

### 3年生へのメッセージ

3年生の皆さん、体調はどうですか。進路を決める大切な学年で、いきなり臨時休校となり、学習や進路、部活のことなど不安が大きいと思います。しかし、皆さんの心の持ちようで、ピンチをチャンスに変えることもできます。今回は、特に心がけてほしいこと2点を伝えます。

- 1 健康に気をつけて、規則正しい生活リズムを作る。  
(特に、起床時間・就寝時間に注意)
- 2 進路について情報を調べる。(募集要項を取り寄せる・ダウンロードする)

1つ目は、まず健康第一ということです。検温を行うなど体調管理をしてください。体調がよいことで、やりたいと思っていることができます。また、体調を良好に保つために、起床時間・就寝時間を普段と同じようにしましょう。学校が再開されたときに生活リズムが戻りやすいという利点があります。

2つ目は、もう取り組んでいる人もいますが、希望する進路に関する情報をインターネット等で調べる、面接で答えられるように内容をまとめるなど準備をしておくということです。専門学校の来年度学生募集受付が6月1日開始などをはじめ、進路実現へのレースはもう始まっています。既に募集要項を郵送やインターネットで入手できる場所もあります。

出願時に必要な書類や自己アピール文は、わずかな時間では作れません。今のうちに下書きなどを準備しておけば、余裕を持って出願時を迎えることができます。必要な書類をどう書けばよいのか等のアドバイスも可能です。

休業中にどう過ごしたか面接で聞かれるかもしれません。有意義に過ごしていれば、質問にも堂々と答えることができますし、面接官に危機管理のできる人とみてもらえやすくなります。

臨時休校でいろいろストレスがたまり、イライラしているかもしれません。しかし、普段と違う状況のときは誰でもイライラします。比較対象にはならないかもしれませんが、皆さんは突然の飛行機欠航で修学旅行が2日伸びたトラブルを乗り越えました。皆さんなりの工夫でこのピンチを乗り越えましょう。