



薩摩川内市立水引中学校「学校だより」

みずひき

〒899-1921 鹿児島県薩摩川内市水引町7602番地1

TEL:0996-26-2104 FAX:0996-26-3908

12月号

令和5年12月19日発行



水引中ホームページ・ブログのQRコード↑

学力は姿勢で変わる

校長 日高 正人

学期末試験が終了して、1, 2年生はほっと一息ついたところですが、3年生は、受験に向けていよいよ本番へ向けて気合の入っているところだと思います。生徒が机に向かっていながら、昔を懐かしく思い出していましたが、鉛筆やシャープペンシルなどの筆記用具を正しく持てる生徒が10%もいないことに驚きました。

たかが「筆記用具の持ち方」と思いますが、書字速度、疲れ易さ、姿勢の崩れによる骨の変形、乱視・近視、文字の読みやすさなどに影響が出てきます。例えば、正しく筆記用具を持てないと余計な力が入って疲れやすくなります。また、書く速度が遅くなり、試験などの回答数が減るため、成績もそれなりになります。書く手元が見えないので、姿勢が崩れ、乱視や斜視の原因になるなど、見え方に大きく影響します。人によっては、姿勢が悪いので、書く手元が見えるような握り方になっていることもあります。さらに、記憶を高めるため書きながら覚えると効果的であることも述べましたが、記憶にも影響があると考え、結構重要ではないでしょうか。

では、生徒のよくある筆記用具の持ち方と特徴を挙げてみます。左図の左側ほど、本校生徒の筆記用具の持ち方に多いタイプになります。

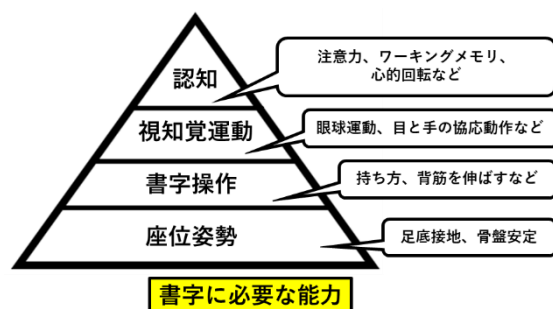
タイプ	親指突出型	親指握り型	人差し指の字型	先端持ち型	鎌首持ち型	つまみ持ち型	縦持ち型
標準：三指握り型							
疲れにくさ	×	×	△	×	○	○	○
書く早さ	遅い	遅い	早く書けない	○	早い	早く書けない	早く書けない
字の濃さ	濃い	とても濃い	濃い	濃い	普通	濃い	薄い
丁寧さ	はね、止め、払いが雑	はね、止め、払いが雑	丁寧	雑な字になる	雑な字になる はね、止め、払いが雑		丁寧
その他	角張った文字が多くなる	角張った文字が多くなる		書く場所が隠れるので頭が傾く	ゆっくり書けない		

標準の三指握り型は、小指と薬指で、しっかりと机面に土台をつくり、親指、人差し指、中指が筆記具のバランスをとりながら書

くことのできる理想的な持ち方になります。

持ち方を修正することは、低学年の脳が順応しやすい時期に練習した方が良いのですが、中学生でも遅くないので、余裕のある人は挑戦してみてください。指先を意識して動かすと脳が震えるような、脳が活性化する感覚があつて、やみつきになるかもしれません。

手軽に何とかしたい場合は、筆記用具の軸を太いものに変えることや筆先の持ち手の部分に、柔らかいジェル状のグリップを付けると効果が上がります。(市販されています。)



また、右図の書字の土台となる座位姿勢に注目して、座り方を工夫すると、書く速度や疲れにくさが変わってきます。大人にもいえますが、椅子の高さが、合っていることが前提です。意識しても変えられないときは、座面や足の接地面に滑り止めを置いたり、骨盤を安定させる高反発の座布団を当てると、疲れやすさや姿勢の悪さなど、かなり改善されます。椅子の高さは、左図のように、両足の接地面から垂直になり、膝が90度になること、そして腰から背骨が90度になって、骨盤がしっかりと体を支えられるように調整することが大切です。書字操作ができると、学習が疲れずに、今より長い時間取り組むことができるようになってきますので、家庭や学校でも見直してみましょう。

参考「気になる子どものできた！が増える書字アラカルト」(笹田 哲 中央法規出版 2014年3月 発行)

1 年生 ふるさとを学ぼう合同発表会

12 月 9 日（土）水引中学校体育館で、水引小 5・6 年生、水引中 1 年生が合同で、湯田・西方地区の歴史や産業・自然についてまとめたことの発表を行いました。



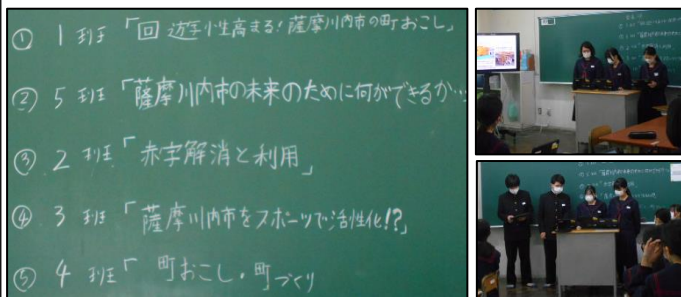
2 年生 福祉体験学習

11 月 10 日（金）、2 年生がはまかぜ園に行き、福祉体験を行いました。



3 年生 郷土の未来をみつめる

12 月 9 日（土）、3 年生が地域の課題と解決するためのアイデアをまとめ、発表しました。



おめでとうございます

川薩地区税務協力団体長連絡会 優秀賞(税の作文)
慶越 彩夏 さん
南九州税理士会川内支部 支部長賞(税の作文)
小倉 万里愛さん
薩摩川内市読書感想文コンクール 優秀賞
橋口 華乃 さん

コンテンポラリーダンス

11 月 16 日（木）、ダンスのプロの方を講師にお招きして、「コンテンポラリーダンス教室」を行いました。講師の先生からダンスを教えていただき、その集大成として全員でダンスをする動画撮影を行いました。短い時間で、生徒の皆さんもプロのダンサーのようになっていました。



門松づくり

12 月 9 日（土）13:00～、五郷会主催で水引小中学校の門松作りがありました。お忙しい中、御協力くださった皆様、ありがとうございました。お陰様で立派な門松が完成しました。ちょっと早いですが、水引中学校がお正月らしくなりました。



日	曜	1 月の行事予定
9	火	始業式
10	水	実力テスト（3 年）
12	金	英検
13	土	土曜授業
15	月	私立高校推薦入学試験
16	火	鹿児島学習定着度調査（1・2 年 ～17 日） 進路実現に向けて（3 年 願書記入）
17	水	私立高校事前指導（3 年） 私立高校推薦入試合格発表
20	土	県中学校音楽コンクール「春の祭典」（2 年）
22	月	私立高校一般入学試験（～28 日）
23	火	中学校体験入学・入学説明会（小 6）
29	金	私立高校合格発表（～2 月 1 日）

充実した冬休みに

いよいよ 17 日間の冬休みが始まります。年末年始は、どのご家庭も忙しい時期です。やることがたくさんあります。中学生の皆さんは、自分のことだけでなく、家のお手伝いにも積極的に取り組んでください。

12/29（金）～1/3（水）は、学校に職員不在となります。緊急での連絡がありましたら、QR コードからメールでご連絡ください。

（左側が校長アドレスの QR コード、右側が教頭アドレスの QR コードです。）



校長アドレス



教頭アドレス