



3学期は学年のまとめをしよう

3学期も1か月が過ぎようとしています、順調に学校生活を送ることはできていますか？

新型コロナウイルス感染拡大もあり、制限された生活で部活動もできない状況ではありますが、自分で目標や抱負をしっかりと決めて、達成できるように努力しましょう。

1、2年生は新しい学年に進むためのステップとして、また3年生は中学校生活の総仕上げとして、自分が納得できる毎日の生活となるよう心がけていきましょう。

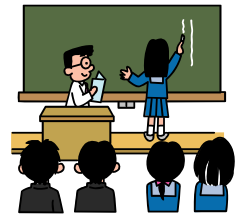
～．

新しい自分を見つけてみよう

新しい年がスタートする時は、今までの自分を変えてみるチャンスです。「去年までのダメな自分を変えたい」「こんなことにチャレンジしてみよう」などと考えることは、気持ちが前向きになっていて、一歩を踏み出そうとしているということです。

行動を起こす前に無理だと諦めてしまうことだけはしないでください。たとえうまくいかなかったとしても、失敗の原因を考え、次はどうしたらうまくいくように何をどう変えれば良いのかを考えることが大切です。

悩んだり、迷ったりすることも否定的に考えず、ひとりで解決できない時は周りの人に助けを求めることが成長するための過程だと考えましょう。何事でも最初からうまくいったり、上手にできたりするわけではありません。達成するために毎日の繰り返し、積み重ねなどの努力が必要で大事なのです。やり遂げた自分の強さを大切にしましょう。きつとうまくいくはずですよ。



相談は信頼できる人に！

悩みごとや、心配なことがあるとき、あなたはどのようにしていますか？ 家族や学校の友達など、信頼できる相手に相談していますか？ SNS などを利用してよく知らない相手と話をしたり、いろんな情報交換をしているのを耳にしますが、そこには大変危険な落とし穴があります。親身に相談にのるように見せかけて個人情報聞き出し、事件や犯罪につながるケースもあります。安心して、心の中を打ち明けられることが何よりも大切です。気持ちが沈んでいるときや、誰かに聞いて欲しいときは、あなた自身を良く知っている身近な人や身元や立場のはっきりした人に相談しましょう。