



CAIスクールREPORT

Gakken

学研CAIスクール 中村橋教室 TEL. 5971-3615

今年も残り1か月。全国的に例年よりも早く季節性インフルエンザが流行しているようです。よく食べ、よく寝て、引き続き体調管理に気をつけて、よい年末年始を過ごしてください。

(写真 Ziyuuichi Tomowo/PIXTA)



だれでも
分かる

教育情報
&
ニュース



(写真 MakiEni/PIXTA)

SNS、何に気をつける？ 「国語に関する世論調査」

日本人の国語に関する意識や理解を調査するために毎年文化庁によって行われている「国語に関する世論調査」の令和6年度版の結果が発表されました。国語とコミュニケーションに関する意識について、「言葉の使い方にとどのくらい気を使っているか」という質問には「非常に気を使っている」「ある程度気を使っている」と答えた人の割合が合わせて80.9%であったことがわかりました。また「SNSでのコミュニケーションの質を高めるために、気をつけたい点」（複数回答可）について、「人を傷つけたり挑発したりするような言葉を使わない」と答えた人が最も多く75.7%に上りました。以下「誤解を招くような言葉を使わない」「発信する前に十分に内容を吟味する」「受け取った情報が正しいかどうか確認する」と回答した人の割合が多くなりました。

SNSを利用していると答えた16～19歳の割合は98.1%で、ほぼ全員と言えます。上記のようなことに気をつけてSNSを使うことでトラブルはかなり減るのではないのでしょうか。

「高校無償化」のこと知っていますか？

2026年度から高校の授業料がより広く無償化され、ほとんどの家庭で高校の授業料負担が大きく減ります。東京都など、一部の自治体ではすでに実施されていますが、2026年4月からは年間所得に関係なく補助され、支給上限額も45万7000円に引き上げられる方針です。この額は、私立高校の全国平均授業料相当の金額で、これによって国公立・私立問わず、全国すべての世帯を対象にほぼ「高校授業料の無償化」が実現することになります。

この制度は、家庭の教育費負担を減らし、教育の機会均等を保障するために国によって設けられました。一方で、入学金、制服代、教材費などの「授業料以外」の費用は自己負担であることには注意が必要です。

東京でデフリンピック開幕

耳が聞こえない・聞こえにくい人のための国際スポーツ大会「デフリンピック東京大会」が11月に行われました。夏季大会は1924年にパリで始まり、25回目の今回は日本で初めて開催されました。12日間で80近くの国・地域と難民チームが参加し、陸上競技やサッカーなどの球技、レスリング、水泳など21競技が競い合わせ、多くの日本人アスリートが活躍しました。

夏季・冬季大会が原則4年に1度行われるデフリンピックは、英語のデフ（deaf/ろう者）とオリンピックが組み合わさってできた言葉です。大会では、国際手話を使ったり、スターターピストルなどの音の合図の代わりにスタートランプや旗などを使った目でわかる合図を使ったりすることが特徴です。

先人の知恵がいっぱい

とうじ しゅうかん 冬至の習慣について知ろう



今年の12月22日は、1年で昼の時間が最も短い冬至です。日本では、古くから冬至にはかぼちゃを食べたりゆず湯に入ったりしてきました。このような風習には、どんな思いがこめられているのでしょうか？（写真 akizakura/PIXTA）

とうじ 冬至って、どんな日？

冬至は、二十四節気（1年を24の期間に分け、名前をつけたもの）の1つで、1年のうちで最も昼が短く、夜が長い日です。地球が地軸をかたむけたまま、太陽の周りを1年かけて公転（1つの星の周りを、他の星が一定の方向に回ること）しているため、地球上から見ると、太陽の通り道は1年かけて毎日少しずつ変化します。北半球では、冬至の日は、太陽は最も南寄りから出て、最も南寄りに沈みます。太陽が真南に来たときの高さ（南中高度）が1年で最も低くなるために、昼の長さが最も短くなるのです。

かぼちゃを食べるのは、なぜ？

冬至を祝う習慣は、遣唐使として唐に渡った僧や貴族たちによって伝えられたと言われ、平安時代には貴族の間で冬至に小豆粥を食べる習慣がありました。

昔の人たちは、「一陽来復」の考えから、冬至では「運盛り」といって、「ん」のつくものを食べて運を呼びこもうとしました。例えば、にんじん、だいこんなど、「ん」のつくものを食べて縁起をかついだそうです。これらの食べ物は栄養もあります。今よりも食料事情が悪かった時代、運も栄養も体に取りこんで、寒い冬を乗り切ろうとしたのでしょう。

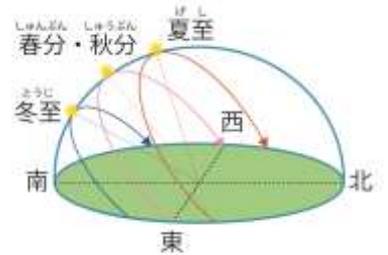
ところでかぼちゃには「ん」はつきませんが、かぼちゃは「南京」とも呼ばれ、「ん」のつく食べ物なのです。かぼちゃの旬は夏ですが、長期保存ができ、βカロテンやカリウム、食物繊維が豊富なので、冬の栄養をとるのに最適な食べ物なのです。

ゆず湯に入るのは、なぜ？

「ゆず湯」は、ゆずの実を湯船に浮かべた風呂のこと。ゆず湯に入る習慣は江戸時代に広まったとされ、「冬至にゆず湯に入ると、風邪をひかない（無病息災でいられる）」と言われています。なぜこのような習慣が生まれたのでしょうか。これにはいくつかの説があります。

1つは、この時期が旬のゆずは、香りが強く、邪気をはらうと言われ、冬至を境に上がっていく運を呼び込む前に体を清めるのに最適とされたという説です。

また別の説としては、「冬至→湯治（温泉に入って、病気やけがを治すこと）」、「ゆず→融通がきく（状況に応じて、適切な処置をとること）」といった語呂合わせからきたというものがあります。いずれにせよ、体を温めて寒い時期を乗り切ろうというのは、先人たちの知恵だったと想像できますね。



▲冬至の日の出、日の入りの位置は、真東・真西より最も南寄りになり、太陽の高さは最も低くなる。

「一陽来復」って何？

冬至が1年で最も昼の時間が短いということは、次の日から昼の時間が長くなるということ。つまり、この日を境に再び「陽」の力がよみがえり、運氣が上昇すると考えられました。これを「一陽来復」といいます。

冬のきびしい北欧でも、冬至を境に太陽の方が復活すると考えられ、「ユール」と呼ばれるお祭りが行われます。



▲ゆずの木は寿命が長く、病気に強いことから、その強さにあやかるうと昔の人は考えた。（写真 view/PIXTA）