

亀山通信

2025年12月発行

第76号

発行者 浜田高校通信制課程 住所 〒697-8789 浜田市黒川町3749
TEL 0855-22-0187 FAX 0855-22-2549

後期入学式

10月1日（水）後期入学式が行われ、
新入生、転入生合わせて10名が通信制の
仲間に加わりました。これから心機一転、それ
ぞれの学びを進めて行けるように、教職員一
同でサポートします。



後期全校集会

10月5日（日）後期のスタートとなる全校集会が
本校で開かれました。各担当の教員から大切なお話が
あった後、レポートの配布が行われ、各自履修している
科目を確認してもらいました。たくさんの生徒が登校し、
久しぶりに会った生徒同士、笑顔で会話をする姿も見ら
れました。

連絡先

【本S・火S】浜田高校定時制通信制校舎
（日～木） （0855）22-0187

【協S】

大田（携帯）：080-2896-2457

益田（携帯）：080-2896-2458

※ 協力校の携帯電話は、協力校スクーリング当日
8：30～15：00までの間つながります。
それ以外は、浜田高校定時制・通信制校舎へ連
絡してください。

※ Sはスクーリングのことです。

第76号の主な内容

◎教務部より

- ・後期試験の受験について・・・P1～2
- ・後期試験時間割・・・・・・・・P3～4
- ・後期試験各教科からの連絡・・・P5

◎教科作品の展示について・・・P6

◎特別活動報告・・・・・・・・P7～12

◎進路部より・・・・・・・・P13

◎保健部より・・・・・・・・P14

◎今後の行事予定・・・・・・・・P15

後期試験の受験について

学習のてびき
P30～31 参照

1月18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。
試験を受験しなければ単位修得はできません。よく読んで計画的に学習をすすめ、きちんと手続きをしましょう。

(1) 受験資格

- ① レポート合格しめきり日 **12月23日(火) 16:30**までに受講講座の試験範囲のレポートをすべて出し、合格していること
- ② 受講講座のスクーリングに必要回数以上出席していること。
- ③ 「受験手続き」が、しめきり日 **1月7日(水) 16:30**までに完了していること。

(2) 『受験手続き』について 後期試験を受験するには「受験手続き」が必要です。

受験資格のある受講講座について、**Google Forms**で「受験手続き」をします。

手続きしめきり 1月7日(水) 16:30

余裕をもって早めに
手続きをしましょう。

(3) Google Formsでの『受験手続き』のしかた

大前提として **Google classroom (各HR)** への登録が必要です。

- ① Google classroom (各自のHR) を開く。
- ② 配布された「受験手続きフォームへのリンク」を開く。
- ③ *必須入力を入力して次へ。(メール、ルーム、生徒番号、名前、受験会場・日付)
- ④ 受験講座を選択して、送信する。
- ⑤ 受験会場・日付ごとに、③～④を繰り返す。



← クラスルームのアイコン



①



②



③



④

※G-mailに自分が送信した内容が送られてきます。正しく提出できているか確認してください。

(G-mail アプリ  をインストールして、学校のアカウントでログインする)

操作方法等わからない場合は、学校に問い合わせてください。(8:30～16:55 ※12/27～1/4はお休みです。)

(4) 「受験願提出一覧表」について

受験手続きが完了したら、「受験願提出一覧表」が郵送されてきます。(1月8日(木) 発送)
後期試験で受験する講座の一覧が記入されているので、必ず確認して、**間違いがあればすぐに学校へ連絡してください。**

(5) 受験上の諸注意

◆「生徒証」がないと受験できません！

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。

「生徒証再交付願」を記入後、代金500円と引き替えに発行します。

(発行までには数日かかる場合があります。余裕をもって申し込みましょう。)

◆試験開始5分前には着席を完了してください！

試験開始後5分以上遅刻した場合、受験することができません。

◆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、スマートフォン等の電子機器(電源は切る)等はカバンの中に入れ、教室後ろの指定の場所に置いてください。

(※各教科で指定があった用具は持ち込み可。P.5の「後期試験 各教科からの連絡」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、その試験科目は0点になります。)

スマートフォン等の電子機器から音がした場合(バイブレーションも含む)不正行為と見なされ、その試験科目は0点となりますので、必ず電源を切ってください。

◆試験途中の退席はできません。時間いっぱい取り組んでください。

(6) 協力校に関する諸注意

- ・1月20日(火)は、大田は「あすてらす」、益田は「市民学習センター」で試験を実施します。
- ・本校のみで受講した講座(美術、服飾文化、ビジネス基礎、簿記)も、試験は協力校で受験できます。
(情報処理は本校のみで実施しますので注意してください！)
- ・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。

(7) 再試験について

- ・試験を何らかの理由で欠席した場合、「再試験受験願」を提出すれば再試験を受験できます。
(最大6科目まで) 担任の先生に相談をしてください。

「再試験受験願」の提出しめきり：1月28日(水) 16:30
再試験日：2月1日(日) 場所：浜田高校のみ

試験当日に欠席・遅刻する場合は、必ず学校へ連絡をし、その後の対応を確認してください。

時間割を見て早めに計画を立てましょう!

※時間割内の教科名は以下の講座を表します。

国語: 現代の国語、言語文化、文学国語、古典探究
 地歴・公民: 地理総合、地理探究、歴史総合、日本史探究、世界史探究、
 公共(a)、(b)、政治・経済(a)、(b)
 数学: 数学入門(1)、(2)、数学Ⅰ(1)、(2)、数学Ⅱ、数学A
 理科: 科学と人間生活、物理基礎、化学基礎、生物基礎
 体育: 体育Ⅰ、2、3、4、5
 芸術: 美術Ⅰ、Ⅱ、書道Ⅰ、Ⅱ
 英語: 英語入門(1)、(2)、英語コミュニケーションⅠ、英語コミュニケーションⅡ、論理・表現Ⅰ
 家庭: 家庭総合、消費生活、保育基礎、服飾文化
 商業: ビジネス基礎、簿記、情報処理

令和7年度 本校(浜田) 後期試験時間割

会場: 多目的教室

時限 日付	1限	2限	3限	4限	12:30~13:15	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
① 1/18 (日)	家庭	地歴・公民	国語	家庭	昼休み	国語	地歴・公民
	理科	数学	英語	理科		英語	数学
	芸術	芸術	情報Ⅰ・商業 (情報処理なし)	保健		情報Ⅰ・商業 (情報処理あり)	
				体育		体育	体育
② 1/20 (火)	地歴・公民	国語	家庭	国語	昼休み	地歴・公民	家庭
	数学	英語	理科	英語		数学	理科
	保健	情報Ⅰ・商業 (情報処理なし)	芸術	情報Ⅰ・商業 (情報処理あり)		保健	芸術
			体育	体育			
③ 1/25 (日)	地歴・公民	家庭	家庭	地歴・公民	昼休み	国語	国語
	数学	理科	理科	数学		英語	英語
	芸術	保健	芸術	保健		情報Ⅰ・商業 (情報処理なし)	情報Ⅰ・商業 (情報処理あり)
			体育	体育			
④ 1/27 (火)	国語	家庭	国語	地歴・公民	昼休み	家庭	地歴・公民
	英語	理科	英語	数学		理科	数学
	情報Ⅰ・商業 (情報処理なし)	保健	情報Ⅰ・商業 (情報処理あり)	芸術		芸術	
				体育		体育	体育

※「体育」は体育館(サブアリーナ)での実技試験です。

令和7年度 協力校(大田) 後期試験時間割

会場:大田高校

時限	1限	2限	3限	4限		5限	6限
日付	9:00~9:45	9:55~10:40	10:50~11:35	11:45~12:30	12:30~13:15	13:15~14:00	14:10~14:55
① 1/18 (日)	国語	国語	家庭	地歴・公民	SHR 昼休み	家庭	地歴・公民
	英語	英語	理科	数学		理科	数学
	情報Ⅰ・商業 (情報処理なし)	情報Ⅰ・商業 (情報処理なし)	保健	芸術		芸術	保健
						体育	体育

※「体育」は体育館での実技試験です。

会場:あすてらす(3F 研修室3)

時限	1限	2限	3限
日付	9:15~10:00	10:10~10:55	11:05~11:50
② 1/20 (火)	家庭	地歴・公民	国語
	理科	数学	英語
	保健	芸術	情報Ⅰ・商業 (情報処理なし)

会場は「あすてらす」です。
試験時間が違うので注意してください。

会場:大田高校

時限	1限	2限	3限	4限		5限	6限
日付	9:00~9:45	9:55~10:40	10:50~11:35	11:45~12:30	12:30~13:15	13:15~14:00	14:10~14:55
③ 1/25 (日)	地歴・公民	家庭	地歴・公民	国語	SHR 昼休み	国語	家庭
	数学	理科	数学	英語		英語	理科
	保健	芸術	保健	情報Ⅰ・商業 (情報処理なし)		情報Ⅰ・商業 (情報処理なし)	芸術
						体育	体育

※「体育」は体育館での実技試験です。

令和7年度 協力校(益田) 後期試験時間割

会場:益田高校

時限	1限	2限	3限	4限		5限	6限
日付	9:00~9:45	9:55~10:40	10:50~11:35	11:45~12:30	12:30~13:15	13:15~14:00	14:10~14:55
① 1/18 (日)	国語	国語	家庭	地歴・公民	SHR 昼休み	家庭	地歴・公民
	英語	英語	理科	数学		理科	数学
	情報Ⅰ・商業 (情報処理なし)	情報Ⅰ・商業 (情報処理なし)	保健	芸術		芸術	保健
						体育	体育

※「体育」は体育館での実技試験です。

会場:市民学習センター(203)

時限	1限	2限	3限
日付	9:15~10:00	10:10~10:55	11:05~11:50
② 1/20 (火)	家庭	地歴・公民	国語
	理科	数学	英語
	保健	芸術	情報Ⅰ・商業 (情報処理なし)

会場は「市民学習センター」です。
試験時間が違うので注意してください。

会場:益田高校

時限	1限	2限	3限	4限		5限	6限
日付	9:00~9:45	9:55~10:40	10:50~11:35	11:45~12:30	12:30~13:15	13:15~14:00	14:10~14:55
③ 1/25 (日)	地歴・公民	家庭	地歴・公民	国語	SHR 昼休み	国語	家庭
	数学	理科	数学	英語		英語	理科
	保健	芸術	保健	情報Ⅰ・商業 (情報処理なし)		情報Ⅰ・商業 (情報処理なし)	芸術
						体育	体育

※「体育」は体育館での実技試験です。

令和7年度 後期試験 各教科からの連絡



各教科の対策プリントは、各教科の Google Classroom にも入っています。

共通	<p>① 後期レポートの内容を中心に<u>出題しますが、問題の形式を変える場合もあります。</u></p> <p>② <u>対策プリントをよく読んで、問題には必ず取り組みましょう。</u> 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>③ 試験問題はよく読み、<u>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。</u></p> <p>④ 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 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>② 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>③ 記述は8割以上書きましょう。</p>
日本史	総理大臣などの人名は、フルネームで書けるようにしておきましょう。
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、わかりやすくなります 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	レポートをしっかりと復習してください。電卓は使用できません。 教科書を1回は読んでおきましょう。
美術	<u>筆記試験と実技試験</u> を行います。 <u>鉛筆</u> を準備してください。
書道	<u>筆記試験</u> を行います。
体育1~5	<p><u>実技試験のみ</u>行います。注)前期とは別の種目を選択してください</p> <p>① バスケットボール、バドミントン、卓球の3種目の中から<u>1種目を選択</u>し、受験手続きをしてください。</p> <p>② 運動不足にならないよう、普段から体を動かすようにしておいてください。</p> <p>《注意事項》</p> <ul style="list-style-type: none"> 特別な理由で実技試験を受けることができない生徒は、「<u>受験手続きしめきり日</u>」までに担当教員に申し出てください。 受験する際には、<u>運動に不適と思われる服装は認めません。</u> 必ず、<u>体育館用シューズを履いて受験</u>してください。
情報I	試験範囲はレポート3回分です。 専門用語・プログラミングを中心に、しっかりと復習しておきましょう。
ビジネス基礎	<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)。 ※電卓は自分で準備してください(貸出はしません)
簿記	<u>電卓・定規・赤ペン(又は、赤えんぴつ)</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) ※電卓は自分で準備してください(貸出はしません)
情報処理	<u>筆記試験と実技試験</u> を行います。後期は、 <u>協力校で受験できません。</u>
服飾文化	<p><u>筆記試験と実技試験</u>を行います。</p> <p><実技試験> <u>縫い針・手縫い糸(色の濃いもの)・糸切はさみ</u> が必要になります。 自分で準備してください。(当日は貸出不可)</p>

【 教科作品の展示について 】

総合的な探究の時間のまとめ、書道、美術、家庭科の作品を皆さんに鑑賞してもらうため、一定期間展示をします。登校した時には、ぜひ見てください。

展示場所	浜田高校定通校舎 IR
展示期間	令和8年1月18日(日)～4月6日(月) 【後期試験日～前期入試最終日】
展示内容	・書道、美術の作品、保育基礎・服飾文化の作品 ・総合的な探究の時間レポートのまとめ(第4回) ・地域巡検での制作物
作品の返却	卒業生：3月1日(日)卒業式 在校生：4月12日(日)受講手続き

<展示例>



生活体験発表 島根県大会

10月7日（火）

生徒生活体験発表島根県大会が宍道高校で開催されました。生徒のみなさんが作成した発表原稿をもとに、校内選考を経て、2B 中上莉麻さんと1B 水間蒼生さんが浜田高校通信制代表に選ばれ出場しました。

中上さんは、「自分を信じること」というタイトルで、いろいろな過去を乗り越えてきたことで今の自分がいること、そして未来に向けても前向きに挑戦していきたいことを発表してくれました。水間さんは、「ほんの少しの勇気」というタイトルで、勇気を出して困難を乗り越えることの大切さや自分の思うように瞬間瞬間を生きていきたいことを発表してくれました。また、県大会ではありませんが、3B 原田愛翔さんが、「失った先に見えた‘光（ジブン）’」と題して、中国大会（音源審査）に出場しました。3人の原稿は3月に発行される生徒会誌『伊久里』に掲載する予定です。

定通合同 スポーツ大会

10月21日（火）

定時制・通信制合同スポーツ大会が行われました。通信制は、女子2名、男子6名の計8名が参加しました。種目は、女子はソフトバレー、男子はドッチボールでした。

女子は2名と少ない参加でしたが、定時制の生徒と力を合わせて楽しく交流することができました。男子も同様に、チーム代えをしたり、ルールを変えたりしながら定時制の生徒と仲良く活動することができました。最後は、教員チームとエキシビジョンマッチを行いました。白熱する場面もあり非常に盛り上がりました！（^^♪

定時制の生徒と合同で実施する数少ない行事の一つです。定時制ともしっかりと交流を楽しみたい！と願っている人、来年度、是非参加を待っています！！



地域巡検（浜田）

10月23日（木） 石央文化ホール、和想館

万灯山公園、浜田まちなか交流プラザ

「お山を探そう！“万灯山”はどこに消えた！？」と題して地域巡検を実施しました。12名の生徒が参加しました。浜田駅に集合の後、ガイドの方の案内でかつて道分山、万灯山があったあたりの駅前の通りの散策と施設訪問をしました。石央文化ホールでは文化施設の地域における役割や課題などお話しいただきました。和想館では軽妙なトークで着物にまつわるいろいろなお話を聞かせていただきました。山があった当時の名残である「万灯山公園」で昼食休憩を取り、午後は浜田まちなか交流プラザで駅前開発のあり方や地域課題解決のためのグループワークに取り組みました。大学生のみなさんに協力していただきながら、いろいろな意見を出すことができました。「タロマンが現れたら・・・」「山があったときにタイムスリップしたら・・・」というシチュエーションで考えたグループもありました。参加した生徒からは浜田の歴史をもっと知りたい、などの感想を聞くことができました。



通信制感謝祭

11月27日（木）

今年度はじめての試みとして、生徒会執行部の企画で「通信制感謝祭」を行いました。午前中は多目的室でゲーム大会（生徒会執行部による手作りゲームや大スクリーンでのマリオカートなど）、11Rで南條先生の指導によるジオラマ制作を楽しみました。昼は駐車場でバーベキューを味わいました。午後はゲーム大会の続きとビンゴ大会を行いました。参加生徒は総数13名で、先生方も加わりにぎやかな時間を過ごすことができました（矢田先生が一番はしゃいでた気がします、、、）。参加した生徒からは笑顔でみんなと交流できてよかった！という感想を聞くことができました。生徒会執行部のみなさんは企画にかかわることで充実感を味わえたようです。



心と体の健康講座②

実施：10月28日(火)

参加者：通信制希望者、定時制全生徒

10月28日に食育講演会を行いました。島根県立大学看護栄養学部健康栄養学科より福田先生にお越しいただき、「食に関わるSDGs」と「自分ができる食品ロスへの取り組み」について考えてみよう！をテーマに定時制全生徒、通信制生徒希望者を対象にご講演いただきました。まずは健康に過ごすための3原則、「動く」「食べる」「寝る」ことの大切さから話が始まり、私たちは、酵素や栄養素・水を使った化学反応の連続で生きているなど食事の大切さについて話されました。また、昨今問題になっている「食品ロス」について、身近な取り組みの紹介があり、参加した生徒も各々自分の生活を振り返り、食品ロスをなくすための方法を考えていました。

生徒の感想には、「値引きシールの食材を買って、結局使わず冷蔵庫の奥で腐らせてしまうことが多かったので注意したい」とか「保存について、たまに冷蔵庫から出したりして定期的に整理をしたい。」など書いている生徒があり、貴重な機会となりました。生徒の興味関心が高まるよう工夫していただき、とても楽しい時間となりました。

お忙しい中ご講演いただき、本当にありがとうございました。



心と体の健康講座③

アロマ講座

実施：11月18日(火) 参加者：通信制希望者

心と体の健康講座③を「アロマテラピー癒しの教室」と銘打ち、アロマインストラクターである斎藤千賀恵先生をお招きして行いました。

最初にアロマテラピーについての基礎知識についてお話があり、続いて入浴剤作りに挑戦しました。ぐっすり眠りたい時はラベンダーやベルガモット、リフレッシュしたい時はローズマリーなど気分に応じてアロマを使い分けることなどを学びました。入浴剤を作っているときの生徒たちの楽しそうな表情、出来上がったときの笑顔が印象的でした。

参加した生徒たちからは、「アロマには、心と体のバランスを整え健康や美容に良い効果をもたらすと知り、生活に取り入れたい。」「バスソルトにして、発汗・代謝がアップしたり、自律神経のバランスを整える効果があると学んだので家でも作りたい。」などの感想がありました。

ご指導いただいた斎藤千賀恵先生、楽しい時間をありがとうございました。



第3回 社会人基礎力講座

実施：10月14日（火） 参加者：通信制希望者、定時制4年生
講師：サポステ浜田（しまね西部若者サポートステーション） 相談支援員

就労セミナーの一環として、①第一印象（身だしなみ）、②お辞儀（会釈・敬礼・最敬礼）、③敬語・言葉遣い（報・連・相）のビジネスマナーの基本について学習しました。「身だしなみなど卒業後に必要な内容で意識したら直せそうなのでやっていきたい」、「ほう・れん・そうで上手く生活できると感じた」、「使いがちな今とき言葉を使っていたので気を付けたい」という感想が多く、貴重な時間を過ごし、将来に向けて日頃から取り組む意識が芽生えました。

ご指導いただいた講師の先生、ありがとうございました。



講義の様子（第一印象）



講義の様子（お辞儀）



実践の様子（お辞儀）



講義内容のパワーポイント

第2回 企業・学校見学

実施：11月5日（水） 参加者：通信制希望者
浜田圏域の企業・学校見学

マルハマ食品株式会社：しょうゆの製造・販売、レトルトパウチ製品の委託製造を中心に、OEM生産を軸とした会社です。加圧殺菌装置を使ったレトルト食品製造工程を見学し、衛生面に十分考慮し、厳しい工程管理と美味しさの追求とともに、「安心・安全な食品づくり」を心がけている高度な技術を感じました。



株式会社ケイ・エフ・ジー：「天然」と「品質」・「おいしさ」にこだわり、「純天然のアルカリオン水金城の華（かなぎのはな）」をはじめとしたミネラルウォーターの製造及び販売の会社です。大手企業の製品の製造や大手コンビニでも販売されています。ペットボトルから製造し、海外製のハイスペックな機械の導入にも驚いたようです。また、徹底した品質管理による「安全なものづくり」を直接感じることができました。



リハビリテーションカレッジ島根：4年制のリハビリテーション専門学校。3学科の学び・特徴について、先生方の指導による体験をまじえて各学科の違いや将来を見据えた特色ある仕事に直結したカリキュラムを詳しく知ることができました。概況説明や施設の環境づくり、適性、やりがいに至るまで丁寧に説明をして頂き、大変参考になりました。



（理学療法学科・電気刺激）



（作業療法学科・車椅子）



（言語聴覚学科・発生補助器具）

見学先の各社、各校もお忙しい中での本校の訪問でしたが、熱心、丁寧に受け入れていただきありがとうございました。自分の将来を考える良いきっかけとなり、有意義なものとなりました。

第4回 社会人基礎力講座

実施：11月11日（火） 参加者：通信制希望者、定時制3年生
講師：サポステ浜田 相談支援員

今回は、来年度以降卒業予定となる生徒の皆さんを対象として就労セミナーの第一段階「自己理解」を実施しました。6つの職業領域を教えていただいた後、検査に取り組みました。検査をもとに6つのパーソナルタイプ（現実・研究・芸術・社会・企業・慣習的）から自分の適職タイプを導き出し、職業一覧（ホランドの六角形）から自分の気になる仕事を発見しました。そして、タイプ毎に特徴的な職業を説明していただきました。「自分のなりたい職業が分かって良かった」、「自分の就職先の選択肢を広げていきたい」と将来の職業を決める上でのヒントになったようです。多くのことを教えていただいた講師の先生方、本当にありがとうございました。



講義の様子



演習の様子（6つのパーソナルタイプ、ホランドの六角形）

先輩から学ぶ会

実施：11月16日（日） 参加者：通信制生徒、保護者希望者
講師：R5 卒業 栗栖 結衣さん（浜田医療センター附属看護学校 在籍）
R6 卒業 原 彩那美さん（温泉リゾート風の国 勤務）

通信制在学中の振り返り、現在の進路を選んだ経緯や現状（困難なこと・やりがい）、後輩へのアドバイスなどを中心に、先輩としての思いを熱く語っていただきました。「体験」や「明確な目標を持つこと」の大切さ、「自分のペースですること」、「やってきたことを次にいかすこと」が現在につながっていくという大切な点について教えていただきました。そして、「アルバイトでの社会とのつながりの重要性」や「自分の興味・関心をいかす」という点においても参考になる部分を多く感じたようで、「在学中にいろいろ体験してみようと思った」、「自分で決めたことを曲げないことが大切」、「お手本にしたいような生き方だと思いました」、「感謝されることがやりがい」というような気付きや感想がありました。

お話しいただいた、栗栖さん、原さん、ありがとうございました。



講演の様子



講演（栗栖さん）



講演（原さん）



生徒質問の様子

第2回 進路探究

実施：11月25日（火） 参加者：通信制生徒希望者
講師：進路指導部 教員

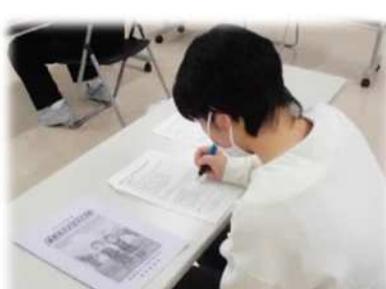
受験に必要なスキルの習得に向け、「面接」と「志望理由書」について学習しました。面接では様々な形式があること、個別の模擬面接で入室から退室までの流れを確認しました。その後、ワークシート「志望理由書、履歴書の志望理由・動機を書く前に」に取り組みました。自分の自信の価値観を探ること、興味・関心(情報、ヒト、モノに対する)の強さを知ること、今までの経験の掘り起こすことにつながりました。「面接のやり方が分かった」、「面接を実際にしてよかった」、との感想がありました。参加者が進路実現に向けて、実践へ結びつけていくことを願います。



講義・実技指導の様子（面接）



実践の様子（受験生と面接官）



ワークシートの様子

第5回 社会人基礎力講座

実施：12月2日（火） 参加者：通信制希望者、定時制3年生
講師：サポステ浜田 相談支援員

今回は本年度最後の講座であり、「職業理解」をテーマに「仕事選びの3つの軸（興味・価値観・能力）」、「産業、業種、職種の違い」を教わりました。そして、ワークシート「自分自身について」、「私の特徴」について書き出し、そのデータをもとに自分自身について見つめなおし、深く考えてみることで仕事探しにつながることを知りました。そして、「自分の興味や性格をしっかりと理解することが大切だと思いました」、「自分のしてみたいことを知り、どう進んでいきたいかが分かった」、「仕事に対して真剣に考えようと思った」との感想があり、自己分析して職業選択することの意義を理解したようです。お忙しいところご指導いただいた講師の先生方、1年間ありがとうございます。



講義の様子



ワークシートに取り組む様子



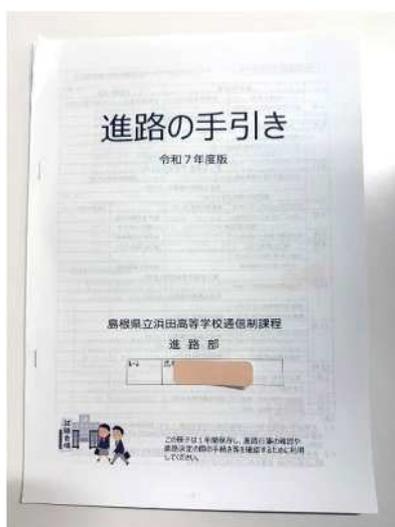
助言

進路部より

卒業予定生のみなさんへ

○進路がまだ確定していない人は、今後の進路について家族の方々や担任とよく相談をしてください。

- ・「進路のてびき」を読んでみてください。
- ・図書室の進路コーナーを活用してください。



○進路実現に向け最後まで諦めず受験勉強等に取り組んでください。 ※卒業後も進路相談は可能です。

在校生のみなさんへ

○卒業後の進路については早い時期から考え、家族や担任とよく相談し、調べるようにしてください。

- ・学科試験がある学校を志望している生徒は進路部主催の「進学模擬試験」を活用してください。
- ・資格検定を積極的に受験してください。推薦の際、受験資格になる企業・学校もあります。
- ・自分の進路選択を見通した科目、特別講座（社会人基礎力講座、説明会等）の受講を考えてください。

例えば、一般事務の就職希望者は「情報処理」や「簿記」の商業科目を受講する等

○「進路ノート」や「キャリア・パスポート」(ワークシート等)に記録を残し、進路に活用できるようにしてください。

12から 保健部より

いよいよ2025年も残り数日となりました。インフルエンザが流行しているため予防・対策をしっかりとしましょう。体調に気を付けて心身ともに健康な年末年始を過ごしましょう。

こまめに手を洗いましょう!

《汚れが残しやすいところ》

- 指先
- 指の間
- 親指のまわり
- 手首
- 手のしわ




- ① 石けんを泡立て、手のひらをよくこする
- ② 手の甲をのばすようにこする
- ③ 指先・つめの間をよくこする
- ④ 指の間を洗う
- ⑤ 親指と手のひらをねじり洗います
- ⑥ 手首も忘れずに洗う
- ⑦ 流水で石けんをよく洗い流す
- ⑧ 清潔なタオルやペーパータオルで拭き取って乾かす

感染症対策



マスク



うがい



消毒



手洗い



除菌



換気

冬休みも健康に過ごすために



混雑、密集した場所から帰ったら手洗い・うがい



体調が悪いときは、ゆっくり休もう



タバコ



お酒



SNSの出会い
「ネットあるからいいしに行こう!」
「写真交換しよう!」
「高額な支払い!」
「簡単儲け!」
闇バイト



危険ドラッグ

危険な誘いを受けたらその場から離れて、すぐに信頼できる大人に相談しよう

©少年福祉新聞社2024

☆保健室からのお願い☆

前期に2回に分けて定期健康診断を行いました。治療や検査が必要な人には医療機関へ受診をお願いする文書を配布しています。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。また、新型コロナウイルスやインフルエンザ等の感染症に罹患し、自宅での療養が必要と病院から指示を受けた場合には必ず学校に連絡をするようにしてください。

Q&A クイズ

Q.風邪予防の効果が期待できる飲み物は何でしょう？

- ① ホットココア
- ② 緑茶
- ③ 野菜/果物ジュース

A. 正解は全部です!!

① ココアの原料はチョコレートと同じカカオです。カカオにはカカオポリフェノールが豊富に含まれており、体内のウイルスや異物を発見して排除する自然免疫のヒトシ、チコルキラー細胞を活性化するとされています。

② 緑茶には抗菌・抗ウイルス作用があるカテキンが豊富に含まれています。

③ 野菜/果物ジュースには、腸内環境を整える食物繊維や抗酸化作用があるポリフェノールなどが豊富に含まれています。

今後の行事予定

1月	7日	水	後期試験「受験手続き」「別室受験願」提出しめきり 16:30 必着
	8日	木	「受験願提出一覧」郵送
	14日	水	進研記述模試（～15日）
	18日	日	後期試験①（場所：浜田高校・大田高校・益田高校） 作品展示開始、生徒会役員選挙（～27日）
	20日	火	後期試験②（場所：浜田高校・大田あすてらす・益田市民学習センター）
	25日	日	後期試験③（場所：浜田高校・大田高校・益田高校）
	27日	火	後期試験④（場所：浜田高校）
	28日	水	「再試験受験願」提出しめきり 16:30 必着
	29日	木	「総合的な探究の時間」第4回レポート合格しめきり 16:30
2月	1日	日	再試験（場所：浜田高校）
	5日	木	進研共通テスト模試（～6日）
	10日	火	追認試験（場所：浜田高校）
	16日	月	冬季集団研修（江津少年自然の家）
	17日	火	生徒総会、在校生授賞式
	28日	土	卒業生授賞式、同窓会入会式、会食マナー講習会
3月	1日	日	卒業式
	3日	火	高校入試のため生徒登校不可（～5日）
	15日	日	在校生受講指導（場所：浜田高校、大田高校、益田高校）
	18日	水	高校入試のため生徒登校不可（～19日）
	24日	火	離任式
	27日	金	高校入試のため生徒登校不可（～28日）