小さなくふう（TIPS）のシート

記入日　　年　　月　　日

チェックは該当する箇所は全て入れ、該当しない箇所には入れません。必要ない事項は記入しなくて結構です。

（1）どんな TIPS ？（ざっくり）		
（2）この TIPS の場面は？	□①本人の日常生活一般　□②身近な人とのつきあい　□③身近でない人とのつきあい □④勉学・学修　□⑤大学生活一般　□⑥仕事・アルバイト □⑦その他（　　）	
（3）どんな方法による TIPS ？	□①ものの使い方　□②人とのつきあい方・姿勢　□③考え方・発想法 □④進め方の管理　□⑤タスクの管理　□⑥スケジュールの管理　□⑦機器の使い方 □⑧アプリ・ソフトウェアの使い方 □⑨その他（　　）	
（4）詳しく	（a）何について？	
	（b）どういう人が？	
	（c）誰のために？	
	（d）何の目的で？	
	（e）何を？	
	（f）どのように？	
	（g）どうする？	
	（h）それにより実現できることは？	
（5）TIPS を広げる	（a）これは何が面白い？	
	（b）これまでにない要素は？	
	（c）何に応用できそう？	
	（d）誰に応用できそう？	
（6）その他の必要事項やメモ		

©土井裕人、河野禎之、五十嵐浩也、筑波大学ヒューマンエンパワーメント推進局
このワークシートは、クリエイティブ・コモンズ・ライセンスの「表示」かつ「非営利」（CC BY-NC）により利用できます。