

名護中学校 生徒のみなさんへ

みなさん、体調はどうですか？心も体も元気ですか？生活リズムは崩れていませんか？

当たり前と思っていた日常が失われ、いつでも会えると思っていた友達と会えない、学校に行けない、そんな日がこんなにも長く続くななんて想像していませんでしたね。先生もそうです。みなさんの顔を見ることができない、みなさんの声が聞けない学校に淋しさを感じてしまう時があります。

大人の私だって、そう思うので、友達との時間が楽しいみなさんにとって、休校の期間はとてつらいと感じる人もいることでしょうね。

でも、この時間はずーっと永遠に続くものではありません。「明けない夜はない」「止まない雨はない」という言葉を聞いたことがありますか？辛く苦しい時間は、永遠に続くものではありません。また笑顔で会える日が来ます。その日になるべく早く訪れるように、今、私たちにできること「STAY HOME（ステイホーム 家にいること）」をみんなで取り組みましょう。

不安や心配事で心が元気になる人は、お家の人に話をしてみましょう。話を聞いてもらうだけで、少し元気になることもあります。家族がお仕事で家に居なくて…という人は、学校に電話をかけて、担任の先生や学年の先生に話を聞いてもらってもいいですよ。

「気持ちを前向きに」

先生は、みなさんと会える日を楽しみに授業の準備をしています。「こんな問題だったら、みんなはどんな反応をするかな？」とか「こんな質問をしたら、どんな表情をするかな」と考えて、ワクワクしながら準備をしています。

みなさんにできる学習の準備はどんなことでしょうか？教科書を読んだり、問題に挑戦するのはどうですか？数学の教科書には“例題”があります。“例題”の下にはその“例題”の解き方や考え方が書かれています。教科書に触れる時間をつくってもらえると嬉しいです。

生活リズムが崩れている人は、学校が始まる日に備えて、「朝、起きる時間を早める」ことから始めましょう。お昼寝も我慢すると、夜、早く眠たくなります。少しずつリズムを整えましょうね。

学校がスタートする日、みなさんの笑顔が見られることを楽しみにしています。

数学科 仲村 晶子