

御祓中だより

冬休み号 (集画あり)

学校ホームページ <http://cms1.ishikawa-c.ed.jp/~misogj/NC2/htdocs/>
学校メールアドレス misogityu@city.nanao.ishikawa.jp

平成24年12月21日
No.13 七尾市立御祓中学校
TEL 53-0201

冬休みに向けて！！

本日、2学期の終業式を終え、明日から17日間の長い冬休みに入ります。冬休みには2学期の反省と3学期の目標をしっかり持って取り組んでほしいものです。

入試を控えた3年生は、ラストスパートの時期を迎えます。この冬をどう乗り切るか、そのヒントになる記事が新聞に掲載されていましたので、一部抜粋して紹介します。

記事は「受験生、冬の過ごし方」という見出しで、学習塾を経営する浜田一志さんに勉強法を、東京都内の中学校養護教諭の山守千恵さんに生活上の注意点を聞いた内容です。

下記の記事を参考にして、健康に留意し、規則正しい充実した冬休みを過ごしましょう。

基礎反復に立ち返ろう

東京都内の塾で約100人の受験生を指導する浜田さんは、今月、母校・東京大学の野球部監督に就任したばかり。「勉強も野球も、基本が大事。まずは基本問題の攻略を」と話す。

志望校の水準にまだ達していない中学3年の生徒に、この時期、勧めているのが過去の入試問題を解くこと。数学なら、基礎的な問題が出る人が多い「問1」を徹底して解くよう伝えている。

答え合わせをして間違っていたら、教科書のその単元の例題に戻る。昨年の「過去問」の基本問題がすべてできるようになったら、その前の年へ進む。最低でも過去3年分、できれば5年分に挑戦を。次第に「毎年、この手の問題が出る」とわかるようになる。

答え合わせの際は、単に〇×をつけるのではなく、「かっこがある計算式で、プラスとマイナスを間違いやすい」とか、「問題文を正確に読まなかった」など、どこでつまづいたのか把握することが大切だ。

「基礎の反復はおもしろくないが、最も効果がある。標準的な問題をじっくり復習し、確実に解くというパターンを増やしていくことが合格への近道です」

本番で緊張する子もいるだろう。「イチローが打席に入る前、決まった動作をするように、安心できるよう、おまじないを決めておくといい」。例えば「酸性、中性、アルカリ性、黄、緑、青」とBTB溶液につけたときの色の変化を唱えたり、「隋・唐・宋・元・明・清」、と中国の王朝名をつぶやいたり。節をつけ、歌うように唱えると記憶をたどる糸口にもなる。

塾の子どもたちに、親に言われて嫌な言葉を聞いたら、「こんな問題もできないのか」が多かったという。「無理をするなと言いつつ、努力が足りない、と怒る」「勉強を教えてくれるけれど、すぐにできないとイライラする」というのも評判が悪かった。浜田さんは「親が焦っては元も子もない。どっしり構えていて」と話す。

日々の生活で、親として気をつけたいことは？

東京都新宿区立西早稲田中学校主任養護教諭の山守さんは「家庭での雰囲気づくりを大切に」と言う。

家で会話はあるだろうか。子どもがホッとできる場をつくるために、まずは子どもの話を聴こう。「子どもの心と体の状態を見て、食事や睡眠など生活のリズムが整うよう手助けをしてあげて」

体調管理も重要だ。インフルエンザなど感染症を予防するため、うがいと手洗いを徹底させよう。

朝ご飯抜きの生徒が少なくないが、山守さんは、朝食は必ずとってほしいと話す。「脳を働かせるエネルギー源になるのはブドウ糖。朝食では、そのもとになる炭水化物をとるよう促して下さい」

(朝日H24.11.24)

食育の成果を活かして

今年度、県教育委員会指定「体力向上をめざした食育推進事業」を受けて、食育に取り組んできました。この時期、何かと受験に直面する話題が多い中、「合格は朝食の習慣づけから」という見出しで興味深い新聞記事を読みました。私だけではもったいないので、皆さんにもご紹介します。ご参考までにどうぞ。

食事と受験

朝食を毎日とる受験生の方が合格しやすい。ゲームソフト・脳トレの監修で知られる川島隆太・東北大教授（脳機能開発）が、そんな調査結果を発表した。時間の有効活用や脳の活性化などがその理由だ。

川島教授が2009年11月、全国の大学生400人にインターネットで調査した結果、「小学生の時から平日のほぼ毎日、朝食をとっている」と答えた学生は234人（59%）。それ以外は166人（42%）だった。

さらに、朝食習慣の有無別で大学受験の結果を尋ねると、違いが浮き彫りになったという。

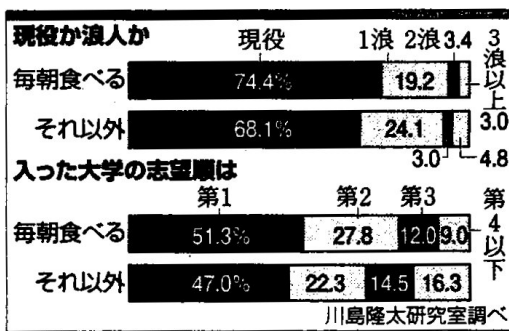
朝食をほぼ毎日とる学生の74%が現役で合格したのに対し、とらない学生では68%。第1志望への合格率は、朝食をとる学生が51%、とらない学生が47%だった。進んだ大学の偏差値をみると、朝食をとる学生の29%が「65以上」だったが、とらない学生で「65以上」に進んだのは19%だった。

ちなみに、川島教授が全国の会社員500人にネット調査をすると、「第1志望の企業に入った」と答えたのは、朝食をとる人で59%、とらない人で47%。こちらも差が出た。

朝食をとる習慣については、文部科学省の全国学力調査でも学力との関連が指摘されている。09年度の小学6年生の調査結果によると、朝食を毎日とる子の正答率が国語A71%、算数A80%に対し、全くとらない子は国語A53%、算数A63%だった。ちなみに、今年度と01年度の同様の調査結果を比べると、朝食を毎日とる子の割合は13ポイント多い89%にまで増えている。

朝食の習慣の違いを生む原因は何か。「朝食を毎日とることで、規則正しい生活を送り、時間を有効活用できる。脳の発達も促される」と川島教授は指摘する。大学生へのネット調査では、朝食をとる学生の61%が「規則正しい生活をしている」と答えたが、それ以外の学生では25%にとどまっていた。

川島教授によると、受験勉強には、脳を動かす糖質を効率よく長時間使うために、でんぷん質やビタミンB群、必須アミノ酸のリジンの摂取が効果的。お薦めの朝食は「ご飯、豚汁、サラダ、納豆」だ。
(読売H24.11.24)



大会成績

Congratulation!

- ◆千代女少年少女全国俳句大会
入選 「夏休み 文武両道 いそがしい」 谷口湖々菜（13H）
- ◆「税についての作品」
作文の部 銅賞 和田 拓也(31H)、高位小百合(31H)、村田 裕樹(32H)、
相内 萌々花(32H)、宮本 華奈(33H)
書道の部 金賞 櫻 亜莉紗(13H)
銀賞 西野 雄大(31H)
佳作 奥村 瑞希(11H)、寺田ひとみ(11H)
- ◆七尾市中学生インドアソフトテニス研修大会
男子団体 優勝
男子個人 優勝 出口 翔大(11H)・久保田未来(11H)
2位 出村 宇宙(22H)・竿漕 大夢(21H)
3位 端山 都頼(22H)・橋場 溪太(22H)

キャリア教育講演会 ～先輩から学ぼう～

大森さんは、この後出張を回り、東京、香港、ニューヨークへ戻られるそうです。大変多忙な方です。

ゴーゴーカレール
USA社長講演
七尾・御校中

米国のゴーゴーカレール
USA社長の

大森智子さん(三女)が七日、母校の七尾市御校中学校で「井の中の蛙、大海を知る」と題して、全校生徒二百三十二人を前に講演した。キャリア教育の一環として同校が招いた。大森さんは中学二年生のときに、父親の「世界で活躍してほしい」という思いに

12月の7日(金)に本校の先輩(41名)が、大森智子さん(三女)を講師として、本校で講演会を開催しました。大森さんは、海外で活躍していること、キャリア教育の重要性、そして「井の中の蛙、大海を知る」という言葉について、生徒たちに語りかけました。講演会は大変盛り上がりました。お話を聞いた生徒の感想を紹介します。



「将来やりたいことを持ってほしい」と話す大森さん＝七尾市御校中で

中日H24.12.8

という思いに「道はどんなに変わっても、七尾青年会議所の事業で米国に滞在したことなどを紹介した。当時から役者になりたかった大森さんは七尾高校卒業後、米国で演劇を学び、ブロードウェイの舞台も経験。一方で現在は、飲食業の社長をしていることを踏まえ「役者として成功したわけではないが、道はどんなに変わっても、生懸命やるのが大事」と、生徒たちに呼び掛けた。また、海外での挑戦を両親が認めてくれたことに「親がいたから今の自分がいる。みんなも自分のやりたいことを伝えてほしい」と話した。(福本英司)

◆2年男子 今日、講演会を聞いて、自分の将来に夢が持てました。もし、嫌な事があってもその時を我慢していけば、それを乗り越えてきつといい事があるという考えに僕も共感しました。僕も海外での活動に興味があります。それで、この話を聞いて「いいな」と思いました。僕も大森さんを見習って、大きな一歩を踏み出してみようという気になりました。

◆2年女子 私は目標があります。絶対絶対無理だなんて思っていました。というか、確信していました。でも、たった1時間で私の考え方が180度変わりました。大森さんが高校3年間の「やりたい事があるのに、私はここに居たくない」というお話をした時、私はやりたい事があって、それを叶える事のできる環境に居るのに、なんてもったいない事をしているんだ!と思いました。そして、それを叶えてやろうじゃないか!と自分の心に誓いました。今日誓った事を、やっぱり無理だなんて思う日があったら、大森さんのお話を思い出して、自分を信じて頑張りたいです。

◆2年女子 大森さんの話を聞いて、すごく勇気が出ました。大森さんは自分のやりたい道に進み、何事にもめげずに明るく乗り越えていて、尊敬しました。“失敗を恐れなくて”という言葉にぐさっときました。失敗しても失うものはなくて、もっと自分を出していくことが大事だと分かりました。悔しくてくじけそうになったら、自分で自分にめげるなど励ましていたと聞いたので、私も同じように何も恐れず、強い人間になろうと思いました。

◆2年女子 今日、大森さんの話を聞き、学ぶことがたくさんあったと思います。大森さんの今までの人生、私には想像することが難しかったです。それほど価値のある体験をできて、うらやましいです。私が一番印象に残っている言葉は「出る杭は打たれるというけど、打たれないくらい出ちゃえばいいし、強くなればいいじゃん。」という言葉です。すごく感動しました。自分も大森さんのように強くて太い杭になりたいです。

◆3年女子 今日、講演会で一番印象に残った言葉は、「嫌だ、嫌だと思ったら、嫌な事しか起こらなくなる」です。最近、私はネガティブ発言が多かったので、これからは「嫌だ」とか「できない」などという言葉はもう言いません!!そのくらい私の胸に響きました。大森さんみたいにエネルギーが溢れていていい女性になりたいなと思いました。

地域に「ミニ門松」を贈ろう

今年度も12月11、12、14日に「石川県生涯学習インストラクターの会」会員の方々が講師となって、1年生に「ミニ門松作り」を指導していただきました。

これは昨年から取り組んでおり、日本古来の伝統文化を生徒たちに知ってもらいたいということと、日頃から生徒たちを支え、見守ってくださっている地域の人たちに正月を気持ちよく迎えてもらいたいという思いでプレゼントをしよう、というねらいで取り組んでいます。

冬休みに入ってから、生徒たちが心を込めて作り上げたミニ門松を地域の高齢者施設、保育園・幼稚園、公民館、児童館、総合病院、公共施設などに届ける予定です。

石川県生涯学習インストラクターの会会員の皆様、お世話になりました。本当にありがとうございました。

年「ふるさと学習」で 時国さんの講演

12月14日（金）に大津町にお住まいの日本鳥類保護連盟石川県支部長の時国公政さんがおいでになり、「ふるさと七尾を知ろう」と題して1年生に講演をしていただきました。

動物保護の活動を通して、石川県の野生動物の現状を教えて下さったり、アフリカを訪れたときの野生動物の写真などを紹介し、動物に目を向けてほしいと話されました。

時国さんはチヨモランマ（チベット語でエベレストのこと）に登ったり、南米アンデスの高原へ行ったりするなど世界各地を訪れ、いろいろな経験をされていますので、大変興味深い話題を持っておられます。機会があれば、またお聴きしたいと思います。

ありがとうございました。

（北國 H24.12.15）→

時国さんが七尾の野生動物を解説
御披露中
七尾市御披露中の「ふるさと学習」写真
は14日、同校で行われ、1年生74人が七尾やアフリカに生息する野生動物について学んだ。
日本鳥類保護連盟の



時国公政県支部長が講師を務め、赤浦瀨に飛来したコハクチョウの現状を話した。
ミニ門松作りも行われ、1年生が生涯学習インストラクターの会の川部謙三会長の指導で高さ約10cmの門松作りを楽しんだ。

よいお年をお迎えください

保護者の皆様、地域の皆様には、今年も大変お世話になりました。

本校職員もお預かりした大切なお子さんたちのために労を惜しまず、力を注いできました。生徒一人一人に対して、ときには叱咤激励をしたり、やさしい眼差しで見守ったりして健やかな成長を促してきました。生徒のために何ができるかということを考えながら、生徒に寄り添って声を掛けてきました。

今年度はいじめ事件が波紋を広げ、その対応にも組織的に行動していますが、生徒が安全で安心した学校生活を送れるようにしていきたいと思っております。来年度はさらにパワーアップして職員一丸となって取り組む活力ある学校にしていきたいと考えております。そのためにも保護者の皆様、地域の皆様のお力添えが必要になることは申し上げるまでもありません。さらなるご理解とご協力をお願い致します。

今年もお世話になりました皆様に感謝を申し上げるとともに、よいお年をお迎えできますようお祈り申し上げます。今年もありがとうございました。

1月集金引き落とし日 のお知らせ

今月の集金の引き落とし日は、1月7日（火）ですので、お間違えないようお願いいたします。

Let's call... オアシスライン

～親と子のなんでも電話相談室～

◆相談内容：悩んでいること、困っていること

◆TEL 0767-52-0783

◆受付時間：13:00～16:00（月曜～金曜）

*匿名でのお電話で構いません。秘密は守ります。