

生活リズムの確立を！

教頭 仁位 俊彦

高校生活における最大のスポーツの祭典、高総体が終了し1ヶ月が経とうとしています。選手も応援者もいろいろな感動や悔しさ、出会いを味わい、新たな意欲をかき立てられたことと思います。3年生が第一線を退き、1・2年生中心の部活動となりました。学校全体を包んでいた熱気が過ぎ去り、心に隙間ができるのもこの時期です。受け身の生活をしているとそれが顕著となります。3年生は就職・進学に向けた最終準備に入りますので、1・2年生は受動的な学校生活から、自分たちが創っていく主体的な学校生活に切り替えてください。

居住地、通学距離で起床時間は異なると思いますが、多くの方は8：20までには生徒玄関前を通過し（遅刻しない）、午前中4時間の授業を受け、12：40から昼食、午後2時間の授業、さらに放課後補習と自学、部活動、そして帰宅という一日のサイクルがあると思います。自分の生活パターンを確立してリズムを作ると、少々疲れていても元に戻る力が湧いてきます。習慣が推進力をつけてくれることも事実なのです。

これから蒸し暑くもなります。SNSに遊ばれて、お金と時間を浪費したり、けじめのない崩れた生活にならないように、自己の健康や時間の管理にも留意し、1学期末まで乗り切ってもらいたいと思います。



学校行事報告

6月2日(金)に高総体の総開会式が長崎市で開催され、入場行進では堂々とした姿を見せてくれました。3日(土)からは各会場に分かれ、熱い試合が繰り広げられました。





男子ソフトテニス部
高総体では悔いのないプレーが
できました。次は進路実現に向
けて頑張ります。
河原圭吾（豊玉中出身）



女子ソフトテニス部
団体戦で1勝という目標を新チー
ムには達成してほしいです。
古本優香（豊玉中出身）



女子バスケットボール部
最後の高総体、負けはしました
が、いい思い出となりました。
新チームでも頑張してほしいで
す。 松原友香（豊玉中出身）



男子バスケットボール部
最後の高総体では、一人一人最高の
プレーができました。
築城拓海（豊玉中出身）



陸上競技部
本番では、部員全員が自分の力を十分に発揮すること
ができました。 木村蒼生（豊玉中出身）

6月14日（水）に生徒会役員改選を実施し
ました。今年も、対馬市選挙管理委員会の協力
のもと、投票箱と記載台をお借りして、実際の
投票所と同じ手順で投票を行いました。



新キャプテンより一言



女子ソフトテニス部
しっかり後輩を引っ張り、1つでも
多く勝てるよう頑張ります。
西尾美咲（豊玉中出身）



女子バスケットボール部
今年こそは、1勝を達成できるよう
チームを支えていきます。
宮原愛梨（東部中出身）



陸上部
他のメンバーと協力し、部を引っ張
っていけるよう頑張ります。
齋藤瑠樹（西部中出身）



男子バスケットボール部
何事も前向きに取り組み、今できる事
を精一杯やっていきます。目指せ1
勝！ 島本憲征（豊玉中出身）



男子ソフトテニス部
主将として、チームを支え、盛り上
げ、勝利へのこだわりをもって日々
努力し続けます。
小島世楽（西部中出身）



の主な行事予定

8日(土)	1・2年対外記述模試	22日(土)	3年公務員模試
9日(日)	対馬島民体育大会	24日(月)	夏期集中講座 1・3年三者面談週間
14日(金)	漢字検定	25日(火)	2年インターンシップ(~28日(金))
19日(水)	自殺予防講話 2・3年ステップ基礎小論文模試	31日(月)	夏期補習(~8/4(金))
21日(金)	終業式		