

# 北斗だより

令和5年度 第3号  
(6月1日発行)  
愛媛県立今治北高等学校

1 学年主任 久保 文哉

保護者の皆様におかれましては、平素より本校の教育活動に対しまして、御理解・御協力をいただきありがとうございます。

入学式の翌日に実施した1年生オリエンテーションでは、教務課や進学課、生徒課、図書・研修課、教育相談課の先生を始め、国語、数学、英語、情報の先生方からも貴重なお話をいただきました。学年主任としては高校生活の指針について以下のような話をいたしました。今後の高校生活の中で困難にぶつかったときの支えとなってくれることを期待しています。2・3年生も入学時を振り返ることで、今後の飛躍につなげてくれたらうれしいです。

○ 北高生として誇りを持ちましょう。

勉学と部活動の両立を目指し、教師と生徒が互いを高め合う場所、それが北高です。こうした素晴らしい学校の一員であることに誇りを持ち、精一杯の努力を重ねていきましょう。

○ 周りの人はもちろん、自分自身を大切にしましょう。

文部科学省の調査によると、高校生の約85%が勉強や進路、友人関係などの不安や悩みを抱えています。人が生きていく上で、ストレスを感じることは自然なことであり、また、適度なストレスは心の成長に必要なものとされています。例えば、考査の時には、ストレスによる緊張が多少あった方が集中力とやる気が高まり、力を発揮しやすいという良い面もあります。しかし、過度のストレスは心身に好ましくない影響をもたらすことがあります。自分一人で不安や悩みを抱え込まず、あなたの周囲にいる家族や先生、友達に相談してみましょう。家族や先生以外にもスクールカウンセラー（心の専門家）に相談することもできます。自分を大切にすることは、周りの人を大切にすることにもつながります。

○ 交通法規をしっかりと守り、時間に余裕を持って登校しましょう。

自転車の運転には十分気を付けてください。交通法規を守ることは、自分と周りの人の命を大切にすることにつながっていきます。さらに、早めに登校することも気持ちに余裕が生まれ、安全運転につながります。時間は24時間、平等に与えられています。自分の時間をうまくコントロールしていきましょう。

○ 豊かな経験を積みましょう。

部活動や校外での活動（ボランティア活動、病院体験、介護体験、各種研修会への参加など）に積極的に参加し、自分の視野を広げましょう。

最後になりますが、6月2日(金)から県総体が始まります。3年生はベストパフォーマンスを発揮できるように頑張ってください。みなさんの活躍を心から期待しています。

ファイト！北高生！！

※お気付きの点や、御意見・御質問などありましたら、下に記入の上、お子さんを通じて担任まで御提出ください。

今治北高校の日々の様子をホームページに掲載しています。「今北日記」「生徒の活動」「部活動」など、ぜひ御覧ください。

今治北高等学校 学校公式サイト <https://imabarikita-h.esnet.ed.jp>

----- 切 り 取 り -----

\_\_\_\_年 \_\_\_\_組 名前\_\_\_\_\_