

3年次通信

富山県立雄峰高等学校 昼間単位制 3年次

2026年4月28日発行

第2号

高校生活の残り時間を考えたとき、「まだ先がある」という感覚は、もはや通用しません。5月は、自分の進路と本気で向き合うターニングポイントです。未来は、ぼんやり願っていれば形になるものではありません。自分で選び、自分で動き、つかみ取ってこそ意味を持ちます。迷うことも、不安になることも、当然あるでしょう。しかし、その気持ちから目を背けたり、誰かのせいにしたりしては、前に進むことはできません。

進路実現とは、成績や結果だけの問題ではありません。それは、自分の人生に責任を持つという「覚悟」の表れです。甘さを捨て、逃げ道を断ち、自分の選択に正面から向き合えるかどうか、今、問われています。

歩みを止めず、確かな一歩を積み重ねていきましょう。



◆◆◆ 5月の予定 ◆◆◆

日	月	火	水	木	金	土
4/26	4/27	4/28	4/29 昭和の日	4/30	1 水曜日授業	2
3憲法記念日	4みどりの日	5こどもの日	6休日	7 生徒総会	8	9
10	11	12 就職教室①	13	14 家庭クラブ総会 (生文)	15	16
17	18	19 就職教室②	20 授業参観 PTA役員会 PTA総会	21	22	23
24	25	26	27	28 中間考査①	29 中間考査②	30
31						

6月のおもな予定

- 6/1 (月) 中間考査③
- 6/2 (火) 中間考査④
- 6/3 (水) 中間考査⑤
- 6/10 (水) 自衛消防訓練
- 6/13 (土) 県定通総体
- 6/21 (日) 県定通陸上
全商ビジネス計算実務検定試験



★中間テストに向けて

- ・授業を大切にしよう!
(先生の指示に従い、積極的に授業参加しよう)
- ・教科書をよく読もう!
- ・プリントやノートを見直そう!

「時間を味方につけよう」

新学期が始まり、皆さんの顔つきにも少しずつ“3年生”らしさが感じられるようになってきました。
進学・就職、それぞれの道に向けて動き出すこの時期、皆さんにぜひ伝えたいことがあります。

🕒 時間は「使う」ものではなく、「活かす」もの

毎日が忙しいと、「時間が足りない」と感じるかもしれません。でも本当に足りないのでしょうか？24時間は、全員に平等に与えられた大切な資源です。この時間をどう活かすかで、これからの数ヶ月が大きく変わります。

💡 ちょっとした“すき間時間”を宝に変えよう

通学時間に英単語を1日5個、授業の合間にスケジュールを見直し、昼休みに友達と面接練習や志望理由の確認などなど・・・たった5分でも、積み重ねれば1日30分、1週間で3時間以上になります。

「時間がない」は「やる時間を決めていない」だけかもしれません。

🍷 生活リズムは、やる気と集中力の“エネルギー源”

睡眠不足のままでは、どれだけ計画を立てても実行できません。

食事や睡眠、適度な運動は“体の充電”。スマホと同じで、充電なしでは動きません。

①睡眠は6～8時間が目安 ②朝食を食べよう ③軽いストレッチや散歩も集中力アップにつながります

🎯 自分だけの時間の使い方を見つけよう

勉強、アルバイト、家のこと、趣味、友達との時間…。やりたいこと、やらなければならないことがたくさんあると思います。でも、すべてを「一緒くた」にするのではなく、「この時間はこれ」と区切ることが、心にも余裕を生んでくれます。

自分の理想の時間の使い方を円グラフに書き出してみよう!!

