

<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？