

進路だより

『夢をかなえるために……』

札幌市立東白石中学校
第3学年 進路係
第25号
2026年7月13日発行

これから大切なのは…… 気持ちの切り替え！！

運動系部活動に所属する3年生にとって最大のイベントである、中体連の地区・ブロック大会がひと区切りつきました（中にはすでに、全市大会が終わった人もいますね）。放課後や休日など、今までの中学校生活の少なくない時間を使って練習に打ち込んできた成果を、すべて出し切ることができたのではないかと思います。本当にご苦労さまでした。

さて、運動系部活動に所属している人たちの多くが、この時期で引退することになります（もちろん、まだ勝ち進んでいる人は、そういうわけにはいきませんが）。それでは、これから考えていかなければならないことは何かというと……。それは“**いかに上手に気持ちを切り替えていくのか**”ということです。部活動を引退して「今までよりも自由になる時間が増えたから」と油断をしてしまい、引退前よりも学習成績を落としてしまう3年生が出てくるとというのが、毎年のパターンなのです。みなさんはそのようなことがないように、上手に気持ちを切り替えて、計画的な時間の使い方を考えてください。

また、運動系部活動に入っていない人も含めて、2学期のことを少し考えてみましょう。2学期には、文化祭という大きな行事があり、それに向けての準備活動が入ってきます。そしてその間隙（かんげき）をぬうようにして、定期テストと3回の学力テストが行われます。3年生としては、中学校生活のまとめとして、学校行事に悔いのない取り組みをしていかなければなりません。さらにそれぞれのテストについても、自分の希望進路実現のために最善を尽くさなければならないのです。そこで必要になるのが、気持ちの切り替えでしょう。行事への取り組みを理由に勉強をサボったり、勉強を理由に活動をおろそかにしたのは、どちらも良い結果は得られません。

苦しい時期もあるとは思いますが、卒業までの約8か月間を充実したものにしてほしいと思います。

1学期も残りわずかです。

さて、夏休みは、何に力を入れて取り組みますか？

芸術教室・説明会のお知らせ

◇札幌大谷高校 「中学生のための夏季芸術教室（音楽）」

1. 実施日 8月22日（土）9：00～14：00
2. 場所 札幌大谷高校（東区北16条東9丁目1-1）
3. 内容 専攻実技点検（入学後に専攻したい楽器で受講してください）
受験相談（保護者同伴可、希望者は当日申し出てください）
4. その他 受講料は無料です。また、この講習会で成績優秀と認められた人は、入試の実技試験免除の候補者となり、冬季芸術教室（11/14）を受講することによって「実技試験免除者」に認定されます。なお、持ち物などの詳細は、高校HPで確認してください。
5. 申し込みについて
高校HPの専用フォームに、必要な情報を入力して申し込んでください。
締め切りは、**8月7日（金）**です。また、ジュニア音楽講座（9/5、10/24）の案内も届いています。30分間の個人レッスンを受けることができます。

◇札幌旭丘高校 中学生のための学校説明会

1. 実施日 9月26日（土）①13：15～と②14：45～の2回
2. 場所 札幌旭丘高校（中央区旭ヶ丘6丁目5-18）
3. 内容 普通科説明会、数理データサイエンス科説明会、質問コーナー
4. その他 普通科と数理データサイエンス科の説明会は、並行して行われます。両方の説明を聞きたい人は、①と②の両方に申し込んでください（内容の詳細は、高校HPで確認できます）。また当日は、上靴・靴袋を持参してください。
5. 申し込みについて
高校HPの申し込みフォームを利用して、高校へ直接申し込んでください。
申し込み期間は、**7月21日（火）10：00～8月24日（月）16：00**となっていますが、普通科説明会が各回800名、数理データサイエンス科説明会が各回300名の定員となっているので、参加希望者は早めの申し込みが必要です。

☆とわの森三愛高校から、特進 GLOW-UP コース説明会（8/22）のチラシが届きました（各学級に1枚ずつ配付します）。参加希望者は高校HPを利用して申し込んでください。

☆とわの森三愛高校から、部活動体験会の案内も届いています。女子バレーボール部（7/26）、男子バスケットボール部（8/1・8/2）、硬式野球部（8/9）、女子バスケットボール部（8/11）、サッカー部（7/27、8/10、9/21、10/12、11/1）にそれぞれ行われます。時間帯や申し込み要領などの詳細は、高校HPで確認してください