



1月の生活目標 規則正しい生活を送ろう

13日間の冬休みがあっという間に終わり、3学期がスタートしました。今年もよろしくお願ひします。充実した冬休みを過ごすことはできましたか？これまでの復習をしたり、部活や習い事に励んだり、趣味に没頭したり、家族で思い出を作ったり…きっと充実した日々だったと思います。



冬休み中、規則正しい生活を送ることはできましたか？終業式で『早寝・早起き・朝ごはん』のお話をしましたが、実践することはできましたか？夜遅くまで起きていたり、昼まで寝てしまったりと、生活リズムが乱れてしまった人もいると思います。



始業式で生活委員から、『生活カード』の取り組みの説明がありました。例えば、「夜10時までには寝る」「朝7時までには起きる」「1日のスマホの使用時間は2時間以内にする」など、1人1人がそれぞれの目標を立て、一週間、その目標に向かって努力しましょう！



～5つのあたりまえだけど大切なこと～

皆さんは『5つのあたりまえだけど大切なこと』を知っていましたか？実は、10年以上前に六中ブロック（六中、鬼高小、稻荷木小）の先生方で話し合い、「小学校6年間と中学校3年間の9年間を見通した目標を立て、実行しよう！」ということで作成されたものです。

時間とともに、徐々に活用されなくなっていきました。今回、再び六中ブロックの先生方で話し合い、リニューアルしました！始業式でも説明しましたが、裏面に載せてありますので、1人1人がしっかりと意識して生活してほしいと思います。

～3学期は0学期??～

「3学期は1年間のまとめの期間です」という話は、これまでにも聞いたことがあるのではないでしょうか。3学期はまとめの期間であると同時に、次への準備の期間もあります。4月から1年生は2年生へ、2年生は3年生へ、学年が1つ上がります。1年生は2年生となり、委員会や部活動などで“先輩”という立場になります。2年生は3年生となり、六中での“最高学年”となります。3年生は高校へ進学したり、就職したりと、新たな場所での生活がスタートします。



4月から、いきなりできるものではありません。先輩の姿を見てお手本にしたり、先輩や保護者の方、先生に相談したりする必要があると思います。『3学期は次のステージのための準備期間（0学期）』という意識をもって、過ごしましょう！