

# 聖隷 WEB 通信

## — Seirei Christopher Times —



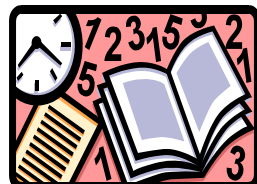
LINE@専用

受験生応援  
特別号 VOL③

### 特集「入試激励メッセージ」 ～高校受験を目指す受験生へ①～

まもなく高校入試本番。高校受験を目指す皆さんはラストスパートに励んでいることだと思います。聖隷クリストファー高等学校の教員も、皆さんの高校受験を全力で応援します！人生で初めての受験。一緒に頑張って乗り越えましょう！！

## 最後まで諦めず頑張れ！受験生！！



校長 茨城 久一郎 先生

副校長 上村 敏正 先生

受験生と保護者の皆様には、オープンスクール等を通して本校の教育方針や学習環境にご理解をいただき、受験を決意されたことに感謝いたします。

「合格」というゴールを目指すのではなく、本校での充実した学びのスタートへの助走と考えて、悔いのない受験準備をしてください。

また健康に気を付けることも受験の一部です。

皆さんの頑張りを心から応援しています！！

「セロトニントランスポーター遺伝子」。別名、「不安遺伝子」「恐怖遺伝子」と呼ばれています。日本人の97.4%がこの不安の遺伝子を持っているそうです。

受験生のみなさんのほとんどが「テストで失敗したらどうしよう」と不安に思っているのです。あなただけが思うことではありません。でも、日本人は真面目で努力家なのです。新品だった参考書も今では、手に馴染むようになっていたのではないですか。それこそ自分ががんばってきた証なのですから、自分を信じましょう。

教頭 敷浪 いづみ 先生

教諭 長谷川 暁則 先生

101HR 担任  
和太鼓部顧問

クリストファーをめざして、準備をしておられる中学3年生のみなさん。準備オーライですか？みなさん、戦いを前に、(1)武者ぶるいをしていることでしょうか。

人生初の(2)岐路に立っているとも言えるでしょう。

聖隷の教員一同より、盛大なる(3)エールを送ります。

うがい手洗いを怠らず、フル健康↑で受験日をお迎えください。

【問題】文中の下線(1)(2)の漢字の読みを答え、(3)のエールを日本語に言い換え、各文の意

受験生の皆さんはきっと勉強するか寝るかしか選択肢のない生活を送り、ラストスパートをかけていることでしょうか。そんな中で、もしもエンジンがかかりきらない人がいたのなら今までの自分の努力を思い出してみてください。あなたの努力が実を結ぶかは今のあなたの行動次第です。過去に頑張ったのなら尚更今頑張らないともったいないです。昔のあなたに努力させることはできませんが今この瞬間ならあなたの気持ち1つで努力することができるのです。

教諭 鈴木 美穂 先生

102HR 担任  
華道部顧問

教諭 大藪 哲也 先生

103HR 担任  
水泳部顧問

受験勉強に疲れてくると、「受験って、何のためにあるんだろう・・・」と思うことがあるかもしれません。確かに、高校受験で人生のすべてが決まるわけではない。けれど、受験に向けて、必死に全力で頑張ること自体に意味があるのです。それは、「最後まで頑張りきる力」が身につく、ということ。この「最後まで頑張りきる力」は、今後の人生で何か困難にあったときに、必ずあなたを助けてくれる、一生の宝となります。高校受験はこの宝をゲットするチャンスなのです！

受験勉強を通して、自分の得意分野と不得意分野をはっきりさせましょう。具体的にどの教科のどの単元が苦手なのかを書き出してみましょ。苦手分野を「見える化」し、その克服のために、入試までの限られた時間を費やしましょう。このプロセスは、高校入学後の学習にもつながります。高校入試はゴールではありませんが、全力で乗り越えるべきハードルです。体調管理を万全にし、ベストを尽くしてください。応援しています！

## 教諭 金原 由貴 先生

104HR 担任  
かるた部顧問

入試の本番が刻一刻と迫る今、みなさんはどのような気持ちで毎日を過ごしているのでしょうか？気持ちだけ焦ってしまったり、イライラしたりしていませんか？一生懸命取り組んだ人ほど、焦るものかもしれません。しかし、受験の最大の敵は「焦る自分」です。そんな自分と戦うとき、今日まで頑張ってきた努力は必ずあなた自身の力となり、受験を突破するときの味方になってくれるはずです。入試までの限られた時間で、味方ひとつでも増やして合格を勝ち取ってください。  
みなさんに会えることを楽しみにしています。

## 教諭 深澤 奎太 先生

106HR 担任  
女子ソフト部顧問

夢を掴むことというのは一気にはできません。小さなことを積み重ねることによっていつの日か信じられない力を出せるようになっていきます。その中で夢は目標に、目標は現実に変わっていきます。皆さんの抱いている夢が輝かしい現実になることを心から応援しています。  
ラストスパート、小さなことを大切に頑張ってください。

## 教諭 田川 明浩 先生

高1主任  
男子バレー部顧問

試験は自分の力を試して自分を知るためのものです。  
執念が実を結ぶことも確かにありますが、あまり結果を心配してナーバスにならずに、良いコンディションで自分の力を出し切ることに集中して頑張ってください。  
君との出会いを楽しみにしています。

## 教諭 宮野 浩志 先生

入試広報  
女子バレー部顧問

高校入試が近づいてきました。受験生のほとんどの方が、4月からどの高校で生活するかを初めて自分自身で選択することになると思います。  
過去の事を悔やんだり、将来の事を不安に思ったりするかもしれませんが、「今」やるべきことを大切にしてください。頑張ってください。応援しています。

## 教諭 青山 滋之 先生

105HR 担任  
女子ソフト部顧問

入試が近づいてきました。皆さんにとっては初めての受験です。不安な気持ちを抱いている人も多いと思います。しかし、ここまできたらやるしかありません。今自分にできることをひたすらに、流されずにやってみましょう。そして体調を崩さないように、試験当日を最高の状態で迎えましょう。  
最後までがんばってください！

## 教諭 松浦 正季 先生

107HR 担任  
野球部顧問

高校受験日が近づいてきました。受験を控える中学3年生は毎日勉強に励んでいることと思います。人生で一番勉強をしている、という人もいるでしょう。試験まで計画をたて頑張ってください。  
受験勉強に疲れたら、高校生となった自分を想像してみてください。勉強に部活、もちろん遊びにも全力で臨んでいる成長した自分があるはず。君たちの未来は可能性に満ちています。是非、聖隷クリストファーで可能性を伸ばしましょう。皆さんの入学を心待ちにしています。

## 教諭 山賀 陽 先生

108HR 担任  
PC部・囲碁部顧問

受験生の皆さん、いよいよ受験本番の時期が近づいてきました。  
先が見えずに悩むことも多いと思いますが、まずは一歩進むことが大切です。  
学習であれば、暗記事項を1つずつ進めること、参考書での復習であれば1ページずつ進めること、何事も「1」が大切です。  
着実な歩みを心がけてください。

## □WEB 出願のお知らせ□

### 【WEB 出願期間】

(高校) 1/10 (木) ~ 1/24 (木)

詳細情報は HP または LINE@ で配信中！

#### ▼HP

(URL) <https://www.seirei.ed.jp/>

#### ▼LINE@

(アカウント) @seirei\_hs

## 教諭 野間 賢二 先生

英数科  
放送部顧問

「合格できるかなあ。」  
「合格しなかったらどうしよう。」  
考え出すと不安なことで頭の中が一杯になる時もあるでしょう。そんな時は「目の前のこと、今日やるべきことに集中する」ことが大切です。「明日のことは明日考えればいい」と割り切って（この割り切りが大事！）、とにかく目の前のやるべきことに集中すること。目の前の問題を解くことに集中してください。  
みなさんの健闘を祈ります。

## 教諭 大野 和男 先生

聖書  
聖書研究会顧問

入試まであと少しになってきました。  
この時期になると不安や焦りを感じ、自信を無くす人もいるかもしれません。

そんな時は「初心」を思いおこしてみてください。

何のために学ぶのか、それを忘れずにいる人は、試験でも、そしてその先もきっと頑張れるはずです。

## 養護教諭 名波 弘江 先生

保健室  
高校養護教諭

受験生の皆さん、睡眠を制することも重要です。睡眠は成長ホルモン、記憶、そしてすっきり目覚めて次の日の学習へとつながります。

ここで、「レム睡眠」は眠っていても脳が動いている眠りの浅い状態のことです。「ノンレム睡眠」は脳も体も休んでいる深い眠りのことです。この「ノンレム睡眠」で一番成長ホルモンの分泌が活発になります。これら2つをだいたい90分で繰り返ししています。睡眠を制して、体調管理には十分気を付けてください。待っています。

## 教諭 鶴田 栞 先生

保健体育  
女子バレー部顧問

受験生のみなさん、こんにちは。  
まもなく本番をむかえますね。試験会場には、皆さんと同じように不安を抱えた受験生が大勢いると思います。そこで最も大切なことは、「絶対に合格する」という気持ちです。今までの頑張りを全て解答用紙に書き込んでください。健闘を祈っています。  
毎日寒い日が続いておりますが、体調には気をつけて、残りの時間を過ごしましょう。皆さんの入学をお待ちしております。

## 教諭 村重 光時 先生

進路指導  
筋トレ同好会顧問

“Where there is a will, there is a way.”

「意志あるところに道あり」

受験前は、受験生が一番伸びる時です。  
努力を継続し続けていれば、受験の直前まで実力は伸び続けます。最後まで諦めないで、自分を信じて続けてください。皆さんの受験が、実り多いものであることをお祈りしています。

## 養護教諭 梶田 えり子 先生

保健室  
中学養護教諭

何より大切なのは「諦めないこと！」  
最後まで諦めないで合格をつかみとりましょう！

「成功」するには「努力」は必須です。楽しんで合格するより、頑張って努力して掴んだ合格は何にも代えがたいことだと私は思います。  
インフルエンザや風邪の流行する時期ですが、睡眠・食事をきちんととって、万全の体調で受験に臨みましょう。手洗いも忘れずに！！

# がんばれ



# 受験生

次回も本校教員からのメッセージ<第二弾>  
を掲載予定です。

高校受験に挑む受験生のみなさんを

全力で応援していきます！！

聖隷クリストファー中・高等学校

