

学校だより

あいかわ なかはら



令和7年 12月4日(木)
愛川町立愛川中原中学校
愛川町角田210
Tel 046 (286) 2710
発行責任者 中村 慎輔

家庭学習の大切さについて説明します。

校長 中村 慎輔

私は、毎日授業の様子を見に教室を回りますが、どのクラスも本当にまじめにかつ楽しそうに学習に取り組む姿が見られます。この積み重ねがあれば、きっとみんな順調に学力（今は、資質・能力といいます）を向上させていってくれるに違いないと思っていました。が、しかし、先日こんなショッキングなデータを見つけてしまったのです。それは「エビングハウスの忘却曲線」と呼ばれるものです。

このデータによると、人は何かを覚えたとしても何もしなければ、

- ・ 20 分後には、約 42%忘れる。
- ・ 1 日後には、約 74%忘れる

らしいのです。せっかくみなさんが、今日まじめに授業を受けても、復習をしなければ、明日の今頃には授業内容の 7 割以上が消えてしまっているのです。これは、頭の良し悪しではなく、人間の脳の仕組み上、当たり前のことなのだそうです。人間の脳は、新しい情報をどんどん忘れるように作られています。それはなぜでしょうか？

脳は体重のわずか 2 %程度の重さしかありませんが、体全体のエネルギーの約 20%を消費する大食漢です。もし、「見たもの・聞いたもの」すべてを詳細に記憶し続けると、脳の容量もエネルギーもすぐに限界を迎えてしまいます。ですから、脳は、入ってくる膨大な情報の中から「生きていくのに必要か？」を瞬時に判断し、不要な情報は捨て、重要なものだけを長期記憶へ送ります。

パソコンのデスクトップが不要なファイルで埋め尽くされていると、動作が重くなってしまうのと同じことです。「忘れる」という行為は、脳をサクサク動かすためにゴミ箱を空にするメンテナンス作業そのもののなのです。つまり、パンクを防ぐために「情報の断捨離」を脳は行っているのです。

では、どうすれば忘れなくなるのでしょうか？ それは、「忘れかけた頃に、もう一度脳に入れる。」ことです。脳は、何度も入ってくる情報を「あ、これは生きていく上で大事な情報なんだな」と判断して、短期記憶（すぐ忘れる記憶）から長期記憶（ずっと覚えている記憶）へと移動させます。つまり、家庭学習で定期的に復習することで、授業の内容を長期記憶へ移動させればいいのです。これを実践することで、定着率は格段に上がります。

定期試験の 1 週間前に、範囲の最初から全部復習し直すのと、普段から少しずつ記憶を定着させておくのと、どちらが楽でしょうか？ もちろん、毎日こまめに記憶を定着させていくことです。これが高校入試となったらどうですか？ 中学校の 3 年分を改めて学習し直すことになってしまいます。ぞっとしませんか？ 復習とは、テスト前の自分を助けてあげる行為でもあるのです。

毎日少しずつ復習をしておけば、定期試験前は「確認」するだけで済み、その分、睡眠時間を確保できたり、自分の好きなことをする時間を生み出したりすることもできるのです。復習は「未来の自分」を楽にします。

最初は短時間でいいので、毎日復習する習慣を身につけて、日々の学習内容を定着してってください。その「数分の積み重ね」が、半年後、1 年後のあなたに驚くような結果をもたらしてくれるはずです。

1年生 校外学習を終えて

11月6日（木）に、『Let's enjoy learning ～自分たちで創ろう！仲間との最高の思い出を～』というスローガンのもと、上野へ校外学習に行きました。プロジェクトチームを中心に企画を行い、班の仲間と意見を調整しながら散策施設決めをしたり、自分の係の仕事に責任を持って全うする姿、先生たちの手から離れてもルールを守り、思いやりを持って、1日の班行動を行う様子に、成長を感じる校外学習となりました。

1学年 旅行的行事担当



2年生 職場体験学習を終えて

11月6日（木）、7日（金）の2日間、愛川町内にある3つの中学校で職場体験学習を行いました。

学校という日常の場を離れ、地域の事業所で実際の仕事に触れることで、「働く」とはどういうことなのか、また将来の生き方や今の自分に必要な力について考える貴重な機会となりました。初めのうちは緊張した表情も見られましたが、事業所の方々のお話に熱心に耳を傾け、任された仕事を一生懸命に取り組む姿が印象的でした。

事後学習での生徒の感想には、「将来について、より具体的に考えられるようになった」「働く大人の大変さを実感し、感謝の気持ちが強くなった」「楽しく働ける場所を見つけられるように、中学校での勉強を頑張りたい」など、前向きな言葉が多く寄せられました。学校だけでは得られない学びを体験できたことを、私たちも嬉しく感じています。2日間という短い時間ではありましたが、生徒たちが職場体験を通して得た学びや気づきを、これからの学校生活に生かしていけるよう、引き続きサポートしてまいります。

最後になりましたが、お忙しい中、生徒たちを温かく受け入れてくださった地域の事業所のみなさまに、心より御礼申し上げます。また、準備や当日の送迎など、多方面でご協力いただきました保護者のみなさまにも深く感謝申し上げます。今後とも、地域とともに進める教育活動へのご理解とご協力をどうぞよろしくお願いいたします。

2学年 職場体験担当



PTA 焼いも大会

11月28日にPTA主催の焼いも大会を実施しました。PTAとしては数年前から「季節を感じることができるイベントを生徒とPTAで一緒に行いたい」という思いがありました。この思いから本イベントはSPTA活動の一環として、生徒会との会議を経てようやく実施に至りました。中原中学校は落葉樹が多く、生徒たちが集めてくれた落ち葉をうまく活かせないかという考えで「焼いも大会」がうまれました。

当日は生徒の食べている様子や笑顔がこぼれている様子を見て、実施して本当によかったと感じています。今後も生徒とともに楽しいイベント等を行っていきたいと思います。

PTA会長



月の掲示物 学習室作成

※愛川中原中学校のホームページの『愛川中原中学校 BLOG』を、随時更新しています。

ぜひ、ご一読ください。ブログは、右の二次元コードから入ることができます。二次元コード⇒

