



ゴールデンウィークの過ごし方

ゴールデンウィークが近づいてまいりました。この期間は、学校生活の中で貴重な休息の時間となりますが、同時に安全や健康に気を配る必要があります。また、ゴールデンウィーク明けに予定されている1学期中間考査に向けての準備や、県高校総体・総文、野球部は全校高等学校野球選手権石川大会に向けて部活動に励む期間でもあります。

今年のゴールデンウィークを有意義に過ごすために、生徒指導からアドバイスをします。

- 1 **旅行計画の確認**：家族と旅行を考えている人がいると思います。事前に計画を立て、交通手段や宿泊施設の予約は余裕をもって手配するよう保護者をお願いして下さい。
- 2 **感染症対策**：新型コロナウイルス感染症は5類に移行しましたが、まだ完全に収束はしていません。特に、観光地や人が多い場所では、密集を避けるようにしましょう。一番は、基本的な対策を徹底することです。
- 3 **オンライン活動の活用**：外出が難しい場合や、自宅でゆっくり過ごしたい場合は、オンラインで友達と交流したり、興味を持ったことに挑戦したりするのもよい方法です。オンラインイベントやワークショップなどにも参加してみるのもよいと思います。
- 4 **家族や友人との時間を大切に**：忙しい日常生活ではなかなか会えない家族や友人との時間を楽しむこともよいことだと思います。料理を作ったり、映画を観たりすることで、より絆が深まると思います。
- 5 **心身のケア**：勉強や部活動で疲れた心身をリフレッシュさせるために、適度な運動や十分な休養・睡眠を心がけましょう。また、バランスの取れた食事を取ることも大切です。
- 6 **貴重な体験を積む**：ゴールデンウィークは新しいことに挑戦する絶好の機会です。趣味や興味があることに時間を費やし、新たな経験やスキルを身につけるチャンスと捉えてみてください。



ゴールデンウィークは、学校生活の中でリフレッシュの機会でもあります。楽しみながらも、安全に配慮し、充実した時間を過ごしてください。万が一事故等不測の事態が起こった時は、必ず担任の先生に連絡をして下さい。

それでは、よいゴールデンウィークを過ごしてください。