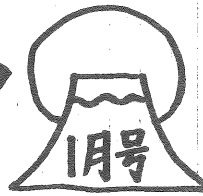


飛翔上中



〈浅井会長の話〉

近頃は寒い日が増えてき、まよに雪が降る時もありますね。

最近ではインフルエンザが増えてきているので、「手洗いう〜かいやワル」し、かりしていきましょう。

勉強の豆知識

- モチベーションup法
- 30秒机に向かってみる!
- 好き・得意な教科から勉強する
- ご褒美を決める
- たまには旧勉強を抜く
- スマホを手の届かないところに置く!
- 目標を決める
- 叫ぶ!!(迷惑にならないよう)
- ライバルを作る
- 軽く運動する(ストレッチ)
- 好きな曲を聞いてリフレッシュ!
- ToDoリストをつくる

- 集中力を高める食べ物
- ・バナナ
- ・チョコレート
- ・コーヒー
- ・お茶・水
- ・ガム・グミ・ラムネ
- ・ブルーベリー

①寝る前や食後には注意!!

明けまして
おめでとう
ございます☆

2025



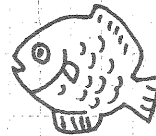
巳

本部
今年の目標を
自分で決めよう

生活
ルールを守ることを
徹底しよう

*

学芸
定例活動を見直そう



図書
いろんな
本のジャンルを
知ろう!

美化
定例活動を確認し徹底
しよう

0000

保体
感染症対策を
徹底しよう

給食
給食のマナーと
礼儀を見直そう