

第3学年だより 羅針盤 文責 金田



平成31年1月7日

あけましておめでとうございます。

1月7日は「人日」(じんじつ)といわれ、せり・なずな・ごぎょう・はこべら・ほとけのざ・すずな・すずしろの春の七種を刻んで入れた七種粥を食べます。七種は、前日の夜、まな板に乗せ、囃し歌を歌いながら包丁で叩き、当日の朝に粥に入れます。呪術的な意味ばかりでなく、おせち料理で疲れた胃を休め、野菜が乏しい冬場に不足しがちな栄養素を補うという効果があります。旬の冬の野菜は栄養をたっぷり含んでいるので、是非、食事に取り入れて体の調子を整えて欲しいと思います。冬野菜を代表する多くが緑黄色野菜です。緑黄色野菜にはβカロテンとビタミンCが含まれています。ビタミンCには抗酸化作用があり、細胞や体内の組織にダメージを与える活性酸素を抑える働きがあるので、免疫力を高め、風邪やインフルエンザなどの感染症の予防に役立ちます。冬のほうれん草のビタミンCの含有量は、夏のほうれん草の約3倍にあたります。給食においても千葉県産の冬野菜をたくさん含んだメニューが予定されています！

さて、いよいよ1月になり、3学期がスタートしました。自分で自分の道を決めて開拓をしていかなければならない日々、入試、そして卒業式が待っています。入試は避けては通れない道です。万全の状態、自分の持っている100パーセントの実力を発揮してほしいと学年職員一同願っています。3学期もよろしくお願いいたします。



〈3学期の進路見通しについて〉

入試シーズンとなり、日程の見通しが重要となります。1月以降の主な入試に関する予定のご確認をよろしくお願いいたします。

2/1	金	公立前期出願(～4日)	22	金	公立後期出願
12	火	公立前期検査1日目	25	月	公立後期志願変更
13	水	公立前期検査2日目	28	木	公立後期検査
19	火	公立前期発表	3/6	水	千葉県公立発表

〈私立入試集中日について〉

1月17、18日は千葉県の私立入試集中日です。千葉県の私立を受験者以外の生徒は午前中に下校となります。なお、給食もありません。2、3月も入試にあわせて給食を食べずに下校となる日がありますのでご了承下さい。

〈1月の予定〉

月	火	水	木	金	土	日
7	8	9	10	11	12	13
3学期始業式	実力テスト	☆ 集金日	☆	☆		
14	15	16	17	18	19	20
成人の日	小中合同あいさつ運動	☆	千葉県私立入試集中日	千葉県私立入試集中日 漢字検定		
21	22	23	24	25	26	27
	☆		3年学年末テスト	3年学年末テスト☆ 新入生保護者説明会 英語検定		
28	29	30	31	2/1	2	3
前期選抜用収入証紙購入	☆ 椎木評議会	☆			前期選抜出願	

☆は、はしの日です。

〈1月の学習予定〉

国語	故郷 文集	英語	Program 9 Malala' Story
数学	標本調査	理科	太陽系 銀河系
社会	価格の動きと金融 政府の役割と国民の福祉 これからの経済と社会	保健 体育	男子：持久走 女子：卓球
美術	木彫	音楽	日本最古のオーケストラの鑑賞 卒業式に向けた合唱
技術	プログラミング学習	家庭	消費生活と環境