

## 「夏を制する者は・・・」

校長 星野 貞邦

夏の日差しが一段と厳しさを増し、暑い日が続いております。保護者・地域の皆様方におかれましては如何お過ごしでしょうか。

明日7月21日（金）から8月28日（月）まで39日間の夏休みとなります。夏休みの生活で大切なことはいろいろありますが、その中に「生活のリズムを崩さない」、「規則正しい生活をする」といったことが挙げられます。就寝時刻や起床時刻が遅くなり、長い休みの間生活の時間帯がずれてしまうこともあります。休業中普段の生活と同じ時間帯で規則正しい生活をするのが望ましく、そのためには、一日三度の食事の時間をほぼ一定に保つことが有効だと言われております。「規則正しい生活をしよう！」

さて、3年生にとっては、この夏休みの頑張りが進路に大きく関わってきます。受験に挑んだ先輩たちの声を拾っていくと、受験を勝ち抜いた先輩たちに共通していることが二つあります。一つは、目標を早く決めること。もう一つは、受験勉強を早くスタートすることです。そんなことかと思う人もいるかもしれませんが、このことがなかなか難しいようです。「夏を制する者は受験を制する」という言葉がありますが、多くの生徒が部活動を引退して、本格的に進路に向かってスタートを切るこの夏休みが、一度目の試練となることを言っている言葉だと思います。3年生諸君「頑張ろう！」。

1. 2年生にとっても「夏を制する者は新人戦を制する」「夏を制する者は不得意科目を制する」「夏を制する者は・・・を制する」と、自分なりに言葉を入れてみてください。この夏休みが、生徒にとって有意義で充実し、大きく成長できる、満足の行く夏休みになることを期待しております。

最後に、保護者の皆様方をお願いします。この夏休み、学校の直接的な指導から離れ、家庭での生活が中心となり、家庭や社会の一員としての自覚を高め、家族や地域との絆を深めることのできる良い機会でもあります。ご家庭におかれましては、お子様と家庭内でのルールや役割分担について十分話し合い、家庭で何らかの役割を担った生活を送らせてほしいと思います。また、この機会に地域のお祭りやボランティア活動に積極的に参加するように助言をお願いいたします。