



わせなび通信

～夏の息抜き自由研究～



わせなび通信とは?

全国の高校生を応援する「こうはいナビ」は、未来の大学生に向けて情報誌を作成しています！現役早大生のリアルな声を手元に残る形でお届けしています！大学研究や受験勉強に役立て早稲田に興味を持ってくれると嬉しいぴよん様様々なテーマを掲載しているので要チェックです！

今回は、**勉強の息抜き方法** について先輩の生の声を聞いてみよう！

勉強と両立した息抜き方法も！

- ・ラジオを聴きながら勉強
- ・30分毎に教科を変えて飽きないように勉強

- ・散歩をして気分をリフレッシュさせる
- ・運動をする（走った）
- ・踊る

- ・友達とカラオケに行く
- ・友達と騒ぐ
- ・ボランティアをする
- ・映画や買い物に出かける

- ・制限時間を設けてYouTubeやテレビを見る
- ・Twitterで癒し動画を見る
- ・10分仮眠をとる
- ・好きな小説を読む
- ・趣味のピアノを弾く
- ・お菓子を食べる

- ・友達とLINEをする
- ・友達とお喋りをする
- ・母親とお喋りをする

個人で

みんなで

動

静

次回のテーマ(8月24日公開予定)は「志望校対策の初め方」です！

8月20日～23日は「おうち早稲田」！

8/20・21のトークライブはこちらから！

<https://t.co/73EtqXumm4?amp=1>

メールでの個別相談も実施します！

こうはいナビ 公式 SNS **Check!**

Twitter



@WU_kouhainavi

Instagram



WU.KOUHAINAVI