

Lezioni di italiano intermedio 25

Una vita sana

- ・様々題材をテーマに、イタリア語の多くの語彙や表現に触れていきます。
- ・レッスンでは、レベルに合わせて講師が質問していきますので、積極的に話すように心がけ、日常会話力を伸ばしてきましょう。

【～Una vita sana～】

★1 以下の絵について、下の文章を読みましょう。

必要に応じて、講師と一緒に発音練習をしましょう。
少しずつスピードアップしながら、ネイティブのスピードに近づいてみましょう！

Una buona salute dipende da uno stile di vita sano. Prima di tutto è necessario fare un po' di movimento ogni giorno. La vita sedentaria è spesso la causa principale del mal di schiena. Cercate di camminare almeno un'ora al giorno: andate al lavoro a piedi o in bicicletta o prendete le scale invece dell'ascensore. Durante la pausa pranzo evitate i panini e limitate il caffè. È importante che dormiate almeno sette ore a notte e ovviamente evitate le sigarette e gli alcolici.



★2 講師が写真と文に関する質問をしますので、答えましょう。

表現を覚えるため、フルセンテンスで答えるように心がけてみましょう。

単語がわからない場合は、チャットに記入してもらい、覚えていきましょう。