

2020年3月24日

## 春休みの君たちへ

多摩大学附属聖ヶ丘中学高等学校  
校長 石飛 一吉

### 基本的な生活習慣の維持

生徒の皆さんは、春季休業中も引き続き、規則正しい生活を送ってください。食事や睡眠を適切にとること、学年の数プラス2時間を目安に宿題や課題など学習に取り組むこと、読書をしたり新聞を読んだり、DVD鑑賞などで過ごし、ウイルス感染防止に配慮しつつ、適度な運動を行うことなど、自主自律の精神を発揮して、健全な心身の維持を心がけてください。

また、令和元年度の学校生活を振り返るとともに、令和2年度の目標を設定したり、計画を立てたりするなどしてください。保護者の皆様におかれても、適切な食事と睡眠、運動など、お子様の健康管理について、引き続き、ご指導・ご助言くださるようお願い申し上げます。

### 事件や事故の防止

生徒の皆さんは、普段同様、事件や事故に巻き込まれないようにしてください。特に、青少年を対象としたネットゲームによる高額課金、出会い系サイトやインターネットカフェ等に起因する事件などに巻き込まれたという事例もあります。中高生として適切な意思決定や行動選択を行うようにしてください。万一、困った状況に置かれてしまったときは、学校や関係機関に相談してください。保護者の皆様におかれても、お子様に普段と違う様子が見受けられたり、ご心配なことがある場合は、ためらわずに学校(土日を除く 9:00-12:00)へお知らせください。

### その他

① 保護者の皆様、生徒の皆さんは、本校ホームページを定期的にご覧ください。また、メール配信システムにて連絡する場合があります。何かお困りのこと、不安なことがございましたら、お電話(土日を除く 9:00-12:00)または学校公式メール(遅刻欠席用)に遠慮なくお知らせください。

② お薦め図書とDVDの手引きとして、添付PDF(24日配信)をご参考ください。

- ・『聖ヶ丘100冊の本』(2014年版の復刻)
- ・『校長が選んだ中高生にお薦めDVD10+10』

③ 春休み中の学習支援として、無料で提供されているコンテンツ

文部科学省「子どもの学び応援サイト」

[https://www.mext.go.jp/a\\_menu/ikusei/gakusyushien/index\\_00001.htm](https://www.mext.go.jp/a_menu/ikusei/gakusyushien/index_00001.htm)



他にも、下記サイトから探すことができます。

〔数学〕

数研出版 <https://www.chart.co.jp/sp/ict2020.html>



〔英語〕

英 検 <https://www.ei-navi.jp/service/studygear/>



〔主要教科〕

ベネッセが提供する自宅学習に使えるオリジナル教材「春の総復習ドリル」

小学 1 年生～高校 2 年生まで各学年別に主要教科で今やるべき「3 学期の総復習」

<https://www.benesse.co.jp/zemi/homestudy/>

【PDF 版ダウンロード】 <https://www.benesse.co.jp/zemi/homestudy/>