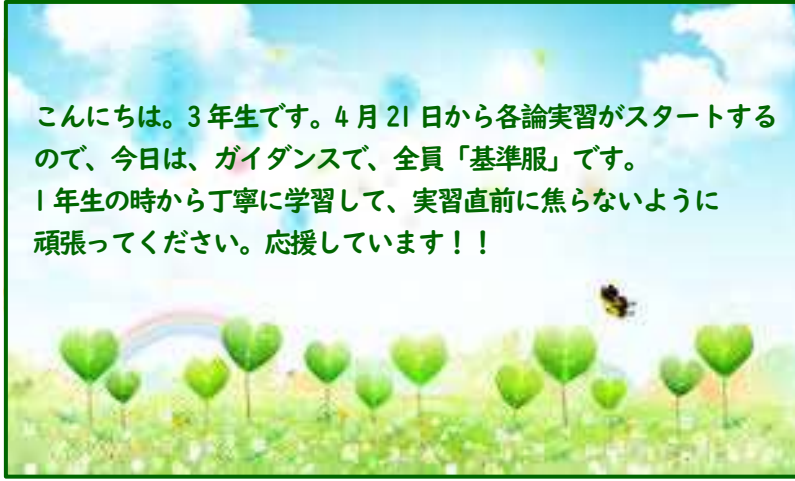


## 3年生から新入生へメッセージ



私のお勧めは、「ポモドーロ勉強法」です。  
1単位を25分間として勉強を行い、5分間の休憩を挟み「1ポモドーロ」とする方法です。休憩の時は、スマホを触るのではなく、ストレッチやリラックスを取り入れるといいです。皆さんもよかったら、取り入れてみてください♡

