

# ジャンプ！

福山市立東朋中学校  
第3学年 学年通信  
2025年（令和7年）  
12月12日（金）No.7

## 持久走記録会

11月後半から体育の授業で持久走に取り組んでおり、12月10日（水）に持久走記録会を行いました。記録会では学年の仲間と声を掛け合いながら最後まで走ることができました。長くてしんどい道のりでも、一歩一歩足を前に出して進んでいけば、必ずゴールに辿り着きます。持久走も勉強も、しっかりと頑張っていきましょう。

寒い中、参観に来て下さった保護者の皆さま、ご声援ありがとうございました。



## 入試に向けて生活を整えよう

2学期の残り日数が10日を切りました。私立高校の出願手続きも進んでいます。3学期に入るとすぐに私立高校の入試が始まります。受験を見据えて、自分の生活を整えていきましょう。

### ①体調管理に気をつけよう

インフルエンザが流行しています。手洗い・うがい・換気など、身近な場面で感染予防に気を配りましょう。また、必要な場面で使えるよう、マスク・ハンカチ・ティッシュ等を毎日持っておきましょう。

夜遅くまで勉強している人も多いと思いますが、睡眠時間の確保やバランスのよい食事も、入試でパフォーマンスを発揮するためには必要です。

### ②服装・身だしなみを整えよう

ネーム、リボン、ネクタイ、ベルト、上着やシャツのボタン、スカート丈など、入試に行ける状態に準備してください。シューズの踵を踏んでいたり、汚れている人はきれいにしましょう。また、入試会場などの緊張した場面では、普段の立ち居振る舞いが現れます。普段の学校生活から、入試に行ける服装・身だしなみで過ごしましょう。

### ③時間を見つけて勉強しよう

休憩時間や少しの隙間の時間にも、勉強している人が増えてきました。また、先生に苦手なところを質問したり、友だちと教え合ったりする姿もよく見かけます。毎日の過ごし方が受験につながっています。時間を無駄にせず、今自分に何が必要か考えて、勉強に向かいましょう。

### 保護者の皆様へ

私立高校の手続きが進んでいます。入試を間近に控える生徒たちはもちろんのこと、保護者の皆様においても心配の絶えないことだと思います。気になることがありましたら早めに中学校へご相談ください。尚、12月15日（月）～18日（木）には期末懇談を予定しております。お忙しいなかですが、よろしくお願ひいたします。