

# 清風

高岡市立高陵中学校  
第3学年だより  
第6号  
令和6年9月30日

## 「自分自身を校舎建設と重ねて」

嶋崎 博子

毎日、勉強や趣味に忙しくなって生活のリズムが崩れた時、生活を整えるためには、睡眠の質が大切です。しっかり栄養を摂って清潔を心がけ、入浴をしてぐっすり休む。当たり前をしっかり生きる生活こそが、とても大切なことなのです。

人は何かしら使命感があると、一生懸命になりがちです。向上心があると、成長するために頑張りがちです。真面目な人ほど無理をしがちです。好きなことほど、夢中になり、時間も忘れて没頭することもあるでしょう。

しかし継続が力になる場合と、継続がケガや病気につながる場合とがあります。自分自身を過信せず、無理をしない。人生は長く、安全で健康第一でなければ楽しくありません。

窓の外を見れば、新校舎の建設工事も進んでいます。大きな校舎を支えるために、地面を深く掘り、頑丈な杭を打ち込み、鉄筋コンクリートの丈夫な基礎が作られています。私たち人間にとっては当たり前をしっかり生きる生活を送ることが、大切な基礎になります。喜怒哀楽を味わえる人間であることに感謝し、自分自身を大切に、周囲の人と助け合いましょう。いつか振り返った時、誇れる自分自身になれるか。創っていくのは自分自身です。



### 「卒業生の体験に学ぶ会」を聞いて

- 高校入試に向けて、何をすべきか、そのためにどう動くべきなのか分かった。自分が思っているような甘いものではなく、膨大な量の努力をされていて、見習わなければならないと思った。
- それぞれの学校の雰囲気とか、授業の進み方について、ネットで書いてあること以上に詳しく知ることができた。どの卒業生の方も、体調管理が大事だと言っていたので、気を付けたいと思った。
- リアルな受験までの対策についてや、高校入学後の学習方法を知ることができた。新研究を最大限に活用している先輩が思ったよりも多く、新研究の大切さを再確認したので、隅々まで活用していきたいと思いました。
- ただ新研究を解くだけではなく、自分が分かるまで復習したり、付箋を使って工夫して学習したり、私がいまだにやっていない勉強方法を聞いてよかったです。
- 上位校に入って最下位になるより、余裕をもって入れる高校に入り上位を目指す方が、自分の勉強のモチベーションも上がると聞いて、高校を選ぶ時のひとつの視野にしたいと思った。

～学校祭・合唱コンクールのご案内～

日時：10月26日（土）（8：50～15：10）

※合唱コンクール（9：00～10：50）

※ステージ発表（11：00～12：00）

- ・PTAのお弁当を注文していない場合は、弁当を持たせてください。
- ・詳細につきましては、後日配布するプログラムでご確認ください。



合唱コンクール 指揮者・伴奏者



	1組	2組	3組
合唱曲名	虹	信じる	友～旅立ちの時
指揮者	澤井 俊	伊藤 航祐	筏井 義人
伴奏者	有賀 瑞姫	河原 寛明	藤岡 呼夏

《10月予定表》

1	火	学校祭係打合せ① 短縮授業
2	水	学校集金振替日
3	木	
4	金	
5	土	
6	日	県中文祭
7	月	短縮授業
8	火	
9	水	第1回後期生徒評議会・専門委員会
10	木	県中教研大会、給食なし
11	金	学級討議 第2回後期生徒評議会・専門委員会
12	土	
13	日	
14	月	スポーツの日
15	火	学年人権弁論大会 短縮授業
16	水	

17	木	
18	金	公聴会 短縮授業
19	土	市中文祭
20	日	
21	月	短縮授業
22	火	
23	水	
24	木	
25	金	学校祭係打合せ②
26	土	合唱コンクール 学校祭
27	日	
28	月	繰替休業日
29	火	
30	水	
31	木	

