



Success is not Final, Failure is not Fatal.

—成功は最終的なものではないし、失敗は致命的なものでもない—

令和7年度 高校第3学年 学年通信
第5号 令和7年6月23日(火) 発行

皆さん、元気ですかあああ！？元気があれば何でもできる！
本当にその通りだと思いますが、暑い日も続き、なかなか頑張ろう！という気持ちにはなりませんよね。それに加え、期末考査、模擬試験など試験はまだ残っています。そんな夏を乗り切るために、大切なことを二つ紹介します！

★1 朝昼夜しっかりと食べ、必要な栄養素を摂取すること。

蒸し暑いと食欲もなかなか湧かず、ついご飯を抜いてしまうことがあります。白ご飯を食べやすいそうめんやうどんなどの麺類に変えてみる。他にも、夏場は発汗により、水分だけでなく、ミネラルやビタミンが失われやすくなります。水やスポーツドリンクなどでの水分補給はもちろん、果物、豚肉、海藻類などを食べて、ビタミンをしっかりと摂取しましょう。

★2 適度な睡眠をしっかりと取り、体を休めること。

夏場は、暑さや日照時間の長さ、生活リズムの乱れにより、睡眠不足になりがちです。睡眠不足は、体調を崩してしまう一つの原因です。過度な睡眠不足はもちろんですが、寝過ぎもよくありません！スッキリと起きることができる自分の適切な睡眠時間を見つけて、生活リズムを整えていきましょう！

以上の2つを意識して、期末試験や模擬試験を乗り切り、最高の夏休みにしましょう！！

第1学期期末考査時間割

	6/30(月)			7/1(火)			7/2(水)			7/3(木)	
	1限	2限	3限	1限	2限	3限	1限	2限	3限	1限	2限
1組 2組	数学Ⅱ、Ⅲ	日本史 世界史 地理		化学 倫理	論表		英コミュ	物理 生物 化学基 生物基 地学基 物理基 (1組のみ)	古典	数学B 数学C	論国
3組 7組	通常 授業	通常 授業	通常 授業	日本史	地学基		英コミュ	数BC 基礎中 デ 自習	論国	論表 中会 美表 自習	数学Ⅱ

6月10日に学校・企業別説明会が行われました！

気になっている学校や興味のある企業について希望を取り、各自で説明を聞きました。入試の方法や、仕事の具体的内容まで沢山の情報を得ることができました。得た情報を活かし、進路の実現に向け、良いイメージができる素晴らしい機会となりました。



7月の行事予定

- 1日(火) 期末考査第2日
- 2日(水) 期末考査第3日、ビジネス文書実務検定試験
- 3日(木) 期末考査第4日
- 4日(金) 漢字検定、非行防止教室(LT)、カウンセリング予定日
- 5日(土) 県模試
- 6日(日) 英検二次、県模試
- 10日(木) カウンセリング予定日
- 11日(金) 午前中授業(45分授業)
- 14日(月) 午前中授業(45分授業)
- 15日(火) 午前中授業(3限迄50分授業)、4限大掃除(モップ交換)、就職希望者対象就職関係講座
- 16日(水) 学級懇談会(三者懇談)(~17日)
- 18日(金) 第1学期終業式、校内献血
- 21日(月) 海の日
- 22日(火) 前期夏期特別講座(~25日)
- 28日(月) 後期夏期特別講座(~31日)

