

杜の風

校長 森 薫

◎ 期末テストに向け、全力で取り組もう！！

7/18・19日の勉強時間の例をあげてみます(1日11時間の勉強例)
決して11時間やりなさいというわけではありません。でもこれ以上やる人もたくさんいると思います。(成績が悪かった私は、もっとやりました)

○7月18日(土) 7時起床 洗面・朝食・勉強準備

8時	～	9時	国語
9時15分	～	10時15分	数学
10時30分	～	11時30分	社会
11時45分	～	12時45分	理科
※12時45分	～	13時30分	昼食・休憩
13時30分	～	14時30分	英語
14時45分	～	15時45分	音楽
16時	～	17時	美術
17時15分	～	18時15分	保健体育
※18時15分	～	20時	夕食・休憩
20時	～	21時	技術・家庭
21時15分	～	22時15分	苦手な教科
22時30分	～	23時30分	苦手な教科

※24時 睡眠～ 7月19日(日) 7時起床～期末勉強

これは、1時間勉強をして、15分の休憩を取るというパターンです。
あくまで例です。自分に合った時間や勉強内容の工夫をしましょう。

ライバルは友達ではなく自分自身です。自分との戦い、頑張りましょう！

◎注意 交通事故や変質者や不審者からの声かけ事案が増えています。

飛び出し・並列走行は絶対にやめましょう。命を落とすことがあります。

また、交通事故にあってしまった場合、相手の人に「だいじょうぶ？」と聞かれても、痛かったりけがをしている場合には、絶対にだいじょうぶとってはだめ×です。痛かったりけがをしている場合には、えんりょなく救急車を呼んでもらいましょう。恥ずかしいことはありません。
後になって後遺症が出る場合もあります。特に頭を打った場合は要注意。

相手の人がその場からいなくなりそうな場合には、車のナンバーを覚えて(書いて)おきましょう。ひき逃げ(救護義務違反)となります。

変質者や不審者から声をかけられたり、体を触られたりした場合、身の安全を確保してから えんりょなく近くの人やお店の人に助けを求め、「110番通報」してもらいましょう。近くにいるパトカーがすぐに来ます。