

学校教育目標『夢と希望に向かって努力し、
他を思いやる、豊かな心をもった生徒を育む』

「頑張れ3年生！ 健闘を祈ります・・・」

第3学期が始まって、あっという間に20日が過ぎ、1月が終わろうとしています。先日、大学入試センター試験が実施され、全国的に受験シーズンに突入しました。本校3年生も、1月22日（火）に行われた、北九州地区私立高等学校推薦入試を皮切りに、本年度も高校入試が本格化しています。

3年生の皆さんの緊張感はピークに近づいていることでしょう。しかし、どうか気持ちをしっかりと強く持ち、今まで取り組んできた努力の成果を自信とし、心と体をベストの状態にして頑張ってください。1月18日（金）の企救中新聞では「受験生を励ます8つの言葉」が紹介されていました。目を通して、勇気づけられた3年生が多いと思います。この学校だよりでは「受験時の鉄則」について触れさせていただきます。参考にさせていただき、最善を尽くしてきてください。

鉄則1 受験当日は心もち早起きを！そして、平常心で試験に挑戦するべし！

朝、時間にゆとりをもって家を出て、心もち早めに受験会場に到着しておくことはとても重要です。遅刻寸前でギリギリに会場に到着・・・などというようなことでは、実力を十分に発揮することはできません。ですから、いつもより少し早起きをした方が良いでしょう。

試験の時に使う「頭」（＝脳）は、朝起きてすぐには働きません。脳は起床後3～4時間ぐらいたってから活発に働き始め、やっとベストの状態になります。試験開始時間から逆算して、当日何時ぐらいに起きたらいいかを考えてみましょう。そして、必ず実行です！また、受験校への行き帰りの交通手段を調べ、持参品・携行品を準備し、その上で朝、家を出る時間を決定してください。無理にいつもと違うことをしなさいとは言いません。普段通りの生活リズムでいいのですが、それに加えて「いつもよりちょっとだけでも早めに起きるようにしよう！」という心構えが大切です。



3年生の皆さん、どうかくれぐれも平常心を保って頑張ってきてください。受験といっても、何もむやみやたらに難解な問題に挑戦するわけではありません。今まで皆さんが勉強した内容が出題されるだけのことなのです。これまで取り組んできた勉強の際の集中している時の感覚だとか、問題にチャレンジしていく時の気持ちなどを、そのまま延長させて試験に臨むことが大切です。つまり平常心です。肩の力をすっと抜いてやれば大丈夫です。

鉄則2 全力を出すためには、心と体をベストの状態にするべし！



この時期になって、インフルエンザの流行が拡大しています。北九州市は現在、患者数が基準を超えたとして警報を出していますが、市内小中学校の学級閉鎖なども相次いでいます。企救中学校もインフルエンザに感染して欠席する生徒も増えている状況です。しかし、そんな環境であっても入試は行われます。心と体をベストの状態に保ち、受験に臨むためにも、自己管理を徹底していきましょう。そこで・・・

うがい・手洗いの励行 マスクの着用 室内における湿度と換気

不要な外出は避ける 栄養・運動・休養のバランス 等々・・・

できる対策はすべてやっておいてください。

北九州地区私立高等学校及び北九州市立専修学校の一般入試は下記の予定で実施されます。明日、明後日の土日の過ごし方は3年生にとって非常に重要です。自分自身が最高の状態で試験当日を迎えられるように、しっかり考えて行動してください。

【今後の入試日程】

| 期 日 | 学校名・その他 |
|---------------|-------------------------------|
| 1月28日(月) | 私立一般、戸畑専修一般入試 前日指導 |
| 1月29日(火) | 私立一般入試①(星琳・豊国・慶成・仰星・九州国際大学付属) |
| 1月30日(水) | 私立一般入試②(美萩野・西南・真颯館・自由ヶ丘・敬愛) |
| 1月31日(木) | 私立一般入試③(常磐・希望が丘・東筑紫・高稜・折尾愛真) |
| 2月1日(金) | 戸畑専修一般入試 |
| 2月4日(月) | 公立推薦、ひびきI期入試 前日指導 |
| 2月5日(火)～6日(水) | 公立推薦、ひびきI期入試 |
| 2月5日(火) | 私立一般入試 合格発表 |
| 2月6日(水)～7日(木) | 3年生保護者懇談会 |
| 2月8日(金) | 戸畑専修一般合格発表 |
| 2月12日(火) | 公立推薦、ひびきI期 内定発表 |
| 3月5日(火) | 公立一般入試 前日指導 |
| 3月6日(水)～7日(木) | 公立一般入試 |
| 3月14日(木) | 公立一般 合格発表 |

試験に挑戦するすべての3年生の健闘を心からお祈りいたします。