



3組 0000さん
の「Dash！」

顔をあげて！



明けましておめでとうございます。本年もどうぞよろしく
お願いいたします。本日1月8日(水)は中学校生活最後の始
業式でした。3年生の皆さんは、少しうなだれている様子で
した。冬休みの勉強で疲れたかな。久しぶりの学校で疲れて
いるのかな。受験への不安があるのかな。と考えますが、冬休
み中に頑張った勉強に対して自信をもってほしいです。これ
まで築いてきた絆の力を信じて、と校長先生から3年生への
メッセージをいただきました。新しいことに挑戦できる高校生活を思い描き、希望に満ちた顔で過ごして
ほしい思いです。

始業式から数えて49登校日で卒業式を迎えます。皆と笑い合った日々、学校にいる友達と過ごしてい
ると、前を向くことができるようになる、そのようなかけがえのない時間は戻すことができません。だから
こそ、目の前にあることを大切にしましょう。「今を生きる」ということは「今、過ごしている時間を大
切にすること」だと思います。ですから、最近私(〇〇)は携帯に触れる時間を少なくしました。朝、学
校に通勤するときには見ないようにしました。その結果、自分が過ごす時間に目を向けることが増えまし
た。これまで、自分の人生のこと、学校のこと、自分の家族のことを考える時間がどれだけSNSや動画
コンテンツに奪われていたのかを実感することができました。個人的に朝が一番頭が回る時間帯です。そ
の時間の使い方を見直すことができました。時間の使い方は大人になっても見直すことのある課題です。
皆さんも受験までの限りある時間をどう使うかを考えなくてはなりません。時間
と向き合ってみましょう。

今私が読んでいる本は「限りある時間の使い方 人生は「4000週間」あなたは
どう使うか？」(オリバー・バークマン著 かんき出版)という本です。本校の
図書室からお借りしました。この本の冒頭では、時間という概念が共有される前
は、今ほど時間に追われている感覚はなかった、という話から始まります。農作
業など、1つの仕事を何時までやるということではなく、1つの仕事の区切りが
つくまでやる(タスクベース)時間の使い方は現代の時間に対する考え方とは大
きく異なります。皆さんにおいては受験勉強を始めると、一日の時間が短く、十
分に対策できる時間が足りないと感じる人が多いのではないのでしょうか。タスク
ベースに置き換えると、時間は気にせず満足するまで取り組む、ということになる
のでしょうか。もちろん睡眠など、脳への休養と適度な運動は不可欠ですが、後悔
することの無いよう、納得いくまで勉強してください。学校では人と過ごす時間
も大切にしてください。教育目標でもある「いま、ここ」の精神を胸に、
一日一日を全力で悔いなく過ごしましょう。



FOUR THOUSAND WEEKS
Time Management for Adults

限りある 時間の使い方



今後の進路スケジュール

昨日1月7日(月)からESATJ、中学校英語スピーキングテストの結果をダウンロードすることができ
るようになりました。詳細はテトルで配信しておりますのでご確認ください。1月20日以降学校宛に送
付される「個人レポート」(都立高校提出用)は都立高校の一次・前期入試の出願の際郵送書類の1つとな
ります。(都立高校の一次・前期入試の出願書類の郵送は学校が行います。)スピーキングテストの「個人
レポート」(個人用)は配布後各家庭にて保管をお願いいたします。

調査書記載事項通知書を1月8日(水)に配布致しました。成績一覧表調査委員会の正式な調査を経た
上での記載内容となります。再度スピーキングテストの結果を記載した調査書記載事項通知書を、1月1
4日(火)に配布する予定です。本通知書につきましては2度、お渡しすることになりますが、ご理解い
ただきますようお願いいたします。裏面には主な入試日などを一覧にしてあります。受験する生徒が多い
場合や早急な事務処理対応が必要な日は授業カットを行う日もありますので、ご確認ください。

【入試に関する主なスケジュール】

日時	授業カット	内容	備考
1月9日(木)	なし	都立推薦入試のための書類発送	都推書類提出期間 1月9日(木)から 1月16日(木)まで
1月17日(金) 1月18日(土) 1月19日(日)	なし	東京都外私立推薦/ 一般受験	
1月22日(水) 1月23日(木)	なし	東京都内私立推薦入試	
1月26日(日) 1月27日(月)	なし	東京都立推薦入試	受験票発行後、正確な日時を担当にお伝えください。
1月30日(木)	なし	都立一次・前期書類郵送準備	
1月31日(金)	③④⑤⑥校時カット 給食なし ①校時一般生徒登校 ②一次・前期入試申込内容確認書持参最終日 <u>詳細は別紙にて連絡致します。</u> *合格者は入学手続き前後に登校してください。	都立推薦合格発表日 都立一次・前期出願書類発送予定日	一次・前期書類提出期間 1月30日(木)から 2月5日(水)まで
2月10日(月) 2月11日(祝) 2月12日(水) 2月13日(木)	2月10日(月)のみ 入試のない生徒は 9:35~9:45の間に登校。トラブル発生時の対応をいたします。	都内私立一般入試	
2月12日(水)	なし	都立一次・前期取り下げ	
2月13日(木)	なし	都立一次・前期再提出	
2月21日(金)	一般生徒午後1時登校・学活	都立一次・前期学力検査	
3月3日(月)	②③④⑤⑥カット ①一般生徒登校・学活 給食なし	都立一次・前期合格発表	入学手続き

都立一次・前期入試へのインターネットを利用した出願についてご協力いただきありがとうございます。申込内容確認書を提出していただき、確認後順次、本校校長より承認措置をします。承認が済みましたら考査料の支払いに進むことができます。

高校の合格発表日には概ね入学手続きがあります。また、合否によっては今後について相談が必要な場合もございます。ご多用とは存じますが、対応できるようにしていただくようお願い申し上げます。

みんなといる時間が



困難を乗り越える力となる

