



上越市立城西中学校  
R6. 1.26 No.36

## 三者面談を終えて ～ 決意を新たに ～

先週は、三者面談ありがとうございました。私立2月入試に向け、また公立高校の入試に向け、決意を新たにした人も多くいます。最後は自分で決めますが、そこまでに多くのことに悩み、周りの人の相談する機会があったと思います。今、関わってもらっている方に大いに感謝しながら過ごしてもらえるとよいと思います。

「あとひと踏ん張り、頑張りましょう！」

この「踏ん張る」とは、気合を振り絞っていくことです。気持ちを充実させる秘訣は、生活習慣を整えることだと考えています。勉強も気になりますが、まずは自分の体調管理をしっかりとしたいですね。

「健康な身体があってこそ勉強に集中できる」健康チェックをしてみよう！

- 決まった時間に起き、適度な運動をし、決まった時間に寝ている
- 睡眠時間を確保している（7～8時間くらい）
- 一日3食を食べている
- 感染症の対策ができています（手洗い・うがい・換気など、ハンカチも忘れずに）
- 学習環境を整えている



（机の周りに誘惑されるものや気になるもの置いていませんか？ 脳内が集中できないですよ）

みんなが健康に留意し、ベスト・コンディションで受験に臨めるように  
しましょう！

油断や過信は禁物です。細心の注意を払って、健康第一です！



～保護者の皆様へお願い～

- ①公立高校の web 出願と考査料納入を1月31日（水）までにお願いします。
- ②私立高校の2月入試受験者は、Web 出願をお願いします。
- ③高校への進学が決まった家庭は、高校の指示に従って、入学の手続きを進めてください。

## そろそろ「卒業式」のことも考えましょう

来週は、もう2月になります。今週が終わると、卒業式まで残りの28日間の登校となります。29日後が卒業式となります。

自分の卒業式にどう向かいますか？どんな卒業式になるといいですか？今までお世話になった方々へも卒業式の成功に向けてどう過ごしていくか。自分たちはどんな卒業式を作り上げていくのか、感謝の気持ちをどのように表していくのか、感動する（できる）卒業式にするためには…など、いよいよ具体的に考えることができるとよいですね。

感謝の気持ちを表すために卒業生として、クラスとして、学年として、どんな態度、どんなことが必要となるのでしょうか。



1/29~の  
主担任

学級	1組	2組	3組	4組	5組
担当者					

来週の予定

◎3学期の校時(基本)について・(月)~(金)5限授業 ・放課後学習室終了 16:00、完全下校 16:30  
 ・清掃…(月)(木) ・城西タイム…(水) ・フッ化物洗口…(木)

29 月	朝	1	2	3	4	昼	5	6	放課後	<ul style="list-style-type: none"> <li>・3学期はとても早いです。もうすぐ1月も終わりとなります。</li> <li>・終学活終了 15:05</li> <li>・生徒下校完了 15:20</li> </ul>
	朝活動	授業	授業	授業	授業	給食	授業		学習室なし	
清掃あり										
30 火	朝	1	2	3	4	昼	5	6	放課後	<ul style="list-style-type: none"> <li>・後期テストが始まりました。頑張りましょう。</li> <li>・終学活終了 13:30</li> <li>・生徒下校完了 13:45</li> </ul>
	朝活動	テスト国	テスト数	テスト英	質問教室	給食			学習室なし	
後期定期テスト① 4限質問教室 清掃なし(入学説明会①)										
31 水	朝	1	2	3	4	昼	5	6	放課後	<ul style="list-style-type: none"> <li>・中学校生活最後の定期テストでした。実力は出し切れましたか？</li> <li>・終学活終了 13:40</li> <li>・生徒下校完了 15:45</li> </ul>
	朝活動	テスト社	テスト理	テスト体	授業	給食			学習室あり	
後期定期テスト② 清掃なし 城西タイム(入学説明会②)										
2 / 1 木	朝	1	2	3	4	昼	5	6	放課後	<ul style="list-style-type: none"> <li>・2月になりました。今、どんな目標をもっていますか？それに向けてどんなこと出来ていますか？</li> <li>・終学活終了 15:05</li> <li>・生徒下校完了 16:30</li> </ul>
	学年朝会	授業	授業	授業	学活	給食	授業		学習室あり	
3年学年朝会(体育館) 欠席者テスト 清掃あり フッ化物洗口										
2 金	朝	1	2	3	4	昼	5	6	放課後	<ul style="list-style-type: none"> <li>・明日は節分。今追い払いたい鬼は何鬼ですか？</li> <li>・終学活終了 14:50</li> <li>・生徒下校完了 16:30</li> </ul>
	朝活動	授業	授業	授業	授業	給食	授業		学習室あり	
欠席者テスト 清掃なし 特別支援学校一般選考 SC来校										

「令和6年能登半島地震」による生徒災害見舞金の申請について

標題の件について、県中学校校長会より連絡文書が届きました。下記の対象について申請することができます。該当する場合は、申請に必要な書類をお渡しいたしますので、担任または学年部職員までご連絡ください。

<対象となる被害内容>

全壊、大規模半壊、中規模半壊、半壊、準半壊、床上浸水、避難指示※

※「避難指示」とは、市町村の指示が出され、7日以上外泊避難した場合を指します。

※準半壊に至らない「一部損壊」は、対象となりませんので、ご注意ください。