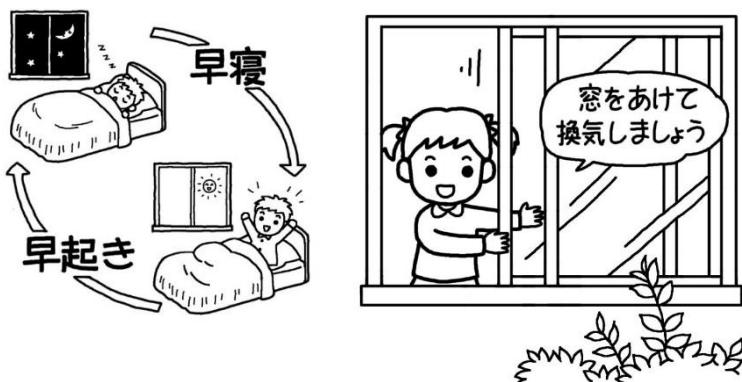




～ほんとうの競争相手？それは自分自身～

# 健康管理にも細心の注意を！

中学校最後の定期テストが終わりました。精一杯がんばれたでしょうか？私立高校の出願も25日に出願する精華高校を残すだけとなりました。2月10日の私立高校の入試まで、いよいよあと19日です！入試本番に、ベストコンディションで臨めるか、これも入試直前の大切なポイントになります。インフルエンザや風邪だけでなく、今年は新型コロナウィルス感染も心配なので、細心の注意が必要です。うがいや手洗い、マスクによる予防、教室の換気とともに、お風呂上がりの湯ざめやうたた寝などにも気をつけましょう。また、「夜型」の生活をしてきた人は、今すぐ生活リズムを「朝型」に切りかえましょう。入試の時間帯に脳をフル回転させるためには、生活リズムを「朝型」にすること！これも「合格」につながる対策の1つになります。入試は、学力だけでなく、心身のコンディションなどを含めた総合力で合格、不合格に分かれます。体調管理も実力のうちです。最高の状態で入試に臨めるように、健康管理に細心の注意を払いましょう！



# 面接の達人になろう！

12月から各クラスで面接の作法や受け答えについて学習してきました。来週の25日（月）・26日（火）・27日（水）・28日（木）の4日間では、入試で面接試験がある生徒を対象に校長先生、教頭先生、西村先生、竹本先生、小林先生に面接官になっていただき、第一希望の学校を想定して面接練習（第一希望の高校で面接がない場合は第二希望を想定して）を行います。

面接は、ことばづかいや態度をみたり、意見を聞いたりして、その人の人がらややる気を判断するために行われます。はっきりとしたことばづかいで、何ごとも前向きに、高校生活への熱意・

意欲を表すことが大切です。「短い時間の面接で、本当に評価できるのですか？」このような質問をよくされます。面接官の先生方は、多くの受験（検）生を見てきておられます。2~3分も話せば、受験（検）生の本当の姿を見抜いてしまえると言っておられます。「うそ」や「その場かぎり」はすぐにわかってしまいます。面接だけで合格はなくても、不合格になる場合もありますので、筆記試験と同じに、いやそれ以上に大切に考える必要があります。今まで以上に、日頃からさわやかな身だしなみや正しい言葉づかいをこころがけましょう。



項目		評価	アドバイス
外観	服装がきちんとしている (標準服・カッター・靴下・靴)	A B C	
	頭髪・つめ等 清潔に整えられている	A B C	
行動	礼儀正しく行動している (入室・退室・着席・礼・挨拶)	A B C	
	動作がてきぱきしている (だらしない印象がしない)	A B C	
	集中して話を聞き、はきはきと答えている	A B C	
	背筋を伸ばし、相手の顔を見て応答している	A B C	
会話	はっきりとした話し方で、語尾まできちんと聞き取れる	A B C	
	敬語が正しく使える (です・ます・尊敬語・謙譲語)	A B C	
	筋道の通った話ができる (言いたい事がきちんと伝わる)	A B C	

左の項目で採点します。評価が低い人は、再練習になりますよ！

## ※注意！

面接練習当日は、身だしなみを整え、気持ちも受験（検）当日の緊張感をもって、2時50分に会議室に集合してください。

