

開 倫 塾 2026/3 NEWS

●開倫塾のオンライン(デジタル・通信)
プログラムの最大活用を

塾長 林 明夫

●学習の3段階理論

高根沢校校長 谷田貝友紀

●辞書の活用方法

黒磯校校長 鈴木佳孝

●塾生のひろば

高根沢校

●私の勉強方法 No. 207

栃木県立大田原女子高等学校(大田原校) 1年 S・A

●私の勧める勉強方法 テストの解き直しをしよう

さくら校 三輪雄大

第446号

テストの解き直しをしよう

さくら校
三 輪 雄 大



開倫塾 さくら校

1. 解き直しは成績を伸ばすチャンス

定期テストが返ってくると、つい点数ばかり気にして終わらせてしまいがちです。しかし、本当に力をつけたいなら、返却後すぐの「解き直し」が肝心です。間違えたまま放っておくと、次回も同じミスをする可能性が高いです。だからこそ、テスト後は「できなかった」を「できる」に変えるチャンスととらえて、丁寧に振り返ることが大切です。

2. 効果的な解き直しのステップ

テスト直後は、まず、間違えた問題にしっかり向き合うことが大事です。答案用紙を見て、「なぜ間違えたのか」を考えましょう。次に、一度解き直しを行いましょう。ただ答えを写すのではなく、解法を思い出して自分で解くことが重要です。やり直して正解だった問題は、気をつければできたはずの問題です。しかし、もし途中で解法がわからなくなったときは、教科書やワーク、解答解説を確認して、「なぜこの解法になるか」を意識して読み込みましょう。解き方を理解したら、再び自分で解きましょう。



また、すべての間違えた問題をやり直す必要はありません。重要度の高い問題(教科書やワークで出題されている問題やそれに似た問題)を中心に取り組むと効率的です。解き直しノートを作るのもおすすめです。問題・間違いの原因・解き直した答えなどをきちんと記録しておく、後で見返したときに自分の弱点がはっきりとわかります。

3. 解き直しを習慣化しよう

最後に、解き直しは「一回きり」で終わらせず、習慣化することをおすすめします。友達や家族と一緒に進めたり、曜日を決めたり、進み具合を記録するなどの工夫をすると、継続しやすくなります。「継続は力なり」というように、小さな努力を重ねることが成功、つまり成績アップにつながります。一緒に頑張りましょう。



If you can dream, you can do it!

(もしあなたが夢をみる事ができれば、あなたはそれを実現することができる)

開倫塾ホームページアドレス ● <http://www.kairin.co.jp>



開倫塾のオンライン(デジタル・通信)プログラムの最大活用を

— 小1〜高3まで充実したプログラムがラインアップしました！ —

開倫塾 塾長 林 明夫

開倫塾教育目標
高い倫理力
高い学力
高い国際理解
自己学習能力の育成

Q 2026年度を迎え、開倫塾は体制を一新、充実したオンライン・デジタル・通信プログラムが提供されるようですね。

A (林明夫、以下省略)

開倫塾が選んだプログラムが小学生用・中学生用・高校生用と、2026年度に向け勢揃いしましたので、ご紹介します。十分ご活用ください。

(1) 駿台(すんだい)ダイバーズ

(高1〜高3)

○ 開倫塾は、有名・難関大学受験の名門、駿台予備校と業務提携。

○ 大学受験生の高3を中心に、高1、高2の皆様向けオンライン講座が勢揃いしました。

○ 全教科責任指導です。

(2) B・Y(ブロードバンド予備校)

(高1〜高3)

○ 親切・ていねいな映像授業で大学入試「一般選抜」や「共通テスト対策」まで、高1から全教科指導。

(3) フォレストプラス

(中1〜高3)

○ 高1〜高3まで学校の全教科の定期テスト対策を徹底的に指導。

○ 「内申対策」

に直結します。入試学校推薦型選抜「受験希望者に最適です。」



(4) AIストライク

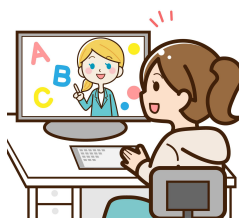
(中1〜高3)

○ オンラインによる映像授業で、全5教科、わかりやすい指導。中1〜高3まで全教科の質問にもすべてお答えしますので、安心です。

(5) GET(ゲット)

(中1〜高3)

○ オンライン英会話。オンラインで英会話に挑戦しましょう！



(6) DOJO(ドジョー)

(小1〜小6)

○ DOJOは英国算の基礎力充実を目指します。

○ 「英語は英単語」「国語は漢字」「算数は計算」に特化した練習プログラムですので、必ず実力が身につきます。

(7) ベネッセ・読み書き英文法

(小1〜小6)

○ 通信教材のベネッセが英検3級合格を目指す小学生(中学生もOK)のために総力を挙げて開発した「英語の読み・書き・英文法」に特化したプログラムです。

○ テキストをライトペンでなぞると、楽しくわかりやすく、親切この上ない「ナレーション」(説

明)をヘッドフォンで聞くことができます。何回も重ねて説明を聞き、発音練習、問題練習を繰り返します。英検5級レベルから英検3級レベルまで確実に英語力が身につきます。



(8) 開倫塾のすべての校舎は、通信制高校、慶風高校のサポート校です。希望により週2〜4回(1回50分)の通塾で毎月提出のレポート作成をサポート。定期テスト、本部和歌山でのスクーリングを経て、高校卒業資格が付与されます。

○ 開倫塾で、先生方の就業時間内であれば、自学自習が可能です。

Q どのように申し込めばよいのですか。

A (1) これらのプログラムは開倫塾の全校舎で行われている「個別指導」の一つとして行われます。

(2) 開倫塾の各校舎の校長先生、または、個別指導担当責任者の先生に直接ご相談ください。

(3) いつからでも受講できます。

A Q 最後に一言どうぞ。

(1) 開倫塾ではすべての塾生の皆様に「自覚をもって学ぶこと」「効果の上がる学習方法、例えば『学習の3段階理論』を身につける

こと」「辞書・新聞・読書・図書館を活用し、読解力を身につけること」を強くおすすめしています。

(2) 特に「受験学年(高3、中3、小6)」と「受験1年前学年(高2、中2、小5)」の塾生の皆様には、「受験生としての自覚」をもって学ぶようお願いしています。

(3) 一番大切なのは、授業や自学自習で一度勉強したことを「復習」することです。十分「理解」した内容は「音読(発音練習)」「暗唱」「書き取り練習」「計算・問題練習」を繰り返し、スミからスミまで正確に覚えましょう。大切なことは、自分なりの「まとめノート」をつくり、「深く理解」「学んだことを自分のことばでいえる(表現・説明できる)」ようにしましょう！

○ 開倫塾の「オンラインプログラム」と「セミナー授業」「個別指導」を十分活用し、「多様な選択肢のある人生」を目指してください。希望します。



(宇都宮大学大学院工学研究科客員教授
作 新学院 大学 客員 教授)

学習の3段階理論

高根沢校長

谷田貝友紀

1. おすすめの学習方法は
皆さんは、《学習効果》本人の自覚×
学習方法×学習時間という式をご存知
でしょうか。これは、第一志望校合格や
学校成績（校内順位）大幅アップ、そし
て、検定合格に必要なものです。
今回は、式の一つである「学習方法」に
ついてお話しします。

2. 「理解」とは

開倫塾では、「学習の3段階理論」を提
唱しています。これは、学習を「理解」「定
着」「応用」の3段階に分け、各段階の学習
方法を具体的に示したものです。

まず、「理解」とは、今学んでいる内容
について、「うんなるほどと、よくわかる
こと。納得すること。腑（ふ）に落ちること
」です。では、「理解」するために必要な
ことは何でしょうか。例えば、授業で学
習内容を「理解」するためには、①遅刻・
欠席・早退をしない、②居眠り・スマホ
・ゲーム・よそ見・おしゃべりをしない、
③手を机の上に置き、先生の目や口元を
見て、一語一句聞き逃さないように真剣
に授業に臨む、④よくわからないことや
理解できないことがあったら、先生の許
可を得て質問すること、これが挙げられま
す。復習での「理解」では、①その日に学んだ
ことを、もう一度勉強し直す、②教科書
・テキスト・ノートをもう一度ゆつくり
読み直し、どのような意味や内容かを考
える、③計算や問題はもう一度ノートに
書き直す、④なぜそのような解答になる
かを考える、ことが挙げられます。

3. 「定着」とは

次に、「定着」です。「定着」とは、「理解
した内容を正確に身に着けること」です。
（「学習の3段階理論」では、「定着」と関
連づけて「身に着ける」と表記していま

す。）せっかく「理解」したことも、きちん
と「定着」させていないと、すぐに忘れて
しまうからです。

そこで開倫塾では、「定着」させるため
に①音読練習、②書き取り練習、③計算
・問題練習の三つを「定着」のための3大練
習としておすすめしています。

①「音読練習」とは、教科書やテキスト、
一度解いた問題や解答解説を、スラスラ
とよく読めるようになるまで、声に出し
て読む練習のことです。できれば暗唱でき
るまで何度も声に出して読んでください。

②「書き取り練習」とは、音読練習をし
てスラスラとよく読めるようになった内
容を、書き順も含めて正確に書けるよう
になるまで書く練習をすることです。近
年では、思考力や判断力を求める問題も
数多く出題されていますが、基礎基本と
なる知識がなければ考えることもできま
せん。そのために、「音読練習」と「書き取
り練習」をして、知識を身に着けることが
大事になります。

③「計算・問題練習」とは、なぜそのよ
うな解答になるのかがよく「理解」できた
計算や問題を、見た瞬間に条件反射で正
解が出るまで、何回も練習を繰り返すこ
とです。こうすると、試験で初見の問題
を解いたり、じっくり考える問題の時間
を増やすことが可能になります。

4. 「応用」とは

最後に、「応用」です。「応用」とは、定
期試験で100点満点を取ること、入試や検
定試験で合格点を取ることです。「理解」
と「定着」で示したことをもとに、試験範
囲の学校教科書・学校問題集（ワーク）・
学校教材（プリントや単元テストなど）・
授業ノートをすみからすみまで覚えまし
ょう。そして、入試や検定試験では過去
問を5〜6年分しっかりと解きましょう。
以上の「学習の3段階理論」を身に着け、
自覚をもつて長時間学習に励みましょう。
きっと学習効果がアップします。ぜひ挑
戦してください。

辞書の活用方法

黒磯校長

鈴木佳孝

1. 言葉を調べるための身近な道具

私たちは毎日、たくさんの言葉を使っ
て生活しています。授業で新しい言葉が
出てきたとき、本を読んでわからない言葉が
出てきたとき、ニュースで聞いた言葉の
意味を知りたいときなどに、「辞書」はと
ても頼りになる存在です。

以前は紙の辞書を使うのが一般的でし
たが、今では電子辞書やスマートフォン
の辞書アプリなど、いろいろな形の辞書
が使えるようになっていきます。どれも得
意・不得意なことがありますので、それ
ぞれの特徴を知って、自分に合った使い
方や、状況に応じた使い方を考えること
が大切です。

2. 辞書の違い

紙の辞書一番のよさは、「偶然の出会い」
があることです。わからない言葉を調べ
てページをめくっていると、近くに載っ
ている別の言葉が目に入り、「こんな言葉
がある！」と新しい発見ができます。紙
の辞書は、言葉の世界をゆつくりと歩く
ように調べられるのが魅力です。また、
漢字の意味や成り立ちが頭に入りやす
いという良さもあります。ただし、重く
持ち運びが大変だったり、調べるのに時
間がかかったりする点が少し不便だと感
じる人もいます。

電子辞書は、ボタンを押すだけで素早
く言葉を探せるのが特徴です。紙の辞書
の内容がそのまま入っていて、国語・漢
字・英語・古語など、一台でいくつも
の辞書を使えるのが便利です。発音を聞い
たり、例文を調べたりすることもできま
す。しかし、便利すぎて「とりあえず調
べて終わる」になりがちで、言葉につい
ても深く考える時間があまり取れないこ
ともあります。
スマートフォンなどの辞書アプリやイン

ーネット辞書は、いつでもどこでも使え
る手軽さが魅力です。検索すればすぐに
結果が出て、画像や使い方の例も見
ることが出来ます。ただし、インターネッ
ト上の情報の中には、信頼できないもの
があるため、正確な辞書サイトを選ぶこ
とがとても重要です。また、スマートフォン
は便利すぎるがゆえに、調べたついで
に別のこと、他のアプリや動画を見
てしまうことなどは、多くの皆さんが経
験していることでしょう。そのため、集
中して勉強したいときは注意が必要です。

3. 辞書の使い方

紙の辞書は、言葉の意味をじっくり調
べたり、語彙を増やしたりするときに最
適です。電子辞書は、短い時間で効率よ
く多くの情報を調べたいときに便利です。
英語の発音や例文の確認にも役立ちます。
スマホの辞書は、スマホを持ち歩い
ていることが多いので、外出先などで意味を
知りたいときに手軽に使えます。このよ
うに、それぞれの特徴を理解して、場面
や目的に合わせて上手に使い分けること
が、学びを深めるポイントです。

4. 辞書を使って言葉の世界を広げよう

紙の辞書も、電子辞書も、スマー
トフォンの辞書も、使い方が次第で大きな力
を発揮します。「調べて終わり」にするので
はなく、調べた後に、その言葉を使つて
文を作ったり、ノートにまとめたりして、
言葉をしつかり頭に残すことが大事です。
辞書は、私たちが言葉を通して考え、
表現し、学んでいくための強い味方です。
調べるたびに新しい言葉と出会い、自分
の世界が少しずつ広がっていく。その積
み重ねが、語彙力や表現力を高め、学ぶ
力を育ててくれます。だからこそ、どの
辞書をどう使うかが大
切なのです。これから
も、それぞれの辞書を
上手に使い分けて、自
分の「言葉の地図」を
広げていきましよう。



塾生のひろば 私の勉強方法 高根沢校

◆勉強をするときは、暗記と思考に分けています。暗記はワークを2周して覚えていないところを繰り返し、思考はキーワークなどで練習します。

中2 Y・R

◆塾の自習室で、苦手科目を中心に反復練習をしています。家ではなかなか集中できないので、長時間勉強をするために塾の自習室を活用しています。

中2 T・R

◆ワークをやってわからないところがあるときは、教科書に戻って覚えるようにしています。教科書を覚えるために、音読練習も繰り返しています。

中2 A・R

◆繰り返す、反復練習をたくさんしています。教科書の音読、書き取り、計算・問題練習などをするので、「定着」することができます。

中2 K・S

◆社会や理科の授業でやったプリントを、自学ノートでもう一度復習をするようにしています。漢字や英単語は何回も書き取り練習をし、覚えるまで繰り返します。

中2 M・K

◆まずは教科書を読んでからワークをやり、次に何も見ないでワークをやります。そして、そこで間違えた問題の書き直しをして、定期テストに臨むようにしています。

中2 Y・Y

◆私は、定期テスト前に学校のワークを何度も繰り返し解きます。また、教科書の重要語句を繰り返し音読したり、書き取りしたりしています。

中3 N・Y

◆私は、テスト前に学校のワークを最低2周しています。ある程度定着させてから塾の応用問題をやることで、より深く定着させることができます。

中3 I・R

◆英語や社会、理科などの暗記が大切な科目は、特に音読練習をしています。頭に入りやすく、そこまで時間もかからないので、寝る前には音読の練習が最適です。

中3 N・K

◆必ずワークを2周以上取り組むようにしています。また、赤シートを活用しながら復習をするようにしています。基本から応用まで効率的に覚えられます。

中3 N・M

◆私は、勉強したことをその日のうちに復習し、必ず書き直しをしています。また、寝る前には塾の学習のほかに、ノートやワークの見直しをしています。

中3 S・M

◆私の勉強方法は、定期テストまでに必ず全教科のワークを2周解くことです。また、ワークの答えになる教科書の語句や文章にマーカーで線を引いて、音読をしています。

中3 O・S

◆私は、間違えた問題を繰り返し解いています。間違えたところに印を付けて、できる問題とできない問題を一目でわかるようにすると、効率も上がります。

中3 S・A

◆私は、時間を決めて取り組むようにしています。最初は短い時間でも、徐々に時間を長くしていき、その決めた時間は集中して勉強をしています。

中3 S・S

勉強のやり方、学習方法はたくさんあります。「学習の3段階理論」をもとに、開倫塾で自分に合った勉強の仕方を身に付け、自覚をもって長時間学習ができるようになります。私たちも一所懸命皆さんを応援します。「さあ、やりましょう！」

高根沢校校長 谷田貝友紀

3月日程表		
1	日	
2	月	中3入試直前講習(栃木) 小・中学部新学期スタート(群馬・茨城・東京) 東京都立合格発表
3	火	中3入試直前講習(栃木)
4	水	中3入試直前講習(栃木) 群馬県公立合格発表
5	木	栃木県立入試 小・中学部新学期スタート(栃木)
6	金	
7	土	第3回数学(算数)検定 栃木放送開倫塾の時間
8	日	第3回英検2次
9	月	
10	火	
11	水	栃木県立・茨城県立合格発表
12	木	
13	金	
14	土	栃木放送開倫塾の時間
15	日	下野模試(中1①・中2②) 群馬県統一テスト(中1③・中2③) 北辰テスト(中1①・中2②)
16	月	
17	火	
18	水	
19	木	
20	金	春分の日
21	土	栃木放送開倫塾の時間
22	日	茨城統一テスト(新中1～新中3①)
23	月	
24	火	
25	水	
26	木	3学期授業終了(高1・2)(北関東・東京)
27	金	春期講習① ①
28	土	春期講習② ② 栃木放送開倫塾の時間
29	日	
30	月	春期講習③ ③
31	火	春期講習④ ④

※ 1月31日現在の予定です。

学力の向上を目指して…

私の勉強方法 No. 207

栃木県立大田原女子高等学校(大田原校)1年
S・A

1. 勉強場所を変えて気分転換

私は、その日の自分のコンディションによって勉強場所を変えます。基本的には家で学習が多いですが、なかなか集中できないときには図書館、わからない問題があるときには塾の自習室へと足を運ぶようにしています。その際に注意していることは、環境ごとの特性を生かすことです。塾には私たちに勉強を教えてくださる先生がいるので、わからない問題は積極的に質問をします。しかし、ずっと同じ場所では息が詰まるので、気分転換に勉強場所を変えます。



2. スキマ時間をフル活用

私の友人に、勉強がよくできる子がいます。しかも、彼女は運動もできて、部活動もやっています。漫画もアニメもゲームも私よりやっている印象があります。そんな彼女がなぜ私より勉強ができるのか不思議でした。そこで彼女を観察すると、スキマ時間の使い方が上手だということに気が付きました。例えば、誰も見ていない少しの時間に単語帳を開き一つでも覚えることです。その少しずつの努力が大切だということを中心にかけると、無理をせずに勉強を続けることができます。



3. 完璧主義になりすぎない

誰でも最初はできません。できる人とできない人の違いは、わからない問題にぶつかったときに諦めるか、粘り強く取り組むかです。問題集を解くときに自分が解いた問題の答えが違っていても、「わからない部分がわかって良かった」と自分を奮い立たせて、前向きに取り組むようにしています。



「開倫塾ニュース」2026年3月1日号

編集者＝開倫塾教務部

発行所＝開倫塾

(栃木県足利市堀込町145 TEL0284-72-5945)

発行責任者＝林 明夫

CRT 栃木放送「開倫塾の時間」・ラジオ栃木放送(1530kHz、1062kHz、864kHz <http://www.crt-radio.co.jp/>) 毎週土曜日午前9時15分～25分。塾長林明夫が、塾生だけでなく社会人も含めて一生涯活用できる「効果の上がる勉強方法とは何か」をテーマに、40年間語り続けている世界に1つしかないラジオ番組です。