



1日2時間はスマホから離れて机に向かおう

もはや皆さんの体の一部になりつつあるスマホ。近くにないと落ち着かない。気づいたら触っている。現実世界よりもサイバー空間が生活の中心。しばらく人と喋っていない。心当たりのある人はいませんか。まずは1日2時間、物理的距離をとってスマホから離れましょう。午前1時間、午後1時間。その時間は冬季課題や、受験勉強にあてましょう。



イベントや行事に参加する際は、節度をもって



年末年始は、多くのヒト・モノがエネルギーをもって動きます。気持ちが昂り、普段とは異なる判断をしないと限りません。そんな時こそ、意識的に節度をもって行動するようにしましょう。羽目を外しすぎない、危険なところには近づかない。直感で「なにか、おかしい」と感じたらその場からすぐに離れることが肝心です。

ただ、華やかなイベントに参加することは、良い気分転換にもなりますので、ルールを守って楽しみましょう。よいお年をお迎えください。

来年から有権者に

今月3日、本物の投票箱や投票用紙を使い、模擬選挙を体験しました。来年は有権者という人もいますね。今年は、アメリカ大統領選挙や兵庫県知事選など、記憶に残る選挙のあった一年でした。「政治は難しい、わからない」ではなく、まず興味を持つことから始めてみませんか。



説明を聞いて・・・



用紙に記入して、投票！

受験生ゼロ学期スタート！悔いなき選択を

今月10日、ベネッセによる進路講演会がありました。10月模試の結果を握りしめながら、真剣に耳を傾けていましたね。自分の未来は自分で創造していくものです。君たちの人生の主人公は君たち自身。言い訳は通用しませんし、進路決定はくじ引きではありません。制限時間ギリギリになってしがみついた選択肢には、大なり小なり後悔が付きまったりするものです。この冬休み、自分自身としっかり向き合い、悔いなき進路選択ができるよう準備しましょう。



進路講話に耳を傾ける

提出課題の達成度＝あなたへの信頼度

入学してからこれまで、授業内外で数多くの学習課題が出され、皆さんはそれに応えてきたかと思えます。考査、長期休業ごとに期限付きの課題が出されていましたが、それらの達成度はいかがでしょうか。胸を張って「頑張った」と言えるでしょうか。提出期限を守り、取り組み内容も◎の人は、今後も継続していきましょう。課題の提出状況は、あなたの信頼度を図る指標の一つです。「あの人なら信頼できる、仕事を任せられる」と周囲から認めてもらえることは、嬉しいことではありませんか。

最後までもし ない人	下 落 の 人	叱 ら れ て す る 人	中 凡 の 人	言 わ れ て す る 人	上 達 の 人	進 ん で す る 人
---------------	------------------	---------------------------------	------------------	---------------------------------	------------------	----------------------------

空欄にはどんな言葉がはいるのか



頑張ることは好きではないかもしれない

でも、頑張る自分は嫌いではないかもしれない

人は、何かに本気になったとき、いい顔をします。「頑張る自分は嫌いじゃない」という人はきっとこの学校にも多いはず。今よりも少し負荷をかけて、「頑張る自分」を好きになってみませんか。



☆1・2月の行事予定☆

※毎月模試があります

日	月	火	水	木	金	土
1/5 冬休み	6 冬休み	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 総探(一部生徒) 加賀地区合同発表会 (PM)	16	17 進研模試	18 進研模試
19	20	21	22 音副科試験 (21H)	23	24	25
26 英検1次(希望者) 会場:本校	27 卒展① ~1/31 @小松市役所	28	29 美術教室(21H) 5-6限:東陵小学校	30	31	2/1 卒展② ~2/16 @宮本三郎美術館
2/2	3	4 40分×7限 学年末考査 時間割発表	5	6 進研マーク模試	7 進研マーク模試	8 進研マーク模試

1/7(火)の予定 ※服装頭髪検査あり

- 8:20までに登校、ST
- 8:50~始業式・諸連絡
- 9:45~2限開始
- 15:20~LH・服装頭髪検査

<チェック項目>

- ・頭髪(前髪注意)、服装(緑の上着!)
- ・化粧、ピアス、カラコン
- ・爪(切っておく)

【カラコンの危険性】 ※カラコンを付けての登校は禁止されています

カラコンは、普通のコンタクトに色素(ほとんどが金属由来)をいれて着色しています。そのため、装着中にカラコンから色素が漏れ出て、角膜を傷つける恐れがあります。装着頻度が高いと、当然病気のリスクも上がります。最悪の場合、角膜移植が必要です。

【化粧による肌トラブル】 ※化粧をしての登校は禁止されています

高校生は皮脂分泌が盛んな時期です。ただでさえ肌荒れを起こしやすいのに、化粧を繰り返すと、毛穴が詰まりやすくなります。毛穴の汚れは酸化して黒ずみに。安価なコスメは粗悪な商品が多く、肌荒れや色素沈着を招きやすいのです。学校ではもちろん禁止ですが、プライベートでの使用もほどほどに。

