タイピング練習の文章集 No.10

長文（5分用）

初級 約190〜220字の文章3本。1本ずつ、ゆっくり正確に打ちます　600字

1. 雨の日の朝

朝、目がさめると、窓の外から雨の音が聞こえました。カーテンを開けると、道がしっとりとぬれています。きょうは、お気に入りの青いかさを使うことにしました。
台所でお茶をいれて、ゆっくり飲みます。湯気がふわりと立ちのぼって、体が少しずつあたたまってきました。雨の日の朝は、いつもより時間が静かに流れるような気がします。
お茶を飲み終えたら、玄関で長ぐつをはいて出かけます。水たまりをよけながら歩くのも、雨の日のささやかな楽しみです。

2. 台所のしたく

夕方、台所に立って、夕ごはんのしたくを始めました。まず、冷蔵庫の中を見て、使えるものを探します。たまねぎとにんじんがあったので、きょうはスープにすることにしました。
野菜を小さく切って、なべに入れます。ことこと煮ていると、やさしい香りが台所いっぱいに広がりました。
味見をしてみると、ちょうどよい味です。ほっとして、思わず笑顔になりました。あとは、ごはんがたけるのを待つだけです。

3. 図書館で

休みの日に、近所の図書館へ行きました。入り口を入ると、本の紙のにおいがして、気持ちが落ち着きます。しばらく歩いて、前から気になっていた本を探しました。
窓の近くの席にすわって、ページをめくります。外では、鳥が木の上でさえずっていました。ふと顔を上げると、一時間もたっていて、おどろきました。
帰りに、借りる本を二冊えらんで、受付にむかいました。次に来る日が、今から楽しみです。

中級 約280〜310字の文章3本。句読点と改行の位置も、そのとおりに打ちます　900字

1. 散歩のすすめ

毎日の暮らしの中で、少し歩く時間をつくると、気分がすっきりします。長い時間でなくてもかまいません。家のまわりを十五分ほど歩くだけで、頭の中がほぐれて、新しい考えが浮かぶこともあります。
歩きながら深く息をすると、気持ちもほどけていきます。
歩くときは、いつもと違う道を選んでみましょう。小さな公園や、古い木の塀、季節ごとに変わる庭の花など、ふだんは気づかないものが目に入ってきます。道ばたに咲く小さな花を見つけたら、少し立ち止まってながめてみるのもよいものです。
帰ってきたら、水を一杯飲んで、ひと息つきましょう。ほどよい疲れが、夜のよい眠りにつながります。

授業・家庭・社内研修で自由に印刷・配布できます（販売や、手を加えて自分の作品として配ることはできません）　タッチタイピング研究所　https://touch-typing.com/download/typing-texts/long-text-5min/

2. 手紙を書く時間

メールやメッセージが当たり前になった今でも、手紙をもらうとうれしくなります。便せんに書かれた文字には、書いた人の気持ちがそのまま残っているように感じられるからです。
手紙を書くときは、最初に相手のことを思い浮かべます。元気にしているだろうか、最近はどんなことを楽しんでいるだろうか。そんなことを考えながら、書き出しの言葉を選びます。
本文は、むずかしい言葉を使わずに、ふだん話すように書くと伝わりやすくなります。最後に、相手の体を気づかう一言を添えれば、あたたかい手紙になります。字がじょうずでなくても、ていねいに書けば、気持ちは十分に伝わります。
書き終えたら、もう一度ゆっくり読み返してから、封筒に入れましょう。

3. 雨の日の過ごし方

雨の日は、外に出かけるのがおっくうになります。けれども、見方を変えると、ふだんできないことを楽しむ絶好の機会です。
部屋の窓を少し開けて、雨の音を聞きながら本を読む時間は、晴れた日にはなかなか味わえません。しとしとと降る雨の音は、不思議と心を落ち着かせてくれます。
また、押し入れの整理や、読みかけの本の続きなど、後回しにしていたことに取りかかるのにも向いています。温かい飲み物を用意して、気持ちが乗ったところから、少しずつ進めてみましょう。
そして、雨があがったら、空気がきれいになった街へ出かけます。ぬれた道に映る景色や、葉の上に光る水滴を眺めながら歩くと、雨の日もよいものだと感じられるはずです。

上級 約450字の文章2本。5分を目安に、止まらずに最後まで打ち切ることをめざします　889字

1. 台所の小さな工夫

毎日の料理を、少しだけ楽にする方法があります。大がかりな道具をそろえる必要はありません。ほんの小さな工夫を重ねるだけで、台所に立つ時間が、ぐっと気楽になります。
ひとつめは、調理を始める前に、使うものを手元に並べておくことです。材料や調味料、道具を先に出しておくと、途中で探し回る手間がなくなります。作業の流れもつかみやすくなり、慌てずに進められます。
ふたつめは、洗いものを後回しにしないことです。使い終わった道具は、煮込んでいる間などの空いた時間に、その場で洗ってしまいます。食事が終わるころには、片づけの山が小さくなっていて、気持ちにも余裕が生まれます。
みっつめは、野菜の下ごしらえをまとめて行うことです。時間のある日に、洗って切って、保存容器に入れておけば、忙しい日の夕方でも、すぐに調理を始められます。
こうした工夫は、どれも特別なことではありません。ただ、続けているうちに、台所が自分にとって使いやすい場所へと変わっていきます。まずは、ひとつだけ試してみてください。

授業・家庭・社内研修で自由に印刷・配布できます（販売や、手を加えて自分の作品として配ることはできません）　タッチタイピング研究所　https://touch-typing.com/download/typing-texts/long-text-5min/

2. 図書館の使い方

図書館は、本を借りるだけの場所ではありません。調べものをしたり、静かに考えごとをしたりと、使い方を知るほど頼りになる場所です。

まず、読みたい本が決まっていないときは、館内を歩いて背表紙をながめてみましょう。思いがけない一冊と出会えるのは、図書館ならではの楽しみです。気になった本は、少しだけ開いて、目次や冒頭を読んでから借りるかどうかを決められます。

探している本が見つからないときは、受付の人に相談してみましょう。本の探し方を丁寧に教えてくれます。自分の言葉でうまく説明できなくても、思い浮かぶことを伝えるだけで、手がかりが見つかることがあります。

また、読書のほかにも、静かな席で勉強や作業をするのに向いています。まわりの人も集中しているので、自然と自分も落ち着いて取り組めます。ただし、会話や飲食などのきまりは図書館ごとにちがうので、入り口の案内を確かめておくと安心です。

本を借りたら、返す日を手帳に書いておきましょう。期限を守って返せば、次に借りる人も気持ちよく使えます。

※ 5分は目安です。時間内に打ち終わらなくても、正しい指で打てていれば大丈夫です。タイマーを5分にかけて、どこまで打てたかを記録しておくと、次の練習で比べられます

※ 題名の次の空白の行も、そのとおりに打ちます。改行は Enter キーです

授業・家庭・社内研修で自由に印刷・配布できます（販売や、手を加えて自分の作品として配ることはできません）　タッチタイピング研究所　https://touch-typing.com/download/typing-texts/long-text-5min/