

## 眠るのも勉強のうち

「睡眠時間がもっとも長い国はフランス。逆にもっとも短い国は韓国」  
2009 年、OECD が世界各国の平均睡眠時間を調べた結果だ。  
じゃあ日本はというと——韓国に次いで 2 番目に睡眠時間が短かった。  
フランスとの差は 1 時間。  
世界的に見ても、日本はかなり眠らない国だといえるね。

だからなのか、日本では睡眠不足を自慢してくる人がいる。  
君のまわりにはいないかな？  
テスト前になると「いや～、今日は徹夜だな！」と、ちょっと楽しそうに言いだす子が。  
寝ないでがんばる自分がカッコいい、なんて思っているのかもしれない。  
でも、勉強の効率からいうと大間違いだからマネしないようにね。  
勉強したことをちゃんと身につけたいなら、7 時間以上は眠ったほうがいい。  
睡眠のポイントは「記憶の整理」と「忘却率」にある。

まずは記憶の整理について。  
睡眠中、脳は起きている間に得た情報をさまざまな形で組み合わせながら整理している。  
どの情報が必要で、どの情報が必要ないかを選んでるんだ。  
睡眠が足りないと情報の整理がじゅうぶんにできない。  
そのため、せっかく覚えたことも整理されないまま記憶から消え去ってしまう。  
知識を長期の記憶にするためには、睡眠による情報の整理が必要だ。

次に忘却率について。  
人は 1 時間経つと新しく覚えたことの半分以上を忘れてしまう。  
でも、これは起きて活動している時の話。  
眠っている間、忘却率は極端に下がることが知られている。  
つまり、覚えられただけ覚えたら、後は眠ってしまったほうが忘れないということだ。  
寝る直前は暗記のゴールデンタイム。  
単語カードや復習ノートに目を通してから寝るようにすると、高い割合で知識が定着する。

「勉強して新しい知識を身につけたら、7 時間以上は眠る」  
「寝る前は暗記したい物に目を通す」  
この二つを心がけて、勉強の効率を上げていこう。  
眠るのも勉強のうちだからね。(菅野)



小学部低学年科 ウイング (小3)



●算数の勉強について

ウイング算数は、1年を通して学校の予習をしていきます。家庭学習では東計算を含めて、計算問題をたくさん解いてもらいます。まずは算数の土台をしっかりつくっていきます。4月の勉強は「かけ算」「たし算・ひき算」です。たし算の暗算や、何十・何百のかけ算の考え方をしっかり覚えていきましょう。(奥)

●国語の勉強について

進級おめでとうございます。新しい1年、一生懸命に頑張りましょう。ウイング国語では漢字テストを大切にしています。勉強の習慣づけとして、漢字テストは欠かせません。書いて練習すること、覚えること。勉強の基本です。さらにそれを毎週必ず続けていく姿勢もいっしょに身につけていきましょう。(岸)



今月の本棚 ~Monthly Book List~



クマムシ博士の「最強生物」学講座

堀川 大樹 著 / 新潮社 1296 円

～内容紹介 (出版社HPより)～

乾燥、超低温、高圧、そして放射線にさえ耐える体長 1 ミリにも満たない動物——「地上最強」との誉れ高いクマムシをはじめ、不老不死を獲得した怪物、宿主をゾンビにするパラサイト、うんこになって飛行移動するカタツムリ……はたまたバツタになった博士まで、常識破りな生物たちを、パリ大学気鋭の研究者が愉快に紹介。

クマムシといっても「あったかいんだから～♪」でブレイク中の芸人さんではありません。体長が 0.1～1.0 ミリ程度の、四対の肢(あし)を持つ小さな生き物です。クマムシはその生命力の強さで知られている、まさに「最強生物」。カラカラに乾いても、水をかけると復活します。ほかにもマイナス 273 度の低温、プラス 100 度の高温、人の致死量の 1000 倍の放射線、水深 1 万メートルの 75 倍に相当する圧力、真空など、さまざまな種類の極限状態の中でも死にません。

作者の堀川さんは、カリフォルニアにある NASA の研究所を経て、現在はパリにある研究所でクマムシの研究を進めています。彼が他の研究者と違うのは、一生を通して自分のやりたい研究を行うために自ら研究費を集めているところ。表紙のイラスト「クマムシさん」は堀川さんがキャラクター化したもので、ぬいぐるみやトートバッグなどのグッズも販売しています。さらには有料メルマガ「むしまガ」(月額 840 円)を発行。生命科学のコラムの連載や読者からの質問コーナーなどを通して、持続的に研究費を集める取り組みを続けています。

そんな堀川さんの書いた本ですから分かりやすく、楽しく読めることに関しては折り紙つきです。「サイヤ人死にかけ&復活実験」「オタクと変態はモテる」「スcoop: 納豆菌は宇宙生命体だった」など、タイトルからしておもしろいですよね。大丈夫。中身はもっとおもしろいです。科学の最前線に立つ人ならではの奥深さとユーモアが詰まった一冊です。(菅野)

中学受験科 飛鳥 (小3～小6)



▼新4年生 「文章題トライアルについて」

本格的な受験勉強を始めて2ヶ月が経ちました。みな勉強のペースをつかめたようで、授業中は集中して黙々と問題に取り組んでいます。宿題もしっかりとやってきてくれます。算数では難度の高い練習問題にもチャレンジできていますし、漢字テストは毎回100点を取り続けています。このペースをくずさずに続けてくださいね。

4月より算数では東計算のほかに、新たに「文章題トライアル問題集」を宿題として課していきます。これは予習シリーズの第1回から第10回までの内容を中心に、3年生までに習ってきた内容も織り交ぜながら、ランダムに配列したテスト形式の問題集です。これで復習単元の定着を図っていきます。解けない問題がでてきたときは、個別チェックの時間に解説していきます。(山崎)

▼新5年生 「勉強嫌いにさせないコツ」

家庭学習の量を、少しずつ増やしています。講習や模試の後など、子どもたちがやる気になるタイミングがあります。宿題が多くてできないと思うような量でも、やる気になれば話は別。4年生の頃を思えば、ビックリするような学習量を今では平然とこなしています。飛鳥の勉強量は、他の受験生よりもずっと多いと思います。それでも飛鳥生の気持ちが前向きなのは、勉強に対する考え方がポジティブであることを優先しているから。グンと伸びる生徒に勉強嫌いな子はいません。声のかけ方も自分自身でがんばりたいと思わせることが大事。大人が目標を作らないこともコツです。一方的に与えられた目標では長続きしなくて当然ですから。もっと勉強したいと思うきっかけをこれからも作っていきます。(池田)

▼新6年生 「算数について」

平常授業の算数では予習シリーズ6年上のテキスト1回分を2週にわたって進めていきます。まず、最初の2ページにあたるポイントチェック問題を解く。次に、演習問題プリント基礎編6ページ、テキストのチャレンジ問題、基本問題、演習問題プリント応用編6ページ、テキスト練習問題の順に進めていきます。どこまで進めるかは生徒個々のレベルに合わせてます。算数が苦手であれば演習問題プリント基礎編までを、偏差値50以上を目指すのであれば演習問題プリント応用編までは進めて欲しいと思っています。

算数が得意になった子の共通点は、何時間でも黙々と問題に向き合うことができることです。4時間でも5時間でも、ただひたすら正解を求め、解きつづけられるようになっていきます。そして教師のアドバイスを欲せず自ら解決の糸口を探ろうとします。そのような子にみんながなって欲しいと思いながら今、授業をしています。(山崎)



高校受験科 ヘリオス小学部 (小4～小6)



1. 学力テスト (新小5・新小6)

◇日程 4/9 (木) …5LA、6LA 4/10 (金) …5LB、6LB

国語2教科の今の實力を知るための全国模試です。春期講習明けはじめの授業で、対策問題集「PAL」を配布して対策を行います。今回の出題範囲は、前学年の復習が中心となります。

2. 保護者向け高校入試説明会

◇日時 4/26 (日) 午前10:00～11:30

高校入試の仕組み、中学校の成績のつけかた、全県模試の個人成績表の見方、これからの入試について、面談ではお話しきれないところまでこの場でお伝えしていきたいと考えています。詳しくは同封致しました「保護者向け高校入試説明会のお知らせ」をご覧ください。参加をご希望の場合は、お知らせ下部にある参加申込書を4/22(水)までにご提出ください。

 岸のはなまるレポート ～新6L編～

今月は新6Lについてお届けします。いよいよ最高学年になりました。今年1年のがんばりは、中学生になってからのスタートダッシュにつながります。気持ちを新たに頑張りましょう。

春期講習からさっそく6年生の単元学習を進めています。特に算数は練成クラスと応用算数クラスに分かれての授業が始まりました。練成クラスは基本問題の反復や、束計算への取り組みなどを通して基礎の定着を図ります。応用算数クラスではレベルの高い問題まで対応できる力を養うことはもちろん、

課題に対して主体的に取り組む姿勢を身につけていきます。

英語では、中学1年生用のテキストを使い、5年生で覚えた単語をベースにして、基本の文章を書く練習を始めました。中学生から本格的に始まる英語と、そのテストに向けて単語の覚え方や文法の基礎的な考え方などを年間通して学習します。コンクールや学力テストといった月別イベントももちろんあります。ひと回りもふた回りも成長した君たちの姿に期待しています。(岸)



今月の宿題&束計算 達成状況優秀者 (小学部)

◇小学部：通常の宿題 (90%以上)

浦野優羽 93%	泰磨佑奈 100%	笹田知佳 95%	上原愛結 100%	澤田凜 91%
泰磨和寿 90%	内藤瑞優 95%	金子蒼 100%	佐藤弘菜 100%	児玉遼二 100%
本温気 96%	治部雄耶 100%	橋本美月 100%	新根直斗 96%	紅林菜々 95%
川田彩加 100%	加茂陸己 96%			

◇小学部：束計算 (90%以上) ※LA(火木)は20枚、LB(水金)は25枚を直しまでやって100%

浦野優羽 123%	泰磨佑奈 93%	泰磨和寿 114%	内藤瑞優 350%	紅林菜々 94%
-----------	----------	-----------	-----------	----------



高校受験科 ヘリオス中学部 (中1～中3)

1. 学力テスト (新中1・新中2・新中3)

◇日程 4/9 (木) …1SS、1T、2SS 4/10 (金) …2T、3SS、3T

志望校判定を行う英数国3教科の全国模試です。新1年生ははじめて志望校判定を行うので、自分の知っている学校があったら是非書いてみてくださいね。もちろんはじめてなので、今回は近隣校を中心にいくつかの高校の名前と偏差値を教えてください。

2. 保護者向け高校入試説明会

◇日時 4/26 (日) 午前10:00～11:30

高校入試の仕組み、中学校の成績のつけかた、全県模試の個人成績表の見方、これからの入試について、面談ではお話しきれないところまでこの場でお伝えしていきたいと考えています。詳しくは同封致しました「保護者向け高校入試説明会のお知らせ」をご覧ください。参加をご希望の場合は、お知らせ下部にある参加申込書を4/22(水)までにご提出ください。



岸のはなまるレポート ～新3T編～

今月は新3Tについてお届けします。気がつけば残り1年の中学校生活です。あっという間ですね。受験の主演はみなさんです。いまから気持ちをしっかりと引き締めましょう。

春期講習では英語の例文集テストを毎日行っています。これは単語テストの「文章版」で、事前に渡した英文のリストを覚えてきてもらい、授業後にテストをします。「単語テストはできるのにテストで点数を取れない」という場合、次のステージとして「文章を覚える」ことが必要となります。試験範囲の教

科書の本文を覚えきくことは定期テストに対して特に有効ですし、細かな文法知識は自分が覚えた正しい英文から引き出した方が効果的です。最近増加している英作文問題に対しても文章をイチから作り出すのではなく、土台となる文章をあらかじめ覚えておくときまざまに応用が効くようになります。

文章を書いて覚えて練習を重ねてほしいという思いから、テストにはあえて厳しめの合格点を設けてあります。入試本番まで走り切るための準備です。最後まであきらめずに頑張りましょう。(岸)



今月の宿題&小テスト 達成状況優秀者 (中学部)

◇中学部：宿題・漢字&単語小テスト (計90%以上)

- |           |           |            |           |           |
|-----------|-----------|------------|-----------|-----------|
| 泰磨朋花 98%  | 相楽大樹 95%  | 和田宙斗 95%   | 守谷知子 100% | 上原健太 90%  |
| 坂本裕和 100% | 齋藤星瑚 100% | 真下健聖 100%  | 小川望 100%  | 原勝幸 91%   |
| 松橋優希 100% | 臼井海翔 95%  | 高橋翔 100%   | 深谷駿介 100% | 川北祥之 100% |
| 木地星陽 96%  | 牟禮龍人 100% | 佐々木瞬也 100% | 高村雅輝 100% | 池内菜緒 93%  |
| 西谷爽 92%   | 紅林真衣 100% | 鈴木優衣 95%   | 祝田梨璃花 90% | 源内桃子 100% |
| 伊藤舞 100%  | 田中千尋 100% | 竹田爽馬 100%  | 小室柚子 100% |           |



個別指導パソナ ～学校生中継：住吉高校編～

現役生による学校生中継

住吉高校編

記入日 27 年 3 月 6 日 学年 1 年

◇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 0 人) 室OK

スカート丈は (膝上・膝下) 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 豆頭髪がうるでい染めるのは NG

◇中学に比べて授業の様子は

(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【夏休みの補講など】

(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

◇住吉高校の良いところ

・明るくて楽しい

・行事がたのしい

・陽光から近い

◇住吉高校のいやなところ

・食堂がない

◇最後に住吉高校をめざす後輩にメッセージを

元気で頑張ってください。楽しい高校生活がまっています。

「通うなら近くの高校がいい」という生徒から、まず名前が挙がる学校です。ただし、近いというところだけが住吉高校の良さではないと、卒業生の S くんは言っています。

住吉高校といえば、行事が盛んに行われていることが知られています。合唱コンクールや、体育祭とは別に学期ごとに行われる球技大会など、学校生活を総合的に楽しめることは住吉高校の良さのひとつです。

他の公立高校と同じように、かばんや靴など自由なものも多いです。しかし、頭髪にはきびしいようで染髪は認められず、頭髪検査も頻繁に行われています。

試験期間中にも関わらず顔を出してくれた S くん。2 年生になっても成績上位をキープできるようにがんばってくださいね。(奥)

教育ニュース ピックアップ!

「勉強でたまったストレスはバナナで解消！」

バナナにはストレスに効くと科学的に立証されている「セロトニン」という物資の原料が豊富に含まれていて、バナナを食べるだけでストレスが下がってくるという説がある。

栄養価も高く、何よりもおいしいので、受験生のおやつとしてはとても優秀。普段、バナナを食べていない人は是非お試しあれ!



「セロトニン」にはリラックス効果があり、質の高い睡眠やストレス緩和に効果があります。さて、この「セロトニン」のもととなるのが「トリプトファン」というアミノ酸。トリプトファンは肉類・魚介類・豆類・乳製品などの動物性タンパク質に多く含まれています。

ただし、体内でセロトニンに変化させるためには「ビタミン B6」の助けが必要です。実はバナナや牛乳、豆乳にはこのトリプトファンとビタミン B6 が多く含まれています。寝る前にホットミルクを飲むとよいと言われているのはこのためなんですね。(岸)

# 快適カラダ塾 vol.19

～姿勢力を上げて学力アップ！

Let's Try!

「すわいしょう」のやり方

## 【「すわいしょう」で花粉症対策】

春ですね。寒い冬を耐えてきた身体がうごめきだす季節です。

季節の変わり目の不調がたくさん出てくる季節でもあります。一番つらいのはおそらく花粉症によるくしゃみ、鼻水がダントツでしょうね。

この時期のくしゃみは冬のこわばった身体を春仕様に合わせてゆるめ、ほぐすための正常な反射なのです。だから病気ではなく、この時期にふさわしいことを身体が勝手にやってくれているのです。くしゃみをする事でこわばって固まっていたところをほぐしてくれていたのです。

とはいえ、やはりくしゃみはツライという声が聞こえてきそうです。

整体で春先のくしゃみに対応するためにやるのは『肩甲骨をほぐす』こと。

冬の間、固まった肩甲骨をほぐすことで、肩甲骨の前側に位置する肺の機能も活性化させることができます。肺は循環器系の臓器ですから、くしゃみ、鼻水に大いに関係がありますね。

さて、今回ご紹介するのは、肩甲骨をほぐしてくれる「すわいしょう」です。気功をやる人はご存じかもしれませんね。

これ、かなりいいですよ。有名な格闘家のヒクソン・グレイシーもこのすわいしょうをよくやるそうです。



頼 幹二郎 (らい・みきじろう)

1971 年生まれ。「みきじろう整体」代表。「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。HP にてセルフケア動画を公開中。

◇楽な姿勢で立ち、肩～腕の力を抜きます。



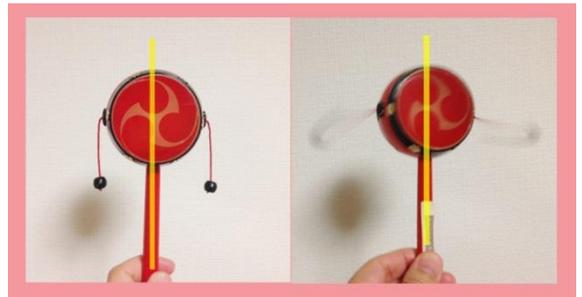
◇体幹を軸にでんでん太鼓のように、身体を振り回します。身体を振る遠心力で腕の付け根からブンブン腕が振れていれば OK です。

脱力がポイントなので、腕に力みがあるとうまくできません。

3 分ぐらい続けてみると徐々に力みがとれて、肩周りがスッキリ！楽になりますよ。すわいしょうを毎日続けることで、くしゃみ、鼻水の症状もおさまってくるでしょう。継続が力ですよ。

※写真では「すわいしょう」を上手く撮影できなかったもので、でんでん太鼓をイメージしながらやってみてください。

「すわいしょう」で検索すると関連の動画がたくさん出てくるので参考にしてくださいね。(頼)



■ だまし絵です。  
 どんな絵が隠れているでしょうか？  
 ヒント：世界的に有名なキャラクター



## 入試情報 (私立中学)



### ● 鶴見大学附属中学校

(横浜市鶴見区 共学校 東急東横線「綱島駅」バス 20 分)

曹洞宗大本山総持寺が大正 13 年に女子校として創立。禅の精神に基づいた教育「思いやりの心と豊かな知性で社会に貢献できる人間の育成」を実践。教育の 3 つの柱として、「学力向上」「人間形成」「国際教育」を掲げています。

平成 20 年度より共学化。校舎は「教科エリア／ホームベース型校舎」と呼ばれ、朝のホームルームが終わると、各教科専用の教室で授業を受けます。クラスは難関進学 1 クラスと進学 3 クラスに分かれます。難関進学クラスでは、国立、早慶上智を目指したハードなカリキュラムで授業を進めていきます。進学クラスの成績上位生は年度変わりに難関進学クラスへのコース変更も可能です。

中 1、中 2 の学習指導は、基礎基本の反復練習を徹底しつつ学習習慣をつけることからスタートします。教育の大きな目標は、「自立の精神と心豊かな知性を育むこと」です。生徒が自学自習による学習スタイルを身につけるために、まずは好きな科目、関心のある分野に一生懸命取り組み、成果として結果が出せることを体感させていきます。家庭では毎日の宿題のほか、毎週実施される小テストに向けた準備学習、レポート提出など期限を決めて勉強させています。学習状況チェックは家庭と連携しながらしっかりと行いつつ、自立を促していきます。

定期試験前には主要 5 教科の教員が図書館に集まり、いろいろな教科について質問できる「フェローシップ」を実施。先生や友達と一緒に図書館で缶詰になって勉強しているそうです。

国際教育として、中 3 の 3 月に、豪州語学研修（ファームステイ）を全員参加で行います。高校では、希望者を対象にした夏期語学研修を実施。そのための準備期間として、中 1、中 2 の間に、ネイティブによる授業、7 時限目英検対策授業を通して英語力を高めています。



昨年度の大学合格実績は、国公立大 4 名、早慶理各 1 名、GMARCH20 名、系列の鶴見大への推薦合格者は 5 名、短大へは 16 名でした。この結果が共学化新体制になって初めての卒業生のものです。来年度の実績はさらに上がると思われます。(山崎)

#### ▼ 学校情報

◇TEL: 045-581-6325

◇生徒数: 919 人 (中高合計)

◇偏差値: 四谷大塚... 41 (進学) ~ 43 (難関) 首都圏模試... 42 (進学) ~ 50 (難関)

◇卒業後の進路: 大学 58%、短大 15%、専門学校 13%、浪人 14%

#### ▼ 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 (全 5 回)

#### ▼ 説明会等

◇体育祭: 9 月

◇文化祭: 11 月



## 入試情報 (高校)

### ●入試説明会 参加のタイミング

昨年 4 月に行った陽光学院ヘリオス主催の「高校入試説明会」。高校入試の仕組みから入試情報まで、多くのことをお話ししました。そのなかで、反響の大きかった高校見学や入試説明会に参加するタイミングについてお伝えします。

まず、例として県立住吉高校が昨年度行った中学生向けの行事日程を挙げます。

#### ▼県立住吉高校 学校説明会日程表(昨年度)

自校開催		別会場開催	
9/27(土)、28(日)	文化祭 第1回学校説明会 第2回学校説明会	6/14(土)	全公立展(パシフィコ横浜) 川崎地区合同説明会(市立橘高校)
10/25(土)		8/6(木)	
11/22(土)			

説明会は大きく 2 つに分けられます。ひとつは、各学校が自らの学校で開催する自校開催の説明会。もうひとつは複数の高校が集まり、いくつもの高校のブースを見て回る別会場開催の合同説明会です。

学校の施設や雰囲気を見る機会にもなるので、興味のある学校がある程度絞られている場合には自校開催の説明会に参加するとよいでしょう。また、学校がまったく絞れていない場合は、多くの学校を見て回る合同説明会に参加してみることをおすすめします。早くから高校について知りたい中 1 生、中 2 生は、まず合同説明会に参加してみてもいいでしょうか。県内の合同説明会は、6 月に行われる全公立展と 8 月に行われる公私合同説明会があります。

#### ▼全公立展

◇日程：6/6(土) ◇場所：パシフィコ横浜

昨年の来場者は約 35000 人。大変混み合うので、時間に余裕を持って行く必要があります。6 月上旬は例年、前期中間試験直前の時期となります。英検第 1 回目の試験もこの時期です。参加する場合は、試験の準備に早めにとりかかりましょう。

#### ▼公私合同説明会

◇日程：8 月 ◇場所：県内 12 会場（例年、川崎地区は橘高校にて開催）

地区別の近隣校が集まる説明会です。川崎地区は例年橘高校で行われ、昨年は公立 19 校、私立 14 校が集まりました。神奈川総合・港北・市ケ尾・横浜サイエンスフロンティアなどといった横浜北地区の説明会は、別日に別会場にて行われます。

私立の説明会は学校によってさまざまです。公立より回数が多く、早いところは夏前から実施しています。さらに私立では文化祭の後に個別説明会を行う学校も多くあります。私立の説明会日程については各学校の HP、または奥までお尋ねください。(奥)

コラム：奥が伝える勉強のススメ



【比べて考える】

「ヒトの特徴をできるだけたくさん書きなさい」

こんな問題が出されたら、君はどう答えるかな。

二足歩行する / 言葉をつかう / 火をつかう / 道具をつかう など

こんなふうに答えがパッと出てくる人もいれば、

なかなか出てこない人もいるだろう。

考えているけど答えが出てこない。

そんなときは、考え方を変えてみたらどうだろう。

特徴とは、他と比べて特に目立つ点のこと。

ヒトにはできるけど、他の動物にはできないことや、

ヒトにはあるけど、他の動物にはないところ。

それらを「比べて考える」と、いくつか自分の考えが浮かんでくるんじゃないかな。

たとえば、食事を考えてみよう。

誰かが調理してくれた食事を、君は箸やフォークなどを使って食べるよね。

動物の多くは、えさや獲物を手で食べたり直接口で食べたりする。

そこからわかるヒトの特徴は、

調理すること / 道具をつかって食事をする

これらが浮かんでくるよね。

算数でよく見かけるこんな文章題。

「長さ 11.8m で重さが 17.7kg の鉄の棒、1m の重さは何 kg ですか」

かけ算？わり算？

わり算だと思うけど…… $11.8 \div 17.7$ ？それとも  $17.7 \div 11.8$ ？

どの計算が正しいのかわからない。

こんな経験はないかな？

そんなときにはこうやって「比べて考える」こともできるはず。

たとえば問題が

「長さ 2m で重さが 10kg の鉄の棒、1m の重さは何 kg ですか」

こんなふうに整数だった場合と比べてみればいい。

答えの 5kg は、重さ÷長さで求められそうよね。

なかなか考えが浮かんでこないとき、

ただやみくもに考えているだけってことはないかな。

そういうときは、前に習ったことや似ている問題など、何かと比べて考えてみよう。

自分で考え抜くための、糸口になるかもしれないひとつの考え方。

試してみてくださいね。(奥)



## ヒューマンキッズサイエンス ロボット教室 (小学生)



3月にはジャイアントホッパーの製作です。本物のバッタと同じように後ろ脚で地面をけるのですが、滑り止めとしてタイヤを使います。タイヤは回転しないように固定します。回転すると力が逃げてしまい、進むスピードが遅くなりますから。この部分を固定しないまま製作していた場合は、あえて指摘しません。実際に動かしてみて、進むスピードの遅さに首をひねっています。いいですね！これが失敗から学ぶということ。まさにロボット教室ならではの学習効果でしょう。原理を説明すると、小学2年生の子も納得していました。自分で作り直した直後、「ほんとに速くなった！」と元気な声。これからも試行錯誤しながら作っていきましょうね。今回のオリジナルテーマは海の生き物でした。(池田)



ジャイアントホッパー



テーマ製作紹介  
：提灯アンコウ



テーマ製作紹介：ウミガメ



テーマ製作紹介：ヒラメ

### 【4月製作…重心移動型ロボ「ぐるぐる進君」<sup>すすむくん</sup>】

頭の上でおもりをぐるぐる回し、重心移動をしながら歩くロボットです。

- ◇1日目：ロボットの基本形を作り、歩かせてみます。
- ◇2日目：頭上に付けたおもりの役割を理解し、足の動きと連動するように調節します。(＋テーマ製作)

※今回のロボットはロボット教室全国大会アイデアコンテスト最優秀賞に選ばれた作品をもとに、高橋智隆先生が改造したものです。



左右でロッドの取り付け位置を変えます。



ぐるぐる進君完成！

### ◆ロボット教室 今後のスケジュール (4月～5月)

#### ▼4月 ※振替日…4/16 (木)

- ・R1 & R2 1日目…4/11 (土) 2日目…4/25(土)
- ・R3 1日目…4/9 (木) 2日目…4/23(木)
- ・R4 1日目…4/4 (土) 2日目…4/18(土)

#### ▼5月 ※振替日…5/21 (木)

- ・R1 & R2 1日目…5/9 (土) 2日目…5/23(土)
- ・R3 1日目…5/14 (木) 2日目…5/28(木)
- ・R4 1日目…5/2 (土) 2日目…5/16(土)

### 体験授業受付中

平常授業時に体験授業を受け付けています。

お友達でロボット教室にご興味のある方がいらっしゃいましたら、お誘いあわせのうえ一緒にどうぞ！

#### ▼お申し込み

044-433-2553

※体験希望日の2日前までにご連絡ください。

## スタッフ四方山 (よもやま) 話



新しい学年の始まりは、どんな子と友達になれるか、どんな先生が担任になるのか、不安もありますがとてもワクワクしますね。私が中学生の時の担任は、毎日ジャージを着て竹刀を片手にオラオラ言いながらガニ股でねり歩く、角刈りで外見がとっても怖い社会の先生でした。もの静かな学生だった私は、新学期その先生が担任と知って、受験相談などちゃんとできるのだろうかと思いの目が真っ暗になったのを覚えています。けれど大人になって、いい先生と真っ先に思い出すのはその角刈り先生です。この桜の咲く季節になると、嫌だったことも楽しかったことも学生の頃を思い出しては懐かしくなります。

さて、そんなワクワクする学年の始まりに、新しい文房具はいかがですか？はんこ帳の景品を新しく追加しましたので2階に見に来てくださいね。(菅野美和)



学生の時にこんな文房具があったらよかったな



休日はもうすぐ3か月になる息子と過ごしています。すぐに泣き出すので、なんとか泣き止む方法を探しています。今のところ効果があるのが抱っこして屈伸運動することと絵本を読み聞かせること。お気に入りの絵本は『だるまさんシリーズ』。今まで読んだ絵本で断トツに好きな作品です。かわいいだるまさんの動きや表情がページごとに楽しめます。赤ちゃんがお母さんから言葉や動きを教わるのと同じように、絵本を見て動きや表情を覚えていくんですね。絵とストーリーのかわいさに、小学生どころか大人が読んでもニッコリしたりクスクス笑ってしまったりします。2008年の発行後、6年間で196刷という大人気ぶりも納得です。今のうちに次の一冊を探しておこうと思います。(池田)



だ・る・ま・さ・ん・が……



この2ヶ月間、毎日のようにキムチ鍋をお弁当のおかずとしてタッパに入れて持ってきています。頼さんの『お魚好きやね』の記事を読んでから、今までほとんど手をつけていなかった食材も鍋にいれて栄養補給しています。材料は、ダイコン2本、にんじん3本、タマネギ3個、長ネギ4本、シイタケ4つ、えのき2束、ハクサイ1玉、豚バラ1kg、トリムネ1kg。そこにキムチ鍋のスープ2袋にキムチの素で味をととのえ、20杯分のできあがりです。ダイコンの青首はかたいので細かく刻むのがポイントです。何度か火を入れるのですが、たまに焦がしてしまい味はがた落ちしてしまいます。家ではお豆腐と一緒に食べています。講習中は6年生と一緒に食べていますが、不評です。(山崎)



お気に入り桃屋のキムチの素(大容量)



正解：右側を向いたミッキーマウス  
※一度ミッキーが見えると、もうミッキーしか見えなくなります。



元住吉駅東口を出て線路沿いをまっすぐ30秒。明るくて清潔感のあるお店です。

◇編集後記：陽光のすぐ近くにベトナムサンドイッチのお店「Thao's!」がオープンしました。さっそくおすすめ「レバーパテ&ベトナムハム」をパクチー増量でテイクアウト。たっぷりの野菜とハム、パテは相性抜群！食べごたえも十分です。トッピングもいろいろあるので、自分好みの組み合わせを探せます。(菅野)

# 平成27年4月の予定表【陽光学院】

※ウイング（小3）＆ロボット教室は  
中面をご覧ください。

		飛 鳥	ヘリオス	
日	曜		小学部	中学部
4/1	水	春期講習		
2	木			
3	金			
4	土	定例テスト（小5・6）		
5	日			
6	月			
7	火			
8	水			
9	木		学力テスト(小5・6)	学力テスト（中1・2・3）
10	金		↓	↓
11	土	定例テスト（小5・6）		
12	日	四谷合不合判定模試（小6）		
13	月			
14	火			
15	水			
16	木			
17	金			
18	土	定例テスト（小5・6）		
19	日			
20	月			
21	火			
22	水			
23	木			
24	金			
25	土	定例テスト（小5・6）		
26	日			
27	月			
28	火			
29	水	祝休		
30	木			
5/1	金			全県模試（中3）
2	土	定例テスト（小5・6）		
3	日	祝休		
4	月			
5	火			
備考		<p>◆第16回全国統一小学生テスト（四谷大塚）の実施会場になりました。                      5月上旬：申込受付開始 → 6/7(日)：テスト実施（陽光学院内）                      ※申し込み制。参加費は無料です。詳細は次号通信に同封します。</p>		