

亀山通信

第40号

発行者 浜田高校通信制課程
住 所 浜田市黒川町 3749
TEL 0855-22-0187 FAX 0855-22-2549



玄関ホールをリニューアルしました！！

時間割を見やすいようにモニターに表示し、新しい掲示板を作りました。みなさんの日々の活動の様子や、大切なお知らせが掲示してあります。登校したときには必ず確認するようにしてください

イラストコーナーの作品募集！！



2Aの稲田朱里さんがスマートフォンのアプリを使って描いた作品です。みなさんも作品を展示しませんか？

第40号の主な内容

- ◎表紙・・・・・・・・・・・・・・・・P1
- ◎教務部より・・・・・・・・・・・・P2～9
 - ・後期試験の受験願について
 - ・後期試験の注意点
 - ・後期試験時間割
 - ・後期試験対策講座の案内
 - ・教務部からのお知らせ
 - ・平成31年度開講講座一覧表
- ◎保健部より・・・・・・・・・・・・P10
- ◎特別活動報告・・・・・・・・・・・・P11～16



浜高HPのQRコードです。活用してください。

<https://teitsu.hamakou.ed.jp/>



後期試験の「受験願」について

(1) 「受験願」の提出

・後期試験について受験願の提出が必要です。該当する科目の受験願は、12月21日（金）に発送します。

1月10日(木)16時30分までに、期限厳守で提出してください。

受験願は絶対に
切り離さないで
ください!!

(2) 「受験願」の記入のしかた

<受験願記入例> (学習のてびき P13参照)

<p>受験願 (前期) A</p> <p>ルーム ① 7A ② 浜田 太郎</p> <p>国語総合</p> <p>講座名</p> <p>③ 受験場 <input checked="" type="checkbox"/> 本校 <input type="checkbox"/> 協力校 (高校)</p> <p>④ 受験日 ○月 ○日 △ 曜日 / 限</p> <p>【注意事項】 ①受験願は、<u>必ず</u>切日を厳守すること。 ②継続科目は「<u>継</u>」に○をすること。 ③受験場は、いずれかに✓印をつけ、協力校の場合は、学校名を記入すること。 ④※欄は記入しないこと。</p>		<p>受験願 (前期) B</p> <p>ルーム ① 7A ② 浜田 太郎</p> <p>国語総合</p> <p>講座名</p> <p>③ 受験場 <input checked="" type="checkbox"/> 本校 <input type="checkbox"/> 協力校 (高校)</p> <p>④ 受験日 ○月 ○日 △ 曜日 / 限</p> <p>※ <input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし <input type="checkbox"/> ボーイ合格不足 () 受 験 <input type="checkbox"/> 面接時数不足 () <input type="checkbox"/> 受験願 <u>必ず</u> 切日後到着</p> <p>(A票) 講座担任 (B票) 講座担任→ルーム担任</p>	
---	--	--	--

① ルーム名を記入する
② バーコードシールを貼る
③ 本校で受験する人は本校
協力校で受験する人は協力校に
チェックをする
(協力校で受験する人は益田翔陽高校
か大田高校が学校名を記入する)
④ 希望する受験日と受験時間を記入
(P6の時間割を確認して間違いのない
ように記入する)

※同じ番号には同じものを記入

(3) 再試験について

・受験時間までに正当な理由（病気・怪我など）による欠席連絡があり、かつ、再試験の申請書類が期日までに提出された場合に限り『再試験』を認めます。

(診断書が必要な場合があります)

再試験の申請締切 2月3日(日)

再試験日 2月5日(火)

※無断欠席の場合、それ以後の当該科目の受験は認めません。

後期試験の受験について

1月20日（日）から後期試験が始まります。受験上の注意点を以下にまとめています。よく読み、計画的に学習をすすめ、きちんと手続きをしましょう。

諸注意

- ① 各協力校での受験については、協力校スクーリングを受けている生徒だけが受験できます。
- ② 1月20日（日）～2月5日（火）の間、生徒の職員室への出入りを禁止します。
- ③ 「美術Ⅰ・Ⅱ」、「服飾手芸」、「情報処理」は実技と筆記の試験を本校のみで実施します。
- ④ 自分が受講する科目の受験日、時間はきちんと控えておきましょう。

受験資格

- ① 後期試験範囲のレポートが、すべて合格していること。
- ② 必要な出席回数が満たされていること。
- ③ 1月10日（木）までに「受験願」が提出されていること。

受験上の厳守事項

◇生徒証がみと受験できません！

生徒証を紛失した場合は、早急に再発行の手続きをしてください。

発行までには数日かかる場合があります。余裕を持って申し込みましょう。

◇机の上に置く物は、「生徒証」と鉛筆、シャープペンシル、消しゴム、定規のみです。

教科書、レポート、ノート、筆箱、携帯電話（電源オフ）等はカバンの中に入れ、机の横に置いてください。

※各教科で指定があった用具は持ち込み可。次ページの「後期試験の注意点」を参照。

◇カンニング等の不正行為、それと疑われるような行為をしないこと。

不正行為をした場合、そのテストは0点です。

◇試験途中の退出はできません。時間いっぱい取り組んでください。

◇試験開始後5分以上遅刻した人は、受験することができません。

※試験当日に欠席、遅刻する場合は、早急に学校へ連絡をし、今後の対応を確認してください。

平成30年度 後期試験の注意点

※各教科の注意点をまとめましたので、参考にしてください。

※共通	<p>① 該当範囲の内容を中心に出题しますが、問題の形式を変える場合もあります。 教科書・学習書をよく読んでレポートの内容を理解しておきましょう。</p> <p>② 問題をよく読んで、何を答えなければいけないかを確認してから解答しましょう。</p> <p>③ 漢字で書けるところは全て漢字で解答しましょう。</p>
国語	<p>① 対策プリントに取り組んでおきましょう。</p> <p>② 問いに合わせた文末表現を意識して答えを書きましょう。</p> <p>③ 特に漢字を書く問題では細部まで丁寧に正しく書きましょう。</p> <p>④ 記述は8割以上書きましょう。</p>
現代社会	12月中旬までの時事問題も出題しますので、新聞やニュースもチェックしておきましょう。
数学	<p>① <u>ものさしは持ち込み可能です。</u> また、グラフに座標を書き込むことを忘れないように注意しましょう。</p> <p>② <u>途中の式を必ず書きましょう。</u>また、表や図を書いて考えると、わかりやすくなると思います（テスト用紙に書き込んでも減点とはしません）。</p> <p>③ 公式を覚えて当てはめることができるようにしましょう！</p> <p>④ 数学Aの試験では、分度器は使用できません。</p> <p>⑤ 電卓は使用できません。</p>
理科	物理基礎のみ電卓持ち込み可
簿記	<p><u>電卓・定規・赤ペン（又は、赤えんぴつ）</u>が試験時に必要です。 （携帯電話・スマートフォン等の電卓機能は使用不可） ※電卓は学校で貸し出しもできます。</p>
ビジネス基礎	<p><u>電卓</u>が必要です（携帯電話・スマートフォン等の電卓機能は使用不可）。 ※電卓は学校で貸し出しもできます。</p>
情報処理	<p>パソコン教室で<u>パソコンを使用した実技試験と筆記試験</u>を実施します。 ※試験は、本校（浜田）のみ。</p>

服飾手芸	<p>筆記試験と実技試験を行います。 ※試験は、本校（浜田）でのみ実施。</p> <p>筆記試験 ・ ・ 刺しゅう、棒針の各名称を覚えましょう。</p> <p>実技試験 ・ ・ 棒針2本・毛糸・はさみ が必要になります。</p>
美術	<p>筆記試験と実技試験を実施します。 ※試験は、本校（浜田）でのみ実施。</p>
書道	<p>筆記試験を実施します。</p>
体育1～5	<p>① 実技試験のみ行います。</p> <p>（バスケットボール、バドミントン、卓球、バレーボールの4種目の中から1種目を選択して下さい）</p> <p>※必ず、前期試験とは異なる種目を選ぶこと（前年度と同じ種目は可）。</p> <p>② それぞれ選択した種目の基本的な動きを確認しておきましょう。</p> <p>（パス、シュート、サーブ、ラリーなどの技術）</p> <p>《注意事項》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 特別な理由（例：骨折治療中、出産前等）で実技試験を受けることができない生徒は、「受験願」提出時まで担当教員に申し出て下さい。 ・ 「受験願」の下の種目名から1つ選んで○印をつけてください。 ・ 受験する際には、運動に不適と思われる服装は認めません。 ・ 必ず、体育館用シューズを履いて受験して下さい。 ・ 寒い時期であり、待ち時間も予想されますので、温かい服装の準備をしておきましょう。

受験願の提出を忘れない
ように。
1月10日（木）締切だよ。
後期試験に向けて
頑張ろう！！



平成30年度 後期試験時間割 ※本校 (浜田)

		1限	2限	3限	4限			5限	6限
		9:00~9:45	9:55~10:40	10:50~11:35	11:45~12:30			13:15~14:00	14:10~14:55
テ① 1/20 (日)	多目的	情報・商業	地歴・公民	国語	数学	S H R	昼 休 み	※服飾手芸	地歴・公民
		理科	家庭	英語	情報・商業			※美術	英語
	国語	数学	保健	理科				家庭	
	パソコン							※情報処理	
	体育館			※体育	※体育				※体育
テ② 1/22 (火)	多目的	国語	地歴・公民	数学	※服飾手芸	S H R	昼 休 み	数学	地歴・公民
		理科	英語	情報・商業	※美術			情報・商業	英語
	家庭	保健	理科		国語			家庭	
	パソコン				※情報処理				
	体育館				※体育				※体育
テ③ 1/27 (日)	多目的	数学	国語	情報・商業	※服飾手芸	S H R	昼 休 み	国語	情報・商業
		英語	家庭	英語	※美術			家庭	理科
	地歴・公民	理科	地歴・公民		保健			数学	
	パソコン				※情報処理				
	体育館		※体育				※体育		※体育
テ④ 1/29 (火)	多目的	保健	理科	数学	家庭	S H R	昼 休 み	国語	※服飾手芸
		情報・商業	英語	国語	情報・商業			理科	※美術
	数学	家庭	地歴・公民	英語	地歴・公民				
	パソコン			※情報処理					
	体育館			※体育	※体育		※体育		
テ⑤ 2/3 (日)	多目的	地歴・公民	数学	※服飾手芸	家庭	S H R	昼 休 み	数学	国語
		英語	国語	※美術	理科			地歴・公民	保健
	家庭	情報・商業		英語	情報・商業			理科	
	パソコン			※情報処理					※情報処理

◇家庭 家庭総合・消費生活・子どもの発達と保育の受験が可能です。

◇情報・商業 社会と情報・ビジネス基礎・簿記の受験が可能です。

【注意】 「※」の科目は、実技試験ですが、体育以外（服飾手芸、美術、情報処理）は筆記試験もあります。

平成30年度 後期試験時間割 ※協力校 (大田・益田)

		1限	2限	3限	4限			5限	6限
		9:00~9:45	9:55~10:40	10:50~11:35	11:45~12:30			13:15~14:00	14:10~14:55
テ① 1/20 (日)	教室	情報・商業	地歴・公民	数学	国語	S H R	昼 休 み	数学	地歴・公民
		理科	家庭	英語	理科			情報・商業	英語
	体育館	国語	書道	保健	書道			※体育	※体育
テ③ 1/27 (日)	教室	数学	国語	情報・商業	数学	S H R	昼 休 み	国語	情報・商業
		英語	家庭	保健	英語			地歴・公民	家庭
	体育館	書道	理科	地歴・公民	書道			※体育	※体育
テ⑤ 2/3 (日)	教室	地歴・公民	理科	数学	家庭	S H R	昼 休 み	地歴・公民	数学
		国語	英語	情報・商業	国語			理科	情報・商業
		家庭	書道	保健	英語			書道	

◇家庭 家庭総合・消費生活・子どもの発達と保育の受験が可能です。

◇情報・商業 社会と情報・ビジネス基礎・簿記の受験が可能です。(情報処理は本校でしか受験できません)

【注意】 「※体育」は、体育館での実技試験です。

平成30年度 後期試験対策講座のご案内

通信制課程教務部

1月20日から後期試験が始まります。試験対策講座を下記の日程で実施します。ぜひ参加してください。
しっかり復習して試験に臨みましょう。

1 日時・場所

< 益田：保健センター3F > 1月15日（火） 9：15～12：00

9：15 ～ 12：00	後期試験対策講座（50分で特別活動1カウント） 地歴・公民、理科、国語の先生が行きます
--------------	--

< 大田：あすてらす研修室3 > 1月16日（水） 9：15～12：00

9：15 ～ 12：00	後期試験対策講座（50分で特別活動1カウント） 英語、国語、数学、家庭の先生が行きます
	基礎力アップ講座第4回テスト（9：15～10：25） 指導（10：30～12：00 採点、間違った部分の解説）

< 浜田：浜田高校定通校舎 > 1月17日（木） 9：15～12：00

	9：15 ～ 12：00	13：00～16：00
多目的教室	国語、英語、家庭、地歴・公民	図書室を自習場所として 開放します
11R	数学、理科、保健	
パソコン教室	情報・商業	
2R	基礎力アップ講座 第4回テスト（9：15～10：25） 指導（10：30～12：00 採点、間違った部分の解説）	

2 内 容 レポートの誤答部分や試験対策プリントの疑問点などを中心に学習する。

《 注意事項 》

- ① 教科書・学習書・レポート・試験対策プリントなど学習に必要なものを持参している生徒を参加とします。
- ② 50分出席で、特別活動1カウントとします。
- ③ 浜田定通校舎で、午後の参加人数が多い場合は多目的教室も自習場所とします。
- ④ 他の生徒に迷惑がかかる場合は、退出・帰宅してもらうこともあります。

教務部からのお知らせ

1 平成31年度からのレポート配布・提出について

<変更点>

	来年度 (H31年度)
レポートの配布方法	<ul style="list-style-type: none"> ・全校集会で第1回を配布 ・以後、定期的に各回のレポートを送付
レポートの再提出	<ul style="list-style-type: none"> ・得点の9割 (小数点以下切り上げ)
各回のレポートしめきり	<ul style="list-style-type: none"> ・各回に提出しめきり日あり ・遅れると減点あり (-10点)

①レポートの配布は、各講座1回分ずつ。定期的に送付

全校集会で第1回を配布します。その後は、定期的に送付します。送付予定は、学習のてびきの年間行事予定に掲載します。生徒の皆さんがレポートを提出した、提出していないに関わらず、定期的に送付します。

<例> H31年度

レポート6回の講座の場合



本校・協力校スクーリング	生徒が持っているレポート	レポート配布	レポート提出締切
前期全校集会	第1回	4月21日(日)	
1 4月28日(日)	第1回		
2 5月12日(日)	第1回・第2回	5月9日(木)	5月14日(火)
3 5月19日(日)	第2回		
4 5月26日(日)	第2回・第3回	5月23日(木)	5月28日(火)
5 6月2日(日)	第3回		
6 6月9日(日)	第3回・第4回	6月6日(木)	6月11日(火)
7 6月16日(日)	第4回		
8 6月23日(日)	第4回・第5回	6月20日(木)	6月25日(火)
9 6月30日(日)	第5回		
10 7月7日(日)	第5回・第6回	7月4日(木)	7月9日(火)
			7月23日(火)
前期レポート合格締切			7月24日(水)

②再提出について (得点の9割)

- ・得点が80点に満たない場合や空欄がある場合は、返却します。(複数ある場合は受け付けずに返却)
- ・再提出(あるいは再々提出等)の場合は、得点の9割(小数点以下切り上げ)とします。

③レポート提出しめきり日

- ・提出しめきり日後もレポートは受け付けますが、遅れると得点から10点減点します。
- ・前の回のレポートが合格しなければ、次の回のレポートを受け付けません。

④提出しめきり日に遅れ、再提出になった場合 (得点の9割から10点を減点)

- ・レポートの評点は、得点の9割から10点を減点したものとします。

<例> 提出しめきり日に遅れて提出。しかも不合格で返却され、再び提出して80点で合格した場合。

レポートの評点：80×0.9-10=62 (←レポートは合格です。)

※得点：レポートの内容の結果 レポートの評点：得点から、再提出、提出しめきり日を加味した結果

平成31年度 開講講座一覧表

＜変更点＞

- ・「総合的な学習の時間」が「総合的な探求の時間」に変わります。
 - ・「総合的な探求の時間」以外のすべての科目が半期認定になります。
(体育、美術、書道、社会と情報、簿記、消費生活、服飾手芸も半期認定になります)
- ただし、履修の順序が決まっている講座もあります。詳しくは受講指導時に説明します。

半期ごとに単位認定する科目

＜前期＞						＜後期＞							
教科名	講座名	単位数	レポート回数	面接時間数	試験	認定時期	教科名	講座名	単位数	レポート回数	面接時間数	試験	認定時期
国語	国語総合（前）	2	6	2	有	9月末	国語	国語総合（後）	2	6	2	有	2月末
	現代文B（前）	2	6	2			国語	現代文B（後）	2	6	2		
	古典B（前）	2	6	2			国語	古典B（後）	2	6	2		
地歴	世界史B（前）	2	6	2			地歴	世界史B（後）	2	6	2		
	日本史B（前）	2	6	2			地歴	日本史B（後）	2	6	2		
	地理B（前）	2	6	2			地歴	地理B（後）	2	6	2		
公民	現代社会（a）	1	3	2			公民	現代社会（a）	1	3	2		
	現代社会（b）	1	3	2			公民	現代社会（b）	1	3	2		
	政治・経済（a）	1	3	2			公民	政治・経済（a）	1	3	2		
	政治・経済（b）	1	3	2			公民	政治・経済（b）	1	3	2		
数学	数学I（1）	1	4	2			数学	数学I（1）	1	4	2		
	数学I（2）	2	6	2			数学	数学I（2）	2	6	2		
	数学II（前）	2	6	2			数学	数学II（後）	2	6	2		
	数学A（前）	1	3	2			数学	数学A（後）	1	3	2		
	数学入門	2	6	4			数学	数学入門	2	6	4		
理科	科学と人間生活（前）	1	3	4			理科	科学と人間生活（後）	1	3	4		
	物理基礎（前）	1	3	4			理科	物理基礎（後）	1	3	4		
	化学基礎（前）	1	3	4			理科	化学基礎（後）	1	3	4		
	生物基礎（前）	1	3	4			理科	生物基礎（後）	1	3	4		
保健体育	体育1（前）	1	1	5			保健体育	体育1（後）	1	1	5		
	体育2（前）	1	1	5			保健体育	体育2（後）	1	1	5		
	体育3（前）	1	1	8			保健体育	体育3（後）	2	2	8		
	体育4（前）	1	1	5			保健体育	体育4（後）	1	1	5		
	体育5（前）	1	1	5			保健体育	体育5（後）	1	1	5		
	保健（前）	1	3	1			保健体育	保健（後）	1	3	1		
芸術	美術I（前）	1	3	4			芸術	美術I（後）	1	3	4		
	美術II（前）	1	3	4			芸術	美術II（後）	1	3	4		
	書道I（前）	1	3	4			芸術	書道I（後）	1	3	4		
	書道II（前）	1	3	4	芸術	書道II（後）	1	3	4				
外国語	英語表現I（前）	1	3	4	外国語	英語表現I（後）	1	3	4				
	コミュニケーション英語I（前）	1	4	4	外国語	コミュニケーション英語I（後）	2	6	6				
	コミュニケーション英語II（前）	2	6	6	外国語	コミュニケーション英語II（後）	2	6	6				
	英語入門（1）	1	3	4	外国語	英語入門（1）	1	3	4				
	英語入門（2）	1	3	4	外国語	英語入門（2）	1	3	4				
家庭	家庭総合（前）	2	5	4	家庭	家庭総合（後）	2	5	4				
	消費生活（前）	2	4	4	家庭	消費生活（後）	1	2	2				
	服飾手芸（前）	1	2	3	家庭	服飾手芸（後）	1	2	3				
	子どもの発達と保育（前）	2	5	4	家庭	子どもの発達と保育（後）	2	5	4				
情報	社会と情報	1	3	2	情報	社会と情報	1	3	2				
商業	ビジネス基礎（前）	1	2	3	商業	ビジネス基礎（後）	2	4	3				
	簿記（前）	2	4	4	商業	簿記（後）	2	4	4				
	情報処理（前）	2	4	7	商業	情報処理（後）	2	5	7				

通年で単位認定する科目

総合的な探求の時間	3	1	1	無	総合的な探求の時間	-	2	1	無	2月末
-----------	---	---	---	---	-----------	---	---	---	---	-----

ほけんやより 12月

2018年も残りわずかとなりました。今年の冬至は12月22日です。寒い日は、体が温まるゆず湯に入り、ビタミンEの多いかぼちゃを食べて健康に過ごしましょう。皆さんにとって、有意義な年末年始となりますように願っています。

今年の課題は、今年のうちに！ 健康診断の結果、治療等が必要な人は 今年のうちに治そう！！



前期に定期健康診断を行いました。異常があった人には医療機関への受診のお願いの文書を配付しています。医療機関を受診後は、保護者の方でその様子を記入していただき、切り取り線以下を保健室に提出していただくことになっています。

受診された方は、速やかにご提出ください。まだ受診されていない方は、早めの受診をお願いします。

冬でも脱水？

脱水症状は夏だけのものじゃないって、知っていますか？ でも、夏みたいに汗をかかないのに、どうして脱水症状がおこるのでしょうか？

体の水分は、汗をかかなくても皮ふや呼吸からどんどん外へ出ています。1日に、体重1キロあたり約15mLもの水分が出ていくと言われていいます。冬は空気が乾いていて、



思っている以上に水分が不足します。特にエアコンをつけて乾いた部屋は要注意。

「別にのど渴いてないし…」とサボらずに、冬も意識してこまめな水分補給を。

生活の中の給水ポイント

- 起きた時
- ごはんの時
- お風呂に入った後
- 寝る前



体を温めよう



規則正しく生活しよう



特別活動の報告

宿泊研修



pixta.jp - 2383577

10月24日(水)～25日(木)の2日間、島根県立少年自然の家で宿泊研修を実施しました。初日午前中のGGG（江津グループワークゲーム）では、教員チームと生徒チームに分かれて対抗戦になりました。生徒達は協力し合ってゲームに取り組むことで、お互いにコミュニケーションを図ることができました。午後の冒険の森では四苦八苦しながらアスレチックをこなしていました。夕方の野外炊飯では、それぞれが役割を果たしながら、炊飯や野菜切りをし、楽しいバーベキューをすることができました。夜は天体観測を楽しみました。講師の先生の説明はわかりやすく、実際に野外で望遠鏡をのぞきながらの観測はとても楽しい時間でした。星座の美しさや神秘性を堪能することができました。2日目は午前中だけでしたが、創作活動をしました。いろいろ試行錯誤しながら、小物作りに一生懸命でした。

参加人数は7名でしたが、2日間とも天気に恵まれ、有意義な研修でした。



保護者会

11月25日（日）益田で、12月2日（日）浜田で、12月9日（日）大田でそれぞれ後期保護者会を実施しました。

総計15名の保護者の方においでいただきました。前期と同じく生徒が作ったクッキーを保護者の方には提供させていただきました。

全体としては、次年度のレポートの提出方法や配布方法が変更になることへの質問が多くありました。益田地区では会場が変わることへの不安、浜田地区では「後期入学生なのでペースがつかめていない」、「学校のスケジュールが保護者にわからない」、大田地区では「友達ができてそのおかげで頑張ることができた」等ご要望やご報告をいただきました。

次年度も保護者会を計画していますので、ぜひともご参加ください。



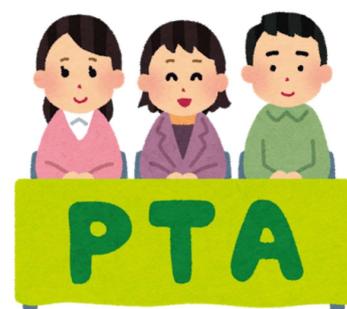
(11/25 益田地区保護者会)



(12/9 大田地区保護者会)



(12/2 浜田地区保護者会)



企業・学校見学

<10月31日(水) 企業コース：19名 学校コース：8名参加>

企業コースは、江津市にある「ドクターリセラ江津コールセンター」と旭町にある「島根あさひ社会復帰促進センター」の2つの事業所を見学しました。

江津コールセンターでは、入社2～3年目の新人3名の方から、入社するまでの経緯や入社後の苦労話まで貴重なお話を聞くことができました。地元を大切にする企業理念や社員教育の充実など、生徒にとって魅力がたくさん感じられました。

あさひ社会復帰促進センターは、昨年・一昨年と2年連続して通信制の卒業生が就職をしており、通常では見学が難しい先進的な技術を導入した施設の見学もすることができました。官民一体となって運営されている業態で、地域の雇用にも貢献している事業所について知る良い機会となりました。

学校コースは、江津のポリテクカレッジ島根と三隅町にあるリハビリテーションカレッジ島根を見学しました。

ポリテクカレッジ島根では、学生が作った作品や授業の様子などを見学しました。最新の機械を使って実際に部品が削られていく様子を見ることができ、生徒たちも驚いたようです。

リハビリテーションカレッジ島根では、ミニゲームや実際の現場で行われているエクササイズを交えながら理学療法士・作業療法士・言語聴覚士について詳しく説明をしていただきました。それぞれの仕事内容について知らない生徒も多く、この機会を通して職について知識を増やすことができたと思います。



先輩から学ぶ会

<11月18日(日) 9名参加>

11月18日(日)、本校を平成28年度に卒業された佐々木智加さんを講師にお招きし、先輩から学ぶ会を実施しました。通信制での体験や卒業後の仕事や生活で経験されたことについて、お話をしていただきました。いろいろなイベントや行事に参加し、経験を積み、自分の好きなことを見つけることが大切であると話されました。生徒たちは、卒業後にご活躍されている様子を聞き、これからの学校生活に向けて、士気が高まったようです。

**社会人基礎力講座
(マナー研修)**

<11月27日(火) 2名参加>

2名の生徒が参加し、接遇・あいさつ・言葉づかいの基本的なマナーについて実践練習を交えながら学習しました。一つ一つの動作や表情を意識することが大事であると聞き、生徒たちは一生懸命練習に励んでいました。また、発声練習では、「劇団四季」の方が実践している「母音発声」を行いました。すべての言葉が母音に置き換えられるので、面白おかしく、和やかな雰囲気で行うことができました。とても充実した時間になりました。



心と体の健康講座 第2回

<10月14日(日)実施>

セルフ・エスティーム(自己肯定感)と他者尊重の態度の育成を目的に「自分探しの旅に出よう! ~あなたのいいところを教えて~」と題して講座を浜田高校多目的教室にて実施しました。ペアやグループになり、自他のよい点を伝え合う、短所と長所の関係性について考えるなどの活動を行いました。本校教育相談員の方のアイデアで後出しジャンケンや自己紹介などを行うと生徒たちの緊張もほぐれ、笑顔で話し合う場面が多く見られ、和やかな雰囲気の中で学び合いができました。以下は参加生徒の感想です。

- 自分にとって欠点としか感じられなかったものが、言い換えると逆に良い点であるかもしれないのは驚きました。そして相手の良さを見つけていくことから自分の良さも見つけられる人間になりたいと思いました。
- 自分のいいところを言ってもらえて嬉しかった。今まで話したことがなかった人のいいところも聞けて良かった。人と話す機会がなかなかないので参加してよかった。



性教育講演会

<11月6日(火)実施>

済生会江津総合病院の助産師の方をお招きし、「思春期の性」をテーマに講演していただきました。病院現場での出来事や自らの経験をもとに「自他の命や人生を大切にしてほしい」という趣旨のお話は、説得力をもって感じられると同時に心が温くなる内容でした。若い時の妊娠・出産・中絶は自分のみならず、周囲や子どもの人生を左右する大きな出来事となります。生徒の皆さんが人生について考え、自分自身や周囲を大切に、行動するためのきっかけとなればと考えています。以下は参加生徒の感想です。

- 助産師の仕事について詳しく聞くことができ本当に良かったと思いました。また、子どもを産むことについて改めて考えることができました。「何とかなる」という軽い考えで出産してはいけないことなど、今後のことについてもしっかり考えることができたと思うので今後生かしていきたいです。
- 今日の講演会を聞いてより理解が深まりました。もっと詳しく知りたいとも思いました。



食育講演会

<11月20日(火)実施>

浜田市役所の地域医療対策課の栄養士の方に来校いただき、「一日の生活リズムは朝ごはんから」をテーマに実施しました。講義の他、SATシステム（フードモデルを使った食事バランス診断）、体組成計（BMI、体脂肪量、筋肉量、体内年齢診断など）の実践も含まれており、いろいろ試してみたい、もっと知りたいという気持ちになる内容でした。食事の面からだけでなく、日々の生活面という観点からも学ぶことがたくさんありました。以下は生徒の書いた感想の内容です。

- 朝食は主食+主菜+乳製品だったり、主食だけだったりするのでバランスよく食べて日中動いていけたらいいなと思いました。また主菜が何か、副菜が何か分かっていませんでしたが、今日の講演を聞いてよく分かったので、3食バランスに気をつけて料理したり食べたりしたりしていこうと思いました。
- とても分かりやすかった。睡眠の大切さも分かった。食事は主食、主菜、副菜のバランスが大事だと知った。



防災学習

<10月21日(日):浜田 11月4日(日):大田>

去る10月21日(日)に浜田で、11月4日(日)に大田で防災学習会を行いました。自分の命は自分で守るべく、参加者は真剣な眼差しで映像を目に焼き付けていました。東日本大震災の教訓の映像などから、災害は時を選ばないことや防災意識を高めるためにはどうすればいいかを考えるきっかけになりました。



<大田での様子>



東日本大震災の映像を視聴

<浜田での様子>

