



_____ さんへ

新年あけましておめでとうございます。冬休みは、いかがお過ごしでしたか。本日から3学期が始まります。寒い日が続きますが、体調管理にはくれぐれも留意してください。1月は合同文化祭も予定されています。展示作品の準備など忙しいと思いますが、頑張ってくださいね。

さて、現在の体調は、いかがでしょうか。冬休みもアルバイトを頑張った人が多いことでしょう。お金を稼ぐ大変さ、時間の使い方、社会の厳しさ、おもしろさ…様々を感じながら学校生活と両立しているのではないのでしょうか。「しんどい…」「疲れた…」と感じている時には友達や先生、信頼できる大人に「今日は、ちょっと疲れています。」と話してくださいね。

また、アルバイトをしていない皆さんも、遠くから通学していたり、家の手伝いをしていたりしながらの日々。夜間学校へ通うのは大変なことも多いでしょう。ですが、毎日学校へ通い学んだり、いろいろな経験を積み重ねたりしています。少しずつの成長が今後きっとあなたの強みになると思います。一步一步、進んでいきましょう。気になる

こと、心配なことは遠慮なく相談してくださいね。



体も心も元気な1年にしよう

MON		TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
5 小寒 先負		6 始業式	31 JANUARY 2026	1 大安 元日	2 赤口	3 先勝	4 友引
7 十一年		8 赤口	9 先勝	10 友引	11 先負	月曜日課	
12 仏滅 成人の日	13 大安	14 生徒会選挙	15 先勝	16 友引 情報技術検定	17 先負 防災とボランティアの日	18 仏滅	
19 赤口	20 大寒 先勝	21 友引 4年美化活動	22 先負 4年卒業テスト	23 仏滅 4年卒業テスト	24 大安 全国学校給食週間 (～1月30日)	25 赤口	
26 先勝 4年卒業テスト	27 土用 友引 合同文化祭展示	28 先負 ステージ発表	29 仏滅	30 大安	31 赤口	1	

生活リズムをとり戻そう

参考図書:「健」