

# みかりば

## 教室だより



●指導者氏名  
齊藤 美穂

●電話  
090-8081-1859



生徒さん専用pw : 1859



2025年 8月 August 葉月

日	月	火	水	木	金	土
Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
					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						

15:30から  
16:30から  
19:30から  
21:00まで

中1文法コース 読書感想文14:30~

2025年 9月 September 長月

日	月	火	水	木	金	土
Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
	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				

15:30から  
16:30から  
19:30から  
21:00まで  
面談日  
14:00~

### 夏休みの目標と計画

目標を教室に貼っております。9月に目標を提出してくれたみなさんにオリジナルプレゼントを差し上げます。

見える場所に目標を掲げると視覚的プライミングと呼ばれる



↑みんなの目標心理的効果があり、脳が重要な情報として優先的に処理をします。

みなさんの目標を眺めていると不思議と力が湧いてきます。是非ご覧になってください。※夏休みはまだ始まったばかり。まだ書いていない人は是非参加してくださいね。



### 2025年7月期付せん50枚達成者

<https://mikariba.com/student/mikariba/1847/>

お待たせしました、こちらも力が湧いてきます。

### 夏6回コース (会員さん以外)

¥7260(算数・国語)

### 前学年漢字500点テスト

<https://mikariba.com/student/mikariba/1734/>

今年も採点のご協力をお願いいたします。

詳細はこちら→

今年の実施日は21日以降です。がんばりましょう!



今年はどれだけの合格者が発表できるでしょうか! 楽しみです。



### 漢字検定について

2025/8/21(木)10:00~

みかりば教室にて

### 数学検定について

2025/8/23(土)9:00~

場所:みかりば教室



### 英語文法中1コース

7/24(木)7/31(木)8/7(木)

8/21(木)18:30~20:00

中学生向き マルハ会館にて  
3教室合同授業が実現しました!



### みかりば教室では、保護者面談

毎月第一土曜日を面談日といたします。予約はマナミルにておねがいします! ホームページのカレンダーでも確認ができます。また、午前中をご希望の場合は主に第3週目水曜日に実施が可能です。直接齋藤LINEにてお知らせください。

#### 非認知能力コラム

#### 自己効力感を高める3つのヒント

自己効力感とは「必ず目標を達成できる」「きつと課題を解決する」といった自分の能力に対する自信のこと。英語では、"self-efficacy"と言います。例えば宿題。「かんなげれば30分で終わる!」と思って取り組むのと、「難しそう、どうせできない」とあきらめ気分で取り組むのでは、はかどり方が違いますよね。学習のやる気にもつながる自己効力感こそ重要です。自己効力感を高めるヒントをご紹介します。

① 失敗の中にも「できた」を見つける  
失敗が続くと「どうせ無理」と最初からあきらめてしまいます。しかし、例えば算数の間違った問題にも、「式は合っていた」など、小さな「できた」があるはず。小さな「できた」を見つける習慣をつけましょう。

② 他人と比較しない、自分と比較する  
比較は人の常。「○○さんはすごい。なのに自分は……」と、他人と比較して落ち込むのは、もうやめにしませんか? 比較するならば昨日の自分と。自分の成長を確かめて。

③ 過度の謙遜をやめる  
「いえいえ、私なんか……」と謙遜するばかりでは、自分の能力を否定していることになりかねません。自分の能力を客観視し、「なかなかやるな、自分」と、自分で自分を認めることも大切です。



10月実施  
9/19まで

---

※退会の場合は毎月15日までにご連絡ください。