

進路指導部通信 2014 第 14 号 親和女子高等学校進路指導部

今年は太平洋高気圧の勢いが弱く、早くも秋の空が広がっています。勉強意欲に対しては、“移り変わりやすい秋の空”にならず、“天高く”しっかりと維持していくことを願っています。

先週、推薦入試説明会、センター試験の説明会を終えました。高校 3 年生は第一志望校を見据え、まずはセンター試験で高得点をとることを目標に取り組むことが大切です。現役生の伸びはここからです。何度も伝えていますが、これまでに解いた問題や模試でできなかった箇所のやり直しをすること、と同時にセンター形式の問題にチャレンジしていきましょう。そして 9 月 19 日・20 日に実施する第 1 回ベネッセ・駿台マーク模試では、各教科の完成度の確認と正確な自己採点することを目標にして臨みましょう。

高校 2 年生は 11 月の総合学力テスト（英語、数学、国語、地歴、公民、理科）まであと 2 ヶ月です。地歴公民や理科の復習を始めているでしょうか。毎日の授業の予習・復習に加えて、11 月の学力テストに向けて、各教科の復習を進めていきましょう。

高校 1 年生の 11 月の総合学力テストは 3 教科ですが、社会や理科もいま学習していることはすべて大学入試の出題範囲の内容です。早い段階からの取り組みは希望する進路実現の最大のかぎです。

◇◇◇夢ナビ講義の中に復習の大切さを語られたものがありましたので紹介します！◇◇◇

間を空けて 3 回繰り返すと、記憶は定着！？大阪大学 理学部生物科学科の教授 小倉明彦先生

繰り返し覚えれば忘れないのはなぜ？

「明治維新は 1868 年、明治維新は 1868 年」。何度も繰り返せば、そのうち覚えます。ただし、効率よく覚えることには一つ秘訣があります。続けざまにやらないことです。

例えば事項を一つ覚えるのに、短期集中で同じことを繰り返しても実は効果は上がりません。いったん「仮に」記憶したら、少なくとも 3 時間ぐらいい間は間を空け、その間は別のことをしましょう。その後にもう一度繰り返します。長く保持される記憶を作るにはこうしたやり方が効果的なのです。

記憶のための繰り返しは 3 回が理想

記憶を長期定着させるためには繰り返しは、2 回では不十分です。かといって回数が多いほどよいというわけでもありません。あくまでもネズミを使った実験ですが、3 回が必要十分条件で、それも 3 時間以上 24 時間以内の間隔を空けての 3 回です。

脳では、神経細胞同士が、シナプスと呼ばれる継ぎ目を介してネットワークを作っています。ある刺激がインプットされると、その情報はすでにあつた経路のどれかを通して、何らかの行動がアウトプットされます。一度活動した経路は、その後しばらく活動されやすい状態が続き、情報を「とりあえず」保持します。これが仮記憶の状態です。長期の記憶では、神経細胞が新しいシナプスを作って情報の流れやすさを保障します。構造で保障されると、もう簡単には消えなくなります。

タンパク質の合成のためには 3 時間空ける

長期記憶にはタンパク質の合成が必要なことはわかっていました。タンパク質の合成にはふつう 3 時間位かかります。そのために 3 時間後に同じ刺激を入れて同じ活動をさせれば新しいタンパク質の合成が進みます。このサイクルを 3 回繰り返すことで、神経細胞がニューキノキ動き出し、新しいシナプスが作られるということのようです。ただし、そのタンパク質が何なのかはまだまだわかっていません。

一夜漬けでない入試に役立つ記憶には、時間をかけて繰り返すことが必要です。学問に王道はなしという格言は、脳科学的に正しいのです。

同志社女子・京都女子・神戸女学院大学入試説明会

今日の16時30分から大会議室で同志社女子・京都女子・神戸女学院大学入試説明会を実施します。高校3年27名、高校2年10名、高校1年15名、保護者10名の参加申し込みがありました。各大学の方にはじめに各大学の特色と入試対策をお話ししていただき、その後、個別相談会を行う予定です。

受験対策講座を実施する大学

大学	内容
関西大学	英語実力アップ特別セミナー（事前申し込み不要，入場無料） 9月14日（日） 関西大学千里山キャンパス 11:30～
関西外国語大学	公募制推薦入試対策講座（事前申し込み不要，入場無料） 9月14日（日） 関西外大中宮キャンパス 11:00～

<関西外国語大学ってどんな大学>

CA（キャビンアテンダント）の採用では、全国No. 1で65人（2013年度）の実績のある大学です。また今年の夏にANAと提携したCA養成講座を開講，JALとの包括的産学連携協定を締結しています。

さらに海外51カ国・342大学と協定を結ぶ大規模な交換留学制度をもっており，留学に対して次のような奨学金制度があります。

フルスカラシップ：TOFEL520点～530点以上が対象

留学先大学の授業料，住居費，食費を支給（毎年約350人が利用）

スカラシップ：TOFEL480点以上が対象 対象留学先大学の授業料を支給（毎年約1,000人が利用）

関西外国語大学の公募制推薦入試では，200点中，32点を占めるリスニング問題（8点×4問＝32点）で満点をとることが大切です。進路閲覧室に過去のリスニングテストがあります。借りたい人は進路指導室まで。

同志社大学による大学入学準備講座 ～一足早い大学の講義～

同志社大学では，高校生に大学で要求される学習の質と量を知ってもらうことを目的として，「大学準備講座を，主に高校1・2年生を対象に，9月27日（土）～11月29日（土）14時55分～16時25分 にわたり実施します。詳しくは進路閲覧室前に掲示しています。また申し込みは1つの講座から受け付けており，同伴の保護者も聴講可能です。参加希望者は進路指導部まで。

日程	場所	講義のテーマ
9月27日（土）	今出川キャンパス	現代日本政治の課題
10月4日（土）	今出川キャンパス	英語コミュニケーション ～グローバル社会で必要な技術～
10月11日（土）	今出川キャンパス	いのちの不思議
10月18日（土）	今出川キャンパス	世界はいま？ 進むグローバル化とミャンマーのいくえ
11月8日（土）	京田辺キャンパス	大学で学ぶ心理学
11月15日（土）	今出川キャンパス	<あいだ>を生きる思想 -ヨーロッパ・ユダヤ文化への扉
11月29日（土）	今出川キャンパス	「エコノミー」と「エコロジー」

進路関係行事予定

- 9月16日（火）高校2年カリキュラム・旅行説明会 15:10～
- 9月29日（月）同志社大学入試説明会 16:00～
- 9月30日（火）高校1年カリキュラム・企業人説明会 14:10～
- 10月2日（木）関西大学入試説明会 16:00～
- 10月3日（金）関西学院大学入試説明会 16:00～
- 10月27日（月）大阪市立大学入試説明会 16:00～
- 10月30日（木）奈良女子大学入試説明会 16:00～
- 10月31日（金）岡山大学薬学部・大阪府立大学入試説明会 16:00～
- 11月12日（水）立命館大学入試説明会 16:00～

<保護者の方々にも手渡して読んでいただきましょう>

進路指導部通信2014など進路指導部が発信する情報を親和女子高等学校のHPでも閲覧できます。