

# 進路だより '一期一会'

第3学年 第21号 2022/07/20

## ～ 高校生活入門講座・学校説明会の参加について ～

\* 高校生活入門講座・学校説明会に参加する人は、次のことに気をつけて下さい。

- ① 服装は、嬉野中学校で定められた夏の制服で行って下さい。
- ② スリッパは、学校で使用しているものが望ましい。ただし、落書きがしてあるものは不可。
- ③ 中学生らしい、学校で定められた範囲の頭髪で行くこと。
- ④ カバン類から、不要なアクセサリは外しておくこと。
- ⑤ 筆記用具は、必ず持っていくこと。(コロナに関するチェック表が必要な学校があります) 持ち物については、各校で違ったりするので、確認をすること。
- ⑥ 水分補給のため、水筒を持っていくとよい。ただし、飲むタイミングを考えること。
- ⑦ 集合については、指定された時間(受付の時間など)の10分前には着いているようにしましょう。集合は、基本的には「高校集合(現地集合)」になりますが、高校以外の場所(三重県総合文化センターやクラギ文化ホールなど)の時もありますので、必ず確認をしておきましょう。また、自転車等で駅などに行く場合は、交通安全に気をつけて下さい。
- ⑧ 高校に着いたら、挨拶や言葉遣いに注意し、しっかりと話を聞いて、高校の先生の指示に従うこと。
- ⑨ 原則として、先生の引率はありません。(ただし、参加人数によります)
- ⑩ 申し込んだ高校生活入門講座には、必ず参加して下さい。

当日、体調不良等で、どうしても欠席しなければならない時は、8:00～8:30の間に必ず学校(3年生の先生)に連絡して下さい。それと、その日行く予定の高校にも、必ず欠席連絡を入れて下さい。

また、暴風警報が出た場合(途中で解除になった場合)は、高校によって対応が違いますので、担当の先生に確認して下さい。(各校のホームページなどでも確認できます)

◎「申し込んでいたことを忘れていた」ということが絶対にないようにして下さい。



## ～ さあ、どう過ごすの? 夏休み! 充実した夏休みを! ～

さあ、明日から夏休みが始まります。今年の夏は、今までとは違って、その過ごし方が、自分の夢の実現につながっていきます。'苦手な科目を克服する'とか、'毎日机に向かう習慣をつける'とか、何か目標を立てて、一日一日を過ごすようにしましょう。'継続は力なり' 昔の人は本能的にのを得た諺を残してくれています。きちんと実行できれば、必ず笑える日が来ると思います。夏休みを過ごす上で、いくつかの注意点を挙げておきます。参考にして下さい。

- ① 学校に来ていた時の生活を崩さないようにしましょう。休みだからと言って、遅寝遅起きは、やめましょう。規則正しい生活を心がけ、時間を無駄にしないようにしましょう。定期テストや入試は、朝から始まります。朝から頭がすっきりした状態でいつも臨めるようにしましょう。
- ② 食生活に気を配りましょう。一日三食しっかりと食べ、脳に栄養を補給してあげましょう。お菓子やジュース・アイスクリームといった、甘いものを食べすぎるとカルシウム不足になって、いろいろな原因になります。ほどほどにしておきましょう。野菜の嫌いな人が多いみたいですが、食べないといざという時に体調を崩してしまいますよ。
- ③ 去年までと違い、もうすでにクラブを引退した、という人もいます。今までクラブ活動に使っていた時間が、急になくなって、時間を持て余す、という事態が起こっている人、結構いるんじゃないですか。その時間をまさか、ゲームの時間に使ってませんか。効率よく学習時間に使えるよう考えて下さいね。
- ④ 宿題は、早めに終わらしましょう。夏休みは、ぜひ、今までの復習に時間を使ってほしいと思います。今まで習った事で、十分理解できてない所や、忘れてしまっていた事をもう一度、「シュートク」を使って、やり直しましょう。9月に入ってから、それをする時間は、ほほえないと思って下さい。一日は、24時間しかありません。人間寝ないわけにはいきません。時間は限られています。有効に使いましょ。
- ⑤ 9月に入るとすぐ、'実力テスト' '期末テスト' と立て続けにあります。しっかり勉強しておきましょう。
- ⑥ 時間があれば、読書をしましょう。本を読むことは、字を覚えたり、読解力が身に付いたり、文章力が付いたりします。
- ⑦ まずは、'やるぞ!' という気持ちが必要です。その気持ちを、どこまで持続させることができるか、だと思います。まさに、'継続は力なり' です。途中で心折れることなく、自分の'夢'をつかみ取る、その時まで、がんばっていきましょう。