進路だより

大阪府立
泉尾工業高等学校
進路指導課　5月号

入学、進級から約１か月が過ぎました。それぞれの新しい環境には慣れましたか。いよいよ３年生は最終学年を迎え、卒業後の進路を決定する時期が近づいてきましたね。進路指導課では、泉尾工業生のみなさんが自らの将来のために考えるべきことや知っておくべきことを発信し、適切にサポートしていこうと考えています。ぜひ、気軽に進路指導室（本館１階）に足を運んでください。

第１学期中間考査に向けて勉強中のみなさんに、校長先生からのメッセージです。

「勉強しなあかんと思ってるけど、いざ机に向かうとなかなか勉強に集中でけへん・・」これは以前に私が担任をしていたクラスの生徒たちの声です。皆さんも同じような悩みを抱えているのではないでしょうか。勉強が長続きしない理由は何でしょうか。

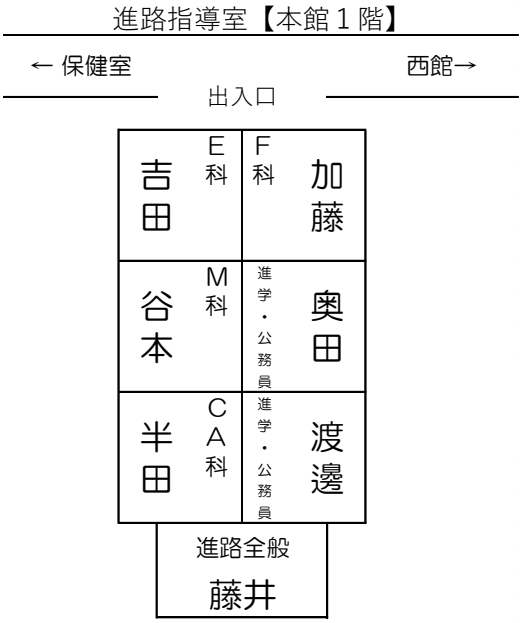
一番の原因は机の周りにある誘惑ではないでしょうか。スマートフォンやタブレット端末、テレビ、漫画、ゲーム機などが手の届く範囲や視野に入っていることはありませんか。次に、勉強中に睡魔に襲われ眠くなってしまうことも多いのではないでしょうか。一般的に、高校生に推奨される睡眠時間は７時間です。６時間を下回ると睡眠不足に陥ります。朝６時に起床する人は２３時には寝る必要があります。皆さんはこの睡眠時間を守れていますか。

これらの要因を改善するだけでも学習の効率は向上するでしょう。まず、机の周りに誘惑となるものを置かず、スマートフォンは電源を切るなどの対策を取ることが考えられます。また、規則正しい生活を送り、７時間の睡眠時間を確保してください。さらに、以前にも朝礼で話したように、自分に合った学習方法を見つけることも大切です。次の中間考査に向けて創意工夫しながら自分に合った環境と学習方法を見つけてください。

校長　井上　泰治

【進路指導課の先生】

名前	教科	主な担当
藤井先生	保健体育	進路指導関係全般
渡邊先生	地歴公民	進学、公務員関係
奥田先生	国語	進学、公務員関係
加藤先生	ファッション	F 科就職関係
半田先生	セラミック	CA 科就職関係
谷本先生	機械	M 科就職関係
吉田先生	電気	E 科就職関係



【５月進路関係行事】

5/13(月)～	３年生	「進路のてびき」配付
5/28(火)～31(金)	全学年	第１学期中間考査
5/31(金) *テスト終了後	全学年	希望者対象・進学説明会