

3: 自分への振り返りを行います。

〈図A〉 最近（ここ1カ月）歩いていて、危険が迫りヒヤリとした頻度について、「○」をつけてください。



〈図B〉 ヒヤリとした歩行中の経験内容と、そのヒヤリが発生した「相手」と「自分」の問題について、記入してください。

ヒヤリとした具体的な経験内容	相手の問題	自分の問題
<p>(例)</p> <p>①18時頃、道路を横断しようとしたら車にぶつかりそうになった。</p> <p>②お昼時に歩いていたら、自転車が横切りぶつかりそうになった。</p>	<p>(例)</p> <p>①スピードの出しすぎ、注意力不足。</p> <p>②歩道を自転車が走行するのはルール違反。</p>	<p>(例)</p> <p>①いつも利用している道だからと気が抜けていた。</p> <p>②スマホをいじりながら歩いている、周囲への警戒が薄かった。</p>

4: 自身のコントロール方法について具体的に考えます。

どのような自分への対処方法があるか、記入してください。いくつでも構いません。

5: 発表された選択肢の中から、実際に自分が行えそうな解決方法を選択します。

自分が行えそうな解決方法を記入してください。いくつでも構いません。