

新学年のスタートダッシュをきろう！！

1・2年生のみなさん！今登録されている自分の講座はすべて修了しましたか？
みなさんは12月から新学年になります。そして講座を完全修得した生徒のみなさんは早ければ10月から新学年の講座を始めることができます！新学年の講座を開始するのが早ければ早いほど良い新学年のスタートダッシュを切ることができます。
スタートダッシュを早く切ることでどんなメリットがあるのでしょうか？

新高3生のメリット→早期に受講を終わらせ、夏に過去問演習（共通テスト、二次、私大）・
総復習をする時間を十分にとることができる
新高2生のメリット→再受講などで苦手分野の総復習ができる、演習の時間が取れる、
高3のスタートダッシュを早く切ることができる

このように早くスタートダッシュを切ることで多くのメリットを生み出すことができます。
ではより良いスタートダッシュを切るためにはどうしたらいいのでしょうか？

それは**登校**をすることです！！



高校1.2年生上位者	
月間登校数	月間受講コマ数
22	15
19	14
19	12
18	24
18	16
17	14
16	12
15	17
12	12
10	13

こちらをご覧ください。こちらは高校1・2年生の月間登校数上位10人の月間受講数の表です。この表を見ると、登校数が多い生徒は受講数が多いことがわかります。学校行事や部活動が忙しくてなかなか受講が進んでいない方もいると思います。ですが、そんな人こそ登校して欲しいです！東進は映像授業なので、授業開始時間が決まっておらず、1コマを分割して受けることができます。そのため忙しい生徒の皆さんにピッタリ！毎日登校をして毎日受講をしましょう。そして勉強をする習慣を身につけ、新学年のスタートダッシュを切りましょう！！

受験のストレス解消法を知ろう！

受験生のみなさん、ストレス解消はどうされていますか？受験勉強をしていると、多大なストレスに悩まされることも多いでしょう。ストレスと上手に付き合って、受験にチャレンジしていきたいですね。今日は、受験ストレスを解消する方法をご紹介しますと思います。

・自分へのご褒美を用意する

ご褒美があると、勉強のやる気アップにもつながり、ストレスも解消できます。大げさなものでも大丈夫です。

「一週間がんばったら、ごほうびにラーメンを食べに行こう」「このテキストを終わらせたら、ご褒美に映画を観に行こう」など、勉強をがんばった先の楽しみを用意しておきましょう。

・勉強リズムを作る

「1時間勉強したら5分休む」など、勉強にリズムをつけましょう。長時間継続して勉強するより、効率が上がります。効率が上がれば、ストレスも減っていきます。



他にも色々なストレス解消法があります。自分に合ったストレス解消法を見つけ、ストレスを和らげましょう！悩み事があっても東進に相談してくださいね。

column

看護と理学療法と作業療法の違いってナニ！？

皆さんは看護師と理学療法士と作業療法士の違いは知っていますか？今回は皆さんにこの3つの職業の違いについて知っていただきたいです！

- ・看護師→医療現場において、医師の診療や治療の補佐、手術のサポート、患者さんの身のお世話やメンタルサポートを担当する仕事
中央病院、救急センター、町の診療所、デイケア、訪問介護ステーション、急性期病院、クリニックなどで働いている
- ・理学療法士→怪我や病気などで身体に障害を持った人へ、運動療法や物理療法という医学的なリハビリテーションを施すことで、日常生活への復帰や生活改善のサポートをするリハビリテーションの専門職
- ・作業療法士→食事や入浴のようなセルフケアや、仕事や趣味のような日常生活に関わる全ての動作を通して身体と心のリハビリテーションを行う専門職
リハビリテーション専門職の中で唯一心の障害に対するアプローチが可能

これらの職業は大学や専門学校を卒業後に国家資格に合格することが必要です！

それぞれの職業に様々な魅力がたくさんあります。理系・医療系に進みたいけど詳しい職業は決まてないという生徒の皆さんの進路の選択肢のひとつになれば嬉しいです！