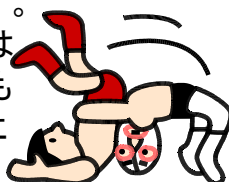


「3つの自己管理」

『健康』の管理

体調をくずしてしまうと、同時にやる気を失ってしまいます。ケガをしてしまっても同じです。自ら進んで体調をくずす人はいませんが、心身共に健康であることは生活する上でとても大切なことです。疲れたときは早めに休んで、身体のケアに心がけましょう。

げんき？



『時間』の管理



時間は使い方によって大きな差が出るものです。やることがたくさんあって時間がないと思う時ほど、効率よく事が進むときもあります。部活動で勉強時間が十分に確保できなかった時ほど、集中力でカバーできたりもします。時間をどのように使うかを考えながら生活してみましょう。まだまだ時間を無駄使いしていませんか。

『環境』の管理

チーム全員が目の前の試合に集中して、勝利をめざして頑張った経験を思い出してください。友達と一緒に楽しく遊んだ時を振り返ってみましょう。私たちは、自分がもっている力を大いに発揮することができます。しかし、一人では実現することができません。同じ志をもった仲間がいることが大切です。受験、卒業、同じ目標に向かってお互い助け合いながら、一步一步前進していきましょう。

表彰の記録

- 県水泳競技大会 200m個人外レー 第1位 SDくん
- ジュニアオリンピック陸上競技大会
 - 3年女子100mYH 第3位 HNさん
 - 女子円盤投げ 第1位 AMさん(全国大会出場)
 - 男子円盤投げ 第3位 ASくん
 - 3年女子砲丸投げ 第6位 SHさん
- 市中学校駅伝競走大会
 - <男子>総合6位 5区区間賞 TGくん
 - <女子>総合10位 4区区間賞 SNさん



来週の予定

○印は授業 ●印は行事等

	1校時	2校時	3校時	4校時	5校時	6校時
8日(月) B	○	○	○	○	○	○金5
	□浜松医大心のアンケート(帰りの学活時) □部休日 □教育相談強化週間～12日 <整理と対策【国語19】>					
9日(火) B	○	○	○	○	○	○総合
	□テスト計画作成(6校時) □北ブロック研修会事前研修会19:00図書室 ▽福島県奨学資金希望校内締切 ▽福島東稜高校オープンスクール参加申込締切 <整理と対策【数学19】>					
10日(水) B	○	○	○	○	○	○
	□卒業アルバム撮影(授業風景)～11日 <整理と対策【英語19】>					
11日(木) B	○	○	○	○	○	○学活
	□放射線教育(6校時)体育館 □簡単清掃(昼休み) <整理と対策【理科19】>					
12日(金) B	○	○	○	○	○	○総合
	□心肺蘇生法講習会(3の4～6)5/6校時体育館 □体験入学学級代表検討(3の1～3)6校時 ▽郡山萌世高校授業参観及び懇談会参加申込締切 ▽福島工業高専体験授業参加申込締切 ▽ふたば未来学園高校説明会参加申込締切 ▽東日本国際高等学院説明会参加申込締切 <整理と対策【社会19】>					

保護者の皆様へ



□PTA奉仕作業、お世話になりました。早朝より多くの方々にお手伝いいただき、感謝申し上げます。

□1学期に学年通信でお知らせしました「福島県奨学資金」の校内締切を、9月12日(金)から9日(火)に変更します。今後も、奨学金の募集案内が届き次第お知らせしますので、学校まで連絡ください。

□体調をくずし、欠席や早退する生徒が目立ちます。2学期の前半は季節の変わり目で、健康管理には特に気を配る時期ですので、ご家庭でも声かけをお願いします。