



～ 夢に挑戦! 笑顔がいっぱい
やる気がいっぱい 根気がいっぱい ～

頑張れ受検生! 〇〇鬼を追い払え集会!

3日(月)、生徒会執行部の企画で、「頑張れ受検生! 〇〇鬼を追い払え集会!」が行われました。2年生が鬼役となって行われる集会です。今年も様々な鬼が登場しました。

寸劇からのスタートです。入試を控えた受検生が、不安になっているところに、次々と鬼が登場します。「不安鬼」「だらけ鬼」「スマホ鬼」「緊張鬼」「風邪鬼」「不真面目鬼」などが出てきて大暴れ! その鬼たちを1・3年生が豆を投げて退治します。逃げる鬼たちを追いかけて、最後は無事に退治することができました。

3年生の合格を願っての集会です。これで、3年生には勉強を邪魔する鬼はいなくなりました。受検日までの1か月、自分のできることを精一杯頑張ってください!



←寸劇開始、鬼登場!



鬼だ! 逃げろ～! →



←鬼に向かってエイッ

鬼退治大成功! →

保健委員会からの発表

集会の最初に、保健委員会から「睡眠実態調査」の結果報告がありました。その結果から、生活改善が必要な人がいるようです。気になる項目をピックアップしてみました。

項 目	1年生	2年生	3年生
寝る前にスマホ&ゲームなどのメディア関係をしている人	70%	60%	40%
1日のメディア使用時間が、3時間以上の人	50%	0%	30%
23時以降に寝ている人	45%	20%	40%
学校がない日は、いつもより30分以上遅く起きる人	45%	10%	30%

上記の項目に当てはまる人は、ぜひ、生活改善をしていきましょう。

また、睡眠〇×クイズで、睡眠の役割や効果を知ることができました。十分に睡眠を取れば、「免疫力UP」「疲労回復」「記憶の整理・定着」「集中力保持」が期待できます。推奨睡眠時間は、8～10時間だそうです。受検生は、22時就寝、6時起床だと、本番で力を発揮できるようなので、今からでも、この時間に慣れておきたいものです。

保健委員会の皆さん、とてもすばらしい発表でした。ありがとうございました。



お知らせ 年間行事計画には、「離任式」の日がちが3月28日(金)とありますが、諸事情により3月27日(木)に変更となります。ご理解のほど、よろしくお願いします。



基礎テストⅡ(理科)

基礎テストⅡ(理科)が行われました。今回は、全員合格です。この調子で残りの基礎テストも頑張ってください!

