

～志～

令和2(2020)年5月20日(水)発行
渋谷区立代々木中学校
第2学年 学年通信 4号

五月病??今年は六月病(仮)か!!

毎年、ゴールデンウィークが終わった頃に、「五月病」という言葉をよく耳にします。五月病とは、5月の連休後にみられる、学校や会社に行きたくない、なんとなく体調が悪い、授業や仕事に集中できないなどの状態を総称したものです。今年は、緊急事態宣言により、連休中も「STAY HOME週間」だったため、五月病になった人は少ないはずですが、しかし、この臨時休校が終わる予定の6月にもしかしたら、五月病みたいな症状がでる人もいるかもしれません。そうならないために今から予防していきましょう。予防策は、趣味を続ける・運動をする・身体のリズムを整えることです。臨時休校中も規則正しい生活をし、6月からの学校再開に向け頑張ってください！

オンライン学活スタート!!

19日(火)からオンライン学活がスタートしました。我々も初めての試みだったので、ちゃんとできるか不安をありましたが、無事に1回目を終えることができました。オンライン上ではありますが、久しぶりに皆さんの顔を見れたり、声を聴くことができ嬉しかったです。平日毎朝8時30分に集合をお願いします!!

普段できないことを今のうちに。

この休校中に普段できないことをできたらいいですね。普段は学校の授業、部活動、習い事など毎日忙しい日々だったと思います。今は外にいる時間より家の中で過ごす時間が多く、何をしたらいいのかわからなくなっている人も多いのでは?休校になったばかりの時は「やった一休みだ!!」と嬉しかった人も約2か月半立ってみると「早く学校始まらないかな?」と思っているのではないのでしょうか。今までやってみたくてもできなかったことにぜひ挑戦してみてください!!

☆連絡事項☆

・教科書・問題集等に記名はしましたか?

1年生の時に使っていた教科書で2年生でも使用するものは、組番を追記しておきましょう!

・提出物は全部提出しましたか?

まだの人はいつでも提出できるようにしておきましょう。雑巾の提出もありますので、忘れないように準備しておいてください。

・学校のホームページ上にある、健康観察アンケートは毎日10時に提出です。忘れないようにご協力をお願い致します。