



福島県立喜多方高等学校

Fukushima prefectural KITAKATA High School



第8号／令和7年11月28日

令和7
1年
年度入
年次生学

学年だより

冬に増える乱れへの注意



朝晩の冷え込みとともに、欠席・遅刻が増える季節です。

インフルエンザの感染が拡大しやすい時期になりました。感染を広げないためにも、自分の身は自分で守る、一人ひとりの予防意識が大切です。

スマートフォンの使用時間が長くなり、睡眠不足になっている生徒も見られます。生活の乱れは、そのまま学習姿勢に直結します。「生活リズムを整えること」を改めて意識してほしいと思います。特に遅刻については、朝自習の時間8時までに登校できない生徒が目立ちます。朝自習遅れの常連にならないよう、5分早めの行動に努めてほしいと思います。

遅刻が周囲に与える主な影響

誰かが遅刻してくる → 教室内の集中が途切れ、クラス全体の学習効率を下げる → 「遅れてもいいのかな」「始まりの時間を守らなくても大丈夫」という空気が生まれ、クラスの規律が緩む → 遅刻することへの罪悪感が薄れる → クラス全体の“当たり前の基準”を下げる → ルールを守らなくてもいいんだという風潮になる → 秩序が崩壊する → 喜多方高校の質を下げる



1学年大学見学会 を実施しました

目的：大学の授業に触れることによって進路意識を高揚させ、これからの進路研究や学習への意欲を高める。

期日：令和7年10月31日（金）

場所：山形大学 小白川キャンパス

対象：1学年全生徒

内容：キャンパスツアー

模擬講義（①クラゲとプラナリアで考える「筋肉の起源と進化」理学部 中内裕二先生・②記憶研究に基づく効果的な学習方法 人文社会学部 小林正法先生）

大学概要説明

受講講座名	記憶研究に基づく効果的な学習方法
説明会の3段階	理解のための基礎知識
1. 認知化	手書き（筆記）→ 記憶
2. 実践	実験（運動、精神化検査）→ 理解の定着
3. 検査	筆記問題、座間会話...

受講講座名	記憶研究に基づく効果的な学習方法
記憶	日本で最も不思議なことで今ある過去の記憶が本当に存在したのかどうか（疑問）についてました。実際に、とても現象の「なぜ」を知りながら、試験前からいつも私は書き続けていました。今日大学の先生が言っていたことを参考に次のテストで「なぜ」を実践しようと思いました。

受講講座名	クラゲとプラナリアで考える「筋肉の起源と進化」
自己紹介	この筋肉の知識は、ほんの少ししか収録するが、その筋肉と椎体筋肉の関係性、くらいしかないので、動物界の祖先であるクラゲやさらに進化したアーティアの筋肉について、さらに知識が進化した。筋肉の収録は、基本単位は、クラゲの「横紋筋」と「平滑筋」であることを知り、印象に残った。アーティアの筋肉は、ヒトの筋肉と非常に似たところに、筋肉の起源と進化を示すことができる。そして難しかったけれど、経験だった。

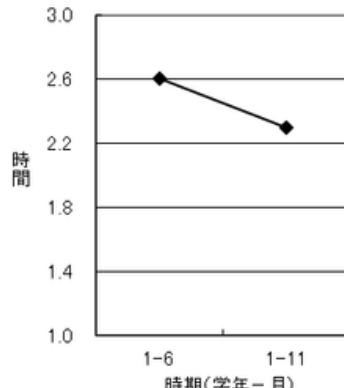
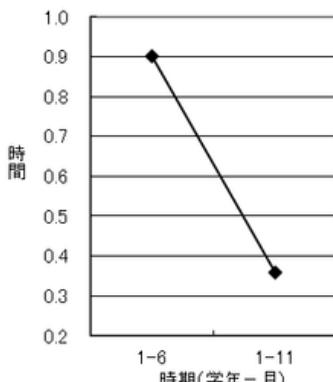
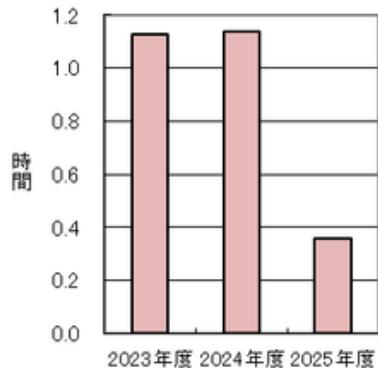
受講講座名	クラゲとプラナリアで考える「筋肉の起源と進化」
自己紹介	この日の山形大学見学では、体験講座を行いました。実際に、園芸工学科で育てられた花や、17歳の研究員が少なからず手を貸すうえでも、説明がとても分かりやすかったです。私の進路は、まだ決まっていないが、大学へ進む、専門を調べて、自分の興味がある中から、視野を広げて、自分がやりたい進路を立てるようになりました。

▲模擬講義 生徒の講義メモ

第2回 生活時間帯調査 (11月7日実施)

	睡眠時間	学習時間	国語学習時間	数学学習時間	英語学習時間	部活動数(人)	部活動時間	読書時間	テレビ等	PC・スマホ	通塾率(%)	通塾回数(回)	回答者数(人)
1年	6:35	0:36	0:10	0:18	0:17	96	2:11	0:13	1:11	2:26	12.7	1.3	118

▲表1 各調査項目の平均値等
時間は上の表は「〇時間△分」、下のグラフは「□時間」で表示した。



▲グラフ1
1年次生11月学習時間（年度比較）

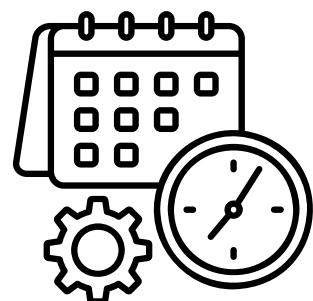
▲グラフ2
1年次生学習時間（時期比較）

▲グラフ3
1年次生スマートフォン等使用時間（時期比較）

第2回生活時間帯調査の集計結果は表1のとおり。依然として平日の学習時間の確保が課題であるといえる。学習時間0と答えた生徒は28名おり、全体の24%で最も高い割合であった。試験直前にならないとかなかか学習へのモチベーションが上がらないのが現状のようだが、グラフ1からわかるように、現2、3年次生が1年次生だった時の同じ時期と比べると、現1年次生が明らかに勉強していない。このことが結果的に、期末考査の点数に表れているのではないだろうか。『なんといっても学習時間』である。学習のための時間を確保しなくてはならない。一方で、2時間以上の学習時間を確保している生徒が5%程度いる。普段からしっかり勉強しておくことで、ライバルに差をつけられるだけでなく、習慣として身に付けてしまえば受験期の猛勉強も苦ではなくなる。

また、最も気をつけてもらいたいのがスマホの使用である。SNSや動画サイトをついつい見てしまった時間は1時間、2時間…あっという間に過ぎてしまう。自らの楽しい物事について意識が向いてしまう人は自分を律する必要がある。さらに、スマホ依存に起因する体調不良や、SNSトラブルなどの弊害もあり、節度を持った使用を意識するように。前回調査（6月12日）との学習時間の推移をグラフ2に、スマホ等使用時間の推移をグラフ3に示す。期末考査の結果ができるこの時期、自分の家庭での過ごし方を振り返ってほしい。

何のために勉強をするのか。高校生にとって学習の目的は、単に上級学校へ入るためにや就職するためだけではない。学習をとおして身に付けた知識、思考方法の蓄積によって、**社会を生きていく上で必要な『考える力』や『問題を解決する力』を身に付ける**ことにある。日々の授業を大切にし、理解しようとする努力をしなければならない。



冬季補習

12月19日（金）～25日（木）

出席確認	8:10
1校時	8:20～9:30 (70分)
2校時	9:45～10:55 (70分)
3校時	11:10～12:20 (70分)
清掃	12:20～

冬季休業中の5日間、1学年補習を実施します。学力養成へ向け、真剣に臨むこと。

1学年全員参加です。学期中と同じように遅刻をしないよう登校すること。

国語、数学、英語の3教科実施します。内容・準備物等は後日連絡します。

