

# 「イライラよ、さようなら」

\_\_\_\_\_年 \_\_\_\_\_組 \_\_\_\_\_番

名前 \_\_\_\_\_

## ●イライラみつけた！

イライラしたら、どうなりますか？ 自分の特ちょうとくをあげましょう。

例：声が大きくなる。



## ●イライラすっきり！

イライラをなくすためにはどうしますか？ イライラをなくすための方法ほうほうを書きましょう。

Blank space for writing methods to reduce irritation.

## ●今日の学習がくしゅうの感想かんそう

Blank space for writing thoughts on today's learning.