

# 3 学年通信

## 4月第7号

川崎市立川崎高等学校新3学年  
4/21 発行 担当 畑中久枝

今回は、みなさんからの問い合わせや、Classiでのアンケートから、共通する：通じる部分があると思われる課題をまとめてみました。



### 家での勉強に集中できない！

- 図書館や塾を利用することが多かったが、開いていないので、家にいるしかないのがつらい。
- 家だとあまりやる気が出ない。

こんな状況になってみると、今までいかにいろいろな選択肢があったかを実感しますね。しかし今は Stay home！ ポジティブに Stay home を活かす！と思っ

て家での生活を工夫していきましょう。  
家での時間は単調になりがち、自分でメリハリを工夫している人も多いようです。勉強の時間を中心に、運動の時間、読書の時間、散歩の時間・・・自分に合った気分転換を見つけましょう。まさに、自分らしさを発揮する時かもしれません。



### 先行き不透明すぎて不安

- 学校再開後の授業はどう進むのか・・・
- 進路相談ができない・・・
- 小論文対策はどうなるのか・・・
- 模試はどうなるのか・・・

学校再開後、授業は課題がやってあることを前提として進みます。各教科の課題にしっかり取り組んでください。課題提出やテストなど、教科によって扱いは違うでしょう。質問やわからない部分は、リストアップしておきましょう。再開後に解決しなくてはなりません。

進路についての不安を感じている人は当然多いようです。特に推薦型の選抜を考えている人は、オープンキャンパスなどでの情報収集ができず、焦りも出てくる時期でしょう。しかし、先方にとっても学生獲得意欲は変わりありません。進路先の多くはインターネットで情報を発信していますから、よく調べてください。

相談したい場合は、担任の先生に連絡してもよいですし、普通科の人は、Classiのこの投稿にその旨コメントを書き込んでくれてもいいです。こちら（畑中）から個人宛にメッセージで回答します。

小論文や志望理由書については、学校再開後に案内します。進路指導部と国語科で準備しています。今、どうしても不安だったら、自分で志望理由書を書いてみるのもよいでしょう。現段階でのスタートラインは築けるでしょう。もし、学校再開が遅れてしまった場合は、計画を練り直して改めて連絡をします。

普通科5月実施予定の模試は、家に持ち帰りになりますが、予定通り実施します。過去問はClassiのコンテンツボックスにありますから、やってみてください。



### 運動不足で太る！

- 家ではつつい食べてばかり・・・
- 部活がないから・・・

毎年、3年生を見てきましたが、受験期間が終わると見違えるように太る人が多いです。今から太ってしまうとちょっと怖いですね。3月に卒業する時の理想像を描いてみてください。その理想像を創るのは、日々のあなたです。しっかり食べてしっかり運動、健康第一です。お互い頑張りましょう！

う～ん  
自己管理って難しい！  
だからこそ頑張りましょう！



今まさに私たちは未曾有の状況の中にいます。私は50年以上生きてきましたが、これまでこんな経験はありません。この麻痺した現状をどう切り拓くか、人間性が問われているように感じます。みなさんも同じです。お互いしっかりしましょう。そして、学校が再開したら一気に走り出せるよう、確実に力を蓄えましょう。目の前のことをコツコツやってください。「ピンチをチャンスに変える」ためには、このコツコツが不可欠です！

