



まだまだ解明途中の「人間の脳」

脳の機能の一つに“記憶”がありますね。“あ～忘れなければいいのになあ”とか“記憶力が！”とか思ったことは、これまで何度となくあります。学生の頃は特に、学習内容を覚えておくことに越したことはなく、必死に記憶をつなぎとめようとしたものです。

今の子ども達も、記憶の定着をねらって出されることが多い“宿題”と格闘する日々を送っていることでしょう。「宿題無し！」となるものなら全身で喜びを表現するのは今も昔も変わらない光景です。

では、少しでも記憶を留めておく方法はないのでしょうか・・・。

ドイツの心理学者ヘルマン・エビングハウスが提唱した「忘却曲線」。これによると、学習後から1時間後、1日後、1週間後、1か月後と時間が経つにつれて徐々に記憶が失われていくようです。1か月後は、途中で何もしなければ学んだ直後の※20%程度しか残っていないようです。

そこで、その忘却速度をできるだけ緩やかにするにはどうすればよいかという実験を行った結果、1時間後、1週間後、1か月後と継続した復習をすれば失われる割合をほとんど下げることがなくなっていました。

このことから、「宿題」として復習をすることには大きな意味がありますが、方法や内容を工夫する必要があります。その例として・・・

その1. 重要な内容は、今日だけの復習で終わらず、数日経ったら復習する。1週間経ったら復習する。

1か月後に復習する。のように、1回の復習(宿題)で終わらない。

その2. 学んだ時のノートや学習プリントを5分～10分ぐらい記憶をたどって流し読みする。

その3. 苦手なものほど早めに取り組む。

かけ算九九を覚えた時を振りかえってみると、1か月程度かけて繰り返し復習をしたと思います。その結果、大人になっても覚えているのは「定着」したからでしょう。

このことを参考にして、自分なりの学習方法を身につけていくようにしてほしいですね。

※個人差があります。



立冬を過ぎて

「せんせい！ ほら！！」と言って見せてくれたのが、収穫直後のさつま芋。



6年生の前田基希くん、5年生の小林暖くんが収穫した芋の中には、**1. 5キログラムに迫る**巨大なものがありました。

また、4年生も収穫を行いました。4年生の畑は山手にあり、地面の下まで深く根を張っていて、掘るのが大変な様子でした。

さてさて、どのような食べ物に変身するのか楽しみです。

おまちしております！！



6年生 陶芸教室

西川登町高瀬に『大門窯』を構えておられる 大宅 利秋さんを講師に招き、6年生が思い思いにカップと器を成形しました。



しばらく乾燥させ、素焼き、釉薬掛け、本焼き、と工程が進む予定です。

完成が楽しみです！できあがった器には何を入れるのでしょうか？カップにジュースを入れて乾杯！というのも楽しみです。



失えば二度ともどらない 永久歯

後悔しかありません・・・「どうしてもっと歯を大事にしなかったのだろう・・・。」

今は、食後の歯磨きはもちろん、加えて歯間ブラシとフロスによる歯垢の除去が習慣となっています。半年に一度の定期受診でも、「この調子で磨いてください。」と言われます。

が、しかし、後悔しかありません。今となっては現存する歯を守るために歯磨きを続けるしかないのです・・・。

子どもには、体験させることが大切だと思っています。ですが、「虫歯の体験」はさせる必要はありません。永久歯がきれいに生えそろうまで、口腔ケアをするのは大人の責任だと思います。学校で、歯科校医による検査は年に1回しかありません。給食後に歯磨きの時間をとっていますが、どうしても十分ではありません。

そこで、永久歯に変わり始める4年生から6年生までの子ども達に、庄野歯科から講師をおよびし、講話とブラッシング指導を行いました。

専用の染め出し薬で汚れをチェック！
赤い部分がみがき残しによる汚れ部分



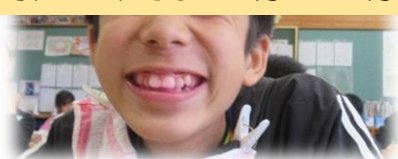
ビフォー

・・・

アフター！



あせっちゃダメよ！
汚れがとれるまで3分から5分



高速みがきではなく“ちょちょこ”みがき

このブラッシング指導の時間はきっかけにすぎません。“良い習慣”を身につけるまでは、「歯みがきしたね！」と声かけを続けましょう。