

エスレンジ



教室だより

読む力・考える力——伸びる学力
学研教室
幼児/算数・数学・国語/英語



●指導者氏名

斉藤 美穂

●電話

090-8081-1859



©学研教室

生徒さん専用pw: 1859

2025年 **10**月 October 神無月

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		

16:30から
18:00まで
15:30から
21:00まで
10:00から
12:00まで

面談日

2025年 **11**月 November 霜月

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

16:30から
18:00まで
15:30から
21:00まで
10:00から
12:00まで

22日はマルハ会館202号室にて 面談日

22日14:00~17:00

新中学生説明会(6年生対象) マルハ会館にて



10/25~11/9のうち1日実施
します。(とくに事前勉強はありません)

永年表彰者です。3教室合同

学年順

おめでとうございます!

7年(金メダル)

清水陽向君(マ) 中1

潮敬介君(み) 中1

小林春陽君(み) 小5

(み)・・・みかりば教室

(マ)・・・マルハ会館教室

(エ)・・・エスレンジ教室



3年(銅メダル)

野宮美佳さん(み) 小5

山岸旺佑君(エ) 小2

與田洸士君(マ) 小1



すばらしい!
Excellent!

5年(銀メダル)

浅見美心さん(マ) 小6

菊池悠生君(エ) 小6

市川愛莉紗さん(エ) 小5

小林勇介君(み) 小3



継続は力なり、です!



2025年9月期付せん50枚達成者

<https://mikariba.com/student/mikariba/1902/>

9/1~9/30までのメンバーです。

前学年漢字500点テスト

<https://mikariba.com/student/mikariba/1891/>

今回もたくさんの合格者です!!!



2025年5月・6月・8月検定合格者発表!!

<https://mikariba.com/student/mikariba/1909/>



冬期(2025.1月 2025.2月)は41名の受験者で、夏期は46名でした!
検定合格は学校のテストとは違い、正式な学力相当の証明となります。
自主的な試験勉強をすることは定期試験の勉強の取り組み方とどこか
似ています。甘く考えていなかったらどうか、ポイントを捉えることが
できたかなど。そうした学習の結果、獲得した合格は嬉しいものです。
この達成感を忘れずに常にチャレンジしていきましょう。



非認知能力コラム

自己肯定感を
安定させる
3つの習慣

自己肯定感とは、いつも一定ではない
と言われていて、例えば、うっかり忘
れ物をしてしまったら、一時的に低く
なるかもしれません。しかし、その後、
いつも苦手の教科のテストで良い点数
を取ったら、低くなった自己肯定感が
少しずつ回復します。

放っておくと低くなる自己肯定感。
自己肯定感を安定させるために、次
の3つの習慣を心がけてみませんか。
3つとも「書き出すこと」がカギです。

① 真逆から見る

「また失敗しちゃった。自分ってダメだな」とネガティブな感情
が湧き上がってきたら、ポジティブに言い換えてみましょう。

「また失敗しちゃった。自分ってダメだな」

↓

「いい経験をした。また一つ成長したな」

② 自分の長所に目を向ける

「あれもできない」「これできない」と自分の欠点や短所に目
を向けるのではなく、自分が得意なこと、好きなこと、続けてき
たこと、人から褒められたり感謝されたりしたことなどに注目し、
「良いところがいっぱいある自分」を発掘しましょう。

③ 自分を客観視する

人間には本能的にネガティブな情報に注意を向けやすい「ネ
ガティブバイアス」という傾向があります。ネガティブバイアスによ
って、小さな「失敗」を必要以上に大きく感じたときは、事実を
事実としてありのままに見る「客観視」を。自分の思考や感情、
行動を俯瞰して書く(ジャーナリング)が「客観視」のコツです。

★今年もお楽しみに。
ご兄弟のプレゼント
は10月20日までに
お知らせくださいね。



保護者会のお知らせ

新中学生説明会をいたします。(小6)

11月24日(勤労感謝の日)

16:00~ 現小6生保護者の方対象

マナミルの予約からお申込みください。

場所:マルハ会館にて