

思考開発と留学の相関関係

先日、米国総領事館共催の「アメリカ大学留学フェア」に参加し、沖 縄県出身で米国に3度も留学した志喜屋氏の講演を拝聴しました。参 加者が米国と日本の大学の違いを尋ねると、志喜屋氏は米国の学生 の「積極的言語化」を挙げました。「積極的言語化」ができる学生とは、 例えば、教授のオフィスアワーで試験の復習をしたり、あえて難しい授 業や部活に挑戦して学歴を強化したり、私のように留学する学生など のことです。それは、米国では幼少期から「クリティカル・シンキング」や 「メタ認知」を重視した教育を施しているからだと思います。

「クリティカル・シンキング(以下CT)」とは、物事をそのまま信じる のではなく、自分で客観的・批判的に模索・分析し、判断を下す思考の ことです。物事や他人への批判的思考ができるようになったら、次は 自己のCTに進むことができます。そこから、自分の思考や感情の短所 や長所をコントロールして、自分の武器に変える能力が「メタ認知」と なります。「メタ認知」が高まることで、自分を客観的に見つめられるよ うになり、自ら学んだり、自己成長のための行動を積極的に取れるよ うになります。これが「積極的言語化」の土台や源となります。

「留学は子どもの視野を広げる貴重な機会です」と志喜屋氏が子 の留学を心配する親たちに助言しました。人は自尊心が高ければ高 いほど、挫折や失敗を恐れ、客観的に自分や他人を見られなくなって しまいます。そうなれば、生まれた環境で考え方や世界観が一色に染 まってしまうでしょう。子どもたちの『CT』や『メタ認知』の成長を促す 貴重な機会として、親の皆さんも学生の皆さんも、留学を考えてみま せんか?

Correlation of Cognitive Development & Studying Abroad

The other day, I attended the "EducationUSA University Study Abroad Fair," co-hosted by the U.S. Consulate, where I had the opportunity to listen to a lecture by Mrs. Shikiya, a native of Okinawa who has studied in the U.S. 3 times. When asked about the differences between universities in the U.S. and Japan, Mrs. Shikiya pointed to the "proactive verbalization" of American students. A proactive verbalizing student is, for instance, one who frequently does things like, reviewing past exams during a professor's office hours, deliberately taking on challenging courses and extracurricular activities to strengthen their academic credentials, or studying abroad (like I did). I believe this is due to an education system that emphasizes "critical thinking" and "metacognition" from early ages.

"Critical Thinking (CT)" is the thought process of not acquiescing things at face value, but independently exploring, analyzing, and making judgments objectively and critically. Once students develop CT skills toward various matters and others, they can advance to self-application of CT. From there, you can develop the ability to control and leverage your own cognitive and emotional strengths and weaknesses, this is known as "metacognition." By enhancing metacognition, individuals can objectively analyze themselves, becoming more independent. It is said that this process encourages people to proactively incorporate self-realization practices. This is what forms the foundation and source behind "proactive

"Studying abroad is a valuable opportunity to broaden a child's perspective," Mrs. Shikiya advised parents who were concerned about sending their children overseas. It is observed that the higher one's self-esteem, the more one tends to fear setbacks and failure, making it harder to view oneself and others objectively. If the environment one was born and grew up in is monochromatic, their worldview would reflect accordingly. As a valuable opportunity to foster the growth of CT and cognition, parents and/or students—why not consider studying abroad?

浦添市公式 Instagram|2**t** 投稿してるよ♪

越智家の癒しいつも笑顔☆

し担当り

心真募集外,





てだ子

てだこキッズファースト

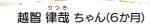




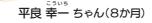
【募集対象】市内在住の0~9歳のお子さん

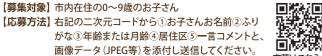






棚原 千颯ちゃん(6歳) 大珠ちゃん(4か月)







- ●写真は、お子さんの顔全体が写っているもの(たて撮り推奨) ●これまでに掲載されていないお子さんを優先します。
- ●応募者多数の場合は、抽選の上、掲載します。掲載の可否に ついては連絡いたしませんのでご了承ください。

心配な方は遠慮せず こている | れまで 断らず るべ \hat{O} 方針やの名

を痛感

の

制の

た医療提供を見かかり方を見る 現在はまれ 仕事を ・救急など医 年 · の 夏、 救急外 しています。はまた健康をは 存在の 詳細は省き 療機関 適正 受診」 安 等へ 定 しのとた

を大切にして必要な時の 啄員にも医療現場にも限 私がこんなことを書く ③休日や夜間の: I頃から健 しておかない つま 療現場にも限界 を持つこ いうことなのです。ないと、守れる命 み 段 んなが本当にも限界がある 受診をでき から「医療

大切 のな健康をみり んなで

協力して守る

ます

▲おきなわ#7119

電話相談について

相談を

※救急医療機関を受診する際の電話相談窓口 (おきなわ#7119事業)



救急外来受診を考えて車を呼ぼうとしているは 。もちろ い、救急医 かなり 救 事故や急病などで 出血や高熱が のの いるなどの れです。 い温道感も高い出動件数は いる時、



レシピ提供:健康づくり課 管理栄養士 大濵 美和子



10分 カルシウムがたっぷりとれる時短レシピ 干しえびニラ玉



お料(3 1 47)

皮膚に発疹(ブツブツ)が出た、深爪間の救急外来(時間外診療)に来た.

して出血

などの安易な救急

かは、

救急

「適正受診とは

クシール

しか

クに救急車を要請_かし残念なことに

平日は仕

事で忙

ので休日や

合は迷わず

1へお電話.

病院や

物件(2人力)	
• ニラ·······	······1束(150g)
• 卵	2個
・干しえび	大さじ3
・顆粒中華だし	小さじ1/2

•油 ……大さじ1

作り方

①ニラを3cm幅に切る。

- ②ボウルに卵を割り、干しえび、顆 粒中華だしを加えてよく混ぜる。
- ③フライパンに油の半量(大さじ%) を熱して②をさっと炒め、半熟の 状態でお皿に取り出す。
- ④同じフライパンに残りの油(大さ じ½)を熱して、ニラを1分ほど炒 めたら、③を戻し入れ、炒め合わ せたら完成!

栄養成分表示(1人当たり)

エネルギー 149kcal/食塩相当量 0.7g/カルシウム 379mg

うめ~しポイント //

どの時期にも手に入る食材で手軽に調理ができる一品です。 干しえびを加えることで、不足しがちなカルシウムもとることができます。

9 広報うらぞえ 2025年5月1日