



## 校長スケッチ



令和8年1月9日（金） 新旧生徒会執行部引継ぎ式

12月の選挙で選出された新生徒会執行部と各専門委員長の引継ぎ式を校長室からリモートで行いました。

まず、私から旧執行部のメンバーに、運動会や文化祭などの学校行事の運営や日々の活動を責任をもって行ってくれたことに感謝を伝えました。

そして、新執行部には、先輩から受け継いだ思いや経験を大切にしながら、新しい視点やアイデアを加え、さらに生徒会活動を活性化してほしいとお願いしました。

旧執行部のメンバーからは、それぞれの個性を生かした感謝のメッセージが全校生徒へ伝えられました。



令和8年1月9日（金） 10秒呼吸法の紹介

# ストレス マネジメント

R7.1月9日（金）

動画：<https://www.youtube.com/watch?v=v63qJvrpdDc>  
YouTubeで  
『社会応援ネットワーク こころも体もリラックス！  
「10秒呼吸法」』と検索

10秒呼吸法

養護教諭から、心を落ち着かせたり、気持ちを切り替えたりするのに有効である「呼吸法」の紹介がありました。

昨年までは、入試を控えた三年生だけが対象でしたが、今年は全校生徒を対象としました。

各教室では、動画を見ながら真剣に実践している生徒の姿が見られました。

