



## 進路を決めるときには

「最近、私の言うことなんて全然聞いてくれなくて……」

「今は親が何を言っても『うるさい!』でしょ。受験もこれで大丈夫か心配なんです」

こんな言葉を、小学生や中学生のお母さんから聞くことがある。

そのときのお母さんは困っているような、それでいてあきらめているような笑みを浮かべている。

そして、どこかさびしげだ。

言うことを聞いてくれないのはかなしい。

でも、それはわが子の心が成長している証なんだから仕方がない、と思っているんだろう。

たしかに、この年頃の子は自分に向けられている愛情に気付かないことが多い。

ときにはその愛情をうとましく思ったりもする。

だから、受験という人生の大切な一場面ですら自分だけの問題だと思い込んだりもする。

そのかげに親御さんのどれほどの思いがあるのか、気付いてないんだ。

受験生の君に、そしてこれから受験生になる君に知っておいてほしい。

当たり前のことだけど、一人で大きくなった人間なんていやしない。

赤ちゃんは一人で物を食べることもできないし、歩くこともできない。

もちろんトイレに行くことだってできない。

オムツを変えたり、夜中に起きてお乳をやったり、カゼをひいたら鼻水をすってやったり。

ぜんぶ親がやってくれたことだよ。

毎日、毎日、こんな大変なことを休まずに続けてくれたからこそ、今の成長した君の姿がある。

そしてそのお返しを、親は何も期待していない。

まだ言葉の分からなかった君に、いろいろと話しかけてくれた親の言葉。

それはとてもやさしいものだったに違いない。

小さな手をぎゅっと握りしめて眠っている君を見つめる親のまなざし。

それはとても穏やかなものだったに違いない。

どんなにわが子を愛してきたか、どんなにわが子の幸せを願ってきたか。

君には、こういう親御さんの思いを知ったうえで進路を決めてほしい。

「ここの学校に決めたから」「親は関係ない」なんて言うてはいけないよ。

まずは真剣に話し合うこと。

そして最後に「～中学(高校)に行かせてください」としっかり伝えよう。

それが、ここまで君を育ててくれた親御さんへの最低限の礼儀だ。

君にとって大切な進路は、親御さんにとっても大切な進路。

それを忘れないようにね。(菅野)



## 小3 ウイング



### ●算数の勉強について

宿題をがんばってやってきてくれています。円と球の勉強や三角形の勉強では、コンパスの使い方にもだいぶ慣れてきましたね。子ども達によると、毎回の授業があつという間に感じるそうです。集中している証拠ですね。12月には暗算の練習や文章題の考え方を取り入れていきます。もちろん2けた×2けたのかけ算の練習は継続して繰り返していきましょう。(奥)

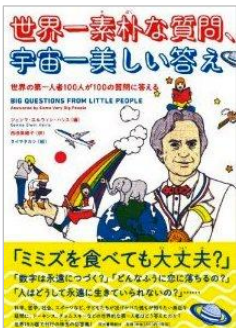
### ●国語の勉強について

今月から作文を授業に取り入れます。長さは100字～200字程度。次の3つを重点的に指導していきます。①主語と述語を正しく理解すること。②句読点を正しく打つこと。③一文ごとのつながりがある文章にすること。最初のうちは思うように書けず苦勞するはずですが、内容を上手く伝えるためにも文章の正しい書き方を身につけましょう。(池田)

※小3コンクール 実施日…12/19(木) テスト範囲…算数：計算40問、国語：漢字50問



## 今月の本棚



### 『世界一素朴な質問、宇宙一美しい答え』

ジェンマ・エルウィン・ハリス／編 (河井出書房新社 2625円)

～内容紹介(本書帯より)～

「ミミズを食べても大丈夫?」「数字は永遠に続く?」  
 「どんなふうに恋に落ちるの?」「人はどうして永遠に生きていけないの?」  
 ——科学、哲学、社会、スポーツなど、  
 子どもたちが投げかけた誰もが知りたい身近な疑問に、  
 ドーキンス、チョムスキーなど世界的な第一人者はどう答えたのか?  
 世界18カ国で刊行の珠玉の回答集!

子どもの無邪気でストレートな質問。大人にとっては当たり前のことすぎて、改めて「どうして?」とか「教えて!」と言われると困ってしまうことってたくさんありますよね。この本は、そんな質問にその道のプロフェッショナル達を選びすぐりの答えを教えてください。たとえば「ミミズを食べても大丈夫?」という質問には、冒険家でありサバイバルの達人であるベア・グリルスさんがこう答えます。

『そうだなあ、つまり……いのちがかかっているなら、ミミズを食べてもぜったいに大丈夫だ。だけど、きみだって毎日食べたくないにきまっている。それに、もし食べるなら気を付けなくちゃいけない。ミミズのおなかのなかには、悪いものはいっていることがあるからね(ミミズは年がら年じゅう土のなかをはいまわっているんだもの!)。だから食べる前に、料理しておくことがおすすめだな』

じっさいにミミズを食べて飢えをしのいだ経験のある人の言葉は、説得力が違いますね。他にも「どうして音楽があるの?」「なぜ戦争が起きるの?」「北極と南極の氷はいつかぜんぶとけちゃうの?」などの素朴な質問が全部で100も! 子どもが読めば自分も気になっていたことに対する答えが見つかるでしょうし、大人が読めば専門家の回答の深みにハマっていきはらずです。装丁もしっかりしているので、本好きの子への入学祝いや誕生日プレゼントとしてもぴったりの一冊です。(菅野)

## ヘリオス



### 1. 学力テスト (1SS、1T、2SS、2T、3T)

◇日程 12/9 (月) …2SS、2T、3T 12/10 (火) …1SS、1T

12月の第1週に、実力問題集PALを配布します。今年最後の学力テストです。準備して臨みましょう。

### 2. ピラミッドテスト (小学部)

◇日程 12/18 (水)、12/20 (金)

今年最後のテストです。今回のテストは月末ではなく、冬期講習直前に行ないます。

日程を間違えないように気をつけてくださいね。

### 3. 冬期講習スタート! (小学部・中学部)

◇日程 12/23 (月祝) ~ 1/6 (月)

小学生は今までの単元の確認と応用問題を中心に扱っていきます。中学生は、予習を中心に進めます。学校では後期期末試験で行なうことまで先取りで勉強していきます。早い時期の学習が、学校の授業や塾での試験対策授業での定着につながります。この冬に実力を蓄えましょう。

※詳しくは「冬期講習のご案内」をご覧ください。

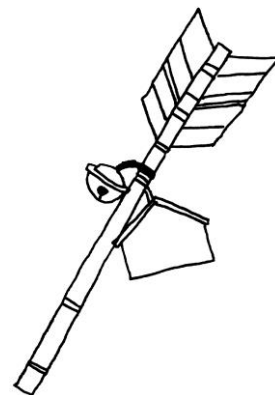
### 4. 正月特訓 (小6中高一貫・中3 ※希望制)

◇日程 1/2 (木)、1/3 (金)

小6中高一貫生、中3生限定の特訓講座です。受験にむけて絞り込んだ内容の学習を行います。入試本番まで残り1ヶ月あまりとなる時期です。積み残しのないような学習をしていきましょう。

※後日、時間割や学習内容を記した申し込み用紙を生徒に配布いたします。

参加を希望される場合はご提出ください。



## 今月の宿題&小テスト 達成状況優秀者

◇小学部：通常の宿題 (90%以上)

川田彩加 100% 沼蒼太 95% 紅林菜々 96% 河野晃大 100% 塙望恵実 96%  
鈴木恵梨香 100% 真下健聖 96%

◇小学部：東計算 (90%以上) ※25枚を直しまでやって100%

沼蒼太 117% 紅林菜々 90% 川田彩加 127% 上原健太 118% 坂本裕和 170%

◇中学部：宿題・漢字&単語小テスト (計90%以上)

山田宗樹 91% 高橋翔 100% 林隆都 93% 深谷駿介 100% 川北祥之 100%  
西谷爽 95% 沼龍太 95% 紅林真衣 100% 鈴木優衣 100% 西村健 91%  
畔柳大 100% 石毛かえで 100% 川田啓太郎 91% 宮内里奈 100%

※中1、中2のみ掲載。中3については一人ひとり入試に向けての課題が異なるため、今月より記載しておりません。

飛鳥



▼ 4 年生 「算数について」

2ヶ月前には、通分、約分を必要とする分母の異なる分数の加減法を勉強しました。束計算も通分が出てくる「5年黒束」をやっています。今月は分数の乗除法、四則混合計算を勉強します。この単元を身につけた後は、分数の計算がともなう割合の問題、速さの問題へと進みます。分数の四則混合計算に慣れるまでには3ヶ月程度かかります。今月は分数の強化月間として、束計算の中でも分数の計算が出てくるものを毎日1回分ずつやってくることを宿題とします。毎日コツコツとやっていきましょう。分数を苦手としてしまうと、これから5年生になってからの勉強に大きくひびきます。もちろんトライアルも15分間がんばってきてくださいね。(山崎)

▼ 5 年生 「テスト結果から見えること」

理科と社会をくらべると、理科が得意だという子はあまりいません。たしかに確認テストの結果を見ると、社会の平均点の方が理科の平均点よりもずいぶん上です。ところが、首都圏模試になると確認テストほどの極端な差はないのです。意外にも本人が思うほど理科は苦手ではないのです。なにしろ模試における理科は、飛鳥クラスの平均点のほうが全国平均点より高いわけですから。理科は社会にくらべて「できる！」と実感できるまでに時間がかかる教科です。しっかりと時間をかけて実力をつけていきましょう。

これに対して社会は勉強の仕方を身につけるための教科として位置づけてきました。家庭でも一人で勉強しやすいことや、がんばった分だけ点数が上がりやすくモチベーションアップにつながりやすいというのがその理由です。課題は、いかに短期記憶から長期記憶にするかということ。飛鳥の「暗記まとめノート」も能動的な勉強をすることで、覚えた事を忘れにくくするためです。首都圏模試ではもうひと伸びできるはずですよ。(池田)

▼ 6 年生 「算数・理科について」

理科のポイントチェック総復習が終わっていない子は、冬期講習までには終わらせましょう。算数では、算数チェックと青テキが終わり次第、志望校と同レベルの入試問題を授業中に演習していきます。

入試まであと2ヶ月となりました。この2ヶ月でどれだけたくさん入試問題を解くことができるかが入試合格への鍵となります。そのさいに気をつけてほしいのは教科間のバランスです。例年、この時期になると得意な教科ばかりを集中的にがんばってしまう子がいます。

しかし入試は総合点での勝負です。苦手な教科こそしっかり時間をとるよう意識しておかないと、ついつい得意な教科の勉強ばかりにかたよりがちです。ということで、青テキ終了者は最低でも1日4教科分の入試演習をやりぬきましょう。(山崎)



岸のはなまるレポート ～5LA編～



今月は5LAについてお届けします。

国語の授業では漢字テストを行っています。家で練習してきて授業のはじめにテスト。これをおよそ50回繰り返すと、1年間で学習する配当漢字のすべてをテストすることができます。5LAはこの漢字テストを欠かさず行い、5年生の漢字練習ノートをもすべて終わらせたところです。こうした積み重ねから得られるのは漢字の知識だけではありません。勉強を習慣にする力、継続して行う力、覚える力。つまり勉強の土台となる力です。

また、11月のコンクール練習では「書いて練習→テスト&丸付け→裏に間違い直し」まで自然に取り組んでいました。多くのことを覚えるためには、反復することが必要だとわかっているのですね。

小学生のうちから勉強の習慣を身につけ、勉強の方法を学んでおく。これは中学生になってから有利になるだけではなく、その後の人生を豊かにしてくれます。その価値はまさに一生ものです。小学生だけでなく中学生のみんなも勉強の習慣を大切にしてくださいね。(岸)

個別指導パソナ ～学校生中継：捜真女学校編～



現役生による学校生中継

記入日 2013年 11月 6日  
学年 高一年

捜真女学校編

◇きみの第一志望  
(国公立大学・早慶上智・MARCH・他4年制大学・短大&専門学校・その他)

◇校則 携帯電話の校内持ち込みは (OK・禁止)  
 頭髪は (茶髪はクラスに 1人)  
 スカート丈は (膝上・膝下) 0 センチ程度まで OK  
 靴下は (指定・自由)  
 かばんは (指定・自由)  
 靴は (指定・自由)  
 その他 校則は結構ゆるいから

◇授業の様子は (静かで集中している・かわらない・やや騒がしい・騒がしい)

◇学校全体で大学受験に向けた雰囲気は (すごくある・一部のクラスだけある・あまりない・ない)

◇大学受験へのサポート 【夏休みの補習など】 (すごくある・ある・あまりない・ない)

◇中学でもっとがんばっておくべきだった教科は 英語

◇捜真女学校の良いところ  
 ・ 合唱コンクール・文化祭・体育祭などの行事がとにかく多いこと  
 ・ 行事がとにかく盛り上がること (特に文化祭はどの学校よりも楽しい)  
 ・ 指定校推薦の枠が多くあること

◇捜真女学校のいやなところ  
 ・ ありなし

◇最後に捜真女学校をめざす後輩にメッセージを  
 校則見直しやうと思えば手にいれる環境の学校呵  
 制服はあまり可愛くないかもしれないけど、自分の愛着が湧くほどに何れ行事が楽しい!!  
 青春でいっぱい入り続けたい後悔しない学校です!!

捜真女学校は親子3代で通う方がいらっしゃるほどの伝統校。キリスト教を土台にした愛情豊かな教育に保護者の方のなかにもファンが多く、「捜真ファミリー」といえるような絆も特長です。家族で参加できる行事も多いので、見学にはご家族で行かれてもいいかもしれません。父親の会なども活発に活動しています。生徒もご家族も愛校心が強いのが魅力です。

今回の学校生中継は、卒業生のNさんが「捜真のことを書きたい!」と申し出てくれました。指定校推薦が120校もあるのは確かに良いですね。指定校での推薦を考えると、中だるみすることなく勉強にも手を抜けなくなりますから。

でも一番の良さは、青春できる学校というところ。弱音を吐かない頑張り屋だったNさんが、受験を乗り越えて思いっきり楽しんでいる学校生活の様子が「後輩へのメッセージ」から伝わってきます。目標の大学へむけた勉強と、プラスバンド部の活動と、素敵な時間を過ごしていることでしょう。(池田)

1分間  
クイズ



①～③はすべて外国のことわざです。日本にある同じ意味のことわざはなんですか？

- ① 鍋を見下すのはフライパン (フランス)
- ② 死んだ後に来る医者 (イギリス)
- ③ コックが6人いれば、料理はできない (ポーランド)

答えはP11⇒

# 快適カラダ塾 vol.4

～姿勢力を上げて学力アップ！

## 【カラダの歪みをリセットしよう～足編②～】

さてさて、前回の足裏ケアはいかがでしたか？  
結構気持ち良くてテニスボールが手放せなくなる人も多いですよ（笑）

では今回の主役である足首の話です。足裏が安定のための仕事をするならば、足首は動いてナンボ。足首が硬いというのはドアの蝶つがいが錆びついているのと同じですよ。その上の関節であるヒザ・股関節にも悪い影響が出てしまいます。今回ご紹介した「足首ケア」エクササイズを通して、ご自分の足元を今一度見直してみましょう。

脳から最も遠い関節である足首。普段から使っておかないと脳は足首の存在を忘れてしまいます。なので、「しっかり使えますよ～」と動かすことで脳にアピールする必要があるのですね。

次回はふくらはぎの体操をご紹介します。ここも重要な部位ですよ。お楽しみに～



頼 幹二郎（らい・みきじろう）

1971 年生まれ。「快適カラダは整えてから動く！」をモットーに整体と体幹トレーニングを組み合わせたプログラムを提案。子どもの姿勢改善、運動のパフォーマンスアップも得意とする。親子の姿勢体幹トレーニング教室の経験あり。青山にて小さな整体院【みきじろう整体】を開業中。趣味は一人映画鑑賞。

ファイナンシャルプランナーによる

## 家計の豆知識 [第4回]

### 【教育資金の一括贈与で相続対策！？】

平成 25 年度より、「教育資金の一括贈与に係る贈与税の非課税措置」が新設されたのをご存知ですか？

今までの制度では、祖父母等から数年分の教育資金を一括して孫等に贈与した場合、贈与税が課税されていました。

が、平成 25 年 4 月 1 日から一定要件（※）のもと贈与税が非課税になりました。（※金融機関等で教育資金口座を開設し、専用の申込書を提出するなどの手続きが必要。教育資金口座の取り扱

### ◇足首ケア

Let's Try!



1：真ん中の写真のように足首とかかとをしっかりと持ちます（右手で足首、左手でかかと）。足首がぶれないようにしっかりと押さえます。

2：写真の番号順に足首を動かしてみましょう。

①かかとを下に ②かかとを上

③かかとを内側に ④かかとを外側に

3：一通り動かしたら、もう片方の足首も同様に。最初はぎこちないかもしれませんが、なめらかに動くようにやってみましょう！

お料理教室のシェフ直伝！簡単クッキング♪【レシピNo.04】

さつまいもとベーコンのタルティーヌ りんごのソテー添え



◇レシピ

- ① さつまいものテリーヌ：さつまいもとりんごはいちょう切りにし、やわらかくなるまでレンジにかける → バター、シナモンパウダー、塩、こしょうを加え、つぶしながら混ぜ合わせる → ラップに包み、形を整え冷蔵庫で休ませる。
- ② りんごのソテー：いちょう切りにしたりんごをバターで焼く → バルサミコ酢、はちみつをからめる。
- ③ 仕上げ：ベーコンにこしょうをふり、フライパンで焼く → パンにマヨネーズと粒マスタードを塗り、ベーコン、さつまいものテリーヌ、りんごのソテーをのせる → こしょうをふってでき上がり！

◇材料（4人分）

- ・ブリオッシュ(2cm厚さ)…8枚
- ・ベーコン(5mm厚さ)…8切れ
- ・マヨネーズ…大さじ4粒
- ・マスタード…小さじ4
- ・粗挽き黒こしょう…適量

▼さつまいものテリーヌ風

- ・さつまいも…300g
- ・りんご…1/4個
- ・バター…20g
- ・シナモンパウダー…適量
- ・塩、粗挽き黒こしょう…適量

▼りんごのソテー

- ・りんご…1/4個
- ・バター…10g
- ・バルサミコ酢…小さじ2
- ・はちみつ…小さじ2

◇今月のシェフ



更家友美  
：パン料理

パンの新たな魅力を引き出す数々の斬新な商品、レシピを発表。食品会社の商品監修も行う。専門学校や講演会などで講師としても活躍。

【レシピのこつ】香ばしく焼いたブリオッシュに、さつまいもとりんご、そしてベーコンを合わせて仕上げることで、甘味と酸味、お肉の塩味が絶妙な組み合わせとなり、おいしいハーモニーを奏でます。見た目にもかわいらしいので、クリスマスシーズンにもおすすめですよ。

idacafe

Idacafeは10/15を持ちましてカフェ営業を終了し「コミュニティスクール idacafe」として生まれ変わります。開校予定は12月。詳細はHPをご覧ください。  
Tel 044-799-7127  
Mail info@ida-cafe.com  
HP http://ida-cafe.com/

検討をお勧めします。大切なご資産を、お子さまやお孫さまに効果的に残すための手段は他にもございます。さまざまなご提案が可能ですので、お近くのファイナンシャルプランナー等にご相談されてみてはいかがでしょうか。

※イダカフェにて執筆者による「人生設計講座」も定期的開催しています。

子育てママさん応援企画

人生設計講座

◇日時：12/13(金)

・1部 10時45分～11時25分  
テーマ：「教育資金について学ぼう」

・2部 11時40分～12時20分  
テーマ：「老後のお金の問題」

◇参加費：無料（ドリンク無料サービス）

◇定員：各回6名

◇場所：イダカフェ

◇お問い合わせ・ご予約：上記イダカフェにてお電話かメールにて承ります。

※無料でベビーシッター対応も行っています。  
ご予約時にお伝えください

入試情報 (私立中学)



●青稜中学校

(東京都品川区 共学校 東急大井町線下神明駅下車 徒歩 1 分)

昭和 13 年、青蘭商業女学校として開校。平成 7 年より校名を青稜に変更し、女子から共学の中高一貫の進学校として改革を進めています。教育目標には「主体的に生きる“個”の確立」を掲げています。

青稜の 1 日は、午前 7 時 30 分スタートの英会話 (希望制・週 1 回) から始まります。朝読書、朝学活、6 時間授業の後、9 割の生徒が参加する部活動は午後 6 時まで行われます。定期試験前の放課後には「質問の日 (月曜)」があり、1 時間の個別補講が行われます。また、放課後講習、基礎講習なども随時行われます。

授業は週 6 日制。週 7 回の英語の授業 (週 1 回のネイティブを含む) では 40 人学級を 20 人ずつの 2 クラスにグレード別に分け、鉄は熱いうちに打てという方針で中 1 からハードに鍛えています。数学も週 5~6 時間を確保し、ティームティーチングを実施。理解度に合わせて習熟度別に徹底指導を行っています。習熟度別クラスは、学期ごとにクラス分けが行われます。中 2 からは選抜クラスを設けます。勉強に積極的に取り組みたい子にはおおすすめの学校です。

現在新校舎を建設中です。来年 3 月にはすべての校舎が完成する予定です。まっさらな校舎で勉強できるのも今だけの特権です。また、八ヶ岳にある研修施設青蘭寮で、大自然の中、様々な体験を積むプログラムが用意されています。春秋は山歩き、農業体験、環境学習、冬はスキー教室、夏には合宿学習や語学研修を実施しています。



今年度の卒業生 384 名の大学合格実績は、国公立大に 47 名、早慶上智大に 75 名、東京理科大に 23 名、GMARCH に 236 名でした。指定校枠は、横浜市大 3、早慶上智理大 10、GMARCH32 など、難関大への枠を多く持っています。(山崎)

▼学校情報▼学校情報

- ◇TEL : 03-3782-1502
- ◇生徒数 : 1446 人 (中高合計)
- ◇偏差値 : 四谷大塚... 46~52 首都圏模試... 55~56
- ◇卒業後の進路 : 大学 78%、短大・専門学校 2%、進学準備 20%

▼入試情報

- ◇入試日 : 2 月 1 日午前・午後、2 月 2 日午前・午後、2 月 4 日午前 (全 5 回)
- ※複数回優遇あり

▼説明会等

- ◇説明会 : 12 月 14 日 (土) 14 : 30~・1 月 11 日 (土) 14 : 30~
- ◇文化際 ; 終了





入試情報 (高校)

●14 年度 公立高校入試について  
 ～卒業予定者数の増加が与える募集人数への影響～

.....

昨年度の公立中学校卒業生数は前年に比べ約 1100 名の増加でした。  
 それに対し、公立高校の募集人数もほぼ同じ数だけ増加するという対応策がとられました。  
 これが一因となり、県全体の公立高校入試倍率が数年ぶりに 1.20 倍を割れ、  
 高校ごとの募集状況にかなりの偏りが生まれました。  
 近隣での代表的な例は生田高校です。  
 昨年度入試では 2 クラス分の定員増加ということが影響し、  
 受験倍率は 1.02 倍とかなり落ち着いた入試になりました。

では今年はどうでしょうか。  
 現在の中 3 の卒業予定者数は、前年よりもさらに 1500 名程度の増加となります。  
 それに伴う公立高校の募集定員は 1200 名の増加です。  
 下の表のように、陽光の近隣の高校でも多くが 1 クラス分の定員増となっています。

| ▼14年度 募集人数変更の近隣校(昨年比) |       |
|-----------------------|-------|
| 1クラス増                 | 1クラス減 |
| 鶴見                    | 生田    |
| 川和                    |       |
| 住吉                    |       |
| 百合丘                   |       |
| 高津                    |       |
| 川崎北                   |       |
| 菅                     |       |
| 横浜国際                  |       |
| 神奈川総合(国際文化)           |       |

気をつけなければいけないのは「募集人数の増加＝倍率の低下」ではないということです。  
 募集人数が増えるということは、それだけその地区の中 3 生の人数が多いということであり、  
 川崎地区は他の地区からもアクセスしやすい場所柄、例年人気の高い学校が多いからです。  
 今年の実験模試の動向からは、川崎地区の高校の人気は今年も高くなるが見て取れます。

今年は倍率発表から志願変更の締め切りまでの期間が 1 週間近くあります。  
 これは志願変更では倍率の動きがほとんどみられなかった昨年度入試に比べて、  
 だいぶ長く設定されています。  
 公立の受験校をしぼりきれない場合は、複数の高校を受験することを視野に入れて  
 面接シートを作成しておくといいでしょう。(奥)

## 奥が伝える勉強のススメ



### 【冬の過ごし方】

ずいぶん空気が冷たくなってきた。

いよいよ冬の始まりだ。

冬眠する動物にとっては春までのお休み期間だけど、  
みんなにとっては春に向けた勉強の大事な充電期間になるね。  
どんな勉強をしていけばいいのか、まとめておこう。



#### ▼受験のない小学生

これまでの勉強はしっかり頭にはいつているかな。  
できないところや、わからないところが積み重ならないように勉強していこう。  
また、塾の勉強だけじゃなく家庭での学習（宿題や東計算）はどうだろう。  
これは積み残しをつくらないためにも大切なこと。  
もう一度見直してみよう。

#### ▼受験を控えた 6 年生

過去問をつかった入試対策や総合問題をたくさん解く時期になってきたね。  
いま勉強していることはすごい勢いでみんなの力になっているよ。  
あと少し、がんばろう。

#### ▼中学 1 年生、2 年生

後期中間試験から、後期期末試験までの間は約 3 ヶ月と長いけど、  
その間には、クリスマスやお正月などイベント事がたくさんある。  
勉強から離れてしまう期間を作らないように継続して勉強をしていくこと。  
学年末の試験は出題範囲がひろい教科がたくさんあるから、  
ギリギリになってあせらないように準備が必要だよ。

#### ▼中学 3 年

塾では入試対策の授業がどの教科でも行われているけど、  
みんなのライバルになる受験生たちに負けなだけの勉強時間を費やせているかな。  
授業前にやって来て自習をしている生徒。  
授業後に補習を自ら受けている生徒。  
休みの日は図書館に勉強に行っているなんて話も耳にする。  
「自分は周りの受験生たちに負けなだけがんばっている」  
それだけは自信をもって言えるような勉強をしていこう。  
推薦で受験が終わった子たちも、高校入学後のことを考えたら勉強を続けていくことが大切だよ。

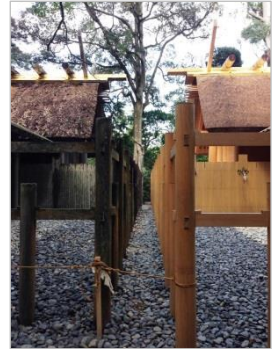
手がしびれるほどの寒さのなか塾には来るだけでも大変だけど、  
みんなのがんばりという熱気はしっかりと伝わってくる。  
そんな陽光学院の冬のスタートだ。(奥)



## スタッフ四方山 (よもやま) 話



伊勢神宮に行ってきました。今年は 20 年に一度の「式年遷宮」の年ということで、2013 年の日本最大イベントとも言われていますね。連休中ということで、伊勢はものすごいにぎわいでした。あまりにノープランで出かけたので帰りの交通手段では時間をかけてしまいましたが、古い社と新しい社を 2 つ同時に見られるという、今しかできない貴重な体験ができました。内宮と外宮の移動の間に立ち寄ったのが「猿田彦神社」。漫画「火の鳥」では重要な役割をになっている登場人物「猿田彦」のモデルとなっている神が祭られている神社です。ものごとのはじめに現れ、すべてを良い方向に導いてくれる神だということをお参りして初めて知りました。良い方向に導いてもらえるのですが…… (奥)



左が旧社殿、右が新社殿。  
20 年の時の流れを感じます。



寒い時のおやつと言えば、石焼き芋。自然な甘みのさつまいもは美味しいですよ。バターを少しのせてもよし。そんな焼き芋を家で作れる鍋を見つけました。セラミックボールの遠赤外線効果で中までふくら。電子レンジでチンなので「焼き」芋ではないですが、たったの 10 分でホクホクです。熱々のお芋を 1 個、ペロリと食べてしまいました。近所で買ったさつまいもでも十分に甘かったのですが、今度は話題の蜜芋で作ってみようと思います。クリームのようにとろけるという種子島の「安納芋」が有名ですが、熊本の阿蘇山の火山灰地で育った「紅はるか」も気になります。とびきり甘いだけでなく食物繊維が 2 倍、ビタミン C もたっぷりだとか。阿蘇山の噴火は 9 万年も前で、その時の火山灰が混ざった黒ボク土(くろぼくど)がさつまいも栽培に適しているそうです。自然の恵みですね。(池田)



鍋もさつまいもの形です。



寒いさむい冬の到来です。また、肩こりの季節がやってまいりました。それはさておき、最近はお弁当を生徒たちと一緒に食べる機会がないこともあって料理から遠ざかっていましたが、最近また包丁を握り始めました。とは言っても、ご馳走を作れるわけでもないで、5 分でできるサンドウィッチをよく作ってきてはパクパクしています。8 枚スライスの食パンを 2 枚重ねてトースターで焼き、まずマスタードをたっぷり 1 枚に塗り広げ、次にマーガリンを塗り、もう 1 枚にはマヨネーズをかけて、チーズ、ロースハム、キュウリのスライス、時にはレタスをのせてサンドしたら出来上がり。マスタードの辛さにヒーヒー言いながらも、10 秒後には消えて無くなります。(山崎)



ボリュームたっぷり!

1分間  
クイズ  
Answer

- ① 鍋を見下すのはフライパン (フランス) = 五十歩百歩
- ② 死んだ後に来る医者 (イギリス) = 後の祭り
- ③ コックが 6 人いれば、料理はできない (ポーランド) = 船頭多くして船山に登る

◇編集後記：今年もノロウイルス流行の兆しが見え始めました。大流行した昨年ほどではないようですが、それでも全国的に患者数は増加しています。とくに注意が必要なのはこれから年末、年始にかけてだそうです。アルコール消毒がきかないノロウイルスに対しては手洗いがもっとも有効な予防手段になります。30 秒の手洗いを心がけましょう。(菅野)



今月の予定表 [ 12 月 ] ※ウイングは中面をご覧ください。

|      |                        | 飛 鳥                       | へリオス             |                         |
|------|------------------------|---------------------------|------------------|-------------------------|
| 日    | 曜                      |                           | 小学部              | 中学部                     |
| 12/1 | 日                      | 小5・6首都圏模試(会場)             |                  | 定期試験直前対策<br>全県模試(中3・会場) |
| 2    | 月                      |                           |                  |                         |
| 3    | 火                      |                           |                  |                         |
| 4    | 水                      |                           |                  |                         |
| 5    | 木                      |                           |                  |                         |
| 6    | 金                      |                           |                  |                         |
| 7    | 土                      | 中学入試模試(小4)<br>確認テスト(小5・6) |                  | サタデージム(中3)              |
| 8    | 日                      | 小6四谷合不合模試(会場)             |                  | 日曜授業②(中3)               |
| 9    | 月                      |                           |                  | 学力テスト(2SS・2T・3T)        |
| 10   | 火                      |                           |                  | 学力テスト(1SS・1T)           |
| 11   | 水                      |                           |                  |                         |
| 12   | 木                      |                           |                  |                         |
| 13   | 金                      |                           |                  |                         |
| 14   | 土                      | 確認テスト(小5・6)               |                  | サタデージム(中3)              |
| 15   | 日                      | 小6日曜特訓授業⑤                 | 公立中高一貫模試         | 日曜授業③(中3)               |
| 16   | 月                      |                           |                  |                         |
| 17   | 火                      |                           |                  |                         |
| 18   | 水                      |                           | ピラミッドテスト         |                         |
| 19   | 木                      |                           | ↓                |                         |
| 20   | 金                      |                           |                  |                         |
| 21   | 土                      | 確認テスト(小5・6)               |                  | サタデージム(中3)              |
| 22   | 日                      |                           |                  | 日曜授業④(中3)               |
| 23   | 月                      | 冬期講習スタート                  |                  |                         |
| 24   | 火                      |                           |                  |                         |
| 25   | 水                      |                           |                  |                         |
| 26   | 木                      | 休                         |                  |                         |
| 27   | 金                      |                           |                  |                         |
| 28   | 土                      |                           |                  |                         |
| 29   | 日                      |                           |                  |                         |
| 30   | 月                      | 休                         |                  |                         |
| 31   | 火                      | 休                         |                  |                         |
| 1/1  | 水                      | 休                         |                  |                         |
| 2    | 木                      | 正月特訓(小6希望制)               | 正月特訓(小6中高一貫・希望制) | 正月特訓(中3希望制)             |
| 3    | 金                      | ↓                         | ↓                | ↓                       |
| 4    | 土                      |                           |                  |                         |
| 5    | 日                      |                           |                  |                         |
| 備考   | ☆英検・漢検申込締め切り 12月20日(金) |                           |                  |                         |