても、そのままゴールできます。
- 全員がゴールしたとき、一番ポイント(累計点数)が多かった人の勝ちです！
- 協力プレイOK! 難しいアクションは、他のプレイヤーと一緒に協力してクリアしても構いません(協力した全員がポイントをもらえます)。

スタート!

エコ

でんきを使わない部屋は
でんきを消そう

1ポイント

人権

家族やお友達の
目を見て、
きもちよくあいさつ

1ポイント

防災

お出かけする靴を、
すぐ出せる場所にそろえる

1ポイント

エコ

お買い物に
マイバッグを使う

2ポイント

健康

「早ね・早おき」を今日の
目標にしよう

1ポイント

人権

まわりの人が
うれしくなる
「やさしい言葉」を
1つ尝试みよう

1ポイント

防災

懐中電灯(ライト)が点くか、
スイッチを入れて確認しよう

1ポイント

防災

地震や火事のととき、
どこに逃げる?
家族と確認しよう

2ポイント

エコ

ペットボトルは何ごみかな?
正しい分別を答えよう

2ポイント

健康

水分を
ひと口のもう

1ポイント

健康

おやすみ

夜ふかししちゃった…
今日はムリせず

1回やすみ

防災

グラツと来たら!
頭を守るポーズを
やってみよう

1ポイント

健康

10秒間、体を大きく
動かしてスッキリ

1ポイント

人権

困っている人がいたら
「手伝おうか?」と声をかけよう

2ポイント

エコ

お出かけのときの、
マイボトルを用意しよう

1ポイント

エコ

ご飯は残さず
「食べきり」できてる?

1ポイント

防災

さいがい
災害が起きたとき、
自分にできることを
2つ答えよう

2ポイント

人権

となりの人の
「良いところ」を1つ
見つけて伝えよう

1ポイント

健康

ごはんを食べるとき、
いつもより「3回多く」かんでみよう

1ポイント

健康

しんどい日は
休んでOK!

1回やすみ

人権

となりの人に
「いつもありがとう!」
と伝えよう

2ポイント

防災

ハザードマップを
チェックしよう

1ポイント

ゴール!

何ポイント
獲得できたか
数えてみよう!

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS