



3 学年 通信

笑顔自立貢献

令和7年1月10日(金)発行 NO.36

進路情報号17

鶴ヶ島市立藤中学校

☆大事な3学期！毎日の生活を大切に

令和7年になりました。皆さんにとって中学校生活で最も大事な3学期のスタートです。冬休みは、いっぱい勉強に励んだことでしょう。受験もちろん大事ですが、3学期は中学校生活の集大成の学期です。卒業に向けて立派な3年生の姿を見せられるよう、気持ちを引き締めて生活を送っていきましょう。

そして、入試まであとわずかです。以下の事を頭に入れ、当日の試験に余裕をもって臨みましょう。

☆入試当日に十分に実力を発揮するために

① 体調を万全にする。

健康管理をしっかりして、体調万全で臨みましょう。

- ・睡眠をしっかりとる。
- ・食事は3食(ビタミンCを十分に)規則正しくとる。
- ・適度に運動する。

かぜ予防を徹底しましょう。

- ・外から帰ったら、必ず手洗いとうがいをする。
- ・部屋の換気や乾燥に注意する。
- ・かぜをひいてしまったら、無理をしないで自宅で静養する。

② 頭の働きをベストにする。

一週間前くらいから毎朝、入試当日に起きる時間に起きるようにする。試験は9時ごろから始まります。その時間に頭の働きがベストの状態になるように、生活時間を整えましょう。

受験勉強は、今までやった問題集等を使って、弱点を克服するのが効果的です。「やっていないこと」ではなく、これまでに「やってきたこと」を見直し、振り返っておきましょう。

③ 準備万端整える。

持ち物チェックリスト(生徒募集要項を参照)を作って、一つひとつ確認しておくこと。受験校の学校案内(地図もあり、面接のときの情報源にもなる)もあると役に立ちます。身だしなみも点検しておきましょう。

また、あらかじめ下見をするなどリハーサルをして、交通手段にトラブル等があっても、冷静に対応できるようにしておく心安心です。

持ち物チェックリスト(例)

- | | | |
|-------------------------------------|----------------------------------|-------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 受験票 | <input type="checkbox"/> 生徒手帳 | <input type="checkbox"/> 筆記用具 |
| <input type="checkbox"/> 交通費・電話代 | <input type="checkbox"/> 上履き | <input type="checkbox"/> くつを入れる袋 |
| <input type="checkbox"/> ハンカチ・ティッシュ | <input type="checkbox"/> 腕時計 | <input type="checkbox"/> 弁当(必要に応じて) |
| <input type="checkbox"/> 雨具 | <input type="checkbox"/> 使い捨てカイロ | <input type="checkbox"/> 受験校の学校案内 |
| <input type="checkbox"/> マスク | <input type="checkbox"/> その他 | |

☆受験番号の報告

私立高等学校入試の出願をした人は、受験番号を担当の先生に報告してください。出願後に、必要が生じて中学校と高等学校とで入試に関する連絡をする場合に、受験番号が必要になります。受験番号が分かりたい、担任に必ず報告してください。