

# 4つの基礎のプラクティスに慣れましょう！

③

プラクティス  
「なりきる」

エンパシームがつくる  
流れに沿って  
なりきって、声にしよう

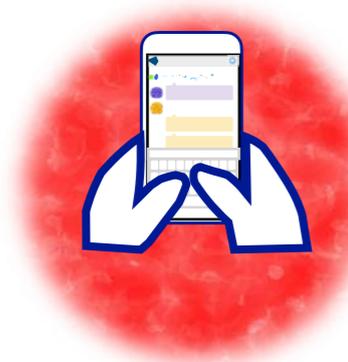


詳細手順

④

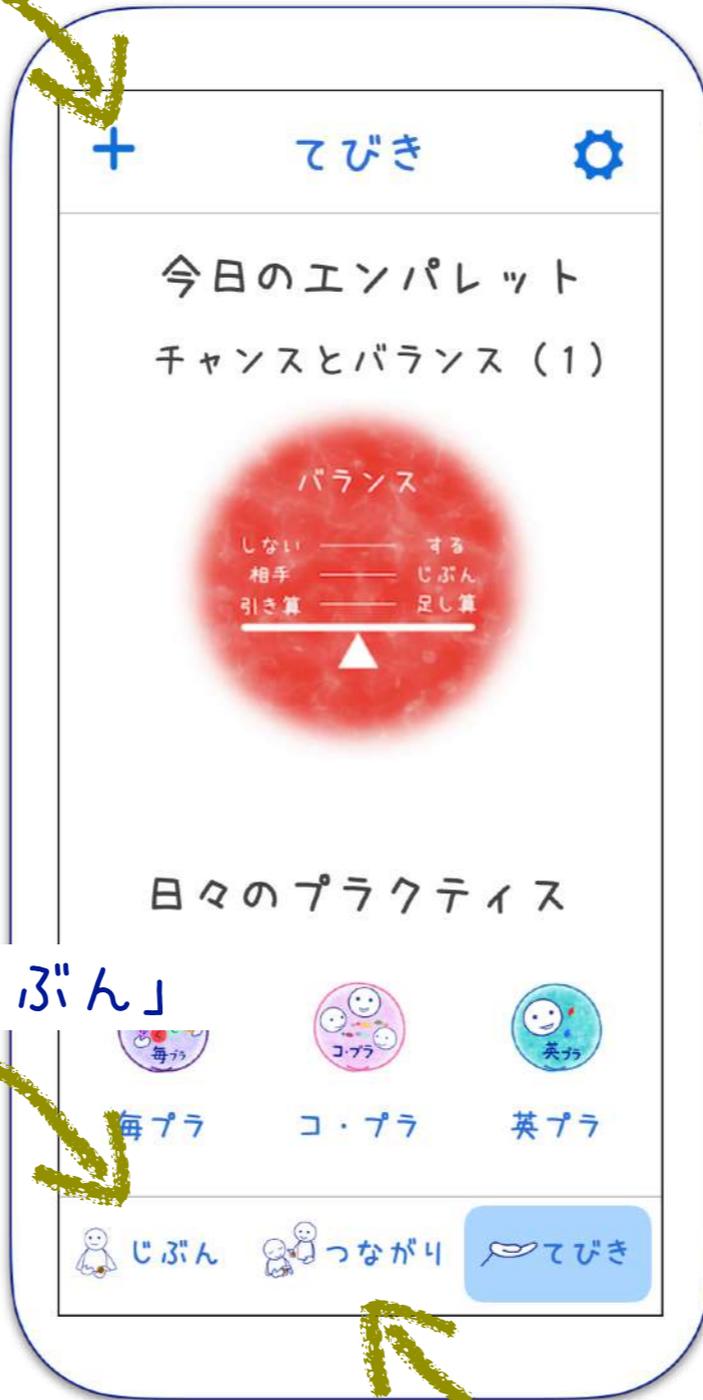
プラクティス  
「くりかえす」

じぶんの声を聞いて  
文字にしてみよう



詳細手順

「+」



「じぶん」

「つながり」

プラクティス  
「はじめる」

①

決まった場所、時間帯を決めて、  
しずかに、姿勢を正してすわろう



詳細手順

プラクティス  
「ちかづける」

②

ネイティブのお手本を聞き、  
リズム、音をちかづけよう



詳細手順

# オリエンテーションのプラン

出発前の  
ステップ

Day 1

Day 2

Day 3

Day 4

Day 5

Day 6

Day 7

アカウント作成と  
インストール



ログイン



エンパシームに  
慣れよう



基礎の  
プラクティス

① はじめる

② ちかづける

③ なりきる

④ くりかえす



エンパシーム アプリの「つながり」にネイティブのお手本が届きます。

お手本  
音声なしで  
やってみます。

◆ (女性) のお手本

💧 のツボ：

声のリズムのアドバイス

♣ (男性) のお手本

🌱 のツボ：

意味や表現、なりきるコツのアドバイス

◆♣ 対話のお手本

🍀 のツボ：

歌詞に使われたフレーズの紹介など  
お楽しみ

カード  
1 2

① はじめる

② ちかづける

③ なりきる

1日2枚分

カード  
1

① はじめる

② ちかづける

③ なりきる

1日1枚分

カード  
2

① はじめる

② ちかづける

③ なりきる

1日1枚分

カード  
1

① はじめる

② ちかづける

③ なりきる

④ くりかえす

1日1枚分

カード  
2

① はじめる

② ちかづける

③ なりきる

④ くりかえす

1日1枚分

カード  
1

① はじめる

② ちかづける

③ なりきる

④ くりかえす

1日1枚分

カード  
2

① はじめる

② ちかづける

③ なりきる

④ くりかえす

1日1枚分

シードの文字を押して、ツボ 💧 ・ 🌱 ・ 🍀、miniプラも見ます。

# オリエンテーション カード1



## オリエンテーション カード 1

- How are you doing? 調子はどう?  
I'm good. What about you? いいよ。君は?
- Where are you? どこにいるの?  
I'm here. I'm upstairs. ここだよ。2階にいる。
- What are you making? 何をつくっているの?  
I'm making my own story. じぶんの話です。
- How do you feel? きぶんはいかが?  
I feel like I'm still sick. まだ病気みたいです。
- Are you okay with my idea? ぼくの案でいい?  
Sure, I am. Go ahead. うん。やってみよう。
- You got everything you need?  
必要なものは、ぜんぶそろった?  
Let me check. I think so. うん、そう思うけど。
- I'm a little nervous. すこし緊張しています。  
Relax. Let it go. 体の力をぬいて、気にするな。

おもて

- What do you have in your hand?  
手になにを持っているの?  
In my hand? A surprise. 手? ひみつだよ。
- Could you look after my dog today?  
今日わたしの犬を見てくれる?  
No problem. I'll take care of him.  
うん、わかった。めんどろみとくよ。
- What do you think? どう思う?  
Let's try it. See if it works. やってみようよ。
- Can I get help? It's not working.  
手伝ってもらえますか?何か、うごかないんだけど。  
Sure, let me take a look at it.  
いいよ、見せてごらん。
- Sorry, I got stuck. ごめん、ひっかかった。  
How about going the other way?  
反対方向にやってみたらどうだろう?
- Take a chance whether you like it or not.  
すぎかきらいかじゃなくて、トライしよう。  
Okay, I'll give it a try. わかった。やってみるね。

 Empatheme  
エンパシーム



裏

## オリエンテーション カード 2

**オリエンテーション カード 2**

- Where am I? ここ、どこ?
- Look around you. まわりをみてごらん。
- I love coffee very much. コーヒーが大好き。
- I do, too. Can't do without it in the morning. わたしもです。朝のコーヒーはかかせません。
- I want to try this one. これ、試したいんだけど。
- Wait, I'll be right back. はい、すぐもどりますので。
- Make the right choice. しっかりえらぶことだ。
- Well, that's not easy. それがむずかしいんだよ。
- What's wrong? どうした?
- Something is wrong with my neck. 首が変だ。
- Come over when you get a chance. 機会があったら、こちらにおいでよ。
- Thanks, I will. ええ、そうですね。ありがとう。
- Time is running out. Can you make it? 時間がなくなってきたけど、まにあうの?
- No worries. I can make it for sure. 大丈夫。

おもて

- Will it snow? 雪がふるかな?
- I hope not. ふらないといいけど。
- That's not what I'm saying. そうは言ってない。
- What do you mean? どういうこと?
- Just try to do it the same way I'm doing it. わたしと同じようにやってみよう。
- I got it. I love this work. はい、わかりました。わたしのすきな仕事です。
- There's something I wanted to tell you. 伝えたかったことがあるんだ。
- What is it? Something good? 何? いいこと?
- What's that animal called? その動物の名前は?
- A squirrel. It's a cute little animal. リス。かわいい小動物だよ。
- I'm wondering if I can join the team. わたし、チームに入れるかな。
- Of course! Come join us. もちろん! ぜひとも。
- Follow the guide. Do it every day. ガイドにそって、毎日やってみよう。
- Alright. I'll work on it. わかった。やってみる。



裏