



# CAIスクールREPORT

Gakken

学研CAIスクール 中村橋教室 TEL. 5971-3615

あけましておめでとうございます。2026年はみなさんにとって、どんな年にしたいですか？勉強に部活動、趣味など、自分の目標や願望が達成できるようにがんばりましょう。今年もどうぞよろしくお願いいいたします。

(写真 スムース/PIXTA)



だれでも  
分かる

教育情報  
&  
ニュース



(写真 KoSei / PIXTA)

## 「年賀はがき」っていつからあるの？ 年賀状の歴史

日本では、正月には「年始回り」といって、年明けに親類やお世話になった人の家をまわり挨拶をする習慣あり、この年始回りを簡略化したものが年賀状のルーツと言われています。年賀状を出すのが一般的になったのは、明治4年(1871年)の郵便制度開始後の明治6年(1873年)郵便はがきの発行からです。現在の様な年末の内に年賀状を受け入れ、元日に配達する年賀郵便特別取扱いが導入されたのは明治32年(1899年)で、徐々に全国に広がっていきました。そして、お年玉付き年賀はがきが発行されたのは第二次世界大戦後まもなくの昭和24年(1949年)のことで、この時の特賞はミシン、その他に洋服用の生地や子供用の傘などがくじの賞品でした。

年賀状のピークは平成16年(2004年)の44億5936万枚でしたが、2026年用のお年玉付き年賀はがきの当初発行枚数は7億5000万枚で15年続けて減っています。SNSの普及や、郵便料金が85円に値上がりしたことなど、年賀状離れにはさまざまな理由が考えられます。みなさんは年賀状を出しますか？

## 青森で震度6強の地震 日頃の備えの確認を

12月8日、青森県東方沖を震源とする地震があり、青森県八戸市で震度6強を観測しました。震源は日本海溝付近の深さ約50kmで、マグニチュードの推定は7.5と比較的規模が大きかったため、気象庁は「後発地震注意情報」を発表しました。また、北海道や岩手県などで50cm以上の津波が観測されたところがありました。

「後発地震注意情報」とは、マグニチュード7以上の地震が発生した場合、先に発生した地震(先発地震)に続いてより大きい地震(後発地震)が発生するおそれに備えることを呼びかけるものです。改めて、日頃の災害に対する備えを見直しておきたいものです。

## 日本国内のパンダ 0頭に

東京・上野動物園のジャイアントパンダ、シャオシャオとレイレイが東京都と中国野生動物保護協会との協定によって、今年1月に中国へ返還されることになりました。パンダは、1972年の日中国交正常化により日本と中国の恒久的な平和・友好関係を確立することに合意した「日中共同声明」が発表された際に、中国から2頭贈られました。この2頭は無償提供でしたが、シャオシャオとレイレイの所有権は中国にあり、東京都がレンタル料を支払っていました。1月25日までパンダを見ることができですが、事前Web申し込みによる抽選制となっています。

昨年6月には茨城山・アドベンチャーワールドで飼育されていた4頭のパンダが返還され、日本で約半世紀こわって人気者だったパンダは、日本国内から姿を消すこととなります。



努力を自信に！

# 入試シーズン到来！合格のための過ごし方

中3のみなさんは、いよいよ高校入試シーズンに突入！ここで受験当日までの勉強の進め方や過ごし方を確認して、悔いのないように万全な状態で試験に臨みましょう。中1・中2の人たちも、ぜひ今後の参考にしてください。（イラスト Gugu / PIXTA）

## ①入試対策 基礎レベルは確実に！「くり返し+解き直し」で実力アップ！

公立高校の入試問題の多くは、教科書レベルの基本的な問題をもとに出されます。なので、入試に向けて**基本的な知識を幅広く身に付けておくことが重要です**。基本問題の取りこぼしは点差に直結するので要注意。まずは「みんなが解けそうにない難問」に取り組むよりも**「みんなが解けそうな問題」を確実に解けるようにしておきましょう**。

受験前は、だれもが不安な気持ちになるものです。不安なのは、「何をしたらいいのかははっきりしていない」からかもしれません。試験当日までに自分が何をすべきかを洗い出し、具体的にスケジュールを立てましょう。きっと不安が減ります。**あとは努力あるのみ**。今から新しい教材に手を出すのはNG！**これまで使ってきた教材や問題集を見直し、間違えた問題を解き直して実力アップさせましょう**。何度も間違えるような問題は、ノートに解くポイントをまとめて、受験直前に見直すようにしておくこと、自分だけの参考書になってよいですよ。今まで勉強してきた問題集・ドリルを完璧に解けるようにすることが、実力も自信も高めてくれます。

また基礎固めの勉強とともに、**過去問に取り組みましょう**。過去問は少なくとも過去3年分を解いて出題傾向をつかみましょう。過去問を解くときに、一度は入試本番と同じ時刻・時間・教科順でやってみましょう。ここで心がけたいのは、**実際の試験時間の長さを体感すること、そして解ける問題を落とさず、解けそうにない問題に時間をかけすぎないように解答の時間配分を体で覚えていくこと**です。入試当日の問題が解ければいいので、過去問での点数に一喜一憂する必要はありません。解き終わったら採点後にしっかり**「不正解の解き直し」**をして、**自分の苦手を知り、解ける問題を少しでも増やしておくことが、合格につながります**。10月号でも説明しましたが、「インプットした知識を取り出す（アウトプット）する」ことが勉強方法として有効です。本番直前まであきらめずにがんばって、本番当日を「ベストな自分」の状態で迎えましょう。

## ②生活面 体調管理はしっかりと！十分な睡眠は勉強にも大切！



入試本番で実力を発揮するために、まずは**体調を崩さないように**しましょう。風邪予防にこまめにうがい・手洗いをし、睡眠を十分とるなど、できることは徹底しましょう。とはいえ、試験当日に体調不良になってしまうかもしれません。万が一の場合に備えて、追試対象などホームページなどで今から調べておくとうよいですよ。

また入試は朝から試験が行われます。試験開始時刻に脳がしっかりと働くように、今から**早寝早起きの規則正しい生活リズムを作りましょう**。適度な睡眠は知識や記憶の定着の面でも大切。睡眠時間はきちんと確保しましょう。

## ③入試直前 慌てないためにも、できる準備はしっかりと！



**試験会場までのルートを必ず確認しましょう**。ネット検索でルートや所要時間を簡単に確認できますが、適切な乗り換え場所や試験会場までの道のりなどは意外とわからないもの。まもって実際に会場まで行っておくと安心です。また、入試当日は交通機関が遅れることもあるので、**時間に余裕をもって出発しましょう**。朝食は、試験が9時開始なら6、7時に取るのがおすすめ。頭が働き始めるのは食後2～3時間後だからです。また、当日忘れ物をしないために、**入試要項を必ずチェックし事前に持ち物のチェックリストを作って準備しましょう**。