

ヴェリタス学習会通信 111

予定表カレンダー →



令和8年6月の予定

- ・月曜日 6月1・8・15・22・29日 大安公民館1階研修室 18:30～21:00
- ・火曜日 6月2・9・16・23・30日 員弁老人福祉センター1階会議室3 18:00～20:30
- ・水曜日 6月3・10・17・24日 ヴェリタス事務局 18:30～21:00
- ・木曜日 6月4・11・18・25日 北勢市民会館1階リハーサル室 18:30～21:00

藤原文化センターは休止中です。水曜日はヴェリタス事務局で開会しています。

ヴェリタス事務局の所在地は、511-0261 いなべ市大安町丹生川上 650-1 です。
丹生川上集会所（旧丹生川上児童館・教育集会所）内です。

警報が出ている場合は休会にします。いつもその会場に来ている方には LINE などでお知らせいたしますが、不安な場合はお問い合わせください。



連絡先

ヴェリタス学習会担当まつみやの携帯電話番号：090-7696-0189（+メッセージも可能）

メールアドレス：npoveritas@gmail.com

LINE ID：m9s0bay（4文字目は数字のゼロです）

Facebook の「松宮 卓」に友達申請していただければ Messenger が使えます。

メールや LINE 登録をしていただいた方には、それを利用して休会連絡を行います。手数料削減協力のため、できる限りご登録ください。LINE を利用して、宿題等の画像を送ってくる子もいます。自分でできるところまでやって送ってもらうと、効果的な返信ができます。



Zoom などの会議ツールを利用しませんか



利用が広がっている Zoom クラウドミーティングや Skype, Facetime, Google Meet などを利用して学習しませんか。興味のある方は、ご相談ください。

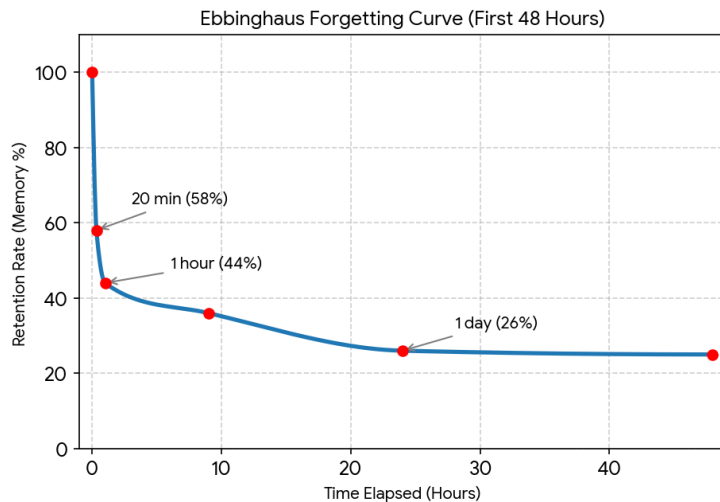
（画像は生成したもので、実在の人物ではありません）

以前につくった英語の名詞と名詞系語句についての中学生用のファイルを上げました。右の QR コードか下記の URL からご覧になれます。



<https://www3.cty-net.ne.jp/~veritas/info25/noun01.pdf>

エビングハウスの忘却曲線



人は記憶したことをいつまで覚えているのでしょうか。もちろん個人差はあるし、同じ人物でも興味の度合いによって変わってくることはあります。

人が時間の経過とともに、ものを忘れる度合いを研究した人物にエビングハウスがいます。

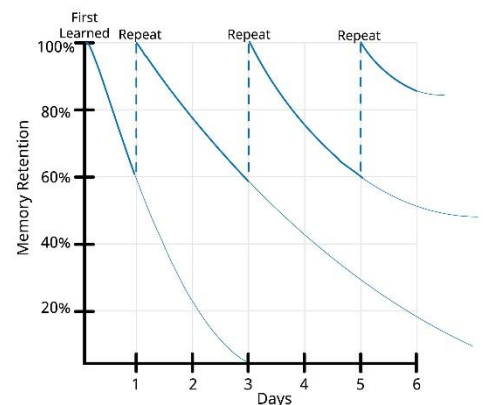
彼の研究によると、

- ・ 20分後：約 42%を忘れる（保持率 58%）
- ・ 1時間後：約 56%を忘れる（保持率 44%）
- ・ 1日後：約 74%を忘れる（保持率 26%）
- ・ 1週間後：約 77%を忘れる（保持率 23%）
- ・ 1ヶ月後：約 79%を忘れる（保持率 21%）

なのだそうです。

繰り返すと忘却速度は遅くなる

皆さんのように若い脳だと、記憶定着率はもっといいのかもしれませんが。“Natthapon Hirunkate / Getty Images”のグラフでは、1日後に40%を忘れてしまうような事項群は、3日後にはすべて忘れていた様子が見られています。しかし、1日後に復習をすれば、3日後でも58%を覚えています。復習を繰り返すことで、記憶率の低下曲線がだんだん緩やかになっていくことを示しています。



英単語のを習得する一例を紹介します

例えば「1日10個」新しく英単語を覚えると決めた場合の、1週間の具体的な進め方です。

1. 【1回目】覚えたその日の「寝る前」:その日のうちに即復習。

夜、布団に入る前の5分~10分で、今日覚えた10個をテストします。寝ている間に脳が記憶を整理するため、寝る直前の暗記は効果絶大です。

2. 【2回目】翌日の「朝」または「通学中」:1日後の復習。

翌朝、前日の10個を「隠して言えるか」をチェックします。ここで忘れていても落ち込む必要はありません。忘れた単語を「うーん」と思い出そうとするプロセス自体が、脳を強く刺激します。

3. 【3回目】「3日後」のスキマ時間:3日後の復習。

少し忘れかけた絶妙なタイミングです。学校の休み時間や、塾の前後などの3分間でサッとチェックします。

4. 【4回目】「1週間後」の週末:7日後の総仕上げ。

週末に、この1週間で覚えた単語（計70個など）をまとめてテストします。ここでスムーズに言えたり、書けたりした単語は、定期テストまで忘れにくい記憶になっています。

英単語学習で大事なものは「目で見る」だけでなく、「正しい発音を聴く」「自分で声に出す」「手で書く」を同時に行うことです。脳の別々の場所が刺激され、忘却曲線のスピードをさらに遅らせることができます。