

② ~ようにしている

1. 最近^{さいきん}なぜが流行^{りやうこう}しているので、うちへ帰^{かえ}ったら必ず^{かなら}うがいをするようにしている。
2. 日本語^{にっぽんご}の勉強^{べんきやう}のために明日^{あした}から日本語で日記^{にっぴ}を書くようにします。

Q1. 「これから気をつけようと思っていること」について話しているのはどちらですか。

Q2. 「自分でいつも気をつけていること」について話しているのはどちらですか。



PAIR WORK (ペアワーク)

1. まず下の「生活健康調査」に答え、その後でこの課で学習した表現を使って、となりの人とお互いに質問しあってみましょう。

生活健康調査

- ① 毎朝同じ時間に起きますか ()
- ② 毎日必ず朝ごはんを食べますか ()
- ③ たばこを吸いますか ()
- ④ 毎晩7時間以上寝ますか ()
- ⑤ 休みの日はよく出かけますか ()
- ⑥ 毎日必ずなにか運動をしますか ()
- ⑦ 毎日必ず30分以上歩きますか ()
- ⑧ お酒やビールを飲みますか ()
- ⑨ 毎日必ずお風呂に入りますか ()
- ⑩ いやなことはすぐに忘れられますか ()

2. 健康のために他にどんなことに気をつけているかをとなりの人とお互いに質問しあってみましょう。



わたしの国の健康法

あなたの国ではどうする？



何を使いますか。

- 1) 南アフリカ



これをまくらにするといいんだ。



次の中でどれをまくらにするとおもいますか。

- ① コーヒー豆
- ② キャベツ
- ③ 厚い本



- 2) トルコ



あつ、日焼けしちゃった。真っ赤だ。

これを塗るといいよ。



日焼けのとき、どれを塗るとおもいますか。

- ① ヨーグルト
- ② 卵の白身
- ③ はちみつ



(答えは126ページ)

② 下のような場合、昔からある治し方がありますか。

- ・しゃっくり
- ・やけど
- ・はちに刺された
- ・鼻血
- ・肩がこった
- ・頭が痛い
- ・切り傷
- ・おなかが痛い
- ・目が疲れた
- ・擦り傷
- ・二日酔い

② 健康のためにいいと言われている食べ物、飲み物がありますか。

日本では毎日酔を飲む人がいる。



ロシア人はんにくをよく食べるんだ。