



＜効果を上げる勉強のコツとは＞
今、「5S」と「哲学」しよう

開倫塾
塾長 林明夫

Q 効果を上げる勉強のコツは何ですか。

A 「5S」と「哲学」です。「5S」と「哲学」に親しみ、自分から進んで、「5S」と「哲学」を行うことです。

Q 「5S」とは何ですか。

A ①「整理」、②「清掃」、③「整頓」、④「清潔」、⑤「躰」です。この5つは、ローマ字で書くと「S」で始まりますので、「5つのS」で「5S」といいます。

- ①「整理」とは、不要なものを処分すること。
- ②「清掃」とは、キレイに掃除すること。
- ③「整頓」とは、物は一定の場所に置くこと。
- ④「清潔」とは、①～③を継続すること。
- ⑤「躰」とは、自分から進んで行うことです。



Q なぜ「5S」をするのが勉強のコツなのですか。

A 例えば、筆入れやカバンの中、机の上や机の中、本立てや本棚の中、ロッカーやタンス、部屋の中が、不要なものであふれかえていたら、効果を上げる勉強はできません。

いらぬもの、不要なものは、思い切って捨てる、処分することが大切です。手始めに、カバンの中と筆入れの中、机の上と机の中だけでも、1週間に10分間、「整理」して、不要なものを処分してみましょう。

月に1度は、本立てや本棚、ロッカーやタンス、部屋の中を「整理」して不要なものを処分してみましょう。

「整理」した後は、キレイに掃除する「清掃」、物は一定の場所に置く「整頓」に挑戦してください。「5S」を自分から進んで行くと、学習効率が驚くほどアップするので、テストの成績もどんどん上がります。「5S」は、社会に出てから、仕事や社会的な活動をする時にも、自分で生活する時にもとても役立ちますよ。

Q 「哲学」とは何ですか。

A よく生きるとは何かを、物事の本質に立ち返って考え、行動に移すことだと考えます。

自分が、今、行っていることの大切さ、つまり、「価値」とは何かをゼロから考える。その上で自分にとっての「意味」とは何かを考え、「意味付け」をする。

さらには、やるべきこととやらないこと、つまり、「ルール」を決め、自律的に「秩序」だった行動をすること。これが、「哲学」だと考えます。

Q なぜ、「哲学」をすることが、効果を上げる勉強のコツなのですか。

A 学校で学ぶ一つの教科や、受験勉強の大切さ、「価値」とは何かを考える。その上で自分なりに「意味付け」を行い、ではどうしたらよいか、今、やるべきこととやらないことを自分で決める。つまり、自分なりのルールに従い、自律的に「秩序」だった行動をすることが、学校成績の向上や希望校合格に直結するからです。

よく生きるとは何か、何のために勉強し、進学するのか、進学して何を学ぶのか、社会に出て何のために何をするのかなどを、物事の本質にさかのぼって自分の力で考え、行動する。これが、「哲学する」です。

Q 最後に一言どうぞ。

A 毎年、11月の第3木曜日は、ユネスコが定めた「世界哲学の日」です。今年は、11月16日が「世界哲学の日」です。今、「5S」と「哲学」をしてみませんか。