

テスト前にノート作りから始めなくてもいい。テストへの準備が毎日整っていく。自分だけの大事なポイントがすぐ見つかるから振り返りたくなる。授業中の記憶が鮮明に蘇る。使い終わったノートが生きてくる。復習のリズムが整う。家庭学習が変わる。きれいなノートは先生に褒められる。授業の受け方が変わる。書くたびに頭の中が整理される。

全てが整う totonote 【 ト ト ノ ウ ト 】

国立大学生と整理収納アドバイザーが考えたノートの取り方

毎日使うノート。 それは習ったことや、大切なことを書き留めておき、 後で見返すためのツールです。

小学生から大人まで、毎日ほとんどの人が使う生活必需品。

ノートの書き方ひとつで

この先の人生が大きく変わると言っても過言ではないでしょう。

でも、小中高生の多くが、ノートの使い方を知らないことで
とても無駄な時間を使ってしまっています。

「家に帰ってノートを見返した時、何が何だか分からない…。」

「ノートを使うのは授業中だけ。それ以外は使っていない。」

「先生の話聞くことより、きれいにノートを作ることに集中してしまう。」

「テスト前になると教科書とノートを見ながらまとめノートを作りなおす。」

etc…。

ノートは何のために書くのか？という目的を意識しなければ
ただのメモ代わりになっていたり、一生懸命書いても無意味な時間を過ごすだけ…
みたいなことになってしまいます。

トトノウトは国立大学生と、整理収納アドバイザーが考えたノートです。
ノートの取り方を変えることで、沢山のいいことが実感できるはずです。

書くたびに頭が整理され、授業の受け方が変わり、理解度が上がる。
ノートを開けばすぐに知りたいポイントが見つかり、復習する習慣が自然に身につく。
後で見返した時に、授業中の記憶が鮮明によみがえり、テスト勉強がはかどる。

そんなノートを作りました。

「見返しやすいから、見返したくなる」感覚を是非実感してみてください。

目次

表紙の使い方 **P4**

各スペースの使い方 . . . **P6**

数学 計算編 **P8**

数学 グラフ編 **P9**

国語 **P10**

理科・社会 **P11**

英語 **P12**

英語 教科書・予習編 . . . **P14**

英語 教科書・授業・復習編 . **P16**

最後のページの使い方 . . **P18**

表紙の使い方

①教科を大きく書こう!

ノートは基本、科目ごとに使い分けよう。色々な科目を同じノートに書くとどこに何をやったか分からなくなってしまう、復習しづらくなるよ!

②ノートに番号を付けよう!

そのノートが、その教科で何冊目のノートかを書こう!

2冊目…3冊目と増えていくと、頑張ったことが実感できる!

(単元表のノート番号の欄にノートの番号を書いておくと、後でこのノートがより活用しやすくなるよ)

③勉強した内容を書いて目次を作ろう!

目次を書くことで、ノートが閉じてあっても書いてあることが丸わかり!

「分数の足し算」のように大まかな内容を書いたり、大事なポイントを書いておくなど習ったことを、後で思い出しやすいように工夫してみよう!

④チェックボックスを活用しよう!

終わった内容をチェックしたり、理解度を○△×などで入れておくなど、自分のルールを決めて使おう!

⑤使い始めと使い終わりの日付けを書こう!

いつ勉強した内容なのかがハッキリわかって、復習するときの参考になるよ!

ノート番号が1,2,3,4,5…とずらりと並んだトトノウトは頑張った証!

そのうえ、見たいときに見たいページがすぐ分かるから、成績アップ間違いなし!

CHECK!

①教科を大きく書こう!

CHECK!

②ノートに番号を付けよう!

SUBJECT

数学

NO.

1

式の加法・減法

単項式の乗法・除法

乗法の結合法則

$a \times b = b \times a$

分配法則

CHECK!

③勉強した内容を書いて
目次を作ろう!

$(a+b) \times c = a \times c + b \times c$

$c \times (a+b) = c \times a + c \times b$

文字式の利用

CHECK!

④チェックボックスを
活用しよう!

CHECK!

⑤使い始めと使い終わりの
日付を書こう!

各スペースの使い方

① タイトルスペース

「単元」「テキスト名」「ページ数」「日付け」を書こう！
復習するときにココを見れば見返したいページがすぐ見つかる！

② 問題番号スペース

ページ数・問題番号を書こう！復習するときにテキストから問題がすぐ見つけれられる！

③ 演習スペース

文字は大きくハッキリと！途中式もしっかり書こう！字が下手でも大丈夫！
後で自分がわかるように丁寧に書くこと！

④ 補足・要注意・ポイントスペース

授業で先生が強調したところを書こう！演習スペースと高さを合わせれば、
復習の時に記憶が蘇りやすい！図解、筆算なども書きこもう！

⑤ まとめスペース

今日のまとめ、暗記したいこと、間違えたポイントなどを書こう！パラパラと
ノートをめくって、学習したことを思い出してみよう！テスト直前に見返せば、
ノート1冊分の重要なポイントだけを3分で見返すことができる！

⑥ フリーボックス

自分の理解度や重要度を書くことで確認すべきページがすぐ見つかる！
自分にとって分かりやすいマークや記号を考えてみよう！

CHECK!
① タイトルスペース

CHECK!
⑥ フリーボックス

CHECK!
② 問題番号
スペース

CHECK!
③ 演習
スペース

CHECK!
④ 補足・
要注意
ポイント
スペース

TITLE / TEXT	PAGE	DATE
ベーシック7、一次関数と方程式	P. 66 ~	2017. 10. 10

P.66 $ax + by = c$ のグラフ(1)

例1

☆傾きがマイナス → 右下がり
3すすむ 2すすむ

切片 →

② グラフのかき方
① まず切片を探す
② 傾きを見て、もう1つ点を探す
2 ← yが2すすむ
↑ 3 ← xが3すすむ
マイナス... 右下がり

☆
 $ax + by = c$ の形にして、傾きと切片を調べる

$2x + 3y = 6$ を y について解くと
 $3y = -2x + 6$
 $y = -\frac{2}{3}x + 2$

よって、傾きが $-\frac{2}{3}$ 、切片が2の直線になる。

⑦① $x - 3y = 9$
 $3y = -x + 9$
マイナス $y = -\frac{1}{3}x + 9$ ← 3でわってない!
忘れてる!
 $y = \frac{1}{3}x - 3$

☆
計算ミスに気をつける!
特にマイナスを忘れないようにする!

SUMMARY
グラフをかくときは
• $ax + by = c$ の形にする!
• 傾きと切片をよく見る!

CHECK!
⑤ まとめスペース



1

$$\frac{9}{7} \times \left(-\frac{2}{3}\right) \div \frac{3}{7} = \frac{9}{\cancel{7}_1} \times \left(-\frac{2}{\cancel{3}_1}\right) \times \frac{1}{\cancel{3}_1} = -2$$

CHECK!

①約分では「\」を付けて計算しよう!

$$\begin{aligned} \textcircled{2} \quad & 3x - (4x - 2) \\ & = 3x - 4x - 2 \\ & = -x - 2 \\ & \quad \quad \quad \checkmark \quad + \text{になる} \\ & \quad \quad \quad -x + 2 \end{aligned}$$

CHECK!

②分数は2行使って大きく書こう!

$$\begin{aligned} \textcircled{3} \quad & 6a + 8b - 4a + 7b \\ & a = -5, b = 3 \text{ を代入すると} \\ & 6 \times (-5) + 8 \times 3 - 4 \times (-5) + 7 \times 3 \\ & = -30 + 24 + 20 + 21 \\ & = -30 + 65 \\ & = 35 \end{aligned}$$

CHECK!

③式と式の間は1~2行あけよう!

CHECK!

④「=」をそろえて書こう!

(別解)先に式を整理してから代入する

$$\begin{aligned} & 6a + 8b - 4a + 7b \\ & = 2a + 15b \\ & a = -5, b = 3 \text{ を代入すると} \\ & 2 \times (-5) + 15 \times 3 \\ & = 35 \end{aligned}$$

◎式の値を出す時は先に式を整理してから、数を代入する!

CHECK!

⑤解く時のポイントをメモしよう!

CHECK!

⑥途中式は必ず書こう!

SUMMARY

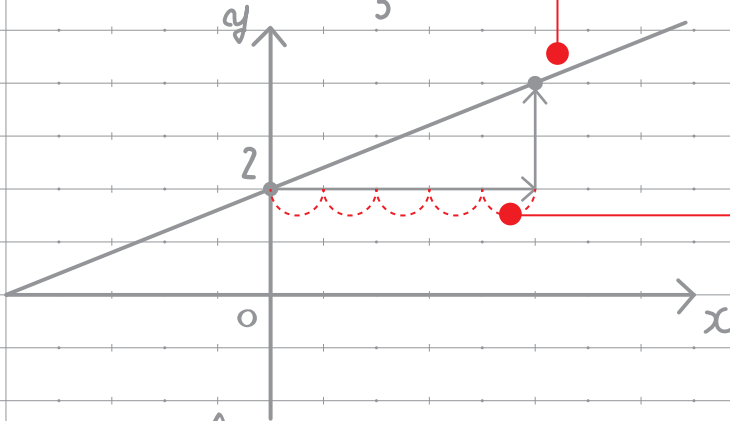
先に式を整理してから数を代入すると
やりやすくなる!

練習問題①

⑦① $2x - 5y + 10 = 0$

$$-5y = -2x - 10$$

$$y = \frac{2}{5}x + 2$$



○まず $y=0$ の形に変える!

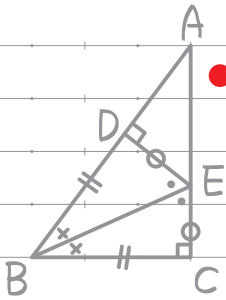
CHECK!

①大きく、正確に、定規を使って丁寧に書こう!

CHECK!

②グラフはドットを目盛りとして使って書こう!

⑦(1)



① $\triangle BDE$ と $\triangle BCE$ において

$BD \perp AB$ から

$\angle BDE = \angle BCE = 90^\circ \dots$ ①

$BD = BC \dots$ ②

また、 $BE = BE \dots$ ③

①②③から、直角三角形の斜辺と他の1辺が、それぞれ等しいので

$$\triangle BDE = \triangle BCE$$

よって、 $\angle DBE = \angle CBE$

したがって、 BE は $\angle B$ の二等分線となる。

CHECK!

③証明問題もしっかり図を書こう!

CHECK!

④間違えても消さない! なぜ間違えたか、解説を書こう!

② 直角三角形 直角二等辺三角形

$\triangle ABC$ は直角二等辺三角形

③ $a + b$ cm

よって $\angle A = 45^\circ$

○問題にある仮定をしっかり使う!

SUMMARY

横の数直線を x 軸
縦の数直線を y 軸

P.2 例題 1

(1) ア

チェック!

① 二行あけて答えを書こう!

(2) イ ウ → 「たとえば」は、次に
たとえばが来る時に使う。

○ 前後の文や
段落の内容を
考える!

チェック!

② 間違えた問題の
解説や解答の
ポイントを
メモしよう!

P.3 例題 2

(1) すばらしい夏の歌を歌う気持ち

チェック!

③ ドット(点)を使って字数を数えよう!
※「一行は十七文字」を意識しよう!

(3) △ 自分たちは優雅で便利な生活を送りなが
ら、負担は子孫におしつけている。
文末を「〜という構造。」
にする!

P.78 3

(1) 逆らう

(2) 難しい

難しい → 易しい

(3) 垂れる

(4) 疑い

垂

チェック!

④ 間違えた漢字は大きく丁寧に書こう!

チェック!

⑤ 同意語や
反意語を
確認しよう!

SUMMARY

接続後は、前後の文と文、段落と段落を
つなげる働きをする!

確認ワーク

1 ① A. 食道

B. 胃

○胃は養分を吸収しない

C. すい臓

D. 小腸

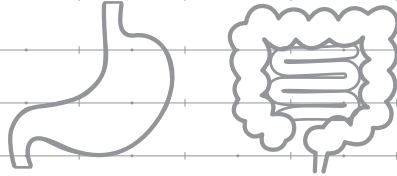
CHECK!

①正解した問題にも解説を加えよう!
※さらに理解が深まるよ!

E. かん臓

F. たんのう

G. 大腸



CHECK!

②簡単なイラストを書いて、目で確認しながら覚えよう!

② C、E F

③ 消化

④ 消化液

CHECK!

③教科書・テキストで調べた重要ポイントをメモしよう!

⑤ すい液

○すい臓ですい液をつくる。

⑥ アンモニア 尿素

CHECK!

④まちがえたところは消さずに残しておこう!

すい液は、でんぷん・たんぱく質、しぼうにはたらく。

⑦ D. 小腸

⑧ 養分を吸収しやすくすること。

○小腸の表面積が広くなり、養分の吸収が効率よく行われる。

2 ⑨ イ

⑩ イ

⑪ A. ア

SUMMARY

胃の下にある臓器をすい臓という。
すい臓ではすい液を作る。
でんぷん・たんぱく質・しぼうにはたらく!

確認ワーク

1(1) Taku is going to run everyday this summer.

CHECK!

①英文は全文書こう!

CHECK!

②分らなかった単語やポイントをメモしよう!

(2) They are going to climb the mountain this summer.

L 登る

 • climb ●
 (動) 登る
CHECK!

③穴うめ問題は答えの所を下線を引く等してわかるようにしておこう!

(3) I ^{am} going to stay in Australia.

I am going to stay in Australia.

CHECK!

④間違えても消さずに残しておこう!

2(1) We are going to go to Kobe next week.

(2) I am going to stay home this afternoon.

3(1) He will visit his grandmother next week.

→ He is going to visit his grandmother next week.

CHECK!

⑤一行あけて書こう!

(2) They will clean their school today.

→ They are going to ^{clean} their school today.

 • 動詞があるか
 必ず確認する!

They are going to clean their school today.

SUMMARY

(be) going to + (動詞)の原型「~する予定だ」
 be 動詞 動詞を忘れない!

CHECK!⑥正しい答えを
しっかり写そう!

基本ワーク

③(1) I'm going to visit Ken around two tomorrow.

私は明日の2時にケンを訪ねるつもりです。
ごろ

CHECK!

⑦日本語訳の問題は元の英文を書いておこう!

(2) Are you going to play baseball today?

あなたは今日野球をするつもりですか?

CHECK!

⑧長文読解の問題ではわからなかった単語をメモしておこう!

(3) we will be busy until noon.

私たちは正午まで忙しいでしょう。

実践問題

⑦(1) ウ

• gull (名) カモメ

(1) ✓ 私はあなたの助けなしで飛べません
without

• respect
(動) 尊敬する

(1) ア

• difference
(名) 違い

(1) ✓ ア...ルーシーは飛びたかったが
ウ それをしようとしなかった
↑ 飛ぼうとしている
11, 12 行目に書いてある

• without
(前) ~なしで

• promise
(動) 約束する

• fail
(動) 失敗する

• tower
(名) 塔

CHECK!

⑨なぜその答えになるのか
しっかりメモしよう!

SUMMARY

単語をしっかり覚える!!

It's almost noon.

almost

CHECK!

①わからなかった
単語や新出単語を
メモしておこう!

I'm going to leave soon.

leave

Soon

Are you? why?

CHECK!

②3行あけよう!

I have a kendo test.

test

Are you going to stay until the final

stay

until

final

CHECK!

③一行に
入りきらない時は
次の行に書こう!

talk?

Yes, I am.

CHECK!

④1ページで入りきらない時は
めくって次の左側のページを使おう!
※右側のページは授業中に書き込むから使わない!

SUMMARY

CHECK!

⑤線を引いておこう!

(動) 去る、たつ

CHECK!

⑥出来るなら単語の意味を調べて書いておこう!

このページは、教科書の英文の内容を勉強するためのページです。予習でこのページのように写しておいて、授業で次のページのように日本語の意味や文法をチェックして書きこもう!

CHECK!

⑦宿題で書くのはここまで!

SUMMARY

It's almost noon.

時間を表す時は it を使う

CHECK!

① 授業で言われた
ポイントを
メモしよう!

almost

I'm going to leave soon.

be going to + 動詞の原型

be 動詞を使う 「～するつもりだ」 未来形

leave

Soon

Are you? why?

Are you going to leave soon? の略

I have a kendo test.

テストがあるの「ある」は have

test

Are you going to stay until the final

be 動詞を前に出したら疑問文

「～するつもりですか?」

stay

until

talk?

名詞「話」

final

CHECK!

② 出てきた文法の
ポイントを書こう!

Yes, I am.

答える時は be 動詞の文と同じ

SUMMARY

be going to + 動詞の原型 「～するつもりだ」

疑問文・否定文は be 動詞

(副) ほとんど
もう少しで
もう少しで正午です。

CHECK!
③授業でチェックした
日本語訳を書こう!

(動) 去る、たつ 私はまだすぐ去るつもりです。

(副) すぐに
まもなく
そうなの?なぜ?

(名) 試験
検査
私は剣道の試験があります。

(動) 滞在する
とどまる
あなたは最後の話までとどまるつもりですか。

(接) ~まで

(形) 最後の

CHECK!
④単語の意味と品詞も
書いておこう!

はい、そうです。

SUMMARY



FOLLOW US



◆岡山教室 -土曜日無料教室開校中-

【住所】〒700-0083 岡山県岡山市北区津島新野1-1-6 赤木ビル2F

 **0120-869-460**

受付時間 / 13:00 ~ 21:00 ★土日祝も OK!

運営会社: 株式会社SunYell (サンエール)

【本 社】〒747-0036 山口県防府市戎町1丁目8-24 マイホームビル2F

