



夏季休業中の過ごし方

「希望を抱いた春」から「希望を実現する基礎固めの夏」へ！

1年次主任 橋場 俊輔

4月に入学して、4ヶ月が過ぎようとしています。この4ヶ月を振り返ってみると、皆さんはどのような感想をお持ちでしょうか？4月は様々なオリエンテーションが怒濤の如く続き、あっという間に過ぎました。5月はGWでリフレッシュをし、友達との交流も増え、落ち着きのある学校生活に移行できたと思っています。6月には入学して初めての定期考査を迎え、学習面で好スタートが切れた人、十分に力を発揮できなかった人、それぞれだったと思います。考査の取り組みをしっかりと振り返り、夏休み明けに実施される期末考査に備えてください。また、6/27には、74名の保護者に参加をいただいた「1年次茶話会」を開催しました。「生徒+家庭+学校」が一体となった皆さんへの今後の指導・支援体制が一層強まったと確信しています。せっかく入学時に抱いた「夢・希望」です。人生を実りあるものにしていくには、

「抱く」だけでは十分ではありません。「夢・希望」を実現するために是非とも「行動」を起こしてください。夏休みは健康に注意し、人生の主役である皆さんの「夢・希望」を実現するための行動を起こす期間にこの夏休みを当てて欲しいと思っています。

【学習面について】 辻田 純 先生

6月に実施された中間考査の結果はいかがだったでしょうか？5月に試験対策シートを作成し、計画通りに勉強できましたか？計画通りに出来た人もいますが、計画を立てただけで満足してしまった人もいたと思います。

学習は積み重ねが大事です。その場しのぎで考査の直前だけ勉強しても、本当の意味で学んだことにはなりません。

勉強はよく登山に例えられます。1合目、2合目あたりはまだ、木々に覆われ、自分がどこまで上っているかわからず、道に迷うこともあります。5、6合目あたりまで登ると、いつの間にか周りの木々も低くなり、視界がひらけて、進むべき道も分かりやすくなります。さらに登り続けると、視界を遮るものはなくなり、登り終わる頃には素晴らしい景色が広がります。

勉強も登山と同じです。最初はとても苦痛に感じるもので、それは誰でも同じです。

ただ、諦めず続けていくことで、次第に、理解できることと出来ないことが明確になってきます。ここまできると、解答を見てもさっぱり分からないということはないはずで、最終的には難しい内容も見通しを持って解くことが出来るようになり、学習することが楽しく感じてくるでしょう。

夏休み明け1週間後に定期考査が始まります。夏休み中にもう一度自分の勉強を見直してみませんか？

【進路面について】 佐藤 由季 先生

夏休みはどんなふうに過ごす予定ですか？後期の履修指導では2年次の時間割を決めます。それまでに、自分の進路に向けて考えていかなければなりません。

高校卒業後は、就職か？進学か？どんな仕事、学校があるのか？それまでにどんな高校生活を送ったら良いのか？…知るべき事はたくさんあります。

ゲームとyoutubeだけで終わる夏休みにならないよう、有意義に過ごしたいですね！

<私からのおすすめメニュー>

- 学校のプリント類を整理し、部屋を掃除する。
- 前期期末考査の勉強をする。
- 部活を頑張る。
- アルバイトをがんばる。
- 出かける（映画館、動物園、水族館など）
- 大学や専門学校についてインターネットで調べる。
- オープンキャンパスに参加する。
- 見聞を広めるテレビ番組を見る。
 - 「ゲンバビト」（日曜深夜）
 - 「池上彰のニュースそうだったのか」（土曜不定期）
- 本を読む。
 - 「道をひらく」松下幸之助
 - 「高校時代に考えておく50のこと」有川真由美

【生活指導について】 前田 有美子 先生

高校に入学してから、初めての夏休みですね。どんな計画をたてていますか？

アルバイトを始めた人へ

学業とアルバイトの両立はどのようにですか？ 授業に遅刻したり、休んだりしていませんか？アルバイトをしているから、疲れてしまい朝起きられない、遅刻をする、欠席をする、単位を落としてしまったという人はいませんか？卒業の計画（3卒・4卒）が崩れてしまわないように、働く時間や日数を調整して下さいね。夏休み明けには、すぐに前期期末考査も実施されます、学業とアルバイトの両立をする人はしっかりと計画を立てて下さいね。

インターネットなどの利用は大丈夫？

SNSなどの利用マナーは大丈夫でしょうか？個人を特定するような内容（名前、学校名、写真など）をアップしていませんか？インターネットは使い方によっては、とても便利なツールですが、使い方を誤ると、事件に巻き込まれたり、友人を傷つけてしまったり…自分自身が犯罪者になってしまう危険性もあります。

安易に書き込んだり、相手の許可無く写真をアップしないよう細心の注意をはらって、利用して下さいね。インターネットの書き込みは、あっという間に世界中に広がり、一生きえないものであるということを再度認識して下さいね。



【保健室より】 小原 絵里奈 先生

大通高校に入学してから4ヶ月。身体と心の調子はどうですか？元気いっぱいの人、少し疲れてきた人もいます。夏休み期間は、普段できないことに挑戦してみる、ゆっくり過ごすなどして、身体と心をリフレッシュさせてくださいね。

ただ、のんびりしすぎると、夏休み明けに体調を崩してしまいがち。3つのことに気をつけ、夏休みを計画的に過ごしましょう。

1. 規則正しい生活を心がけよう

夜更かしや朝寝坊をしていると、睡眠サイクルが崩れ、生活が不規則になりがち。できるだけ普段通りの生活リズムを心がけましょう。

2. 安全にすごそう

事件や事故に巻き込まれないように注意！事故、お酒やたばこ、薬物など、危険なことは避けよう。

3. 病院受診のチャンス！

夏休みを利用して、歯科や眼科に行きましょ。病院へ行くときは、5月に配布した「健康診断結果のお知らせ」を持ち、受診後は連絡書を提出して下さいね。



8月及び9月の予定

日 付	内 容
8/20 (月)	夏季休業明け、授業初日（通常授業） 各科目の課題提出も忘れずに！
8/23 (木)	学校祭部門別会議 ※24 (金) 市立総文体
8/27 (月) ~ 8/31 (金)	前期期末考査 ※考査範囲をしっかりと確認すること
9/3 (月)	生徒会役員選挙、立会い演説会
9/5 (水)・6 (木) 及び11 (火)	後期入試のため生徒家庭学習日
9/20 (木) ~ 22 (土)	学校祭準備、学校祭1日目 学校祭2日目
9/25 (火)	前期終業式、伝達表彰
9/26 (水)	9月22日 (土) の振替休日
9/27 (木)	秋季卒業式、秋季休業

・・・夏休み中の大会・・・

〔全国高等学校総合文化祭〕
【自然科学部 ポスター発表】
生物部

〔定時制通信制体育連盟全国大会〕
陸上部（短距離・跳躍種目）
卓球部
男子バスケットボール部
女子バスケットボール部
女子バレーボール部

ご活躍を期待しています。