

第1学年通信(第3号)

平成30年7月18日発行
福岡県立久留米高等学校
校長：木本 和宏
第1学年主任：中尾 朋浩

『自分を整える』

1年5組担任：永尾 健太

人の目を見て話を聞くことは、礼儀としては当たり前であるし、1対1以外の場面でも集会などにおいて顔を上げて聴く姿勢をとることは必要だと思います。姿勢を正すとより話の内容が入ってくると思います。この目を見るという行動には不思議な力があり、目が合ったもの同士にある作用を及ぼします。それは絆や信頼関係です。近年の研究では目を見ることでオキシトシンというホルモンが分泌され、逆にオキシトシンの分泌により目への注意が増すことがわかっています。オキシトシンはヒト以外の動物では仲間の認識と社会的な近接行動に決定的な役割を持っていることが報告されています。ヒトと密接な関係にあるイヌは飼い主と目をあわせることで絆を感じるが、オオカミはそれがないそうです。ヒトにおいては、オキシトシンは信頼感を高め他者の感情理解を容易にし、「共感」をもたらします。さらにオキシトシンはハッピーホルモンとして知られ、ストレスを鎮静化させ、やる気や落ち着きをもたらすともいわれています。そんなオキシトシンですが、目の動きだけでなく、挨拶やうなずき、スキンシップといったものでも分泌されます。つまりヒトは基本的なコミュニケーションとすることで関係を深め、自分自身が整うようにできているのです。気持ちの良い挨拶は相手をうれしい気持ちにさせるだけでなく、互いに幸福感を得ることができ、勉強の能率も上がる一石二鳥の優れたものなのです。前置きがかなり長くなりましたが、夏休みも暑さに負けず、元気な挨拶を！また、ご家庭で肩もみと称して“勉強のために”スキンシップを図ってみてはいかがでしょうか。

『ヘリオトロープ ～花言葉：夢中～』

1年5組副担任：古浦 結月

実は、私は、年に3～5回程度、アロマクラフトレッスンに通っています。最近、アロマの先生から手作りのフローラルウォーターをいただきました。香りは、ムラサキ科の「ヘリオトロープ」。庭で育てた植物を蒸留しては石鹸や香水、化粧水、グロスなど良い香りのするアイテムを作ってください。これまでも、ベチバーやレモングラス、いちご、など色々な植物の精油を愉しませていただいたのですが、バニラのような甘い香りが漂う「ヘリオトロープ」は生まれて初めてでした。気になって調べてみると、夢中、熱望、誠実、忠誠心などの花言葉を持つことを知り、誠実という言葉か

ら久高生の皆さんのことを思い出しました。今、皆さんは夢中になれることがありますか？熱心に取り組んでいるものはありますか？将来の夢が決まっている人もいれば、まだ決まらない人もいます。どちらにしても興味の有無に拘わらず、まずは目の前のことに熱心に、夢中になって挑戦してみませんか？『興味があるからやるというよりは、やるから興味ができる場合がどうも多いようである』という寺田寅彦（物理学者、随筆家）さんの言葉にもあるように、何かに取り組むことで、新しいことを知ることや体験することの面白さを感じ、意外な分野に興味を持てるかもしれません。苦手なことから逃げていては何も始まりません！将来の夢が決まっている人。いつかは考えが変わり社会が変わり夢が変わり求められる力が変化するかもしれません。将来の夢がない人。自分の可能性を狭めることのないように幅広く学習して行ってほしいと思います。久高生全員が、将来の自分のために夢中になって学んで行ってほしいと思います。

『 人間ならではの感性を大切に 』

1年4組副担任：東 智佳

部屋の奥までつながる通路。少し埃っぽいけど落ち着くにおい。天井に届きそうなほど高い本棚が、その身いっぱい本を詰め込んで立ち並ぶ。高校3年生の夏休み、大学のオープンキャンパスに参加した私は、直感的に「ここで勉強したい」と思いました。高校時代、私には夢がありませんでした。ただ、昔から本は好きで、何となく文学部に興味を持っていました。しかし、受験勉強は「何となく」で乗り越えられるほど甘くはなく、焦りと迷いを抱えたまま私はオープンキャンパスに参加しました。そこで、言葉では説明し難いのですが、確かに私はあの時、大学の書庫で心揺さぶられるような感動を覚え、心に火が付けられたのです。

近年、AI（人工知能）の発達により、私達人間の在り方は大きな転換期を迎えています。AIに取って代わられることのない、人間にしか出来ないこととは何でしょうか。人間は「考える」生き物である一方、「感じる」生き物でもあります。筋道を立てて思考する一方で、予期せぬものに不思議と心揺さぶられたり、美しいものに言葉で表現し得ない感動を覚えたりすることもあります。私の心に火を付けた、あのオープンキャンパスでの心揺さぶられる感動は、人間だからこそ感じ得たのだと思います。そして、こういった「感じる」力も「考える」力と同様に大切に磨くことで、AIに取って代わられない豊かな感性を手に入れることができるはずです。手の内におさまる情報をスライドすることで満足せず、自分の身体で、自分の五感全てをフルに使って、色んな体験をしてください。特別は必要なし。いつもの通学路、ちょっと視野を広げると新たな発見があったり。いつもの教室、同じ空間で、様々な感情を分かち合える友人が当たり前にいることに、ふと、じんと来る。今日の空、何だか好き。等々…皆さんの感性は日々磨かれています。そこに気付くことがまず第一歩です。そして時間がある時にはぜひ本を手にとってみてください。難しい読解ではなく、自由に作品の空気感を味わうだけでかまいません。将来、皆さんが豊かな感性をもって、それを自分のためだけでなく、周りのために使えるような人になってほしいと思います。

9夏の天王山にむけて各教科からのアドバイス

夏を制するものは受験を制する！！夏休みの過ごし方で合否は大きく変わります！効率的に計画的に夏休みを過ごせるように各教科の先生方から夏休みの学習のアドバイスをもらっています！



国語科

夏は受験の天王山です。ここで力をつけた成果が、秋頃にぐっと現れてきます。今できていないことを確実にできるようになっていき、実りの秋に、成長した自分を実感しましょう。そのために、この暑い夏を乗り越えていきましょう！

夏課外は「入試につながる現代文・古文・漢文」を続けます。その他、課題を進めながら夏休みに意識して手がけておくことは、以下の通りです。(1)現代文 ①漢字 ②現代文重要語 (2)古文 ①古文単語 ②文法 (3)漢文 ①句法 ②漢文重要語

少しずつでも必ず基礎固めをやっておかなければ2学期からの演習期に実力を伸ばすことが困難です。(理系・文系の別なく必ずやること！)また、夏休みの課題を丁寧に仕上げてください。解けなかった問題にこそ成績向上の鍵があります。

数学科

まず、必ず6月マーク、7月記述、8月マークのやり直しを徹底的にやってみましょう。そして分からない問題は必ず先生に聞いて分かるようにしてすること！特に夏休みは、分からない分野を徹底的にやり直しできる最後のチャンスです。数学Ⅰ・A・Ⅱ・Bまでで苦手な分野や内容をきちんと書き出し、それに対する自分のレベル(教科書からわからないのか、チャートレベルができないのか)を確認し、何をやり直すべきかを考えてください。それをしっかり解く！解く！解きまくってください！ある程度やり直しができている人は、重要問題集で今まで解いた1日1題をもう一度解きなおす！全部解き上げて、1日1題を2回目にしてもよいと思います。最後に数Ⅲ選択者は、上記のプラスαで数学Ⅲの微分のグラフを完璧に描く練習&積分のマスターをしましょう。ここを完璧にできれば、2学期以降の数学Ⅲの学習や入試が格段に楽になりますよ！とにかく、夏が勝負です！！解きまくってください！

英語科

夏休み中に基礎固めを完了してほしいと思います。夏休み課題として「センター対策問題」「Vintage 準拠問題集 Drive」を課します。まず、この2つにしっかりと取り組んで、基礎力の定着に努めてください。ただ単に「消化」するのではなく、何度も繰り返し復習をして定着を図ってほしいと思います。特に「センター対策」では配点の高い長文読解が重要です。「ターゲット」「Vintage」については、夏休み中にすべてを一通り終わらせることです。課外授業では「ターゲット」の小テスト、「Listening Ace 10」のリスニング演習、「センター試験対策問題」の演習・解説を行います。特に予習は求めませんが、小テストに向けての学習と授業があったその日のうちの復習は必須です。リスニングについてはQRコードからサイトにアクセスして聞き直しをしてください。特講やワーコンも実施するので、その機会を活かしましょう。基礎力養成の基本はとにかく暗記です。音読を何度も繰り返し、そのあと何度も書いて覚えるといいでしょう。学校での学習と使用教材をベースに学習計画を立てましょう。

社会科

世界史…これまでの総復習を行う時期です。おすすめの勉強法としては、総合マスターです。一度解いているはずの問題ですが、しっかりと再度解きましょう。また書店等にある「〇〇日完成」と書いた「薄め」の参考書。これは入試ギリギリで行うようにイメージしがちですが、実は夏休みの時期にやるのが効果的です。ここで基礎的な知識がついていると今後面白いように模試の点数が上がります。「総合マスター」、「薄めの参考書」、調べ学習のための「アカデミア」この3点セットで行きましょう。

日本史…夏休みは応用力を養成する好機です。課外で配布される応用力アップのための正誤問題プリントを中心に問題に挑戦して行って下さい。基礎力に不安がある人は「1問1答」のプリントをやり直してみるのも良いでしょう。そして、友達同士で問題を出し合うことを勧めます。自分が問題を出すことで頭の中がスッキリしてきます。是非、試してみてください。

地理…2年生の時に学習した内容を、夏休みを利用しておさらいしましょう。基礎的内容を確認することで、応力養成のステップに進むことができます。

理科

物理…「セミナー物理基礎+物理」の基本問題を自分で選び(例えば、奇数番号や3つに1つなど)、たくさん問題をこの夏で解くことで、問題に慣れておくことが大事です。公式の暗記だけに捉われないようにすること。公式は問題を解きながら身に付けていくものです。

化学…「セミナー化学基礎+化学」を活用して実力をつけていきます。

- ①基本を固めたい人は、「プロセス」、「ドリル」、「基本例題」を解きましょう。
- ②センターレベルの実力を付けたい人は、「基本問題」を解きましょう。
- ③二次力を付けたい人は、「発展問題」を解きましょう。

解く問題は、自分が苦手になっている分野や伸ばしたいところで構いません。いずれにしても、演習問題を解くことで疑問が生まれ、教科書や参考書に立ち返って調べることで、自力で実力が付いていきます。この夏に化学の勉強に集中して取り組み、化学が得意科目になるよう頑張ってください。

生物…定期考査ごとにまとめてきた「セミナー生物基礎+生物」の振り返りをおこなって、抜けがないかどうかをチェックしよう。既に確認が充分であれば、今まで解かずに来た発展問題で二次対策をおこなおう。また、そろそろ問題の解説と並行して教科書の文章でのチェックもできていい頃合いかと思います。わかりづらい文章だが、先輩たちも最後は教科書でチェックしていました。