



3年生、最後の貸出…

ねんせい さいしゅうかしだしび ちがつ き いか ひ かしだし かなら そつぎょう
3年生の最終貸出日が近付いて来ました…。以下の日までは貸出OK。ただし、必ず卒業
までにへんきやく してくださいね。ちゅうがっこうせいかつ たくさんのほん か 借りてくれたみなさん。さいご
なに か
何を借りますか？

◆3年生最終貸出日 2月21日(火)

◆3年生最終返却日 2月28日(火)

※1・2年生はまだしばらく借りられます！

朝読チェックコンクール結果発表

★朝読チェックコンクール結果発表★

1位	2年1組	99点
2位	3年1組	92点
3位	2年4組	90点

※チェックの結果をもとに点数化しました

1位の2年1組は、結果が1回だけBで、あとはすべて
Aでした！ほとんど全員が毎週きちんと準備して、
集中して読書しているそうです！

せんじつ せいとちゅうかい こんねんど あさどく
先日の生徒昼会で、今年度の朝読チェックで
Aが多かった上位3クラスを表彰しまし
た。表彰されたクラスは本の準備をきちんと
していた人の数が多いということです。今年度
は残りわずかですが、いろいろな本に出会うため
にも、準備して読書しましょう。

※朝読がある限り、朝読チェックは続きます…
準備してね！

★1年生国語 ポップ作り！★

1年生が国語の時間におすすめの本の「ポップ」を
作っています。思わず読みたくなるようなキャッチ
フレーズや本の引用、紹介文を書いています。
一部のポップは、新入生へのおすすめの本として
図書館に掲示・展示する予定です。お楽しみに！



←裏に新刊情報あります



心を守る



もうすぐ今年度が終わり、進学・進級が控えています。不安な気持ちになっている人はいませんか？しんどくなる前に、心の守り方や上手な休み方を知って自分らしく生活できるといいですね。そのヒントになる本を紹介します。



『10代から知っておきたいメンタルケアしんどい時の自分の守り方』

増田史 (ナツメ社)

心と体が大きく変化し、アンバランスな状態となる思春期。正しい知識を身につけ、イライラや衝動への対処法を知ろう。「しんどさ」の原因を知り、それをやわらげ心を守るためのセルフケア法を分かりやすく紹介。



『10代から身につけたいギリギリな自分を助ける方法』井上祐紀 (KADOKAWA)

学校に行くことのつらさ、家にいることの苦しさ、自分自身についての悩み…まずはつらさの原因を「整理」し、安全な相手に「相談」し、「対処」する。さまざまな生きづらさを解決し自分を助けるためのヒントを集めた1冊。



『学校では教えてくれない自分を休ませる方法』井上祐紀 (KADOKAWA)

「自分を休ませること」イコール「学校を休むこと」ではない。ストレスがかりすぎないようにして学校に通いながら体も心もしっかり休ませることもできるし、反対に、学校以外にストレスの原因がある場合は学校を休んでも全然休めていないことも…。「正しく休む」ための方法を知ろう。



『「死んでもいいけど、死んじゃだめ」と僕が言い続ける理由』

大空幸星 (河出書房新社)

心が苦しいときは、迷わず誰かに頼ってほしい。出口は必ず見つかるから。日本初の24時間365日無料チャット相談を立ち上げた大学生が、自分の過酷な生い立ちをもとに10代の悩みに寄り添う。「悩み」を「苦しみ」に変えないための具体的なヒント。

ほかにも…

書名	著者・監修者等
親のことが嫌いじゃないのに「なんだかイヤだな」と思ったときに読む本	藤木 美奈子
「気がつきすぎて疲れる」が驚くほどなくなる「繊細さん」の本	武田 友紀
一生使える「自信」をつくる本 きみはスゴイぜ!	マシュー・サイド
大切なのに誰も教えてくれなかった女子の心と体のトリセツ	神藤 多喜子