

# R・R・R

3学年だより  
2月7日 発行  
第11号



～それぞれの道に～



立春を過ぎ、暦の上では春となりました。春は、出会いと別れの季節。皆さんの中にも、これから訪れる卒業や新しい進路に大きな期待と不安を抱えているのではないでしょうか。しかし、中学校生活も残りわずかになった今だからこそ、一日一日を大切に生活することが周りの人に対しても、自分にとっても一番大切なことではないかと思います。今まで支えてくれた保護者の方、お世話になった先生、クラスの仲間たち、皆さんを育んでくれたすべてに感謝をしながら、残り少ない中学校生活がより良いものになるように過ごしていきましょう。



～受験本番に向けて～



いよいよ2月に突入して公立高校の受験が間近に迫ってきました。多くの人が正念場を迎えています。また、1月に受験を終えて既に進路が決まっている人もいます。進路が決まった人、そうではない人、今学校では様々な想いが入り乱れています。そんな落ち着かない不安な気持ちの中でこそ、3年生全体の気持ちが試されています。自分のことだけを考えず、卒業までの残り僅かな日々の中で自分に何ができるのかを考えて過ごしましょう。

ということで…誰でもすぐに実践できる感染症予防対策を紹介します！

## ①手洗いうがいをしよう

冷たい水で手を洗うことを渋ってしまう気持ちもわかりますが、風邪をひいては困ります。正しい手の洗い方をマスターして給食前、トイレの後、休み時間などしっかり行うようにしましょう。

## ②早寝早起き

生活のリズムはしっかり整っていますか？勉強のしすぎて夜更かしはしていないですか？当日に寝坊や乗り過ごしなどをしないように今のうちにしっかりリズムを整えておきましょう。

## ③食事

免疫力を高めるには、主食・主菜・副菜をそろえた食事や規則正しい食事はもちろんですが、腸内環境を整えることも大切です。納豆・ヨーグルト・チーズ・キムチなどの発酵食品は、腸内環境改善に効果的なので積極的に食事に取り入れていきましょう。





## 2~3月の予定

完全下校時刻 2/1~2/15 17:00 2/16~2/29 17:15

いよいよ公立高校の受検です。全力を出し切ってファイト!▲

曜	行事予定	校時					
		1	2	3	4	5	6
1 木	学年末テスト（1日目）【給食なし】	国語	数学	理科			
2 金	学年末テスト（2日目）	英語	社会	音体	技家		
3 土							
4 日							
5 月		月1	月2	月3	月4	月5	
6 火	公立高校出願【給食なし】	学年	学年	学年			
7 水	全校委員会【3年生最終】	水1	水2	水3	水4	水5	水6
8 木		木1	木2	木3	木4	木5	木6
9 金		金1	金2	金3	金4	金5	金6
10 土							
11 日	建国記念の日						
12 月	振替休日						
13 火		月1	月2	月3	月4	月5	
14 水	1、2年学年末テスト（1日目）【給食なし】	学年	学年	学年			
15 木	1、2年学年末テスト（2日目）	学年	学年	学年	学年		
16 金		火1	火2	火3	火4		
17 土	各高校別に決められています。 受験者は、自分で日程・内容を確認しましょう。						
18 日							
19 月		火5	火6	水1	水2		
20 火	千葉県公立高校入学者選抜試験・1日目【給食なし】	学年	学年	学年			
21 水	千葉県公立高校入学者選抜試験・2日目【給食なし】	学年	学年	学年			
22 木	職員会議	学年	学年	学年	学年		
23 金	天皇誕生日						
24 土							
25 日							
26 月		学年	学年	学年	学年		
27 火	いのちの授業	学年	いのちの授業	学年			
28 水		学年	学年	学年	学年		
29 木		学年	学年	学年	学年		
1 金	三年生を送る会	学年	学年	学年	学年	三送会	
2 土							
3 日							
4 月	千葉県公立高校発表 4、5校時登校予定				学年	学年	
5 火		学年	学年	学年			
6 水	卒業式予行練習	学年	学年	学年			
7 木	千葉県公立高校二次募集出願	学年	学年	学年			
8 金	卒業式	卒業式					

