

影森中だより



学び・磨き・鍛え 未来社会を形成する生徒

凡事徹底 ～時を守り・場を清め・礼を正す～

秩父市立影森中学校

令和8年8月26日（水）第7号

影森中ホームページ
QRコード



継続は力なり

校長 福島 剛

今年は、地震や台風など自然災害が多く、改めて自然の脅威を感じた夏でした。世界的に見ても、異常気象が年々増加しています。一人一人が環境問題を考え、地球温暖化対策として、日常生活の中で省エネやリサイクルなど意識して生活をしていきましょう。

さて、始業式では「実り多き2学期に」という話をしました。

1学期の終業式の式辞では、夏休みを迎えるにあたり、「毎日行う目標を立ててください」ということを伝えましたが、皆さんは、何かを毎日継続して行うことができましたか？ 何事もコツコツと積み重ねていくと、大きな力となります。しかし、継続してもすぐに結果が出ないことが多いと思います。2学期からも継続して実施していきましょう。継続して行うことで確実に結果が出ることは、学習です。皆さんは、「テスト勉強したのに、テスト当日では忘れてしまった。」「単語を100覚えたのに、半分しか書けなかった。」など、覚えたはずなのに忘れてしまったという経験をすべての人がしていると思います。記憶力が悪いのかなと感じている人もいますが、すべての人は、時間が経つにつれて記憶が必ず薄れていきます。では、記憶を保つためにはどうしたらよいでしょうか。

皆さんは、「エビングハウスの忘却曲線」を知っていますか？ 「エビングハウスの忘却曲線」とは、「時間が経つにつれて、私たちの記憶がどのように薄れていくか」を実験し、その結果をグラフに表したものです。この忘却曲線（いつ忘れてしまうのか）を知ると勉強が楽になるかもしれません。例えば、「いつ復習すればよいかのベストタイミングがわかる」「非効率な勉強時間を減らし、効果的に暗記できる」「記憶が定着するので、テスト前に焦って詰めこむ必要がなくなる」などです。

実験方法については、インターネット等で確認してください。実験結果は以下の通りです。

上記の実験結果の表から、人は、「覚えた直後に最も激しく忘れる」ことがわかります。右のグラフが忘却曲線であり、縦軸は「記憶の保持率」横軸は「経過時間」を表しています。100%は完璧に覚えている状態、0%は完全に忘れた状態です。1日後は、ほぼ4分の3忘れます。そのため、勉強したことを忘れないようにするためには、覚えたあとの復習が大切であるということがよりはっきり示されています。

経過時間	忘れた割合 (忘却率)	覚えている割合 (保持率)
20 分後	4 2 %	5 8 %
1 時間後	5 6 %	4 4 %
1 日後	7 4 %	2 6 %
6 日後	7 6 %	2 4 %
1 か月後	7 9 %	2 1 %

記憶の保持率を高めるためには、最初の1日の過ごし方で重要で、具体的には学校で学習したことをその日のうちに復習することです。そして、その後も継続して復習することで確実に記憶が定着します。「継続は力なり」2学期は、予習復習等、毎日毎日の小さな積み重ねを継続して行い、学力の向上を図ってください。

次に、1学期の集団・宿泊的行事の経験を生かしてください。各学年とも校外学習、林間学校、修学旅行を通じて、実行委員や班長などのリーダーが大きく成長しました。さらには、リーダーを支える集団全体の協力体制も強くなりました。この学年・学級の団結力を体育祭や文化祭への取組で発揮してください。また、一人一人が成長するためにも、チームワークを大切にしながら、日々の努力を行い、実り多き2学期にしましょう。

教職員の着任について

本校職員 新井 沙佳 教諭（２学年副担任・数学）が、８月１９日から産休に入りました。代員として、８月１９日より、佐藤 文耶（さとう ふみや）教諭が着任いたしました。よろしくお願いいたします。

○佐藤 文耶 教諭（２学年副担任）

担当教科等：数学（１Ｂ・２Ａ・２Ｂ）、特別支援学級、テニス部副顧問

９月の主な行事予定



日	曜日	行 事	日	曜日	行 事
1	火	普通授業 全校朝会 制服移行期間開始	16	水	新人陸上予選会 部活動一斉休養日
2	水	実力テスト（１・２年生） 生徒専門委員会 部活動一斉休養日	18	金	獅子舞・三味線・太鼓（総合）
3	水	第１回秩父地区学力テスト（３年生） 職業セミナー（２年生）	25	金	新人兼県民総合スポーツ大会予選会（球技・武道） 給食なし
4	金	発育測定（１・２年生）	26	土	新人兼県民総合スポーツ大会予選会（球技・武道） 中間テスト前部活動中止（９月末まで）
8	火	生徒朝会	28	月	新人大会終了後完全下校 17：00（３月末まで）
9	水	部活動一斉休養日	29	火	特別日課（４０分×５時間） 新人戦予備日
11	金	獅子舞・三味線・太鼓（総合）	30	水	特別日課（４０分×５時間）当選証書交付式 新人戦予備日
15	火	特別日課（４０分×５時間） 生徒会立会演説会・選挙（６校時）			