

皆さん元気に生活していますか。

臨時休業の期間が長くなり、生活のリズムが心配です。

毎日、「巣ごもり」状態で困っているかもしれませんが、「早寝早起き朝ご飯」で規則正しい生活を送ってください。そうすることで日々の学習にも集中して取り組むことができます。各教科から出されている課題にも頑張っておこなっていることと思いますが、もし、疑問点などがあれば学校に電話をしてください。学習だけでなく、体調面やその他、気になることがあれば連絡をください。

時間にメリハリをつけ、自分で学習や生活のペースを作っていくのは大変ですが、一日一日を大切に過ごしてほしいと思います。

教務部長 石山敦子