

### 入試に向けて～ストレスマネジメント講話～

2月22日(月)、本校スクールカウンセラーの藤本先生による「ストレスマネジメント講話」が行われました。最初に不安な気持ちのメカニズムや不安を取り除く方法についてのお話があり、次に雑念のない心の状態(マインドフルネス)をつくるための「呼吸瞑想」を体験しました。これは集中力アップ、ストレス軽減、前向きな思考になる、といった効果があるそうです。講話の後は渡部さんと藤林さんが感想を述べました。今日の講話内容は、入試ではもちろん、これから様々な場面で実践できそうです。



### PTA 授業参観・合格祈願祭

2月25日(木)、PTA 授業参観が行われました。今回は総合的な学習の時間に自分のテーマにしたがって調べてきたことを5つのグループに分かれて発表しました。地域のために何ができるか、そして自分はこれからどんな生き方をしたいか、ということについて改めて考える貴重な機会となりました。

授業参観後は、体育館で合格祈願祭が行われました。祈願祭を取り仕切る神官は、我々が勇心学年の齋藤先生です。生徒一人一人の名前が呼ばれ、みんな神妙な面持ちで頭を垂れていました。皆さんの願いはきっと合格の神様に届いたと思います。

また、その後の学年 PTA にも多数のご参加をいただきました。ありがとうございました。



### お知らせ

※学年 PTA でも報告させていただきましたが、3年生の卒業記念品は「テレビモニター2台」とさせていただきます。来年度、学級活動や授業等で大切にさせていただきます。ご快諾ありがとうございました。

<来週の予定>

3月1日(月) 月1~5、歌練

3月2日(火) 火1~6

3月3日(水) 水1~6

3月4日(木) 木1~6

3月5日(金) 金1~6

\*フッ化物洗口(最終)

**※裏面に3月の行事計画を載せています。**



**ふるさと名誉博士認定**

**新田 さん**

2月19日(金)、大仙市役所で西山副市長さんから認定書をいただきました。

本校6人目の名誉博士です。

おめでとうございます!

