

## 2学期が始まりました！



この夏休みを皆さんはどのように過ごしましたか。部活動に打ち込んだ人、自分の進路と向き合った人、心身ともにリラックスした人……。皆さんにとって充実した夏休みになりましたか？

夏休みの間についつい夜型になってしまった人も多いのではないのでしょうか。寝ている時間帯がバラバラになると、眠りのスイッチが入る時間が乱れてしまい、その乱れが集中力にも影響すると言われています。休日になると夜更かしをしてしまうという人は、意識をして休日も平日と同じリズムで睡眠をとるよう心がけましょう。

さて、2学期はそれぞれの学年の核となる学期です。一日一日を大切に過ごしていきましょう。2学期のスタートを切った皆さんへメッセージを送りたいと思います。

### 【3年生の皆さんへ】

3年生の皆さんにとって、2学期は自分の進路を決める大事な時期です。一人一人が別々の道に進んでいくことになります。それぞれの学校（大学・短期大学・専門学校）や会社（就職先）によって必要な書類や期限等が異なります。書類などの作成を依頼する際は、余裕を持って事前に先生にお願いしましょう（書類の発行には時間がかかります）。



進路のことで困ったことや悩むことがあれば一人で抱え込まず、先生に相談しましょう。最後まで諦めず走り続ける皆さんを、応援しています。

### 【2年生の皆さんへ】



この夏休みは自分の進路について考える時間はありましたか？1年後には皆さんが自分の進路に向かって進んでいくことになります。2年生のうちにオープンキャンパスに行ったり、合同説明会に行ったり、まずはさまざまな選択肢を知ることが大切です。自分の進路について考える時間をしっかり確保しましょう。

## 【1年生の皆さんへ】

1年生の皆さんは夏休みに文理選択について考える時間を持てましたか？なりたい職業、勉強したい分野など十分に考えてから「自分の進む道」を決めましょう。選択科目も同様に自分自身の進路を考え、必要な科目を選択するようにしましょう。



## 【あなたが高校生活で頑張ったことは？】ガクチカ

大学・短期大学・専門学校などの入学試験や就職試験で行われる面接では必ずといっていいほど「あなたが高校生活で頑張ったことは何ですか？」と聞かれます。今聞かれたら何と答えますか？「私が頑張った（頑張っている）ことはこれです！」と言えることはありますか？もちろん面接のために何かを頑張るといことではありませんが、3年間の高校生活でこれを頑張ったといえるものがあるということは、自信にもつながります。高校生活3年間で充実したものにするためにも、何か一つでもいいので、時間とエネルギーをそそいで頑張ってみてください。



## 【2学期の主な進路関係の予定】

3年生に関係することが多いですが、2年生は来年、1年生も再来年には自分のことになりますので、確認しておきましょう。

- |     |                 |     |               |
|-----|-----------------|-----|---------------|
| 9月  | ・ 指定校推薦説明会      | 11月 | ・ 学校推薦型選抜開始   |
|     | ・ 共通テスト説明会      | 12月 | ・ 共通テストプレテスト  |
|     | ・ 就職試験          |     | ・ 進路ガイダンス（1年） |
|     | ・ 文理選択（1年）      |     |               |
|     | ・ 共通テスト出願開始     |     |               |
| 10月 | ・ プレ就職希望者集会（2年） |     |               |

しめ切り  
は  
守る!

