



第3学年 学年だより

第19号

2026年2月13日（金）

～都立一般入試に向けて～

都立一般入試が2月21日（土）に行われます。これまで積み重ねた努力の成果を発揮する舞台です。今回は試験で「あと1点」をつかむためのポイントを3つ紹介します。

① 「始め」の合図で、問題の全体を確認する。

いきなり解き始めず、まずは全体を見渡し、問題数と時間配分を確認しましょう。

② 解ける問題から確実に仕留める。

難しい問題に時間を使いすぎてしまい、後ろにある「解けるはずの問題」を落とすのが一番もったいない！「後回しにする勇気」も実力のうちです。



③ 休み時間に答え合わせをしない。

「合ってた」、「違った」と一喜一憂するのは後回し。

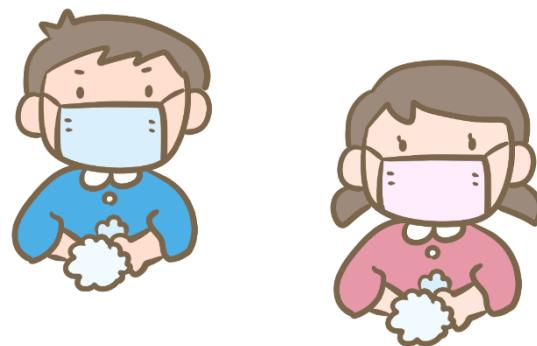
終わった科目のことは忘れて、次の科目の準備に集中しましょう。

また、テスト前日は早めに勉強を切り上げ、十分な睡眠を取りましょう。「試験開始時刻の3時間前に起床するのがベストです。脳が目覚め、最高の状態になるために必要な時間がおよそ3時間かかるからです。ここまで頑張ってきた自分を信じ、合格に向けて頑張りましょう！

～体調管理に気を付けて～

手洗いうがい、していますか？ 2月5日、東京都保健医療局が「都内のインフルエンザ、再び警報基準を超える」と発表しました。真光寺中学校でもインフルエンザにかかってしまった人は少なくありません。そこで、インフルエンザ対策のポイントを紹介します。

- ・ こまめな手洗い、手指消毒
- ・ マスクの着用
- ・ 休養・栄養・水分補給
- ・ 咳エチケット
- ・ 適度な室内加湿・換気
- ・ 人混みへの外出を控える



予防を入念に行い、残り少ない中学校生活を楽しみましょう！

来週・再来週の予定