

# 念ずれば花ひらく

TEL:0229-42-3331  
 FAX:0229-42-3332  
<https://wakuya-h.myswan.ed.jp/>

新年度を迎えたものの、新型コロナウイルス感染症防止のため、臨時休校が続いています。例年であれば、運動部は地区総体に向けて励んでいる時期です。しかし今年度は静かなグラウンド、体育館……。本来であれば2年生は新入生に「先輩」としていろいろ教えたり、一緒になって活動し、心の成長が見られる時期でもあります。早くこの状況が落ち着き、いつもの学校生活を取り戻せればと願っております。

## 生徒の皆さんへ

ステイホーム週間中について次の3点をしっかりと！

### ①自分の健康を維持する。

臨時休校期間中、自宅にこもり、そして運動する機会もかなり失われていることから、心身ともに乱れやすい状態にあると思います。まずは自分がいつも登校する日と同じ時間に起床し、朝日を浴び、しっかり朝食をとりましょう。朝日を浴びることで体内時計がリセットされ、その日のリズムを刻み始めます。そして家の周りをジョギングしたり、体操したり（課題にもありましたよね）しましょう。まずは「基本的生活習慣」を大切に！手洗い・うがい・換気もしっかりと！

### ②毎日必ず勉強する時間を設定する。

例年であれば、毎日6時間の授業のリズムができてはいるはずですが、自宅では正直厳しいですよ。しかし、6時間分びっちらではなくても（やればベストですが・・・）、毎日机に向かう“くせ”をつけてください。そして配布された課題に取り組むこと。もう終わったって人も（まだないかと思いますが・・・）、教科書を読み進めたり、検定の勉強（漢字検定や数学検定、英語検定等）をするのもいいかと思います。登校日に皆さんにお話をした“アイテム”を身に着ける努力をしてください。

### ③自分の進路について考える。

皆さんの進路についても、登校日に話をしたとおり、特に就職についてはかなり厳しい状況になると思われます。このまま社会が通常の状態に戻らないと、例年来ていた会社からの求人がなくなってしまうことが考えられます。来たとしても採用数が少なくなることもあり得ます。希望する進路を1つに絞るのではなく、いくつかにして、今後の状況に応じて対応できるようにしましょう。まずは進路について「逃げずに考え」ましょう。

## ～保護者の皆様へ～

本県の日々の感染者数は一時に比べ減少してはいるものの、依然として新しい感染者が出ております。毎日の検温、体調管理をよろしくお願いたします。家庭で過ごす時間が長くなり、生活の乱れ（遅寝・遅起きなど）が心配されます。生徒向けにも書いたとおりですが、まずは基本的な生活リズムの定着、そして先日送付しました課題への取り組みの声掛けをお願いします。

学校からの連絡は、配布したプリント等でお知らせしたとおり、配信メールや本校のホームページで行います。受信できる環境の方でメール登録がまだの方は、登録をお願いいたします。また、定期的にホームページの方もご覧ください。

涌谷高校WEBページ



涌谷高校WEBページ



4月16日の登校日は、学校の桜「ソメイヨシノ」が満開でしたが、今は「ヤマザクラ」が満開です。

令和2年度2学年担当教員・・・1年間よろしくお願いたします。

	1組	2組	3組	4組	学年所属
正担任	佐藤 文哉 進路指導部 英語 男子バスケットボール部	藤原 和矩 総務部 美術 美術部	菅原 直樹 教務部 理科 ハンド部/サッカー部	和田 教宏 生徒指導部 数学 総合文化部	佐藤 幸三 教務部長 国語 卓球部
副担任	大場 賢一 学年主任・教務部 情報 男子ソフトテニス部	遠藤 千紘 生徒指導部 保健体育 バレーボール部	植杉 亮介 研究企画部 理科 総合文化部	林 嘉苗 学年副主任 保健厚生部 家庭	吉田 孝子 進路指導部 英語 音楽部