

# 自分の花を咲かせよう

第6号  
令和2年6月5日(金)  
文責：森田美貴子

## 春から夏へ

先日、合服移行期間のお知らせをしたのですが、今週はもう夏服移行期間のお知らせをすることになりました。ちょうどいい季節が年々減ってきているような気がしている今日この頃です。朝は若干涼しく、日中は30度を超える日が出てきそうな予報でしたが、何とか無事に過ごせているでしょうか？ まだまだ暑さに体が慣れていないこの時期ですから、熱中症を心配しています。特に日常的に運動をしていない人は汗をかきにくくなって、身体に熱がこもりがちです。暑さ・寒さの感覚は個人差があり、気づかないうちに体温が上がっていることもあるかもしれません。日中の気温をニュースなどで確認したり、水分を多めに補給したりするなどして少しでも快適に過ごせるような準備や工夫をお願いします。

もう一つ気になることは、「元気」の減少です。暑くなってくると、身体が暑さに慣れようとする調節機能が働きます。どうしても体力を消耗しますし、ちょっとおかしいかな？ 疲れたかな？ という状況になりやすいです。部活動も始まって回復に時間がかかるのも当然です。そんな中、勉強だけでなく、SNSやゲームなどで就寝時間が遅くなっている人もいるかもしれません。少しでも自分の体をいたわって、疲れを取り除く生活を心掛けてみてください。

### ☆懇話会役員さんが決まりました☆(敬称略)

何かと変動の多い年にご協力くださり、本当にありがとうございます。

1年間お世話になります。どうぞよろしくお願いいたします。(☆印：学年長さん)

クラス	役員氏名(生徒名)	専門部	クラス	役員氏名(生徒名)	専門部
A	田中 佳恵(優芽)	生活部	C	小山 哲儀(輝純)	生活部
	川戸 小百合(皓生)	研修部		☆長谷川 円(夏子)	文化部
	小谷 牧与(遙人)	文化部		林 大介(優莉)	研修部
B	佐藤 望(優真)	生活部	D	岩室 明里(結子)	研修部
	西川 育子(虎太郎)	研修部		川上 小織(旺祐)	生活部
	森澤 公雄(知慶)	文化部		三浦 俊樹(祐一朗)	文化部

**お知らせ：東部総体の日程変更やコロナの警戒に伴い、課業日の変更、定期テストの変更がありました。**

前期中間テスト 6月18日(木)

前期期末テスト(4教科) 7月10日(金) に実施されます。

### 👉進路情報👈

**6月中旬になりましたら、進路希望調査を行います。県外受験等を考えておられる場合、オープンキャンパスや説明会などの情報は各自で入手をお願いします。**