

学力を支える生活習慣づくりについて

今年4月に国が実施した「全国学力・学習状況調査」(小学校第6学年、中学校第3学年が対象)によると、教科の平均正答率と基本的な生活習慣には、関係性が高い傾向が見られました。

※平均正答率とは、「全設問数に対する正答数の割合の平均」です。

○基本的な生活習慣

- ・毎日、同じくらいの時刻に寝る
- ・毎日、朝食を食べる

○家庭学習・読書

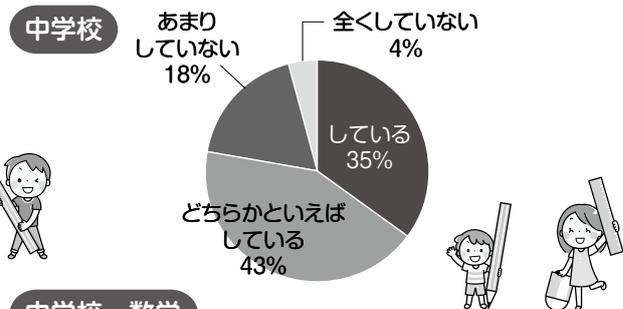
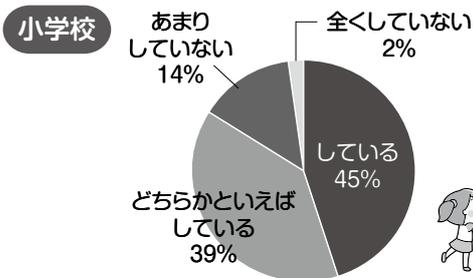
- ・自分で計画を立てて勉強をする
- ・新聞を読んでいる
- ・読書が好きである

○家庭でのコミュニケーション

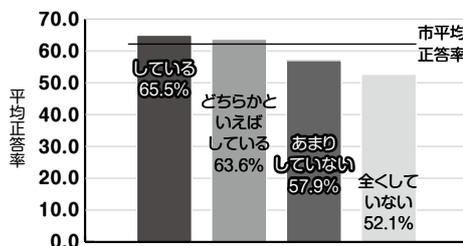
- ・家族(兄弟姉妹は除く)と学校での出来事について話す



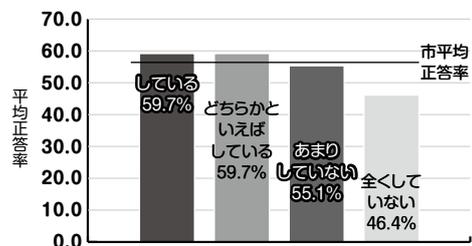
○生活習慣と正答率の関係 「毎日、同じくらいの時刻に寝ていますか」



小学校 国語



中学校 数学



市では、これらの生活習慣について『学力を支える合言葉!』として、学校と連携して改善に取り組んでいます。また、保護者・教職員向け講演会を開催し、学力を支える生活習慣づくりの大切さについて学ぶ機会も設けています。子どもたちの心身の健やかな成長のために、各家庭でもいっしょに生活習慣づくりに取り組みましょう。

学力を支える合言葉!

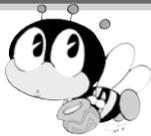
い つも確認 家庭のルール

ず っと続ける 家庭学習

も っと話そう 学校のこと



睡眠習慣と学力についての講演会(5月25日)



出雲市生涯学習情報

学びは豊かな人生の第一歩!あなたの生涯学習を応援します!

申込み・おたすね 市民活動支援課 〒693-8530 出雲市今市町70番地
☎ 21-6528 FAX 21-6299
メールアドレス: gakushu@city.izumo.shimane.jp



受講希望者は電話、FAX、メール(件名は「生涯学習講座申込」としてください。)、しまね電子申請サービスのいずれかで①講座名②氏名③住所④連絡先⑤託児情報(託児対応講座のみ。託児名、性別、生年月日)を明記のうえ、お申込みください。※受講は抽選で決定します。定員に満たない場合は締切後も先着順で受付けます。
※通訳、要約筆記や介助その他、何らかの配慮が必要な人は、申込時にお伝えください。

無理なくできる移乗・移動介助のコツ

受講料
無料

【会 場】島根県立大学出雲キャンパス

共催:島根県立大学出雲キャンパス

【定 員】10名 【応募締切】10月10日(木)

食事や排せつ、入浴、更衣など日常生活のあらゆる場面に欠かせない動作が移乗・移動です。この講座では、普段の生活の中で移乗・移動動作を無理なく介助する方法を学びます。

10/25(金)
13:30~15:00

出雲國講座 魅力発見ふるさとウォーク～塩冶編～

【集 合】塩冶コミュニティセンター 【受講料】100円※別途、昼食代1,000円。

【定 員】30名 【応募締切】10月16日(水)

塩冶にゆかりのある「^{えん や はんがん}塩冶判官」「^{いのうただたか}伊能忠敬」などの偉人について学び、関連地を訪ねます。秋を感じる散歩の中で、普段は気がつかない新しい発見や驚きを見つけてください。

10/30(水)
9:30~13:30

※荒天時延期(延期日:11/13(水))

- ・上塩冶築山古墳の内部を文化財課職員の案内で見学します。
- ・神門寺、塩冶神社(石段100段※迂回路あり)、上塩冶築山古墳に立寄りながら約3.2kmを歩きます。

女性のためのヨガクラス

受講料
無料

共催:島根県立大学出雲キャンパス

※ご希望の回を選んでお申込みください。

【会 場】島根県立大学出雲キャンパス

【時 間】13:00~15:00

【応募締切】10月17日(木)

回	コース名	開催日	内 容	対象と定員
①	ベビーヨガ	10/31 (木)	オイルを使わないベビーマッサージとベビーヨガで赤ちゃんを楽しむ時間を作ります。 ※赤ちゃんと保護者が1対1で行えるようご参加ください。	首が据わりタッチができるまでの 赤ちゃんと母親または女性の保護者7組
②	中高年のヨガ	11/15 (金)	難しいポーズではなく自分でできる範囲で健康的な身体づくりをめざしましょう。	成人女性 12名

こころよるこぶアート～宇宙を描く～

誰でも時間を忘れて楽しむことのできる「臨床美術(クリニカルアート)」。今回は壮大な宇宙がテーマ。宇宙に想いをめぐらせ自分だけの宇宙を表現します。大人も子どももワクワクする描き方に注目です。



11/9(土)
13:30~15:30

期待できる
効果

- ★想像力・発想力のアップ
- ★認知症の予防・改善
- ★ストレスの軽減
- ★自己肯定感のアップ
- ★コミュニケーション力のアップ など…

【会 場】出雲市役所本庁くにびき大ホール

【受講料】500円(材料代)

【定 員】30名 【応募締切】10月17日(木)