

# 夢のつばさ 12月

早いもので2024年が残り2週間ほどで終わろうとしています。この1年は皆さんにとってどのような1年だったでしょうか？

自分の目標に向けて頑張れた人、現在頑張っている最中の人、いまいち頑張り切れていない人。自分の1年を振り返ってみて、新しい生活が始まる2025年は今年以上に充実した1年を送れるように目標設定をしてみてください。

さて、年が明けると進路実現に向けて、共通テストや一般入試など大きな勝負を迎える人がたくさんいます。休息もしっかりと確保しながら、体調管理にはこれまで以上に気を配りましょう。『4月の自分』がどうありたいのかを、思い描いてもうひと踏ん張りしていきましょう！

## ◇残り約30日

クラスメイトや担任と今のように毎日顔を合わせるのも約30日です。あっという間です。その間には共通テストや入試など様々なことが控えます。不安にも思える日々を、前向きに過ごすために何をすべきなのでしょう？

### ①日ごと、週ごとに目標を立てよう！

『今日はこれを頑張ろう』『今週はこれを終わらせよう』『これを続けてみよう』など達成できそうな目標を毎日、毎週設定してみましょう！

何をすべきなのか（しなければならぬのか）も整理されて、やることの無駄がなくなりますし、それを達成することで自分にも自信がつき、前向きな日々を送れるようになります！

### ②生活リズムを崩さない！

元気であるのが一番です。年末年始は生活リズムが崩れがちですが、十分に睡眠時間を確保し、免疫力を高め、健康維持に努めましょう！また気温も低く、風邪や感染症も流行ってくる時期でもあるので、うがい手洗いははじめとした予防行動を徹底し、万全な体調で過ごしましょう！

## ◇これからの生活で、覚えておきたい言葉

『現在与えられた今の仕事に打ち込めないような心構えでは、どこの職場に変わっても決していい仕事はできない。』 松下幸之助(パナソニックグループ創業者)

今、自分の目の前にあることが頑張れないと4月からの新しい生活も頑張れないかもしれません。進路が決まった人もそうでない人も、『今』やるべきことに全力を注ごう！

## ◇12-1月の予定

日	月	火	水	木	金	土
12/15	16	17 性教育出前講座	18 三者懇談会① 45分3限	19 三者懇談会② 45分3限	20 三者懇談会③ 45分3限	21
22	23 終業式 学校評価アンケート	24 共通テスト K パック①	25 共通テスト K パック②	26 15:00 完全下校	27	28
29 閉庁日	30 閉庁日	31 閉庁日	1/1 元日 閉庁日	2 閉庁日	3 閉庁日	4
5 共通テストプレパ ック①	6 共通テストプレパ ック②	7 始業式 服装頭髪検査 いじめ調査	8	9	10	11
12	13 成人の日	14	15	16	17 共通テスト激励 会	18 共通テスト①
19 共通テスト②	20 共通テスト自己 採点 特別時間割Ⅱ期	21	22 音副科試験	23	24	25

※模試や共通テスト、入試の予定をしっかりと確認して、計画的に学習を進めましょう。

## ◇大学入学共通テストの日程



1月18日(土)		
地歴公民	2科目選択	9:30~11:40
	1科目選択	10:40~11:40
国語		13:00~14:30
外国語	(リーディング)	15:20~16:40
	(リスニング)	17:20~18:20

1月19日(日)		
理科	2科目選択	9:30~11:40
	1科目選択	10:40~11:40
数学①		13:00~14:10
数学②		15:00~16:10
情報		17:00~18:00