



No. 176

平成27年2月25日発行

電話072-895-6230

名前 _____

塾報受取日 _____ 月 _____ 日

星の郷教室 3月の予定

- 3月2日 3月度授業料引落日
(3月9日 引き落とし予備日)
- 3月7日 暗算検定(通常授業あり)
- 3月8日 西日本大会
- 3月14日 3月i-test一斉実施日
全日本ユース申込締切
- 3月21日 近畿珠算競技大会
春分の日(通常授業はありません)

3月25日~3月31日
そろばん春休み

3月7日暗算検定について

全級とも午前10時30分から行います。所要時間は約20分です。7日の受験が無理な受験生は、5・6日の授業中に受験できますので申し出て下さい。暗算検定日は原則として通常授業を休講としていますが、今回は午前8時30分と9時30分の通常授業を行いますので注意して下さい。

特別練習の予定と対象者

2月28日 午後5時~7時

- アドバンスト・チーム (A-team)
- 西日本大会出場者
- 近畿大会出場者

○暗算検定受験者

3月7日 午後3時~5時

○西日本大会出場者のみ

午後5時~7時

○アドバンスト・チーム (A-team)

○近畿大会出場者

○i-test受験予定者

○西日本大会出場者

○ユース大会練習生

3月14日 午後5時~7時

○アドバンスト・チーム (A-team)

○近畿大会出場者

○ユース大会練習生

☆3月8日西日本大会☆

集合…星田駅8時25分

帰り…星田駅18時頃

会場…大阪商業大学(近鉄河内小阪)

昼食の準備をしておいてください。電車賃は中学生で往復1000円以内です。現地集合・現地解散もできます。

3月21日近畿大会について

集合時間などの詳細は追って連絡します。会場は京都商工会議所、昼食を持ってきて下さい。会場に早めに着いて昼食を済ませます。見学ができるかどうかは未定です。電車賃は支給されますので不要です。

3月i-testについて

3月i-testは3月14日の午前10時30分

から実施します。14日に受験を希望する皆さんは13日までに申込を済ませておいてください。春分の日（21日）と春休みがある関係で、3月のi-testは20日を最終実施日とします。

当教室のメイン練習教材であるi-testの試験は、1種目から教室で受験できます。申込書を提出した日の練習から、受験を前提とした練習メニューに切り替えますので、受験を希望する皆さんは、早めに申込書を提出してください。

全日本ユース珠算選手権大会

2015年度の表記大会が4月26日に京都市・京都パルスプラザ（京都府総合見本市会館）で開催されます。西日本大会出場者や現在ユース大会の練習を行っている生徒の皆さん、i-testの全種目3rd stage以上を練習している皆さんで、参加基準点を越えた皆さんは出場できます。申込締切は3月14日、参加料は3000円です。

今年4月1日現在の満年齢が10歳以下の皆さんの部門（アンダー10）、12歳以下の部門（アンダー12）、15歳以下の部門（アンダー15）とに分かれて総合競技が行われ、全国順位がつきます。問題の難易度はかなり高度ですが、今から練習を重ねることで大幅な実力の向上が見込めます。大会を活用して、上手くなりましょう。

近畿大会大阪府予選結果

1月25日に行われた表記大会で、代表選手全24名の内、当教室から8名が選ばれました。

当教室の大阪府代表選手

◇中学生の部◇

金本三夢（生駒上中・2年）

金本大夢（生駒上中・1年）

岩成 海（高槻阿武野中・1年）

山内星徳（交野1中・3年）

◇小学5・6年生の部◇

大内悠聖（私市小・6年）

◇小学4年生以下の部◇

金本愛夢（生駒台小・4年）

大内峻聖（私市小・4年）

山内美空（交野小・2年）

～～出場選手成績～～

中学生14位 奥田あさひ

中学生24位 山内優歩

小学6年11位 河野美紅

小学6年12位 木村理仁

小学5年8位 奥田南海

小学5年9位 湊結子

小学4年以下9位 和泉初音

小学4年以下15位 岩瀬菜々香

2月8日実施1～3級検定

【1級合格】

久保田莉央 大土井楓賀 住吉美咲

竹下椋香 井手亮太 水越友香

【2級合格】

盛井結子（満点） 久保田莉央

白川香乃 井上葵実 村上小夏

田邊美空 楓陸

【3級合格】

佐藤実紗 山本莉奈 前田小春

森本倫才 大和蒼波 加納温真

出席時間20時間以上の生徒

（2月20日までの1ヶ月）

藤江茉奈58 岩瀬菜々香58 和泉初音

54 盛井結子50 河野美紅49 平生絵

理49 見山紀子48 金本愛夢47 山内

美空46 見山真菜45 和泉琴音44 大

土井楓賀42 大土井穂賀41 西井萌41

村田拓己40 奥田南海39 岡田亜瑠37

田代和花37 湊結子37 神山周34 井

上寛大33 堀さやか32 大内峻聖31

山根未来31 大上航正31 金子直毅31

甚野ひな31 竹下綾音31 森亮友31

大内悠聖29 小林千尋29 竹下椋香29
 大土井慧賀28 森本爽月28 吉永灯28
 木村理仁27 越野貴也27 由比彩菜27
 渡邊一貴27 住吉海飛27 分林椿27
 茅島悠斗26 楓陸26 齊藤小春26 本
 坂明日香26 渡邊安菜26 金本大夢26
 森本倫才26 西井颯一朗25 若林日和
 25 古川愛佳24 小林知世24 住吉美
 咲23 高山翔太23 水越友香23 古川
 治親22 藤江健太22 藤本直也22 大
 野虹22 岩成海22 近藤楓22 高山琴
 音22 福原健太22 森田航平22 森本
 一生22 若林和花22 北尾明日希21
 吉田翔瑛21 一宮敬智21 井手亮太21
 入口寛都21 楓まい21 四宮彩花21
 出口来実21 中川海翔21 平生道照21
 平生義智21 文沢駿介21 若林奈優21
 熊田杏凜20 熊田星麗20 井手蒼人20
 出合拓翔20 福田陸人20 福江夏歩20
 眞井夏希20

猛スピードばく進中(PERFECT)

(初歩教材PERFECTを1ヶ月で20ページ以上進んだ生徒)

勢登翼104 大土井慧賀102 若林奈優
 83 小林千尋79 中川海翔59 判田悠
 輔54 野々村誉良52 由比幹太51 石
 橋欣二郎45 榎本結44 柳田涼音37
 奥根由菜31 江連舞28 奥野貴也28
 山田千尋28 勢登翔一27 橋本琉矢27
 岩宗涼栞26 神山兼槻25 江連雄大23
 松田和真23

(あと1ページだった人)

角崎和樹19 林寿百19 藤原梨乃19

フラッシュ暗算合格者

(2月20日までの1ヶ月間)

七段 奥田南海 湊結子

六段 齊藤小春

五段 和泉初音

三段 岩成桃 木村征爾 田代和花

二段 大上航正 眞井夏希

1級 小倉璃空 井上寛大 藤江茉奈
 見山真菜 若林日和 池田優花

2級 緒方あいこ 井手蒼人
 仙田さくら 森亮友 山田創大

3級 森亮友 山田創大 中村結菜
 藤江健太 村田拡己

4級 村田拡己 奥田花 有田蒼空
 入口寛都 熊田杏凜 分林椿
 林和花 福井太一 渡邊一貴

5級 熊田杏凜 一宮敬智 徳永頼樹
 津隈瑛翔 安原佑真

6級 一宮敬智 安達菜々美 中島百萌

7級 森涼帆

8級 森涼帆 田中章太郎 福原健太
 若林和花

9級 田中章太郎 福原健太 若林和花
 河合胡春 倉持杏 安原良真
 山城真里奈

10級 田中章太郎 福原健太 若林和花
 河合胡春 明浦光里 大塚遥平

 ◎今、マスコミでよく取り上げられて
 いる「体幹トレーニング」。書店にも
 数多くの解説本が並んでいます。

子どもたちの基礎体力が落ちている
 ことは、毎年体育の日前後に発表される
 統計を待つまでもなく日常的に感じる
 ことが多くなっています。体力低下の
 原因はいろいろいわれていますが、最
 大のものは外遊びの減少でしょうか。
 今体幹トレーニングで紹介されている
 運動は、突き詰めて考えると外遊びに
 その要素が多く含まれているものばか
 りで、昔は日常生活がトレーニングに
 なっていたのです。

さて、子どもたちの姿勢の悪さやふ
 らつく姿が目につきたここ数年
 来、何か対処法がないものかと気にし
 ていたところ、体幹トレーニングに行

き着きました。

今の時代、栄養分の不足はサプリで補い、運動不足は体幹トレーニングでカバーするという、何とも商業ベースにうまくのせられているような感じがしないでもないのですが、そこには一端目を瞑って、話を進めてみます。

当教室のホームページにアラカルトという欄があります。内容はまさにアラカルトで何でもありのコーナーなのですが、そこで「姿勢」について2回取り上げました。引用してみます。

2014年10月12日

生徒が採点にやってきます。ある生徒は、自然に「気をつけ」の姿勢で待つことができ、ある生徒は採点の机に手をついたり肘をついたり…。

説明を聞いている間、視線を動かさず一点に集中している生徒がいるかと思えば、体をくねらせている生徒がいます。食堂で、背筋を伸ばしてきちんとお茶碗を持って食事をしている人がいるかと思えば、肘をついている人も…。

朝礼で姿勢を正している生徒がいるかと思えばふらふらしている生徒がいます。

同じことを何度も注意されても直せない人がいるかと思えば、一度で直せる人がいます。

最近気になっている言葉に「体幹」があります。上に書いたようなことは、すべて体幹の強弱によるものではないかと。体幹がメンタルな部分にどんな影響を与えるのかは知りませんが、心身というくらいですから、身体と精神は一体で不可分。だとすると、物事を成し遂げるには体幹を意識することもあながち回り道だとは言い切れなと思うのです。

わかっているのに、集中力が続かずに問題を見誤ったり数字をとばしてしまって間違えてしまうのが多い初歩の生徒さんたちを注意深く観察していると、どっ

しりと構えて事に取り組む姿勢が少々不足しているのではないかと思える場面がよく出てきます。首がすぐに疲れてしまう様子があったり、椅子に何度も座り直したり、足が必要以上に動いていたり、上体が揺れていたり…。

精神がいくら集中しようとしても、体が動いてしまっはなかなか集中できるものではありません。

自分自身の体をしっかり支えることを意識する時間を練習の合間に採り入れたいなくなってきました。

2015年2月6日

昨年10月12日付けアラカルトで触れました「体幹」の件です。

実はあの記事を書いた頃、とても気になっていた生徒がいました。5口のみとり算10題を計算すると、5題ほどは4口までの答えを書いてしまいます。4口の問題に変更すると今度は3口までの答えを書きます。3口の問題だと2口までの答えを書くのです。2口の問題を出すと果たしてどうなっていたことでしょうか…。直立したままじっとしていることも苦手で、採点の列にならんでいる途中でよろめくこともしばしば。座っていても机に常に肘をつけている状態でした。

体を支えるのが精一杯ですから計算に集中できるはずもなく、その結果、数字をとばしたり途中で計算をやめたりということを繰り返しては落ち込みます。教材を変えてみたり、ほめてみたり、つきつきりで見たり、突き放してみたりなどなど、一年ほどの間あの手この手でアプローチをしましたが、効果が長続きはしませんでした。

そんな折、あるテレビ番組で、体幹トレーニングをした結果、食卓で肘をつかなくなったというタレントさんの家族の話を知りました。

先の生徒も多いときには5分間に10回ほど机に肘をついては注意されていたで

しょうか。お母様に、テレビ番組のことを伝えてみました。すると、やはりご家庭でも姿勢のことがとても気になっておられたようで、早速体幹トレーニングを開始され、今でも継続中だということ、実は一昨日お電話で伺いました。

1月下旬のことです。

多いときには3分の2ほども間違えていた30題もののみとり算で、失点が5題以内の日が続きました。今までもまれに失点が少ないときがあったのですが、続くことがなかったのです。2月に入ってから満点も記録しました。指導スタッフは口をそろえて「○○くんは肘のことを指摘することがほとんどなくなった」と言います。

もしかして体幹トレーニングのおかげ??と思い、お母様に確認したところ、先のお返事があったのです。

体幹トレーニングによってすべてが解決されたとは思いません。

体格が大きくなってきました。体力がついてきたこともあるでしょう。頭の中でいろいろなものがつながりだしたのかもしれません。

とにかく本人の中で何かが大きく変わって動き出したのです。

いろいろな要素が互いに刺激し合っている好循環ですが、その原動力は体幹トレーニングを継続する保護者の粘り強いバックアップと励ましにあることだけは間違いありません。

では、実際のところはどうかだったのでしょうか、ということで保護者の方に手記をお願いしましたところ、ご快諾頂きましたので、ご紹介します。

体幹の大切さ
低学年男児の母(匿名)

星の郷総合教室でお世話になっております、低学年の息子を持つ母です。金本先生の鋭いアドバイスにより実りつつ

あるエピソードをここにご紹介させていただきます。金本先生からは同じように伸び悩んでいる子供たちが多くいらっしゃるからお聞きしています。一つの事例として塾報に、とのお話を頂戴しましたので、珠算に向き合う子供たちのステップアップの一助となればと思い、僭越ながら筆をとらせて頂くことにいたしました。つたない文章ではございますがご容赦下さい。

息子は長い間、伸び悩んでおりました。珠(指)の動きは習得しているものの、正答につながらないのです。誤りの原因を追うと、1口足し忘れていたり、となりの数値を足していたり、答えの珠は「873」を示しているにも関わらず「823」と記載してしまっていたりと、残念なケアレスミスが頻発していたようでした。

そんなある日、そろばん教室から帰宅後、珍しくそろばんバッグの中を探り始めました。何と「満点を取った」と言うのです。半信半疑のまま、息子が満面の笑みで差し出したプリントを見ますと、確かに満点です。思わず口にてた言葉は「どうしたん! ?」。驚きつつも、子供の成就感に溢れる表情を見ることが出来、何とも嬉しい気分でした。

一体何があったのか不思議に思われるかと存じます。実はさかのぼること4ヶ月ほど前、金本先生から命題を頂いておりました。「姿勢が悪いのです。体幹トレーニングをしてみてください。スポーツの本なら載っていますよ」とのお話でした。早速本屋へ出向き、目に付いた本を購入し、手探りで取り組みが始まりました。

最初は、新鮮な体勢を面白がり、意気揚々と取り組みます。一定時間のバランスを保つための基礎体力はもとより、集中力がキーになるなというのが所感でした。難しいものではないので、初日、翌日はいたって順調に進みました。です

が、集中力も体力も未熟な息子には飽きが勝るようで、やはり三日坊主が顔を出しました。口頭で諭すだけではトレーニングを定着させることが出来なかったので、少しずつ家族の生活リズムに組み込むことにしました。山本五十六さんの「やってみせて、やらせてみせて・・」ではないですが、時に応じて親子で取り組むようにしたことは、子供にとっても励みになったのかなと思います。

こんな紆余曲折を経ながら、前述のように少しずつ「ケアレスミス」という障壁を乗り越えられつつあります。金本先生にアドバイスを頂くまで、ケアレスミスの解消に体幹トレーニングが効くとは思いませんでした。珠算の上達を目指すに当たって最優先すべきことは、練習時間を少しでも増やすことですが、ご自宅でできることとして、体幹トレーニングをお試しになれるのも一つの方法かと思えます。

「右脳活性プログラム」と名付けた2分間の暗算問題を計算するところから毎時間の授業が始まります。計時前には毎回「姿勢！」の声をかけます。「腹筋背筋に力を入れて、おしりの穴を締める。決してその逆のことはしないように！」などと言いながら、意識を背骨に向けさせます。すると、自然に口元も引き締まり集中力が増すようです。

教室では返事の声の適切な大きさ、手の挙げ方、プリントの受け渡しの方法などなど、すべての動きを意味のあるものにして意識をさせることで、集中のon・offを切り替える訓練もしていますが、こういった精神面の育ちを目指すにも健康で強いからだの育成が不可分です。

2015年2月21日読売新聞朝刊の「くらし 教育」面では、「正しい姿勢で

集中力」と題して埼玉県のある公立小学校の取り組みを紹介していました。その中で、よい姿勢で椅子に座るための留意点として、次のポイントが挙げられています。

・椅子の背にもたれかからないように

腰掛ける

・足の裏を床にピタリとつける

・お尻を後ろに突き出す

・へそを前に突き出すイメージで腰骨を立てる

・下腹に軽く力を入れる

・肩の力を抜く

小学4年生頃までに良い姿勢を身に付けることが望ましいそうです。

名前の記入をお願いします

少し春めいてきましたので今後は減少傾向になるであろう、ネックウォーマーと手袋の忘れ物。無記名のものは入り口近くに展示して落とし主が自分で気づくのを待ちますが、展示スペースをとるだけで誰かが決定的に困ってしまうことはありません。。

無記名で困るのが、傘と履き物の間違い。間違えてしまった本人に実害はないかもしれませんが、間違われたほうは大迷惑です。

「靴がありません」という申し出があれば、まずは次の授業に備えて座っている生徒たちと、間違えた主との切り分けが始まります。そして残った靴の大きさから、男女の別と体格を想像して、すでに帰った生徒に見当を付けて電話をかけていくのです。犬の嗅覚がうらやましい時間です。

残っている靴に名前が書いてあればあっという間に解決することです。どうかすべての持ち物に名前の記入をお願いいたします。