

# 2023年 7月のたより (208号)



## 【生活指導部より】 暑さに負けず元気に過ごそう！！

今年の夏は例年より暑くなると予想されています。暑くなってくると、夏バテや熱中症になる可能性が高くなるので注意が必要です。特に梅雨明けが予想されている7月下旬は、かなり暑くなるようです。暑い夏を乗りきるためには、以下のことが大切になります。

- ① 規則正しい食事、睡眠
- ② こまめな水分補給
- ③ 体温・室温の管理

暑いときには、エアコンを適切に使うことも必要です。寝不足は体にダメージがあるので気を付けましょう。日々の良い生活習慣を心がけ丈夫な体を作りつつ、暑さに負けないよう頑張ってください！！

## 【進路指導部より】

- ・突然ですが！「あなたは、チャレンジャーですか？」
  - ・1、2、3年生のみなさん、前回のたよりでもお伝えしましたが、進路指導部として、みなさんに資格の取得を勧めています。毎年、工業系の資格と普通科系の検定を1つずつ、合計2つの資格取得を目標にして、最低1つは取得して下さいと話をしています。学校での勉強もそうですが、「知らないことを知る」、「分からないことを理解する」、「理解できなかったことをもう一度理解する努力をする」ことは、「**チャレンジを続ける**」ということだと思います。4年生になって、就職活動で履歴書を書く時、資格の欄が空欄では企業の方に好印象を与えるのは難しいと思います。決して楽なことではありませんが、自分の将来の為にも「**チャレンジを続けましょう**」。
  - ・4年生のみなさんは、いよいよ就職活動の本番の始まりです。就職を目指す人は、9月16日の選考試験に向けて活動を始めます。能力開発センターを目指す人も、入校選考に向けて活動を始めます。夏休み中に職場見学、学校見学を実施して、最終的に応募する企業、学校を1つに絞り、履歴書、願書を作成します。7月以降の活動は、時間にあまり余裕はありませんが、みなさんの人生に大きくかわる大事なものです。みなさんの「**主体的な取り組みと決断**」が求められます。そして内定、合格を獲得しましょう。
- ※ 資格を取得した場合、必ず進路指導部まで申し出てください。**  
指導要録など、学校で作成する書類に記載する資料として、みなさんが取得した資格の種類や数を集計しています。