

## <染織デザインコース課題>

※記入用紙を印刷して利用するか、ノートにわかりやすいように記入してください。

### 課題① 学校の日課表に合わせて、1日のスケジュールを立てましょう!

生活のリズムを整えることは社会人への一歩です。そして、健康管理にも重要です。

#### <スケジュール表の記入例>

	月	火	水	木	金
6:00	起床 ・ 朝食 ・ 運動(ストレッチなど)				
9:05~ 9:50	部屋の掃除	玄関の掃除	部屋の掃除	玄関の掃除	部屋の掃除
10:00~ 10:45	教科学習	教科学習	教科学習	教科学習	教科学習
10:55~ 11:40	45分 チャレンジ (なみ縫い)	45分 チャレンジ (ひも結び)	45分 チャレンジ (輪ゴム止め)	45分 チャレンジ (なみ縫い)	45分 チャレンジ (ピース通し)
11:50~ 12:35	専門学習	専門学習	専門学習	専門学習	専門学習
11:50~ 12:35	昼 食				
13:25~ 14:10	読書	読書	読書	読書	読書
14:20~ 15:05	教科学習	教科学習	教科学習	教科学習	教科学習
15:10~ 17:00	自分の時間(読書・音楽鑑賞など)				
17:00~	家の手伝い(夕食準備・洗濯物たたみなど)				
19:00	夕食 ・ 入浴 ・ 就寝				

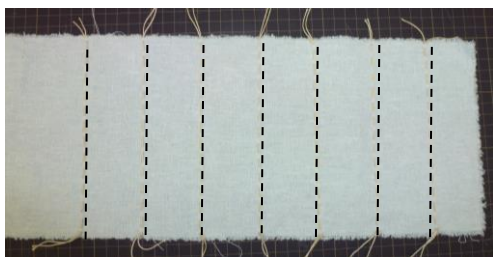
### 課題② 45分チャレンジ!(45分は、授業時間です)

「45分」、時間を意識して集中して取り組みましょう。以下のものは、染織デザインコースで仕事の基礎になるものです。苦手なものを中心にチャレンジしてみましょう。自分で考えた課題でも OK です。同じ課題を繰り返し練習しても OK です。家に道具がない場合は、無理にやらずに大丈夫です。

#### <その1>なみ縫い練習(絞り染めが上手になる!)

使用するもの: 糸、針、布、ハンカチ、定規、チャコペン

布に5cm間隔に線を引き、線の上を真っ直ぐに縫う。



なみ縫いに慣れたら、次のマスク作りにチャレンジしてみましょう。