

ほけんだより 3月

3年生のみなさんへ

2017.3 貴志中学校

卒業後のスポーツ振興センターの扱いについて

○手続きについて

○給付金について

卒業までに中学校の管理下で発生した災害については、平成29年3月分までは中学校で手続きを行います。その後、4月分からは進学先での手続きとなります。

2月以降に手続きを行った分につきましては、まだ振興センターより給付の連絡がきていません。通知があり次第、ご家庭へお知らせいたします。

受験生のみなさん
もうひとふんばり!

あせり・緊張・ストレスに負けないで!!

睡眠時間は ☆
しっかりと確保して!

睡眠不足は
集中力・記憶力の敵!!
受験のことを考えると、なかなか眠れませんが部屋を暗くして横になる時間を確保しましょう。

☾夜型から→朝型へ

脳が活発に動き出すのは起床後3時間くらいです。早めに起床し、活発な脳で試験に挑みましょう!!

☆6ギガパー!

☺不調のときは
あせらず休養を

体調の悪い時は無理をしても悪化するだけです。集中できない時はホッとひと息も大切にです...

卒業生のみなさんへ

中学校生活はどんな弾間になりましたか? 辛いことや楽しいことなどいろいろなことがあつたと思います。どの出来事も振り返ってみると、自分も大人へと成長させてくれたよい経験になったのではないのでしょうか。

4月からは新しい環境で新しい出会いが待っているでしょう。その一つ一つの出会いも大切に、また一段と成長したみなさんと会える日を楽しみにしています。

健康に気をつけて、頑張ってくださいね。応援しています!

担任の先生や友だちと別れ、中学校からも離れることとなります。別れは寂しく、不安な気持ちでいっぱいの人もあると思います。でも、不安な気持ちを出して、新たな一歩を踏み出してください。そこには、たくさんの出会いが待っています。卒業するみなさんに、こんな言葉を贈ります。

疑わずに最初の一段を登りなさい。階段のすべて見えなくてもいい。とにかく最初の一步を踏み出すのです。(キング牧師)

卒業 おめでとう☺

野上

卒業 おめでとう!!

橋本