

# 9月

お父さん・お母さん・生徒さんへ・・・

## 山本学習塾からのお知らせ

No.113

R3年8月25日

暑かった夏休みが終わりました。ダラダラ過ごせば長く、充実した生活をおくれば短い夏休みだと感じたでしょう。そして熱く勉強に打ち込んだ夏期講習も終わりました。きっと新しい発見と、大きな成長を実感できた貴重な時間だったと思います。時間というものは私たちに公平に与えられています、人生を通して自分で自由に使える時間は意外にありません。好きに時間を切り分けて、何に使うかを自分で決定する訓練は今しかできません。時間管理が上手な人は成功します。二学期が始まりますが、計画を立てて生活をしよう。

### ☆9月の予定☆

- 9/1 (水) 二学期の授業開始
- 9/8 (水) ~14 (火) : 塾内テスト  
小学生は漢字、中学生は英単語の100題テストを行います。配布した範囲表でしっかり練習して満点を目指しましょう
- 9/20 (月) 敬老の日 : 授業日
- 9/23 (木) 秋分の日 : 休塾

### 二学期スタート

どの学年も、大事な二学期が始まります。夏休みの勉強の成果は、単に量だけでは図れません、塾でしたテキストや学校の課題、家での問題集の厚み分の知識が皆さんの頭に入っているはず。頑張った自分を褒めてあげましょう。そして二学期からも、夏の自分に負けないように、努力を続けましょう。

### ★今村先生のつびやき★

最近蒸し暑い日が続きますが、日本の暦ではもう秋。そこで今回は「秋の食」に関するトリビアをご紹介します。

- ①栗は美容に良い！一栗には、ビタミン C・B1・B2・食物繊維・葉酸などが含まれており、かなり美容効果が期待できます。特にビタミン B1・B2 はニキビや肌荒れに効果的です。また冷え性や便秘改善にも働きます。
- ②「栗」の英語は「マロン」ではない！一栗を英語で言うと？と、人に問かけると「マロン」と答える方が多いのではないのでしょうか？実は「マロン」はフランス語なのです。英語では「チェスナッツ(chestnut)」と言います。
- ③シイタケやマツタケは日本人しか好んで食べない—秋の味覚と言えば「椎茸」や「松茸」が代表的な食材ですが、それらは日本以外の国ではめっちゃくちゃ嫌われています。理由は「靴を履き続けたニオイだから」「しばらく風呂に入っていない人の匂いだから」など。かなりくさそうなイメージがついているようです。
- ④銀杏の食べ過ぎには注意！一銀杏にはアルカロイドという成分があるため、たくさん食べると嘔吐・消化不良・呼吸困難などの中毒症状をおこす可能性があります。食べ過ぎは命に関わりますので気をつけて。
- ⑤かぼちゃの由来は「カンボジア」—「かぼちゃ」は天正年間にポルトガルから伝わりましたが、ポルトガル語でカンボジアを表す「Camboja」が転訛したというのが定説です。
- ⑥雷が落ちたらキノコが大量発生—日本では昔から「落雷があるとキノコが豊作になる」と言い伝えられています。近年は、キノコに雷と同等の電気刺激を与える実験で、種類によっては収穫量が倍増したらしいですよ。
- ⑦サツマイモは皮ごと食べればおならが出にくい—サツマイモには食物繊維が多く含まれるので、食べると糖分が発酵し腸内にガスが発生しやすくなります。ただし、皮には糖分を分解する酵素が含まれているため、一緒に食べればガスの発生を抑えられるとか。お試しあれ！

いかがですか？実りの秋に美味しいものをたくさん食べて、健康に二学期を過ごしましょう。