

The logo consists of the letters 'M', 'e', and 'V' in a stylized font. The 'M' is blue, the 'e' is green, and the 'V' is blue. There are three blue curved lines below the 'V'. The Japanese characters 'トレ' (Tore) are positioned above the 'e' and 'V'.

操作マニュアル

(2025年10月時点)

目次

1. My eトレ 基本の進め方

1-1. 学習のはじめ方	02	▼
1-2. 自由に問題を選んで学習	04	▼
1-3. 配信されたカリキュラムで学習	07	▼
1-4. 答え合わせ	12	▼

2. My eトレをもっと使いこなす

2-1. 成績の確認	14	▼
2-2. ブックマリストを活用	17	▼
2-3. 解説映像の視聴（高校生）	19	▼
2-4. リスニング音声の視聴	20	▼

1. Myeトレ 基本の進め方

まずは、Myeトレでの学習のはじめ方をご紹介します。

1-1. 学習のはじめ方

Myeトレにログイン

Myeトレのログイン画面です。

先生から通知されたIDとパスワードを入力して、ログインします。



トップページのご紹介

① 「今日のタスク」

その日に学習すべき問題を確認できます。

※Myeトレログイン時にもポップアップ表示されます。

※先生からカリキュラムなどが配信されている場合のみ、表示されます

② 「カレンダー」

先生から配信された学習内容やスケジュールの進捗を、カレンダーと照らし合わせて確認できます。

③ 「お知らせ通知」

カリキュラムが配信されたときや、変更があった場合などに通知が届きます。

④ 「ご利用ガイド」

Myeトレでの学習の進め方や、困ったときのヒントを掲載。操作マニュアルもこちらで確認できます。

⑤ 「マイデータ」

アカウントのアイコン・ハンドルネームを設定できます。

⑥ 「ログアウト」

学習を終えたら、ここからログアウトをします。

⑦ TOPページへ戻る

左上の「Myeトレ」アイコンをクリックすると、いつでもトップ画面に戻れます。



1. Myeトレ 基本の進め方

まずは、アカウントの表示設定をしよう！

①上部の「マイアカウント」タブから「マイデータ」を選択します。



②好きなアイコンを選択し、ハンドルネームを入力します。保存をクリックすると設定完了です。



早速、学習を始めよう！

Myeトレのトップ画面から、学習パターンを選択します。

① 「自由に進める」

自由に問題を選び、学習できます。

→ [4ページ](#)へ

② 「カリキュラム」

先生から配信されているカリキュラムに沿って学習できます。

→ [7ページ](#)へ



1. My eトレ 基本の進め方

目的に合わせて自由に学習する方法をご紹介します。

1-2.自由に問題を選んで学習

①「学習を始める」をクリックします。

一度問題を選択すると、ボタンの表記は以下に変わります。



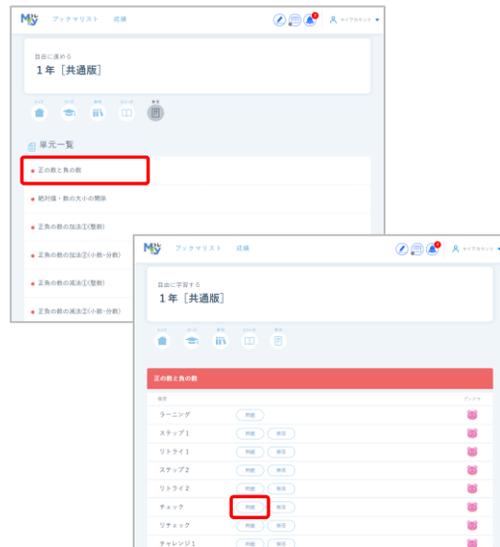
②「コース」「教科」「シリーズ」を選択します。



1. Myeトレ 基本の進め方

③「単元」「問題の種類」を選択します。

問題の種類	内容
ラーニング	板書形式で、要点が分かりやすい解説です。例題も豊富で、参考書の代わりにもなります。
ステップ	単元を小さなステップに分けた練習問題です。
リトライ	ステップが不合格のときに学習する、やり直し用の類題です。
チェック	単元の確認テストです。ラーニング・ステップで扱った内容のみ、出題されます。
リチェック	チェックが不合格のときに学習する、やり直し用の類題です。
チャレンジ	単元の応用問題です。よりハイレベルな問題に取り組むことができます。
チャレンジR	チャレンジが不合格のときに学習する、やり直し用の類題です。
テスト対策 (中学のみ)	定期テストに照準を合わせた対策問題です。短期間に効率良くテスト勉強できます。



④問題が表示されます。

画面を見ながら、専用のルーズリーフまたはノートに問題を解きましょう。印刷して学習することも可能です。

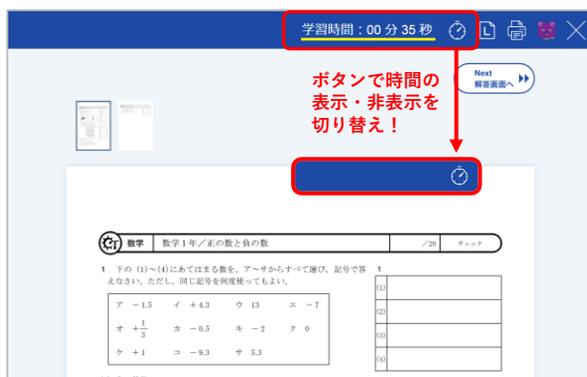
また、問題が複数にわたるときは、上下のサムネイルから切り替えられます。



⑤問題ページを開くと自動的に学習時間の計測が始まります。学習時間を非表示にしたい場合は、「時間計測」ボタンをクリックしてください。

※問題を開いたところから「Next解答画面へ」を押すまでを学習時間として計測します。またそれらは、成績一覧から確認できます。

※計測を一時停止することはできません。



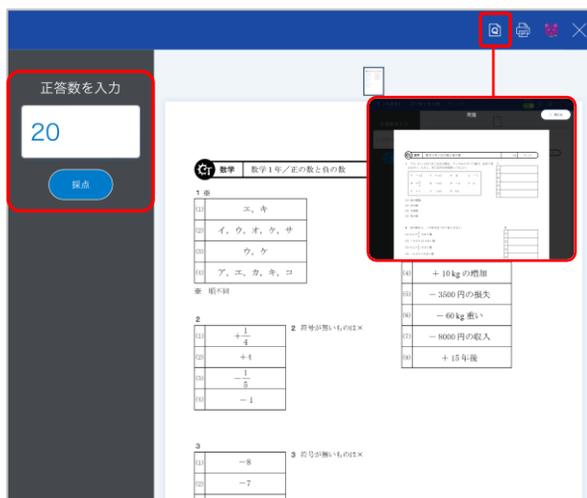
⑥すべて解き終わったら、問題の上下にある「Next解答画面へ」ボタンをクリックします。



1. My eトレ 基本の進め方

⑦解答が表示されます。画面を見ながら、答え合わせをしましょう。右上の問題ボタン（「Q」ボタン）を押せば、問題内容をクイック表示できます。

次に、正答数を入力し「採点」をクリックします。



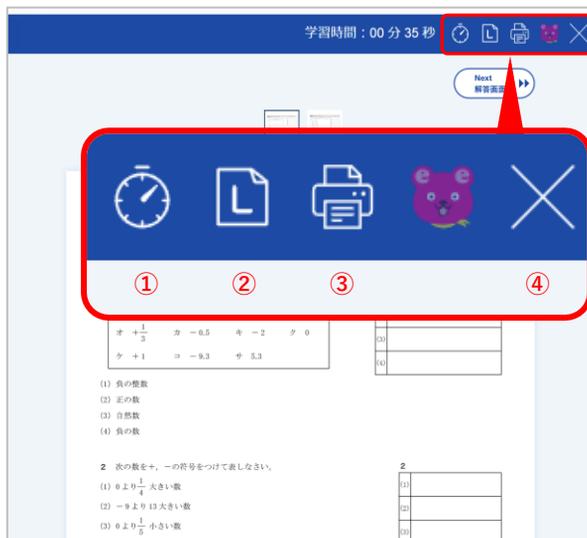
⑧正答数に応じて合否判定ができます。合否に応じて次の問題が自動で選択されるので、「次へ進む」ボタンから学習を続けましょう。

また、問題一覧画面に戻り、学習教科を変更することも可能です。



問題画面の各ボタンの紹介

- ①時間計測ボタン
問題ページを開いたところから「Next解答画面へ」を押すまでを学習時間として自動的に計測します。時間計測ボタンをクリックし、時間を非表示にすることも可能です。
- ②解説ボタン
学習中に分からない問題があるときは、単元の解説「ラーニング」を確認できます。
- ③印刷ボタン
問題の印刷ができます。
- ④閉じるボタン
問題を終了し問題一覧画面に戻ります。



1. Myトレ 基本の進め方

配信されたカリキュラムに沿って、学習する方法をご紹介します。

1-3. 配信されたカリキュラムで学習

① 「カリキュラムを進める」をクリックします。



② 一覧からカリキュラムを選択します。

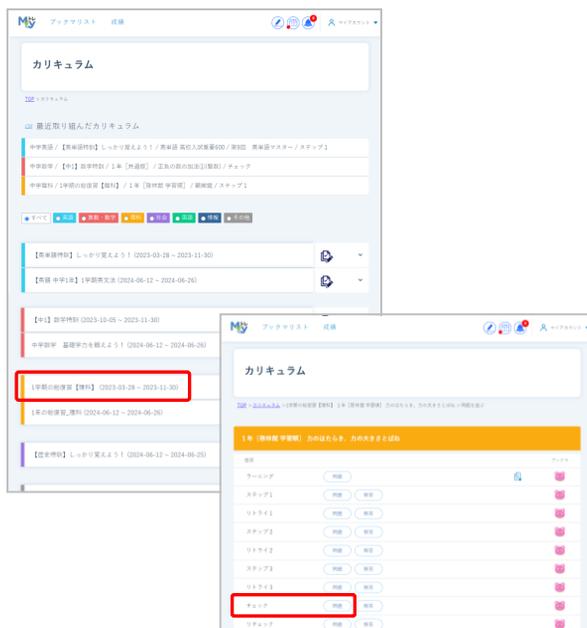
最近取り組んだカリキュラムは上部に表示され、前回の続きにすぐアクセスできます。



1. Myeトレ 基本の進め方

③「単元」「問題の種類」を選択します。

問題の種類	内容
ラーニング	板書形式で、要点が分かりやすい解説です。例題も豊富で、参考書の代わりにもなります。
ステップ	単元を小さなステップに分けた練習問題です。
リトライ	ステップが不合格のときに学習する、やり直し用の類題です。
チェック	単元の確認テストです。ラーニング・ステップで扱った内容のみ、出題されます。
リチェック	チェックが不合格のときに学習する、やり直し用の類題です。
チャレンジ	単元の応用問題です。よりハイレベルな問題に取り組むことができます。
チャレンジR	チャレンジが不合格のときに学習する、やり直し用の類題です。
テスト対策 (中学のみ)	定期テストに照準を合わせた対策問題です。短期間に効率良くテスト勉強できます。



④問題が表示されます。

画面を見ながら、専用のルーズリーフまたはノートに問題を解きましょう。

また、問題が複数にわたるときは、上下のサムネイルから切り替えられます。



⑤先生から配信されるカリキュラムには、学習時間の目安としてタイマーが設置されていることがあります。その場合、問題ページを開くと自動的にカウントダウンが始まります。

※先生から配信されているタイマーは非表示にできません。
※タイマーが設置されていない場合は、自動的に学習時間が計測されます。(5ページ参照)



1. My eトレ 基本の進め方

⑥すべて解き終わったら、問題の上下にある「Next解答画面へ」ボタンをクリックします。



⑦解答が表示されます。画面を見ながら、答え合わせをしましょう。右上の問題ボタン（「Q」ボタン）を押せば、問題内容をクイック表示できます。

次に、正答数を入力し「採点」をクリックします。



⑧正答数に応じて合否判定ができます。合否に応じて次の問題が自動で選択されるので、「次へ進む」ボタンから学習を続けましょう。また、問題一覧画面に戻り、学習教科を変更することも可能です。

カリキュラムの学習期間が設定されている場合は、本日分のタスク終了後に以下のような終了画面が表示されます。

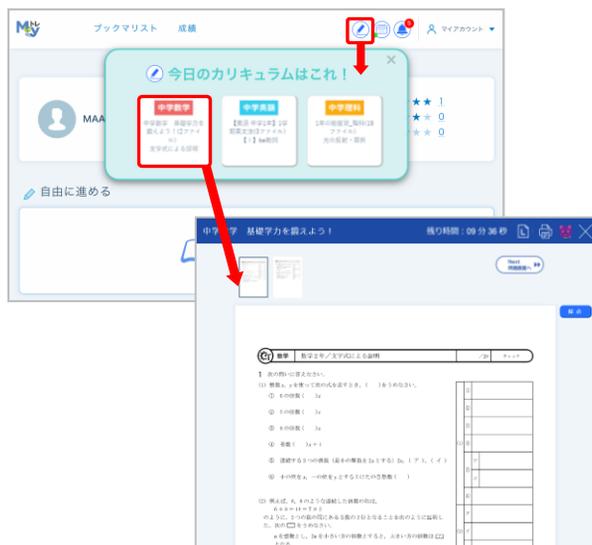


1. Myeトレ 基本の進め方

「今日のタスク」から効率的に学習を始める

「今日のタスク」ボタンをクリックすると、学習すべき問題がカリキュラムごとに表示されます。問題を選んで学習を始めましょう。

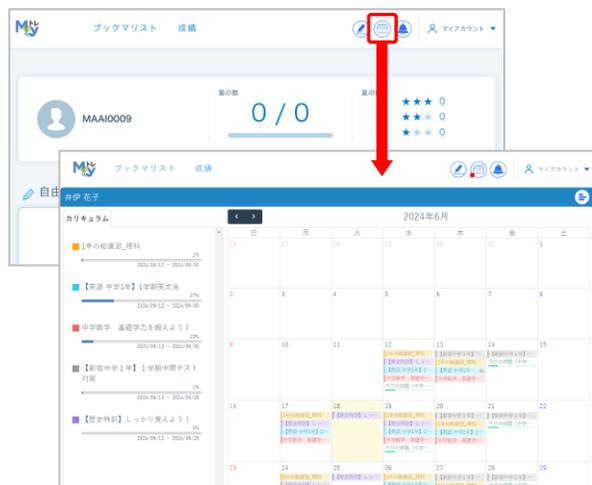
※Myeトレログイン時にもポップアップ表示されます。
 ※学習量より学習日数に余裕があるカリキュラムは、以下の通り下段に表示されます。上段から優先的に進めましょう。



「カレンダー」から今日学べき問題を確認

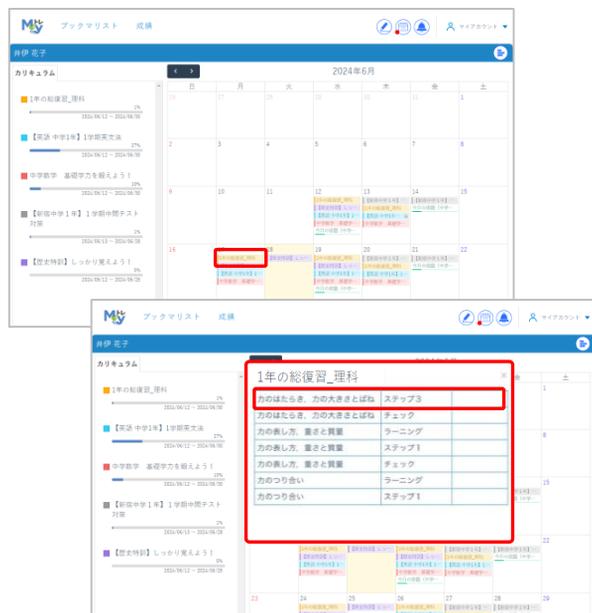
①「カレンダー」ボタンをクリックすると、スケジュールされた学習カリキュラムの全体像を確認できます。

※カリキュラムの学習期間が設定されている場合のみ、カレンダー上に表示されます。



②今日の日付のカリキュラムバーを選択すると、学べき問題が一覧表示されます。

問題欄をクリックして、学習を始めましょう。



1. My eトレ 基本の進め方

問題画面の各ボタンの紹介

①時間計測ボタン

問題ページを開いたところから「Next解答画面へ」を押すまでを学習時間として自動的に計測します。時間計測ボタンをクリックし、時間を非表示にすることも可能です。
※先生から配信されるタイマー付きカリキュラムの場合は、このボタンは表示されません。

②解説ボタン

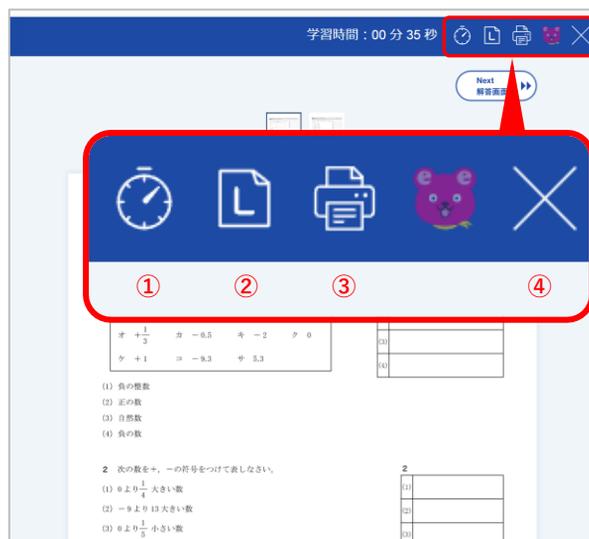
学習中に分からない問題があるときは、単元の解説「ラーニング」を確認できます。

③印刷ボタン

問題の印刷ができます。

④閉じるボタン

問題を終了し問題一覧画面に戻ります。

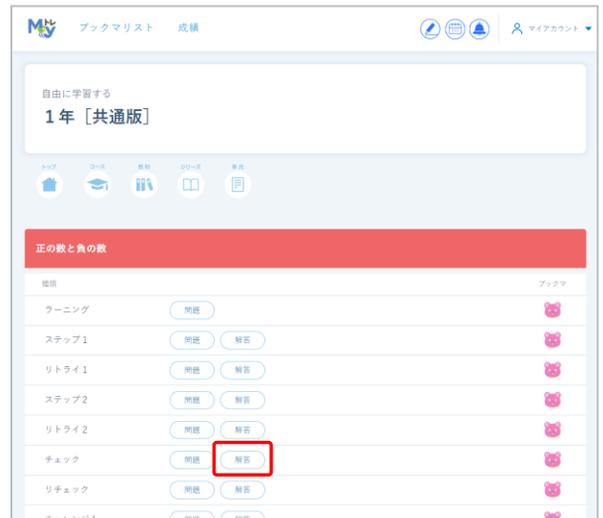


1. My eトレ 基本の進め方

答え合わせの方法をご紹介します。

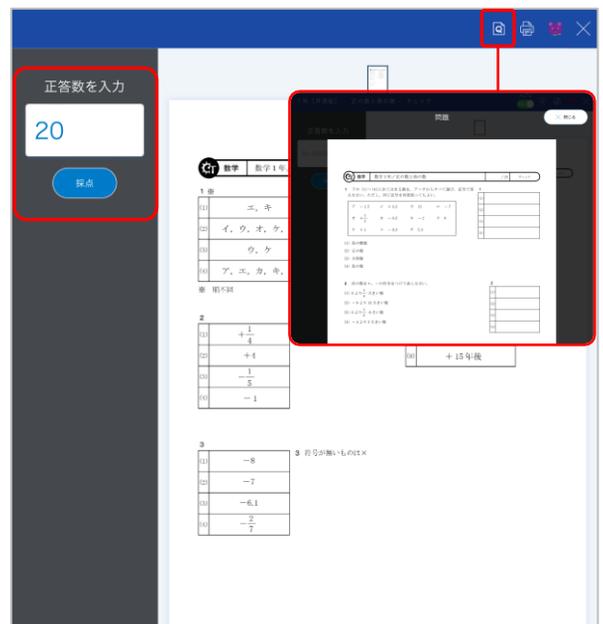
1-4. 答え合わせ

①「解答」を選択します。



②解答が表示されます。画面を見ながら、答え合わせをしましょう。右上の問題ボタン（「Q」ボタン）を押せば、問題内容をクイック表示できます。

次に、正答数を入力し「採点」をクリックします。



1. Myeトレ 基本の進め方

③正答率に応じて合否判定が出ます。
合否に応じて次の問題が自動で選択されるので、「次へ進む」ボタンから学習を続けましょう。

また、問題一覧画面に戻り、学習教科を変更することも可能です。

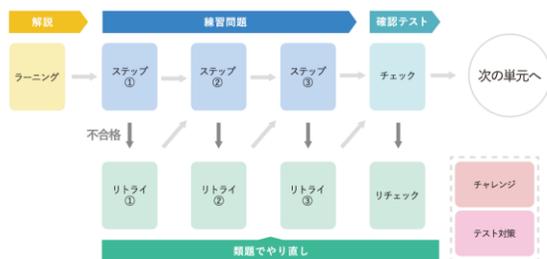


④問題一覧画面では、学習結果に応じて星が付きます。

- ★ 3つ…満点合格
- ★ 2つ…合格
- ★ 1つ…不合格

合格を目指し、学習を進めましょう。

学習の流れについては、以下をご確認ください。



2.My eトレをもっと使いこなす

2-1.成績の確認

星の数で簡単達成度チェック

①星のトータル獲得数や内訳はトップ画面から確認できます。

- ★3つ…満点合格
- ★2つ…合格
- ★1つ…不合格

星の数の表示は、【獲得数/総数】です。
内訳の数字をクリックします。

The screenshot shows the top page of the My e-trace system. At the top, there are navigation links for 'ブックマリスト' and '成績'. Below this, a user profile section displays the ID 'MAAI0009'. A red box highlights the progress indicator '23 / 27' and the star rating '5 stars' (with 4 stars visible). Below the progress indicator, there are two main buttons: '自由に進める' (Free to proceed) and '学習を始める' (Start learning). At the bottom, there is a 'カリキュラムを進める' (Advance curriculum) button with a calendar icon.

②満点合格・合格・不合格と、結果で絞り込んだ成績が一覧表示されます。単元名を選択すると問題一覧画面に遷移し、復習が進められます。

The screenshot shows the '★の詳細' (Details) page for the performance. It features a date range filter from 2024/06/01 to 2024/07/10. Below the filter, there are tabs for 'すべて' (All), '英語' (English), '算数・数学' (Mathematics), '理科' (Science), '社会' (Social Studies), '国語' (Language), and '情報' (Information). There are also checkboxes for '満点' (Full mark), '合格' (Pass), and '不合格' (Fail). The main content is a table with the following columns: '日時' (Date/Time), '教科名' (Subject), 'シリーズ' (Series), '単元' (Unit), '種別' (Type), '正答率' (Correct Answer Rate), '学習時間' (Learning Time), and '解答' (Answer). A red box highlights the '単元' column, which contains unit names like '【1】be動詞' and '【2】What is...? Where is...?'. The table lists several units with their respective dates, subjects, and results.

日時	教科名	シリーズ	単元	種別	正答率	学習時間	解答
2024-07-10 17:28:43	中学英語	リスニング	【1】be動詞	チェック	5 / 5	8:08	
2024-07-10 17:05:49	中学社会	情報	基礎的な	チェック	13 / 28	7:29	
2024-07-10 17:01:18	中学理科	1年【共通版】	身の回りの物質、身のまわりの変化	ステップ2	8 / 10	4:51	
2024-07-10 15:44:34	中学英語	NEW HORIZON 1年	【2】What is...? Where is...?	チェック	10 / 29	9:20	
2024-07-10 12:36:17	中学理科	1年【共通版】	上向き	ステップ2	2 / 8	11:44	
2024-07-10 11:28:50	中学理科	1年【共通版】	上向き	ステップ1	2 / 10	8:52	
2024-07-10 11:20:00	中学英語	NEW HORIZON 1年	【2】(基礎単語)	チェック	11 / 15	6:11	

2.My eトレをもっと使いこなす

成績の詳細を一覧表示

①上部の「成績」をクリックします。



②成績が一覧で確認できます。期間・教科の絞り込みも可能です。これらの成績は先生にも共有されています。

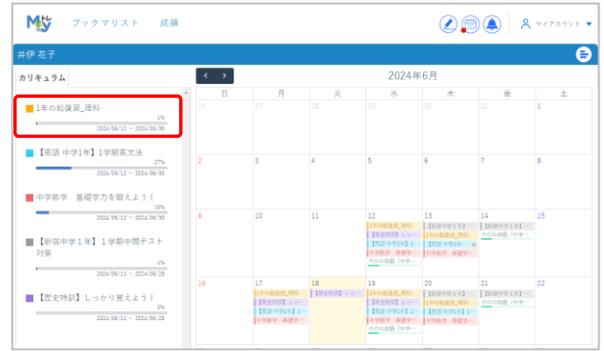
※「Keyテスト」タブを選択すると、Keyテストの学習結果が表示されます。

日付▼	教科名	シリーズ	単元	種別	正答率	学習時間	解答
2024-07-10 17:28:43	中学英語	リスニング	1.1 test1	チェック	8 / 8	8:08	
2024-07-10 17:02:49	中学社会	情報と社会	歴史の変遷	チェック	11 / 28	7:29	
2024-07-10 17:01:18	中学理科	1年【共通版】	生物のからだ、動物のからだの仕組み	ステップ2	8 / 10	4:51	
2024-07-10 15:4:24	中学英語	NEW HORIZON 1年	Unit 2 (Lesson 1) What are they? What are they doing?	チェック	10 / 29	5:28	
2024-07-10 12:35:17	中学理科	1年【共通版】	1.1 test1	ステップ2	7 / 8	11:44	
2024-07-10 11:28:50	中学理科	1年【共通版】	1.1 test1	ステップ1	2 / 10	8:52	
2024-07-10 11:20:00	中学英語	NEW HORIZON 1年	Unit 2 (Lesson 1)	チェック	11 / 15	4:11	

2.My eトレをもっと使いこなす

成績照会から苦手を発見

①カレンダー画面左の「カリキュラム」の進捗バーをクリックします。



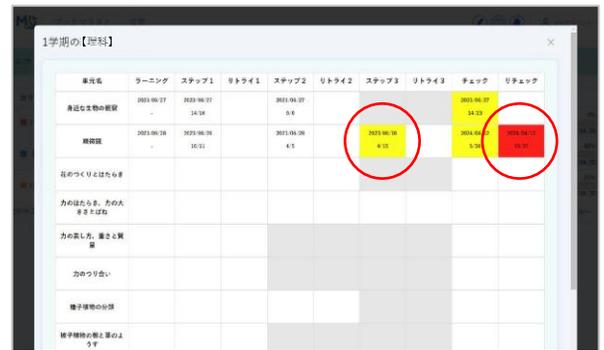
②カリキュラムごとに学習状況の詳細が確認できます。

黄色…ステップやチェックで不合格だった問題

赤色…リトライやリチェック（類題）で不合格だった問題

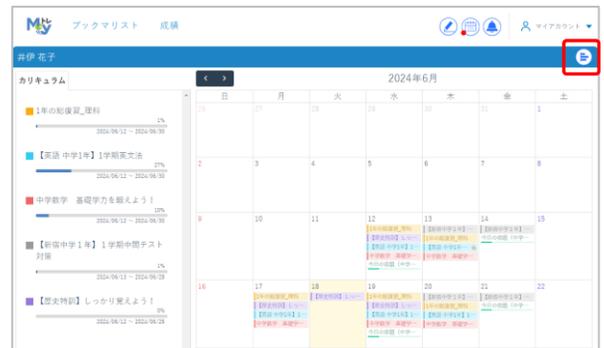
色で合否が確認できるので、自分の苦手がわかります。また、学習日付を長押し（パソコンの場合は右クリック）すると解き直しができます。

※カリキュラムが設定されている場合のみ、表示されます。



ポートフォリオで進捗を確認

①カレンダー画面右上の「ポートフォリオ」ボタンをクリックします。



②カリキュラムの達成度や進捗が確認できます。

※カリキュラムが設定されている場合のみ、表示されます。



2.My eトレをもっと使いこなす

2-2.ブックマリストを活用

ブックマリストとは

特定の問題にブックマーク（付せん）をつけ、あとから学習しやすくする機能です。自分専用のリストが作成でき、問題へのアクセスが簡単になります。

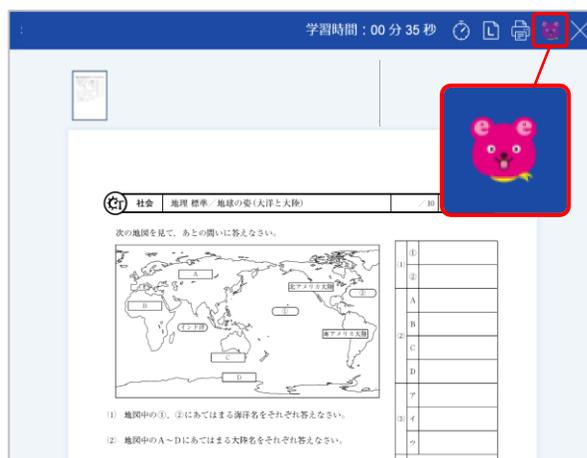
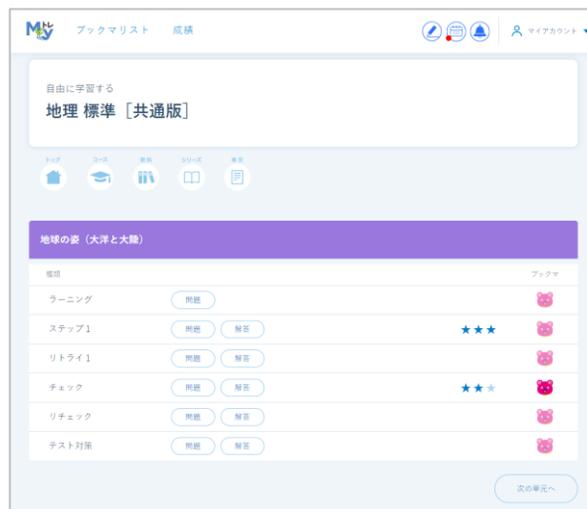
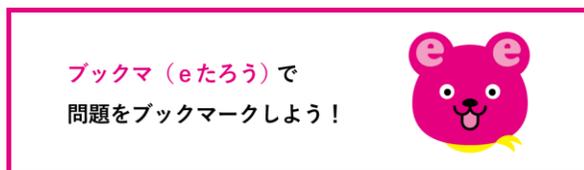
復習したい問題や、先生に質問したい問題をまとめるときに便利です。

ブックマリストの登録

①問題欄の「ブックマ」をクリックすると、リストへの登録ができます。

登録済…濃いブックマ
未登録…薄いブックマ

②また学習画面でも「ブックマ」ボタンから登録ができます。



2.My eトレをもっと使いこなす

ブックマリストから学習

①上部の「ブックマリスト」をクリックします。



②登録した問題が一覧表示され、学習を開始できます。

また「ブックマ」ボタンをクリックするとリストから削除できます。



2.My eトレをもっと使いこなす

高校基礎分野では、解説「ラーニング」に沿った映像コンテンツを収録しています。

2-3.解説映像の視聴（高校生）

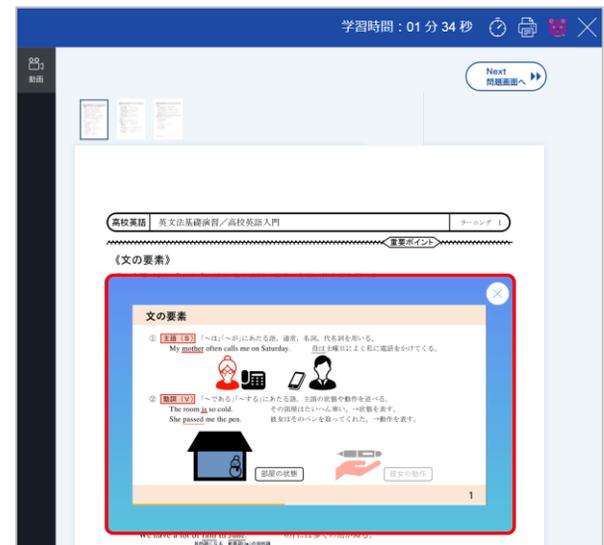
①右端の動画アイコンが、解説映像付きの問題です。



②対象の問題には動画メニューが表示されます。
大問単位で収録された動画から、再生したいチャプターを選択します。



③動画がポップアップで表示されます。
予習から復習まで、用途に合わせて活用しましょう。



2. My eトレをもっと使いこなす

My eトレでは、リスニング問題の対策も行えます。

2-4. リスニング音声の視聴

①リスニングの単元を選択します。



②画面上部に再生アイコンが表示されます。音声を再生し、問題に取り組みましょう。

