

# みずほ通信

## 令和6年10月号

愛媛県立伊予農業高等学校

日	曜	令和6年10月行事予定	令和6年9月27日現在
1	火	1・3年生中間考査発表	
2	水	↑2年生中間考査 職場見学(1年)	
3	木		
4	金		
5	土		
6	日		
7	月	↓修学旅行結団式 校納金口座振替日	
8	火	↑1・3年生中間考査 修学旅行	
9	水	第2回PTA理事会	
10	木		
11	金	↓	
12	土		
13	日		
14	月	スポーツの日	
15	火	各種委員会	
16	水	全校朝礼(農ク全国壮行会・農業祭について) 人権映画観賞会(⑤⑥限)	
17	木	街頭交通指導	
18	金	人権day③	
19	土		↑県新人大会兼選抜県予選 ライフル射撃(本校会場)
20	日	第2回危険物取扱者試験	↓トレース技能検定
21	月		
22	火	数学テスト⑤	
23	水	全校朝礼(表彰伝達) 進路探求(⑤限1年)	↑農ク第75回全国大会(岩手)
24	木		↓
25	金	国公立・松大模試④(放課後)	
26	土		↑県新人地区予選(バド・卓球) 産業教育フェア栃木大会 (フラワーアレンジメント競技)
27	日		↓
28	月		
29	火	運転免許取得に関する保護者説明会	
30	水	校内授業研究(教科) 進路探求(科目選択説明会⑤限1年)	
31	木	国語テスト⑥	
備考		2級土木施行技術検定(下旬)	

### 「秋の夜長に・・・」

「秋の夜長」や「秋の日はつるべ落とし」という言葉の通り、秋の夜は1年の中で最も長いと言われている。夜は今日起こったこと、特にうまくいかなかったことが次々と思い出され、徐々にネガティブな沼から抜け出せなくなり、寝付けなくなることもしばしばある。そんな沼から抜け出せるヒントを2つ。中国の老子が「足るを知る者は富む」という言葉を残している。起こったことはもうどうしようもない。今日1日無事に過ごすことができ、こうして自分の床に就くことができる幸せにまずは浸ってみよう。そしてもう1つのヒントは「朝活」である。朝は何かとポジティブで良いアイデアが浮かぶそうだ。とりあえずは寝て、朝起きてから考えよう。明日には明日の風が吹くことを信じて、開き直ることも大切だ。その他にも、ゆっくりとお風呂に入って、自分の好きな音楽でも聴きながら、好きなアロマに包まれて、遠い未来の自分を想像しながら、ゆったり過ごすのもいいかもしれない。せっかくの長い秋の夜を、なるべく幸せな気持ちで過ごしてほしい。(E・F)