

※注意：本手引きの内容は、本誌編集部のある自由な発想に基づいて作成されています。ご活用の際は内容をよく確認の上、ご自身の判断に従ってください。

漸進の手引き



対人関係編

友人

友人と会話が途切れた。  
—「魂で語り合ってるんだよね」とつぶやく。

同じことを、友人と同じタイミングで言ってしまった。  
—「やっぱり俺らって魂で語り合ってるんだな!」

友人が落ち込んでいる。  
—「尻揚げでもすっか!」

話についていけなくなった。  
— 砂場ダッシュで足腰強化。

友人が自分の話を聞いていない。  
— そっと手を握り、手の温もりを伝える。

偶然会った友人の名前が思い出せない。  
— 襲名披露宴を執り行う。

友人の髪型の変化に気付かなかった。  
— 「髪切りたいんだけど、それどこで切ったの?」とさりげなく聞く。

友人に褒められた。  
— バラのトゲでサイ。

友人と一緒に夕日を見つめた。  
— 組体操のサポテンをする。

友人に紹介された人が、自分の友人だった。  
— ハイタッチ!

街で同じ友人に数日間連続で会った。  
— 2人の積集合を大切にする。

クラブやバーで、友人の音が聞こえない。  
— 聞こうとするな、感じる。

友人が自慢話をしている。  
— はらたいらに1000点。

友人が使った方言の意味がわからない。  
— 敬意を表する。

友人が立てないほど酔っ払っている。  
— マントをひるがえし、一緒にスーパーマンになる。

酔って友人に迷惑をかけてしまった次の日。  
— 昨日の自分について突撃インタビュー。

友人の冗談が面白くない。  
— 変圧器を持参。

友人にメールを返すのを忘れた。  
— 1人でコオロギの鳴き声を聴く。

友人とケンカした次の日。  
— 腕相撲の勝負を申し出る。

友人に借りていたものをなくした。  
— 見つかるまでがかくれんぼ。

頼まれるとNoと言えない。  
— 否定疑問文の回答で「Yes」、「No」の使い分けをマスター。

初対面の人と会う。  
— 中華料理を「チャイニーズ食べに行こう」と言ってしまった自分に反省。

苦手な人と会う。  
— 腹式呼吸でボイストレーニング。

外国人の友人といる時、みんながなんで笑っているのかわからない。  
— 笑いのツボコレクターになる。

外国人に「サムライはまだいるの?」と聞かれた。  
— 「俺の心がサムライだ」

仕事

上司、先輩の機嫌が悪い。  
— 「ドンと来い、超常現象」

先輩が明らかにミスをしていることに気がついた。  
— 忍耐強く、シャープペンの芯を最後まで使い切る。

先輩が休まないなので休暇を取りにくい。  
— 思い切って温泉旅行をプレゼント。

苦手な上司に飲みに誘われた。  
— 万歳三唱。

いつもは怖い上司が酔って泣いている。  
— “Shall we dance?”

酔って先輩に暴言を吐いてしまった。  
— 花嫁・花婿学校に留学。

上司のギャグが面白くない。  
— マムシドリンクを飲む。

後輩がタメ口。  
— 白玉ぜんざいの歯ごたえはやさしい。

社内旅行で、用意していないのに一発芸を要求された。  
— 「バナナはおやつに入りますか?」

家族

結婚記念日を忘れた。  
— 思い出した日が新たな記念日。

ヘソクリを発見した。  
— 倍にしておいてあげる。

兄弟に勝手に物を使われた。  
— ええじゃないか、ええじゃないか!

若くして、おじ(おば)になった。  
— ベジマイトを食べる。

ペットが言うことをきかない。  
— 一緒に晩酌をする。

赤ちゃんが泣き止まない。  
— 共に泣き、共に育つ。

お父さんの探しているメガネがお頭の上にあった。  
— 大切なものは、目には見えない。

お父さんのイビキがうるさい。  
— イビキで「家族の歌」を作曲。ボーカルはお母さん。

お父さんが定年になった。  
— 犬を飼う。

お母さんに、今自分でやろうとしていたことを「早くやりなさい」と言われた。  
— “Thanks, Mum.”と軽やかに返す(海外かぶれにならないように気を付ける)。

洗いたくない物を勝手に洗濯された。  
— 扇風機の前で「ア——」と言う。

姑に家事のやり方を注意された。  
— ラの音階で「さっすがお母様!」

親が自分の名前を他の兄弟と間違えた。  
— 「ファイナルアンサー?」と聞く。