

新年度スタート

沢高タイム
学年文庫
2学年職員紹介

青森県立三沢高等学校

2学年通信

Vol.01

令和2年4月13日発行

文責：池崎

先週、本校では新年度がスタートしました。1ヶ月ぶりの学校再開にたくさんの笑顔が見られ、みなさんの元気な様子に安堵しました。先行きは不透明です。何がどうなるのかは誰にも分かりません。しかし、このような状況でも、できることはたくさんあると思います。

みなさんはこの一年間、大成長を遂げた実感しています。この貴重な一年間を、次にどのように繋げていくのか。今の自分の取り組みを見つめ直して、できることは何か、やるべきことは何かをしっかりと意識して進んでいきましょう！

■ 「沢高タイム」が始まります

「休校期間の活動を補い、さらにはこれから求められる力をつけてもらうには」・・・
私たち教員はこれまでの休校期間中、様々なことを話し合いました。そして決定したことが、次の2点です。

① 4 / 20 から、登校時間を 8 : 25 までにします。

② 8 : 25 からの 10 分間を「沢高タイム」とし、
学力向上の時間にします。

これからの社会に対応するために身につけておくべきスキルとして挙げられるのが「読解力」です。そこで本校では、様々な種類のテキストから情報を読み取り、それに基づいて自分の意見を伝える作業を繰り返し、社会に参加する力を育成していきます。

そのためにも、5分だけ早く登校して取り組もうとするみなさんの協力を必要としますので、一緒に頑張ってください！

「沢高タイム」 Ver. 2 学年

月	国語力向上
火	読解力①
水	読解力②
木	英語力向上
金	読解力③

■ 「学年文庫コーナー」を設けました

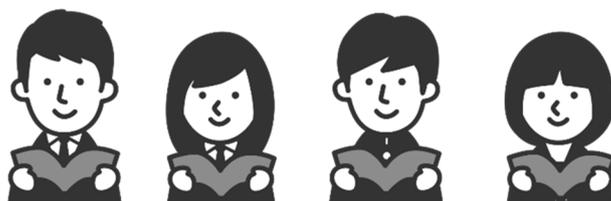
学年 文庫

みなさんの教室が2階になりました。それにともない私たち2学年教員の職員室も2階に移動しました。2階職員室前の廊下にスペースがあったので、さっそく本棚を設置して「学年文庫コーナー」を設けました。

貸出表に記入さえしてもらえれば、どんどん貸し出します。読みたいジャンルの本があれば、教えてください。たくさん買いそろえたいと思います。本が身近にある環境をしっかりと

と整えていくので、たくさんの本を読んでください。

「本は心の栄養・頭の栄養」です。
本を読むことで心や頭が耕されます。
その心や頭で考えることで、
色々な知恵が湧き上がってきます！



■ 2学年の職員を紹介します

2の1担任	2の2担任	2の3担任	2の4担任	2の5担任	2の6担任 (学年副主任)
乗次 孝	中野渡 晃保	渡邊 眞	今 捷覚	西沢 琴音	尾崎 恵子
数学	数学	理科	保健体育	国語	外国語
2の1副担任	2の2副担任	2の3副担任	2の4副担任	2の5副担任	2の6副担任
小比類巻 哲	本田 敦子	田中 明子	大友 千草	坂田 麻子	小保内健登
理科	音楽	外国語	国語	外国語	地歴公民
学年付	学年付	学年主任			
浪打 東彦	工藤 大成	池崎 崇			
理科	実習助手	地歴公民			

■ 4月の主な日程

日	曜日	行事	備考
15	水	進路希望調査開始	
17	金	面談週間開始(23日まで) ※この期間は5分短縮授業	
20	月	沢高タイムスタート ※この日以降 8:25 までに登校 生徒総会(6・7校時)	自転車通学届〆切
28	火	公開授業 ⇒ 延期 PTA 総会 ⇒ 中止	

【ひとこと】 しっかり眠ることが「最高の勉強」

しっかり睡眠をとることは、元気な体を維持するために必要ですが、じつは元気な頭を維持するためにも必要な作業です。とくに、睡眠時間には「夢を見ること」が大切だと言われています。夢をあまり見ないという人もいますが、起きたあとに思い出せる夢は1パーセント以下ようです。したがって、思い出せないだけで、私たちは一晩で膨大な夢を見ているようです。

その膨大な夢はすべて、脳に記憶されている「情報」がさまざま組み合わせられて再現されたものであり、夢を見ることは、その情報が必要なものか、必要でないものかを吟味する行動だということです。だからこそ、「寝ないこと」=「情報を整理できないこと」になるのです。

① しっかり眠ること！

② 睡眠時間確保のために、帰宅後は計画的に過ごすこと！

当然、宿題をやらずに寝てしまっただけではいけません。「記憶」したことを整理するのが「夢」の効果ですので、まずは授業をしっかり受けて、宿題もしっかりこなして、そのあとでしっかりと寝ましょう。睡眠時間を取り、体も頭も健康な日々を心がけていきましょう！