



#MIX memory

OIZUMI

第4号 5月25日

○ 会長から

こんにちは！新1年生の方ははじめまして！大泉中学校生徒会本部役員会です。
新型コロナウイルスの影響で、休校が長く続いています。みなさん元気に過ごせているでしょうか。入学式や運動会、合唱コンクールなど様々な行事が延期となりました。長く練習を続けてきた目標の大会が中止になってしまった部活動もあります。新しいクラスの仲間や友だちとも会っていません。この他にも、私たちが思い描いていた学校生活とは違う日常が続いています。そんな中、5月11日の週は課題配布日でした。私は、登校したとき少しの時間ですが先生方と会い、話をし、なんだかほっとすることができました。先が見えず不安に駆られることもありますが、先生方は今後の方針が変わっても、学校が再開したときに私たちが安心して学校生活を送れるようにご尽力してくださっています。

私たちは、進級・進学して新たな学年となりました。3年生は大泉中の顔となって学校を支えていく最高学年、2年生は学校を引っ張っていく場面が増える中堅学年、1年生は小学校から中学校という全く新しい世界でのスタート、それぞれにとって重要な一年がすでに始まっています。

今、私たちに出来ることは何でしょうか。私は、今できることを少しでもやっていきたいです。この状況が完全に終息を迎え、普段通りの生活に戻るときがいつなのかは誰にもわかりません。ですが、その時に自分がどうなっていたいか、どうあるべきか、目標を考えて生活してみましょう。

なかなか全員で集まることはできていませんが、心を一つに大中生みんなと一緒にこの事態を乗り越えていきましょう。

今のところ6月1日から学校が再開される予定です。久しぶりに友だちや先生方と会い、授業や部活動ができるようになる日を楽しみにして、あともう少しだけ頑張りましょう。

○ #ON TIME!キャンペーン

「2・3か月も休校になってしまって、休校が明けたら、ちゃんと朝起きてしっかり学校に行けるかなあ」生活リズムが崩れてこのような不安を抱えている人も少なくないのでは？残りの休校期間の一週間ほどを学校と同じ時程で過ごし、生活リズムを整えましょう。
生徒会から、特に心掛けてほしいポイントをあげてみました。チェックして生活してみてください。

- 学校がある日と同じ時間に起きよう
- 朝食をしっかりとろう
- 歯磨きをしよう
- 以下の時間帯に勉強してみよう<AM>
 - 1時間目 8:50～9:40
 - 2時間目 9:50～10:40
 - 3時間目 10:50～11:40
 - 4時間目 11:50～12:40
- 昼食をしっかりとろう
- 以下の時間帯に勉強してみよう<PM>
 - 5時間目 13:35～14:25
 - 6時間目 14:35～15:25
- 運動をしてみよう ※周囲の環境に気を配りながら
- 23時までを目安に早めに寝よう



○ 生徒会本部役員をつぶやき…

テーマにそった生徒会本部役員たちのつぶやきです！



テーマ1 休校期間中の生活の工夫♪

- 自分の部屋を模様替えしました。そうすることで、この長い休校期間中の気分転換になります。また、新学年の準備にもなるので、みなさんもぜひ部屋の中や机の上、棚などの模様替えをしてみてください！
- 夜寝る前にその日一日を振り返ります。そして、暗い気分になりがちな時期ですが、どんなに小さいことでもよかったこと、うれしかったこと、楽しかったことなどをあげてみると少し明るい気分になれるかもしれません。

- ランニングマシーンで毎日必ず10分走っています。
- すきま時間に筋トレをしています。
- 日々のストレスを発散したり、気分転換をしたりするために、新しいことを始めました。
- 断捨離をしました。

- 毎日必ず8時までには起きて8時50分からは勉強しています。
- 授業と同じ時間帯は勉強しています。
- 勉強するときは、周りの環境を良くして学校みたいにしていきます。実技4教科も怠らずに！
- 勉強するときはスマホの電源を切って、視界に入らない所に置いています。
- 勉強するときは勉強に集中して、休憩するときとの切り替えをしています。

テーマ2 全校のみなさんへ

まだ休校が続いていますが、
だんだんと感染者数も減ってきています。
もう少しで学校再開の希望が見えてきたと思います。
学校が再開して友だちに会うことを楽しみに、勉強や健康管理、一緒にがんばりましょう！



感染者数がだんだんと減ってきていますね。今できることは多くはないかもしれませんが、勉強だったり健康管理だったり、私達ができることに一生懸命取り組んでいきましょう！

いつかこの状況は終わります。一人一人が規則正しい生活を意識して、学校が再開したとき元気に会いましょう。そして、健康第一に無理はしないようにしましょう！

今は大変な状況ですが、残りわずかの辛抱だと思えます。だからといって気を緩めるのではなく、不要不急の外出を控えたり外出する場合もマスクを着用したりして、三密を避けることは続けていきましょう。新クラスで新たなスタートを切れるよう、最後まで共に頑張りましょう！！

学校に行っていたときとは違う生活リズムになり、不満やストレスも溜まっているかもしれません。ですが、今は自分や家族のためだと思い、できるだけ不要不急の外出は自粛しましょう。家でできることなどで工夫をし、学校が再開した時に備えて生活していきましょう！



会って大人数で話したいけど、今はまだ我慢。手洗い・うがい・適度な運動とたくさんの勉強をして、健康で一回り成長した姿でまた会いましょう！

