

### 【100マス計算の効果UPのコツ】

- 同じ問題を3日間行いましょう。  
終わった解答用紙は保存し、同じ間違いの繰り返しがないか分析します。  
「間違っ癖」がある場合は気づくことが大事です。
- スピードよりも「正確さ」が重要です。
- ストップウォッチで時間を測ります。  
長くても5分で終了し、全て溶けなかった場合は  
解けた問題数を記録しましょう。
- 解答は間違っ場所にだけ×をつけましょう。  
(間違いを見えやすくします)
- 時間と誤答数を記録しましょう。(あなたの変化が見えてきますよ！)
- 毎日続けましょう。  
同じ時間帯にできれば生活リズムが整います。

+	5	8	1	4	7	3	9	2	0	6	+
6											6
0											0
5											5
1											1
8											8
4											4
3											3
7											7
9											9
2											2

月 日

---

名前：

---

時間：

---

誤答数：

---

-	15	13	9	12	17	14	10	18	16	11	-
6											6
0											0
5											5
1											1
8											8
4											4
3											3
7											7
9											9
2											2

月 日

---

名前：

---

時間：

---

誤答数：

---