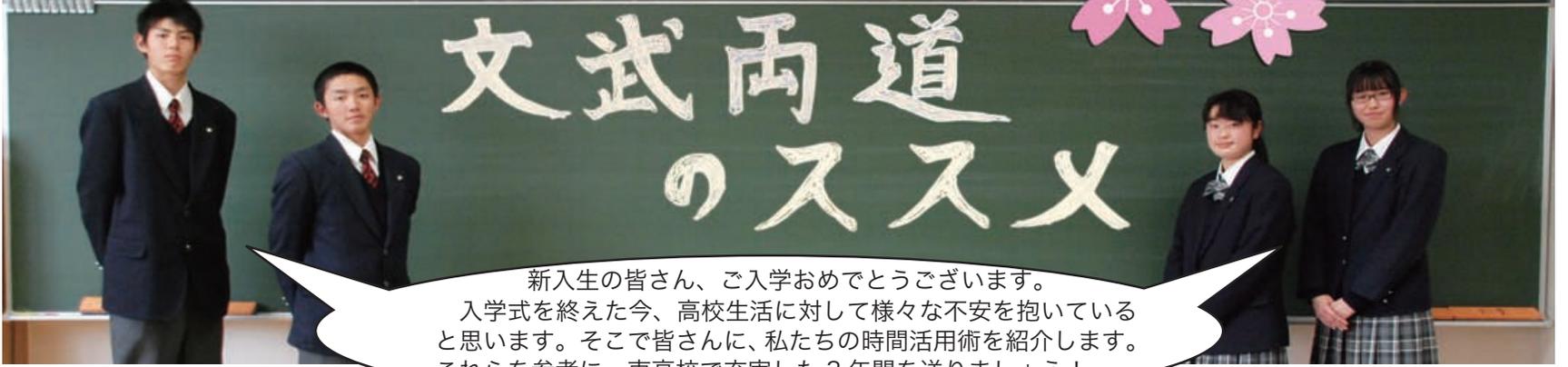


# 東高生が伝授!



新入生の皆さん、ご入学おめでとうございます。  
 入学式を終えた今、高校生活に対して様々な不安を抱いている  
 と思います。そこで皆さんに、私たちの時間活用術を紹介します。  
 これらを参考に、東高校で充実した3年間を送りましょう!

私はラクロス部に所属して  
 います。部活が終わった後、  
 家での勉強時間は限られてい  
 ます。しかし、ターゲットや  
 小テストは毎日あるので、そ  
 の勉強もしなければなりません。  
 なので、私は朝のスクー  
 ルバスの中でターゲットを覚  
 えて、昼休みなどを使って小  
 テストの勉強をするようにし  
 ています。定期テストの勉強  
 は、教科の数が多いため、何  
 をいつやるのかを決めること  
 にしています。時間がある時  
 は、頑張りたい理系教科を問

## 定期テスト攻略法



坂本 奈弓  
 特進コース  
 ラクロス部

題集中心によっています。教  
 科書で一度やった問題で、で  
 きなかつたところをチェック  
 しておき、それらの問題を問  
 題集でもう一度解くようにし  
 ています。部活をやっている  
 ことが気分を切り替えるスイ  
 ッチになるので、宿題が多く  
 て忙しくても自然に勉強と両  
 立できています。



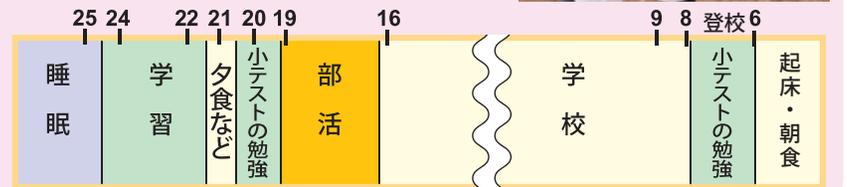
僕は野球部に所属し、日々  
 練習に取り組んでいます。練  
 習時間が長いので、家で勉強  
 する時間は限られてしまいま  
 すが、このような生活を送る  
 なかで、一番大切にしている  
 ことがあります。それは、休  
 み時間や通学時間の空き時間  
 の使い方です。これらの時間  
 を使い、小テストの勉強をし  
 ています。これにより、家庭  
 での学習をその日に課された  
 宿題や、自分の苦手を克服す  
 るための自学自習の時間に使  
 うことができます。また、授

## 両方100%!



黒沢 康太  
 特進選抜コース  
 野球部

業で習った内容はその授業内  
 に完璧に理解するつもりで受  
 けると、のちに勉強は楽にな  
 ります。文武両道を自分だけ  
 の力で達成するのは難しいと  
 思いますが、親・先生・友人  
 などの支えと、それに対する  
 感謝の心を忘れずに、コツコ  
 ツと努力を積み重ねていけ  
 ば、きっと達成できると思い  
 ます。大変なこともあります  
 が、その分大きく成長し、充  
 実した高校生活を送ることが  
 できます。



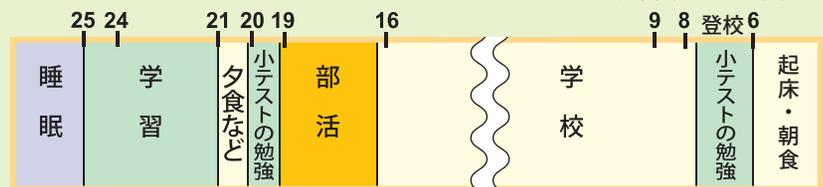
私は普段、電車に乗って  
 いる時などの少しの時間を効率  
 よく使えるように心掛けてい  
 ます。部活があるため、帰宅  
 時間が遅く、家庭学習の時間  
 があまりとれません。また、  
 疲れて、集中力が続かない時  
 もあります。だから、頭がさ  
 えている朝の移動時間を使っ  
 て小テストの勉強などをして  
 います。学校のリズムに慣れ  
 てきてからは、早い電車に乗  
 って朝の空いている時間を友  
 達と勉強する時間にあててい  
 ます。テスト前などは、わか

## 時間の有効活用



西村 陽子  
 特進一貫コース  
 吹奏楽部

らないところを教えあたり  
 してきます。電車通学の時間  
 も工夫次第で、とても充実し  
 た時間になることができます。  
 勉強も部活も、どちらも両  
 立させるには、中途半端な気  
 持ちではなく、一生懸命にや  
 ることが大切だと思います。



僕はサッカー部に所属し  
 て、日々練習に励んでいます。  
 この東高校での学校生活はと  
 ても充実していますが、ハー  
 ドです。毎日二十時半に帰宅  
 し夕飯などを済ますと、自由  
 時間はほとんどありません。  
 そこで大切なのは、時間を上  
 手く使い、時間を作ること  
 です。僕は電車通学なので毎日  
 電車の中で、英単語の勉強を  
 しています。また、学校での  
 休み時間でも、先に用を済ま  
 せ、次の授業までの五分間だ  
 け勉強したりしています。

## 一回の授業を大切に



増田 龍之  
 進学コース  
 サッカー部

一回あたりの時間は少ない  
 ですがこの少しずつの積み重  
 ねが大切です。これらの小さ  
 な努力が、のちに大きな結果  
 を生み出していくのです。つ  
 らくなることもあります。が、  
 そういう時こそ、自分に負け  
 ず努力を続けていけば、絶対  
 に充実した東高での生活を送  
 れると思います。ぜひ、新入  
 生のみなさんには、充実した  
 東高校での生活を送ってほし  
 いなと思っています。頑張っ  
 てください!

