



★GWが始まります!

新しい環境になって1ヶ月。最上級生としてのプレッシャー等もある中、皆さんよく頑張っていますね。けれども、少し疲れが溜まってきているのではないのでしょうか。ゴールデンウィークは心と体をリフレッシュする良い機会です。最後の大会や受験に向けて焦る気持ちもあるかと思いますが、休み明けに心と体がバテてしまわないよう、連休中はぜひ以下の4つを意識して過ごしてみてください。

- ・生活のリズムをできるだけ崩さない
- ・身の回りの整理整頓をする
- ・完全オフの日を1日作る
- ・休み明けのワクワクする計画を立てる

連休中もいつもと同じ時間に起き、机や部屋の片づけをして、1日ぐらいは学校のことを完全に忘れ、連休後の楽しみとなる予定を立ててみましょう。

休み明けにまた皆さんの元気な姿を見られるのを楽しみにしています!

今回も年度初めに書いた「中学3年生になって」の作文の中から紹介します。

「3年生として」

C組

私は、3年生として、勉強に集中できるようになりたいです。その理由は、今年は受験があり、私は自分の行ける高校の選択肢を広げたいと考えているからです。私は今まで、自分の嫌なことから沢山逃げていました。正直ずっとそれでいいと思っていました。ですが、逃げた先でも辛かったり、逃げたことで戻りづらくなったりと、結果的にいいことはありませんでした。しかし、一度逃げぐせがつくと、そう簡単に逃げないという選択をするのも、逃げるという選択を消すこともできませんでした。“どうして嫌なことを無理にやるのか”が理解できず、沢山なやみまました。でも、嫌なことは全部、自分のためにやるのだと学びました。例えば勉強、勉強は自分の将来を広げるためにするものです。運動も、嫌だけどやらないと病気などになるかもしれないからやるものです。このように、嫌なこ

とをのりこえた先に、いいことや、自分のためになることへと変化していくのだと思いました。そのため、自分のやるべきことから逃げる・やらなきゃいけないことをスルーする・なにもやらずにいるということは、自分のためにならないから、嫌なことも無理してやりとげるのだとわかりました。私は勉強がすごく苦手で、嫌いだけど、勉強をして選択を広げることが、自分のためになるということにはよく知っています。中学校生活最後、全力を出して終わりたいです。

自分の嫌なことや苦手なことに正面から向き合うことは大変だと思います。しかし、それを乗り越えた先にある成長や達成感は大きく、一度乗り越えてしまえば、次からそのハードルは低くなるはずですよ。自分が取り組んだことは全て自分の力になります。みなさんに秘めているたくさんの可能性を開花させられるよう、まずは自分の得手不得手に関わらず、幅広いことに取り組んでほしいと思います。

★来週と再来週の予定

いよいよ運動会練習が始まります!

日時	時程	予定
5月2日(土)		
5月3日(日・祝)		憲法記念日
5月4日(月・祝)		みどりの日
5月5日(火・祝)		こどもの日
5月6日(水・振休)		振替休日
5月7日(木)	50分×5	⑥カット、前期専門委員会(中央委員会なし) 運動会実行委員会、係会
5月8日(金)	50分×5	③カット、部活動保護者会(15時~)
5月9日(土)		
5月10日(日)		
5月11日(月)	50分×6	全校朝会、安全指導(SOSの出し方に関する教育)、腎臓検診予備日、②全校練習 教育実習(始)、ジャージ登校(始)
5月12日(火)	50分×6	④まで10分繰り上げ時程、昼休み練習
5月13日(水)	50分×4	③学年練習
5月14日(木)	50分×6	④まで10分繰り上げ時程、③④学年練習
5月15日(金)	50分×6	④まで10分繰り上げ時程、昼休み練習