



**1** ドリルをした日にち、その日の調子、予定や日記などを簡単に記入しましょう。

今日の予定を簡単に書き込みましょう。献立の予定などもよいでしょう。

昨日のことを思い出し、ひと言日記を付けましょう。簡単でOK。身の回りで起こったことや、ニュースやドラマの内容などを箇条書きにするのもオススメです。

翌日、楽しみに行くことを書き込みましょう。読みたい本の題名や人に伝えたい話題などなんでもOKです。

行った日にちを書きます。

その日の調子を3段階で色づけます。

- 運動**
- 😊 よく体を動かした
  - 😐 ふつう
  - 😞 あまり動かなかった
- 食事**
- 😊 おいしく食べた
  - 😐 ふつう
  - 😞 食欲がなかった
- 楽しみ**
- 😊 充実していた
  - 😐 ふつう
  - 😞 あまり充実していなかった

**2** 問題を解きましょう。漢字や音読、書写、計算などを先に行うと脳のエンジンがスタートしやすいですが、取り掛かりやすいところから始めましょう。

各時代の主な出来事を取り上げています。わかるところから埋めていきましょう。

書き取りと読み取りです。  
□には、当てはまる漢字を、  
一線部には読みを書きます。

名作の冒頭部分です。  
声に出して読みましょう。1週間に1度は童謡や唱歌です。

いろいろなジャンルからの問題です。楽しみながら解いてください。

計算問題です。できるだけ速く解けるように。

音読したものを  
書き写します。  
声に出しながら  
書き写しましょう。

**3** 解き終わったら、解答を見て、答え合わせをしましょう。