

# 進路だより

第 5 号  
令和 8 年 7 月 17 日  
鳴 和 中 学 校 3 年

## ○体験入学の注意事項

### ①集合時刻に遅れません

困った場合、やむを得ず欠席する場合は、鳴和中学校（Tel076-252-5228）または高校に連絡しましょう。

### ②持ちものを確認しましょう

打ち合わせプリントや高校の HP を必ず見ながら準備をしましょう。

特に、内履きズックが必要な高校は、終業式の日には必ず持ち帰りましょう。

不要物（スマホ、お菓子等）は持ち込みません。

### ③交通手段を確認しましょう

駐輪スペースは確保されていないので、自転車での移動はできません。

移動手段（徒歩・バス・電車・保護者送迎など）について、自分で調べ、保護者と確認しておきましょう。また、保護者送迎の場合は、事前に場所と時間を相談しておきましょう。

※自転車通学生徒は自宅～鳴和中の自転車移動は可能です。

### ④高校からの急なお知らせがあるかもしれません

体験入学の前日に、高校の HP や体験入学を申し込む時に使用したサイトを確認しましょう。

### ⑤高校の先生から「見られています」

身なり、言葉遣いやあいさつ、行動の様子など、一つ一つが入試の練習だと思って「凛とした姿勢」で参加しましょう。

### ⑥高校に忘れ物をしない

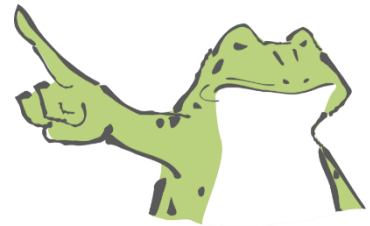
受験当日にもよくある失敗です。自分の持ちものを確認して、必ず持ち帰ってきてください。

### ⑦寄り道をしてはいけません

制服を着て参加します。学校生活のルールを守って行動しましょう。

### ⑧振り返り用紙を記入しましょう

その日のうちに、振り返り用紙を記入しておきましょう。面接や志願理由書を書く際に見返すことで、自分の「本音」を思い出すことができます。また、複数の高校を比較する際に、それぞれの学校の長所や雰囲気が一目で分かり、志望校決定の大切な判断材料になります。



## ○2 学期の進路に関する日程

|           | 9 月                                          | 10 月     | 11 月                                                      | 12 月                      |
|-----------|----------------------------------------------|----------|-----------------------------------------------------------|---------------------------|
| テスト<br>日程 | 1 日 実力②                                      |          |                                                           |                           |
| 進路<br>日程  | 9 月中旬 進路希望②<br>→ 志望校を「絞る」！<br>28, 29 日 中間テスト | 16 日 実力③ | 10 日 統一①<br>18, 19 日 期末テスト<br>19 日 進路説明会<br>～下旬 進路希望③（最終） | 12 月中旬 三者懇談<br>→ 「受験校」の決定 |

志望校を絞る

受験校を悩む～絞る

受験校を決定

## ○有意義な夏休みのために



### ★自分の健康は、自分で守る！

夏休み中はもちろん、2学期以降も健康に過ごすために、以下のような点に注意して過ごしましょう。

- だいたい決まった時間に起床・就寝し、生活リズムを整えましょう。夜更かしや昼夜逆転は禁物です。体験入学の前日は早めに就寝しましょう。
- スマホやゲームは就寝 30 分前までに終わめましょう。寝る直前まで使ったり、「寝落ち」をしたりするのは避けましょう。
- 週に数回は散歩や軽い運動、家事の手伝いなどで体を動かしましょう。お風呂上がりのストレッチもおすすめです。
- 暑くても3食をできるだけ決まった時間に食べましょう。
- 疲れや体調不良を感じたら無理をせず、早めに休みましょう。「しっかり休んで早く回復する」ことが大切です。

### ★自分の予定は、自分で管理する！

いつまでも保護者の方に「宿題は終わったの?」「体験入学の準備はできているの?」

と声をかけてもらうのではなく、自分で確認し、自分で準備できる人になりましょう。

宿題の提出、登校日、体験入学など、自分の予定や持ち物は早めに確認し、余裕をもって準備しましょう。分からないことは、そのままにせず学校へ確認してください。



### ★家庭学習は、一人で集中して取り組もう！

「友達と図書館へ行こう」「〇〇さんの家で勉強しよう」と計画しても、勉強より会話が中心になってしまいがちがあります。家庭学習では、「自分の勉強は自分にしかできない」という意識をもち、一人で集中して取り組みましょう。



### ★「ながら勉強」を卒業しよう！

テレビや音楽、スマホを見ながらの勉強では、集中力も学習効果も下がります。テスト本番を意識し、静かな環境で学習する習慣をつけましょう。スマホが気になる人は、勉強中だけ保護者の方に預けるなど、自分なりの工夫をしてみましょう。

### ★自分のことは自分でしましょう！

この夏、一番大切にしてほしいことです。他人任せ、親任せでは自分の力は育ちません。一日一日を大切にし、自分で考え、自分で判断し、自分で行動する夏休みにしましょう。

