

計算力・暗算力をとりもどす！

再挑戦！

大人のおさらい

計算

ドリル



はじめに

最近「暗算ができなくなった」「簡単な計算を間違えた」など、計算力の衰えを感じることはありませんか？

仕事や買い物、料理等、私たちは日常生活の様々な場面で計算をしています。全く何も計算しない日はないとすらいえるかもしれません。計算、それも小学生レベルの基本的な計算を、正しく、そして素早く処理できることは、日々の生活をつつがなく送るうえで最も大切な能力のひとつといえます。これほど大切なものであるにもかかわらず、大人になってからその能力を養う機会はそう多くはありません。

本書は、普段の生活で必要となるような基礎的な計算力を、反復を通じて向上させることを目的に作られました。普段私たちが使う計算のほとんどは、小学算数で習うものばかりです。本書も小学生レベルの計算に特化したドリルとして制作されています。数学を突き詰めるのではなく、あくまで計算力の向上をめざします。しかし、小学生レベルと侮るなかれ。計算力に自信のある方にこそ、ぜひチャレンジしていただきたいと思います。

1章の「整数」から始まり、2章の「小数」、3章の「分数」と、小学算数の勉強をなぞるかのように、できる計算の幅を広げていきます。加えて各章では、整数の足し算、整数の引き算…といった形で、計算の型を細分化しています。これにより、苦手なジャンルが鮮明になり、意識的に取り組むことができます。

本書は、計算力の向上をめざすためのドリルであり、教科書や学習指導要領等に完全に準拠しているわけではありません。むしろ大人向けの計算ドリルとしての工夫が凝らされています。多様な計算問題が出題されるだけでなく、実際の生活場面を意識した文章題も用意しています(4章)。

計算力は大人になってからでも十分に鍛えられます。1日1項目取り組めば、1ヵ月強で最後まで達成できます。「算数まめ知識」やコラムで息抜きしながら、楽しんで取り組んでいただけたら幸いです。計算力を高めて“脳力”アップをめざしましょう！

目次

はじめに.....3

本書の構成.....6

1章 基本の四則演算

1 整数の足し算.....8

2 整数の引き算.....10

3 整数のかけ算.....12

4 整数の割り算.....14

5 整数+整数, 整数-整数.....16

6 整数×整数, 整数÷整数.....18

7 整数の四則混合①.....20

8 整数の四則混合②.....22

解答・解説.....24

(コラム) 連続した10個の数の合計.....26

2章 小数の四則演算

1 小数の足し算.....28

2 小数の引き算.....30

3 小数のかけ算.....32

4 小数の割り算.....34

5 小数+小数, 小数-小数.....36

6 小数×小数, 小数÷小数.....38

7 小数の四則混合①.....40

8 小数の四則混合②.....42

解答・解説.....44

(コラム) 「×0.5」「÷0.5」の計算.....46

3章 分数の四則演算

1 分数の足し算	48
2 分数の引き算	50
3 分数のかけ算	52
4 分数の割り算	54
5 分数+分数, 分数-分数	56
6 分数×分数, 分数÷分数	58
7 分数の四則混合①	60
8 分数の四則混合②	62
解答・解説	64

4章 生活の中で実践!

1 百分率・歩合	68
2 時間と速さ	70
3 比の計算	72

4 単位量あたりの計算	74
5 面積	76
解答・解説	78

5章 総まとめテスト

1 総まとめテスト①	82
2 総まとめテスト②	84
3 総まとめテスト③	86
4 総まとめテスト④	88
5 総まとめテスト⑤	90
解答・解説	92

達成度チェック表	94
----------	----

【装丁】由無名工房 山田 麻由子

【カバーイラスト】きなこもち

本書の構成

● 1章から3章は分野別の構成

整数、小数、分数と章ごとに出題ジャンルを分けています。それぞれの章では、項目ごとに足し算や引き算等、計算の型を分けています。苦手ジャンルを意識して取り組むことができます。

● 4章は生活場面に即した問題

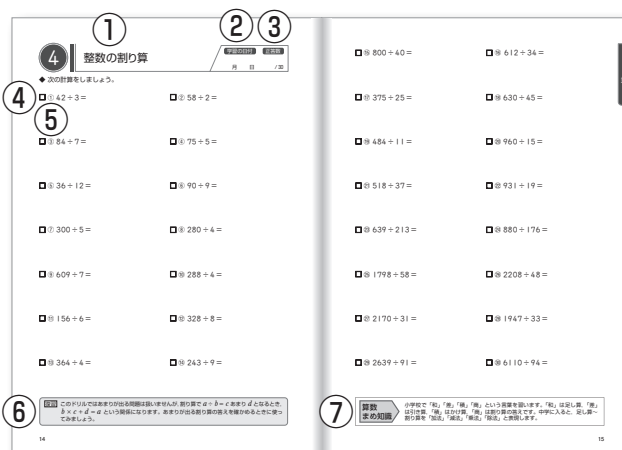
身の回りの題材をもとにした文章題です。総合的な計算力を鍛えましょう。

● 5章は総まとめテスト

最後に、ジャンルを問わず出題される総まとめテストです。5回分用意しています。

● 達成度チェック表付き

巻末には達成度チェック表がついています。目標のボーダーラインに届かなかった項目を確認し、弱点の克服に努めましょう。



- ① 出題分野…………… どのような分野の、どのようなタイプの計算なのかが示されています。
- ② 日付記入欄…………… 問題に取り組んだ日付を記入する欄です。
- ③ 正答数記入欄…………… 解答を見て採点を行ったら、正答数を記入しましょう。
- ④ チェックボックス (□) …… 間違えてしまった問題や、もう一度復習しておきたい問題をチェックしておくためのボックスです。
- ⑤ 問題番号…………… 問題は各項目に最大 30 問あります。
- ⑥ 復習…………… 小学算数の復習です。計算の仕方がわからなかったら参考にしましょう。
- ⑦ 算数まめ知識…………… 数や算数・数学にまつわる様々な「まめ知識」を載せています。



整数の足し算

学習の日付

正答数

月 日 / 30

◆ 次の計算をしましょう。

① $13 + 4 =$

② $45 + 5 =$

③ $71 + 7 =$

④ $8 + 59 =$

⑤ $5 + 16 =$

⑥ $75 + 8 =$

⑦ $3 + 98 =$

⑧ $54 + 7 =$

⑨ $36 + 70 =$

⑩ $12 + 87 =$

⑪ $58 + 61 =$

⑫ $89 + 69 =$

⑬ $73 + 39 =$

⑭ $28 + 74 =$

2

整数の引き算

学習の日付

正答数

月 日 / 30

◆ 次の計算をしましょう。

① $75 - 1 =$

② $25 - 2 =$

③ $54 - 4 =$

④ $67 - 9 =$

⑤ $76 - 8 =$

⑥ $23 - 7 =$

⑦ $32 - 5 =$

⑧ $83 - 6 =$

⑨ $95 - 33 =$

⑩ $36 - 18 =$

⑪ $73 - 40 =$

⑫ $53 - 47 =$

⑬ $70 - 15 =$

⑭ $31 - 24 =$

3

整数のかけ算

学習の日付

正答数

月 日 / 30

◆ 次の計算をしましょう。

① $23 \times 2 =$

② $15 \times 3 =$

③ $40 \times 6 =$

④ $28 \times 6 =$

⑤ $26 \times 7 =$

⑥ $58 \times 3 =$

⑦ $45 \times 8 =$

⑧ $69 \times 2 =$

⑨ $124 \times 4 =$

⑩ $279 \times 3 =$

⑪ $234 \times 6 =$

⑫ $445 \times 5 =$

⑬ $649 \times 2 =$

⑭ $726 \times 8 =$

4

整数の割り算

学習の日付

正答数

月 日 / 30

◆ 次の計算をしましょう。

① $42 \div 3 =$

② $58 \div 2 =$

③ $84 \div 7 =$

④ $75 \div 5 =$

⑤ $36 \div 12 =$

⑥ $90 \div 9 =$

⑦ $300 \div 5 =$

⑧ $280 \div 4 =$

⑨ $609 \div 7 =$

⑩ $288 \div 4 =$

⑪ $156 \div 6 =$

⑫ $328 \div 8 =$

⑬ $364 \div 4 =$

⑭ $243 \div 9 =$

復習 このドリルではあまりが出る問題は扱いませんが、割り算で $a \div b = c$ あまり d となるとき、 $b \times c + d = a$ という関係になります。あまりが出る割り算の答えを確かめるときに使ってみましょう。

5

整数 + 整数, 整数 - 整数

学習の日付

正答数

月 日 / 30

◆ にあてはまる数を計算しましょう。

$\square \textcircled{1} 21 + 45 = \square$

$\square \textcircled{2} \square - 16 = 16$

$\square \textcircled{3} 121 + \square = 199$

$\square \textcircled{4} 77 + \square = 243$

$\square \textcircled{5} \square - 145 = 155$

$\square \textcircled{6} 66 + 984 = \square$

$\square \textcircled{7} 727 - \square = 241$

$\square \textcircled{8} 868 - \square = 33$

$\square \textcircled{9} \square + 185 = 716$

$\square \textcircled{10} 701 + \square = 830$

$\square \textcircled{11} 320 - 113 = \square$

$\square \textcircled{12} \square + 569 = 821$

$\square \textcircled{13} 181 + \square = 914$

$\square \textcircled{14} 308 - 158 = \square$

Ⅲ

分数の四則演算



分数の足し算

学習の日付

正答数

月 日 / 30

◆ 次の計算をしましょう。計算結果は最後まで約分しましょう。

□ ① $\frac{1}{5} + \frac{2}{5} =$

□ ② $\frac{2}{9} + \frac{4}{9} =$

□ ③ $\frac{8}{21} + \frac{11}{21} =$

□ ④ $\frac{16}{33} + \frac{16}{33} =$

□ ⑤ $\frac{1}{2} + \frac{1}{3} =$

□ ⑥ $\frac{4}{5} + \frac{1}{10} =$

□ ⑦ $\frac{2}{11} + \frac{3}{22} =$

□ ⑧ $\frac{3}{4} + \frac{1}{6} =$

□ ⑨ $\frac{3}{8} + \frac{3}{5} =$

□ ⑩ $\frac{2}{7} + \frac{1}{13} =$

□ ⑪ $\frac{13}{36} + \frac{5}{18} =$

□ ⑫ $\frac{3}{50} + \frac{4}{15} =$

□ ⑬ $\frac{1}{6} + \frac{1}{3} =$

□ ⑭ $\frac{3}{20} + \frac{3}{4} =$

復習 分母が異なる分数の足し算は、分母を最小公倍数にそろえて計算します(通分といいます)。

(例) $\frac{1}{3} + \frac{1}{2} = \frac{2}{6} + \frac{3}{6} = \frac{5}{6}$

8

分数の四則混合②

学習の日付

正答数

月 日 / 30

◆ 次の計算をしましょう。計算結果は最後まで約分しましょう。

□① $\frac{25}{6} + \frac{11}{24} - \frac{1}{4} \div \frac{1}{9} =$

□② $\frac{13}{9} \times \frac{27}{4} - 5 \div \frac{15}{14} =$

□③ $6 - \left(\frac{15}{4} - \frac{4}{9}\right) \times \frac{12}{7} =$

□④ $\frac{14}{25} \div \frac{3}{10} - \frac{19}{45} - \frac{4}{9} =$

□⑤ $\frac{37}{35} - \left(\frac{18}{5} - \frac{19}{15}\right) \div \frac{49}{18} =$

□⑥ $\frac{3}{2} \times 6 - 4 \div \frac{48}{5} =$

□⑦ $\left(1.7 - \frac{4}{3}\right) \times \frac{15}{22} + 1.25 =$

□⑧ $\frac{39}{40} \times \frac{64}{13} \div \frac{15}{8} - \frac{2}{5} =$

□⑨ $\left(\frac{7}{8} \div \frac{42}{5} + \frac{7}{12}\right) \times \frac{12}{11} =$

□⑩ $\frac{13}{100} + \frac{7}{10} \times \frac{11}{10} - \frac{3}{10} =$

□⑪ $\frac{25}{6} \times \frac{7}{8} - \frac{19}{6} \div \frac{8}{7} =$

□⑫ $\frac{3}{86} \times \left(\frac{9}{5} \div \frac{27}{50} + 0.25\right) =$

□⑬ $\frac{5}{72} \div \left(6 - \frac{81}{80} \times \frac{20}{9}\right) =$

□⑭ $\frac{23}{5} \div \frac{41}{2} + \frac{18}{5} \times \frac{2}{41} =$

どちらがお得?

月 日 / 4

例題

同じ洗剤が小と中, 2種類のサイズで売られていました。

洗剤 [小]・・・250mL で 158 円

洗剤 [中]・・・520mL で 298 円

小と中, どちらの洗剤がお得でしょうか。

考え方

すぐに分からないときは, 同じ単位の数量で割った値で比べてみましょう。

$$[小] \quad 158 (\text{円}) \div 250 (\text{mL}) = 0.632 (\text{円})$$

$$[中] \quad 298 (\text{円}) \div 520 (\text{mL}) = 0.573 \dots (\text{円})$$

[小]は 1mL あたり約 0.63 円, [中]は 1mL あたり約 0.57 円なので,

[中]の洗剤を買う方がお得です。

なお, mL を円で割って, 1 円あたりの分量ではどちらが多いのかを比べる計算方法もあります。

◆どちらがお得か, 単位量あたりの計算を使って答えましょう。

① シャンプー A・・・350mL で 280 円

シャンプー B・・・500mL で 350 円

【答え】 シャンプー

② ひき肉 A・・・250g で定価 475 円から 50 円引き

ひき肉 B・・・450g で定価 846 円

【答え】 ひき肉

年間パスポート

例題

ある美術館の1回の入館料は1600円です。この美術館では、年間パスポートを5800円で販売しています。

年に何回以上行くと元がとれるでしょうか。

また、実際にその回数だけ美術館に行ったとすると、1回あたり何円お得でしょうか。

考え方

年間パスポートの5800円を1回の入館料1600円で割ると、 $5800 \div 1600 = 3.625$ であることから、年に4回以上行けば、元がとれる計算になります。

年間パスポートで4回行った場合、1回分の料金は、 $5800 \div 4 = 1450$ (円)になるので、1回につき、 $1600 - 1450 = \underline{150}$ (円)お得です。

◆ある遊園地の入園料は1500円です。また、1回300円でアトラクションに乗ることができます。入園料とアトラクション乗り放題セットのフリーパスは、5500円で販売されています。次の問題に答えましょう。

□① フリーパスでは、何回以上アトラクションに乗ると元がとれるでしょうか。

【答え】

回以上

□② ちょうど①の回数だけアトラクションに乗ると、フリーパスを買わずに同じアトラクションに乗った場合よりも、いくらお得でしょうか。

【答え】

円

© Edit, Ltd., 2023, Printed in Japan

再挑戦！ 大人のおさらい計算ドリル

2023年11月10日 初版第1刷発行

編者 語研編集部
制作 ツディブックス株式会社
発行者 田中 稔
発行所 株式会社 語研
〒101-0064
東京都千代田区神田猿樂町 2-7-17
電話 03-3291-3986
ファクス 03-3291-6749
編集協力 株式会社エディット
印刷・製本 シナノ書籍印刷株式会社

ISBN978-4-87615-381-7 C0041

書名 サイチョウセン オトナノオサライケイサンドリル
編者 ゴケンヘンシュウブ
著者および発行者の許可なく転載・複製することを禁じます。

定価：本体1,200円＋税（税込定価：1,320円）
乱丁本、落丁本はお取り替えいたします。

株式会社語研



語研ホームページ <https://www.goken-net.co.jp/>

本書の感想は
スマホから ↓





再挑戦！大人のおさらい計算ドリル

ためし読みはここまでです。

Webページへ

