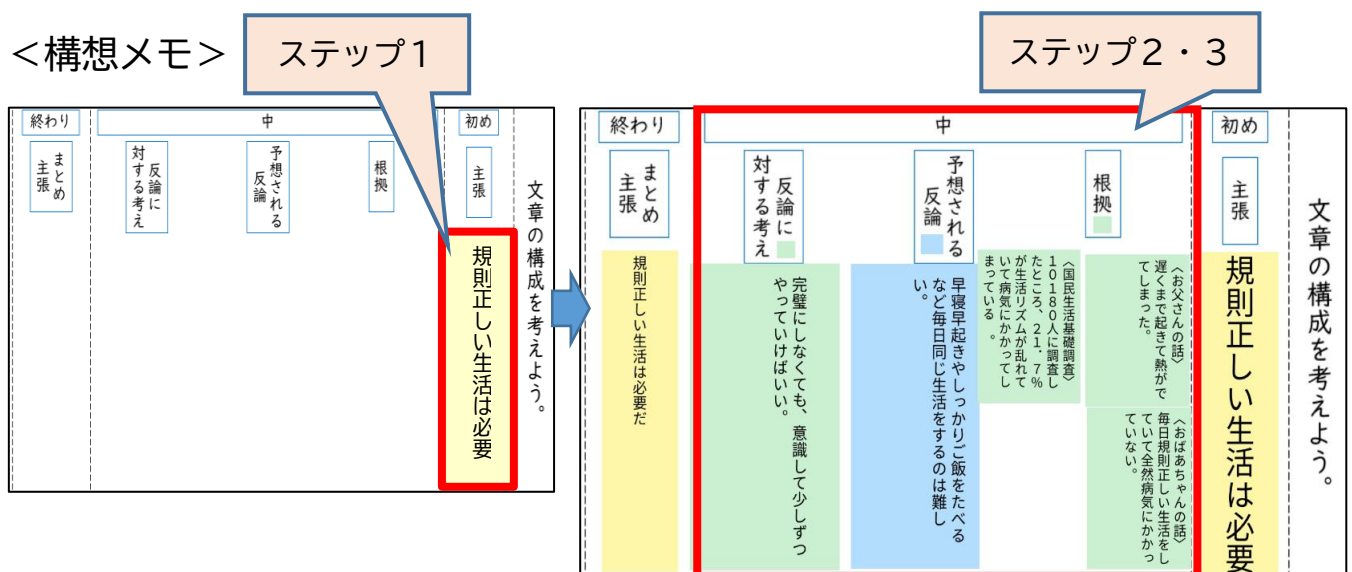


「聞く人」や「読む人」を説得する提案文をつくるために!!

- ステップ1 主張したいことをはっきりさせる
- ステップ2 主張を支える根拠（資料・データ・体験など）を集め、構想メモに整理する
- ステップ3 より説得力が増すように、根拠を示す順を考える
- ステップ4 構想メモをもとに、提案文を書く
- ステップ5 文章を読み直し、修正する



＜提案文＞

ステップ4・5

規則正しい生活は健康に過ごすための方法

僕は、規則正しい生活は必要だと考える。

規則正しい生活は、健康に過ごすために必要だ。ストレスで病気にかかる人もいる。実際に、国民生活基礎調査で10180人に聞いたところ、生活リズムが乱れていて病気にかかってしまった人は21.7%となる約400人となっている。僕のお父さんは、遅くまで起きて熱が出てしまったと言う。そして、僕のおばあちゃんは毎日規則正しい生活をしていて全然病気にかかってないと言う。

早寝早起きなど毎日同じ生活をするのは難しいと思う人もいるだろう。

しかし、規則正しい生活をしようとしているけど難しいと思う人がいる。だから完璧にやらなくても意識して少しずつやっていけばいい。意識して規則正しい生活が続けようとしていけば、病気にかからず健康に過ごせて安心できる人もいるのではないだろうか。このように健康で安心できる人が増えるから規則正しい生活は必要だと考える。

＜参考＞ 厚生労働省ホームページ