Unit 4 Reading 名前

＜第１段落＞

1. １行目の終わり　How you feel during your waking hours depends, to a large part, on how well you slept the night before. 和訳しなさい。

2. 最後の文　If you have trouble sleeping, the following tips should help.

夜の睡眠をよくするためのコツをまとめなさい。

① 第２段落

＜以下課題です＞

② 第３段落

③ 第４段落

３．第５段落：なぜ夜に良く眠ること（快眠）が必要なのか？