

Lezioni di italiano intermedio 33

Consigli anti-stress

- 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。

【～Consigli anti-stress～】

★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！

1. **Dormire molto, almeno 7-8 ore per cominciare la giornata pieno di energia.**
2. **Fuori dall'ufficio, basta lavoro! Sarebbe meglio non guardare le email e dedicarsi a se stessi.**
3. **Meditare potrebbe essere una soluzione efficace: puoi farlo a casa da solo o frequentare un corso.**
4. **Fai sport! Lo sport fa bene sia al corpo che alla mente.**
5. **Trova qualcosa da fare quando torni a casa dal lavoro: incontra gli amici, leggi un libro, fai una passeggiata al parco...**



★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。