

梅津中学校のみなさんへ

みなさん、元気に過ごしているでしょうか？1年3組担任の鶴丸綾香です。

休校が続き、みなさんに会えず寂しい時間が続いています。今まで、何気なく過ぎていた毎日がどれだけ大切だったのかを改めて感じています。

思うことはたくさんありますが下を向いてはもったいないですよ！制限はたくさんあるけれど…「今」できること、「今」しかできないことがたくさんあると思います。先生は、苦手だった読書に挑戦中です。そして、毎日の習慣としてストレッチを始めました。この時間を大切にしながら、自分の成長につなげていきたいと思っています。みなさんは、この休校という期間をどんな時間にできるかな。

最後に、この言葉はどんな意味でしょう？

“ *You'll never find a rainbow if you're looking down.* ”

～1年生のみなさんへ～

元気に過ごしていますか？先生は、早くみなさんに会いたいです。休校期間ではありませんが、毎日の食事・睡眠をおろそかにせず、自分の体を大切に過ごしておいてくださいね。そして、家にいるからこそできること！手伝いや掃除など。自分にできることを積極的にしましょう。

*Practice Makes Perfect* ★**コツコツ継続が力なり**★

課題も毎日コツコツと。

～バレー部のみなさんへ～

元気に過ごしていますか？「今」の自分にできることを毎日1つずつ見つけ、取り組んでください。ストレッチ・筋トレ etc…。コートの外にもできることはたくさんあるはずですよ。バレーボールは、チーム全員の思いが1つになったときに100%の力を発揮できるスポーツです。この期間も、1人1人の思いや努力を積み重ねておいてください。