

試験本番！

1 月の推薦入試から始まり 3 年生は中学 3 年間の集大成である上級学校の入学試験が本番を迎えます。2 月 26 日からは定期考査も始まります。

試験前だと、「大丈夫かな？」と必要以上に不安になったり、逆に「なんとかなる」と思って必要な勉強をしなかったり、いつもより気持ちが不安定になり、心を落ち着かせることが難しくなると思います。

日頃の成果を出すために、勉強だけでなくメンタル部分にも目を向けて万全の状態です試験に臨んでくださいね。

入試直前でもできる

緊張のやわらげ方

- ・人を落とすためではなく、「自分をとってもらおう試験」と考える
- ・「満点でなくてもいい」と考え完璧主義をやめる
- ・試験前夜はぬるま湯で半身浴
- ・当日はゆったりした呼吸を心がける
- ・試験開始時に一息おく

参考:受験を前に⑥「勉強の成果 出し切るには?」
 メンタルトレーナー・高畑好秀さんに聞く
 朝日新聞,2024-01-12,朝刊 13 版,p22

こちらの本がおすすめです

気持ちを切り替えたいとき



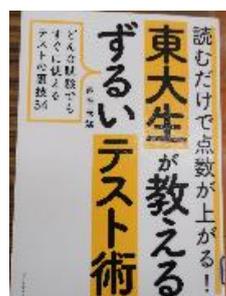
『高校受験すぐにできる 40のこと』/中谷彰宏

バランスよく受験全般について知りたいとき



『自信も実力もとびきりアップ! 中学生のおうち高校受験勉強法』/みおりん

試験のテクニックを知りたいとき



『読むだけで点数が上がる! 東大生が教えるずるいテスト術』/西岡 吉誠

入試当日にやることや、テストを受けるときの注意事項など、今すぐできることがたくさん。時間がない人は、隙間時間に気になるところだけ、読んでみては？



プレミアムメンバーの紹介 2名誕生！！

今年度の貸出冊数が 2 冊→3 冊へ (日付は 15 冊目を借りた日です)

個人情報のため、掲載していません。

祝

今年度プレミアムメンバー **55 名誕生**

過去 3 年間で最多の人数です！

2月 臨時開館日 2/14(水) 2/21(水)

祝日や定期考査で閉館する日が増えるため、臨時に開館する日があります。

2月の新着図書 ★は先生、生徒のリクエストで購入した図書で

| 分類 | 著者名 | 書名(シ-ズ名)・巻数 | 出版社 |
|---------|----------|---|-------------|
| 290/ゼ | 伊藤 賀一 | 改訂版 ゼツタイわかる 中学地理 | KADOKAWA; |
| 316/チ | 祝田秀全 | 地図でスツと頭に入る世界の民族と紛争 | 昭文社 |
| 371/カ | 香山リカ | <いい子>じゃなきゃいけないの? | 筑摩書房 |
| 388/タ | 田中 康弘 | 山怪 弐 山人が語る不思議な話 | 山と溪谷社 |
| 538/ナ | 中村 寛治 | ジェット旅客機操縦完全マニュアル パイロットはコクピットで何をしているのか? | SBクリエイティブ |
| 539/カ | 今田 高俊 | 核のごみをどうするか もう一つの原発問題 | 岩波書店 |
| 594/ヌ | ぬむ | とにかく顔がかawaii推しぬいの作り方 | 扶桑社 |
| 596/コ | 柴田書店 | パティシエにおしえてもらった、子どもがくれるプレゼント菓子: だれかにプレゼントしたくなる、お菓子がいっぱい! | 柴田書店 |
| 625/オ | 小川忠博 | りんご だんだん | あすなる書房 |
| 725/ハ | 林 亮太 | 色鉛筆で描く 街角風景画 | マール社 |
| 783/キ | 菊地選手 | 野球部あるある 新装版 2 | 集英社 |
| ★ 798/タ | たつなみ | すこしずるいパズル 2 | アリス館 |
| 837/オ | 劇団雌猫 | 推し活英語 -世界が広がる- | 学研プラス |
| 901/ワ | 渡辺 祐真 | 物語のカギ 「読む」が10倍楽しくなる38のヒント | 笠間書院 |
| 913/ア | 安部公房 | 砂の女 | 新潮社 |
| 913/ア | 青柳碧人 | 赤ずきん、旅の途中で死体と出会う。 | 双葉社 |
| 913/ア | 青木祐子 | これは経費で落ちません! 8 | 集英社 |
| 913/イ | いぬい さえこ | きみのことかだいすき | パイインターナショナル |
| 913/カ | 川上未映子 | 黄色い家 | 中央公論新社 |
| 913/カ | 川原 礫 | ソードアートオンライン 26 ユナイタル・リングV | KADOKAWA |
| 913/ク | noprops | 青鬼 ジェイルハウスの怪物 | PHP研究所 |
| 913/コ | こざわ たまこ | 教室のゴルディロックゾーン | 小学館 |
| 913/シ | 清水 晴木 | 旅立ちの日に | 中央公論新社 |
| 913/リ | 宗田 理 | ぼくらの東京革命 | KADOKAWA |
| 913/タ | 竹村 優希 | 神様たちのお伊勢参り-湯玉の温泉と蝦蟇の毒(8) | 双葉社 |
| 913/ツ | 辻堂 ゆめ | サクラサク、サクラチル | 双葉社 |
| 913/チ | なかがわ ちひろ | おとな体験授業? | アリス館 |
| 913/チ | 永良サチ | 100日間、あふれるほどの「好き」を教えてくださいきみへ | スターツ出版 |
| 913/ハ | はやみねかおる | 夏休みルーム | 朝日新聞出版 |
| 913/ヒ | 廣嶋玲子 | 鬼遊び 髑髏の手まり歌 | 小峰書店 |
| 913/ヒ | 東川 篤哉 | 探偵少女アリサの事件簿 今回は泣かずにやっています | 幻冬舎 |
| 913/フ | 冬野 夜空 | 一瞬を生きる君を、僕は永遠に忘れない。 | スターツ出版 |
| 913/ミ | 湊 かなえ | 母性 | 新潮社 |
| 923/ゾ | 九把刀 | あの頃、君を追いかけた | 講談社 |
| 933/ロ | エミリー・ロッド | 彼の名はウォルター | あすなる書房 |



寒い冬は、家で推しぬい(ぬいぐるみ)を作ってみませんか。



「こどもの人権相談」強化週間の啓発ポスターで見たことがある人も。イラストだけでなく文章でもいやされます。



昨年度の東京都公立高校入試出題作品

図書館では、公立高校入試出題作品コーナーで他の都道府県で出題された作品等も展示しています。興味を持った人は借りてみよう!

人気のパズルの第二弾が登場

童話×ミステリー 名探偵赤ずきん登場

台湾の青春作品 日本でもリメイクして映画になりました