

## 五月病を乗り越えて

上谷 修一郎

五月病というと、かつては新入社員や大学の新生が、新しい環境や生活に適應できず、五月の連休明けごろから毎日の生活にやる気をなくし、うつ病に似た症状に陥ることを意味していました。しかし最近ではその低年齢化が進み高校生、中学生、小学生にも同様の症状が見られるようです。五月には新学年初めの中間テストがあり、重要な時期と言えます。子供達が五月病にならないようにするためには、または五月病になった場合それを克服するためにはどのようなしたらいいのでしょうか。

五月病の原因は新しい環境や生活になじめない子供達がストレスを溜め込むことによるものと思われる。授業がよく分からなくて勉強する気が起きない、部活の練習が大変でついていけない、友達との



関係が上手くいかない等々ストレスが生じる理由は色々あるでしょう。学校生活で悩みを抱えていないかどうか保護者の方も子供達を注意深く見守り、時には子供達と話し合いながらストレスを解消する方法を考えてみてください。

もし家庭の中だけで解決できないようであれば、事態が深刻にならないうちにスクールカウンセラーの方に相談してみるのもいいでしょう。また差し支えなければ塾に来て悩んでいることを塾の先生にも話してみてください。勉強の相談だけでなく学校生活全般が上手くいくように一緒に考えていきたいと思えます。五月病は誰にでもかかる可能性があります。学校生活を充実したものとするためにもストレスとうまく付き合う方法を考え、中間テストにも自信をもって臨めるようにしていきましょう。

## 快適かつ効果的な塾利用について

柴田 圭

修明塾の塾生の皆さん、保護者の皆さま、日頃より、塾運営にご理解とご協力ありがとうございます。塾教務を担当しております柴田と申します。

新学期も一か月が経過し、中学生・高校生は定期試験が直前に迫っております。各教室には、常駐の専任講師スタッフがおりますので、自習室利用やテスト前に学習上の質問対応などがございましたら、お気軽にお声掛けをお願い致します。塾生の皆さんが効果的に塾を利用していただくことを期待いたします。また、受験・進学情報等これまでの蓄積データがございまして、各教室の保護者会や三者面談等で、お話しさせていただきます。

現在、修明塾では、教務の情報発信を強化し、塾報、ホームページやブログ・フェイスブック等を通じて、塾の様子をご覧いただけます。ご感想もお寄せください。最後に裏面には、塾生やご家庭より寄せられたご質問等にお答えさせていただくために、修明塾のQ&Aガイドを整理いたしましたので、ぜひ一読ください。

創立51周年 since1967 修明学園グループ

<b>修明塾 浅草橋教室</b> 〒111-0052 台東区柳橋 1-26-3 TEL 03-3862-9218 JR 総武線/都営浅草線 浅草橋駅東口 徒歩2分	<b>修明塾 高砂教室</b> 〒125-0054 葛飾区高砂 2-36-5 TEL 03-3650-7214 京成本線 京成高砂駅 南口 徒歩1分	<b>修明塾 番町教室</b> 〒102-0082 千代田区一番町 6-2-503 TEL 03-3222-9170 東京メトロ半蔵門線 半蔵門駅5番出口 徒歩1分	修明塾 HP 幼児英才HP 塾Amebaブログ Facebookもチェック
---	--	--	--

# 修明塾Q&A

保存版

## Q1 塾の通常授業と休講日は？

■通常授業は、前期3月～7月中旬、後期9月～翌年2月までの二期制です。毎月1回の授業回数設定は無く、年間カレンダーに沿って進めます。また、各期の講習がある月は、講習開始日の1～2日前までに通常授業を終了します。

■原則、通常の日曜日・祝日はお休みです。また、講習準備日・教師研修日・各教室が定めた日等はお休みとなります。

## Q2 8月の授業はどのようになりますか？

■夏期講習期間中の後期日程として位置付け、お盆後、8月中旬～下旬に、連続した受講日を設定します。8月の受講料等は、コースごとに通常の月謝とは異なります。

## Q3 各期の講習の参加は？

■修明塾の講習は、春期・夏期・冬期、そして受験生対象の特別講座講習等があります。中学受験コースの生徒・中3受験生・高3受験生は、必ず各講習に参加となります。

■基礎学力向上と学習習慣の維持を目的に、塾生の皆さんには、講習の参加を強く勧めます。(※一部日程の日割参加も可能)



## Q4 テスト前の対策・補習は？

■修明塾では、中学生・高校生の定期試験対策の指導と中学受験の模試対策指導を強化しています。各教室で、対策の勉強会や指名補習などがありますので、積極的に活用をお願いします。

## Q5 塾の自習室・施設利用は？

■毎日の学習や定期試験前など、塾生がいつでも自由に気軽に利用できる自習室・読書コーナーやコミュニケーションスペースが各教室にあります。浅草橋と高砂には、ドリンクコーナーも設置しています。



## Q6 欠席した時の振替は？

■授業の欠席連絡は、必ず保護者の方からお願いいたします。「学校行事・部活動・体調不良・通院等」による欠席の場合に限り振替対応をします。それ以外、旅行や外出等の自己都合による欠席は、原則認めません。振替授業の場合、曜日や時間帯で、授業担当者が変わることがあります。

## Q7 休会・退会をする場合は？

■希望する月の前月末日までに、必ず保護者の方が、各教室に必ずご連絡の上、所定の用紙「休会届・退会届」をご提出ください。そのお手続きが無い場合は、塾生として前納の受講料が発生いたします。

(例)2月末で休会・退会→1月末までに手続

## 2018 隅田川こいのぼり フェスティバル

御厨 裕貴

皆さまはゴールデンウィーク中どのように過ごされましたでしょうか。四月二十八日・五月五日に行われた「隅田川こいのぼりフェスティバル」に参加しました。隅田川テラスにこいのぼりを並べ、子供たちいろいろな遊びをしてもらうというものです。

修明塾では、「平面キューブ」というパズルを来場した人に解いてもらいました。大人も子供もみんな「平面キューブ」を手に、頭の体操にいそしんでいる姿が見られました。

百枚以上は用意したのですが、途中で追加で用意するぐらいの大盛況でした。来ていただいた誠ありがとうございました。



## 読書から国語力を育てる！

読むとくメソッド。

## ことばの学校



週1回からの受講で、受験に必須の厳選された200冊の良書の中から、年間20～40冊の本を読破できます。読む速度を段階的に高める「速聴読プログラム」と読書の前後に取り組み「読書ワーク」で、効果的に語彙・表現力を強化します。また、年2回実施の「読書指数診断」で、国語力の伸長を測定します。

無料体験いつでもできます♪

浅草橋教室 高砂教室 番町教室

※教室により、開講曜日・時間が異なります。

## 2018 修明塾 5月 6月

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

次回の漢字検定 6月9日(土曜) ※締切させていただきます  
 次回の数学検定 7月7日(土曜) ※締切 5/30(水)

### 行事予定

- 6月9日(土曜) 2018年度第1回 漢字検定
  - 6月中旬～7月上旬 1学期 期末テスト対策勉強会
- ※保護者会・進路三者面談等の実施がございました。

※次号『塾報しゅうめい』第67号(2018.Vol6) 7月10日発行予定

修明学園グループお薦めの私立校 (五十音順)  
 国府台女子学院・香蘭女学校  
 文化学園大学杉並中学高校・中村中学高校  
 明星学園中学高校