



令和6年度  
**8月号**  
通巻845号

愛媛県立松山東高等学校通信制課程

〒790-8521 松山市持田町二丁目2番12号

TEL 089 (945) 0131・089 (945) 0177

https://matsuyamahigashi-h-c.esnet.ed.jp

印刷所 株式会社 松栄印刷所



7月・8月の行事予定		
S:スクーリング X:レポート提出不可 ◇:通信制教員不在(レポート提出可能)		
7月	25 木	友垣通信8月号発送
	26 金	
	27 土	
	28 日	本校S 生活体験発表大会 授業公開
	29 月	
	30 火	(火曜S予備日)
	31 水	
8月	1 木	定試受験資格再提出レポート切
	2 金	
	3 土	
	4 日	(日曜S予備日)
	5 月	
	6 火	(S予備日)
	7 水	
	8 木	
	9 金	
	10 土	
	11 日	山の日
	12 月	振替休日
	13 火	閉庁日
	14 水	閉庁日
	15 木	閉庁日
	16 金	
	17 土	
	18 日	前期定期試験①(本校・今西・大洲)
	19 月	
20 火		
21 水		
22 木		
23 金		
24 土		
25 日	前期定期試験②(本校・新西・宇東)	
26 月		
27 火		
28 水		
29 木	友垣通信9月号・レポート発送 特試受験資格再提出レポート切	
30 金		
31 土		

※ 8月1日(木)は事務職員が不在のため、証明書等の発行はできません。レポートの提出は可能です。  
 ※ 8月10日(土)~15日(木)は閉庁日等のため、レポートの提出・返却、証明書の発行等はできません。

# ☑ もうすぐ前期試験

前期試験が近づいてきました。暑い日が続きますが体調を整え、試験に備えましょう。

試験について分からないことがあれば、早めに「通教生活のしおり」P16~17の〔試験(テスト)〕の項目や、「友垣通信」7月号を読んで、調べておくようにしましょう。



※ 生徒証、筆記用具、必要な用具(受験科目による)はそろっていますか？

- **受験の時に、生徒証が必要です。**必ず用意しておきましょう。ない場合は再発行しましょう。(再発行は数日掛かります。)運転免許証等の身分証明証は、生徒証の代わりになりません。
- 試験中の**物品の貸借は認められません。**筆記用具等を忘れないよう十分注意しましょう。

※ 欠席連絡は速やかに行いましょう。

- 定期試験を受験できなくなった場合、試験**実施日の12:30までに松山東高校に連絡**しましょう。  
(12:30直前は電話が混み合います。余裕をもって連絡してください。連絡先089-945-0131、089-945-0177)

※ 試験で最善を尽くせるよう、体調を整えておきましょう。

- 当日は、受験する科目全ての問題用紙が**まとめて配布され、連続して受験**します。エアコンの関係で、座席によっては冷えすぎることも予想されますので、**各自で冷房対策**を考えておきましょう。



## 【8月スクールライフアドバイザー相談日】

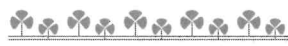
18日(日)・25日(日)

大丈夫。焦らず、ゆっくり一緒に進んでいきましょう。ひとりじゃないからね。

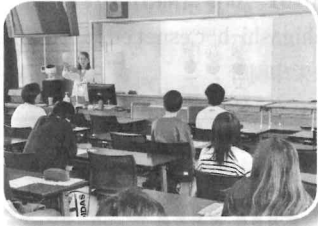




# HR活動



## 『教育相談』



6月4日(火)2限目に、スクールライフアドバイザーの竹田真由美先生に「ストレスとその対処法」と題して、ストレスとは何か、また、その適切な解消法について、アドバイスをいただきました。また、教育相談担当の先生や保健室の先生から、教育相談の仕方や保健室の利用についての説明がありました。47名の生徒が参加して、学習しました。

(生徒の感想より)

- ストレスを溜めてしまうと、心身の健康を損ねてしまうので、自分に合ったストレス発散法を見つけて発散することが大事だなと思いました。私は自分から悩みや思っていることを相談することが苦手だけれど、深刻な状態になる前に勇気をもって相談していきたいと思います。
- 通信制のことをあまりまだわかっていなかったけれど、今日のHRで保健室や教育相談の存在を知れて嬉しかったです。これから何かあったときに相談に行ってみたいと思いました。
- 風船にたとえた心とストレスの説明がとても分かりやすかった。呼吸法や体操は簡単なのでやってみようと思う。通信だし、年齢も高いので思いつきもしなかったが、学校でこんなにもサポートが整っていることに驚いた。機会があれば利用してみたい。

## 『進路』

6月23日(日)5限目に、3つの講座に分かれて進路に関するホームルーム活動が行われました。98名の生徒が参加し、熱心に耳を傾けました。HRの様子を紹介します。

### 1 進学全般について

大学や専門学校等、進学に対する心構えから進路選択に役立つ情報や具体的な利用方法を学びました。



### 2 進路研究の進め方

自分の「興味・関心」、「適性」と「将来の仕事」を考えることから、より良い進路選択の方法を学びました。



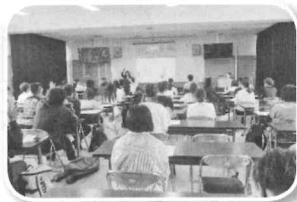
### 3 自己アピールと志望理由の書き方

自分のことを振り返り、長所をアピールするための文章の書き方を学びました。

## 『金融トラブルに巻き込まれないために』

6月25日(火)2限目に、SMB Cコンシューマーファイナンス株式会社より外部講師をお招きして、HR活動『金融トラブルに巻き込まれないために』を実施しました。

48名の生徒が参加して、金融トラブルの事例や、トラブルに遭わないためのポイントなどを学習しました。また、お金の大切さを知り、ライフプランについて考える機会にもなりました。



(生徒の感想より)

ローンやクレジットの仕組み、そして金融トラブルについて知ることが出来、とても良かったです。私も今年で成年になるので、トラブルには気を付けたいと思います。また、今のお金の使い方を見直してみようと思いました。

# 進路だより

## 進学についてのお知らせ

大学・短大への進学において、学校推薦選抜や総合型選抜（旧AO入試）の割合が増加しています。学校推薦選抜には指定校推薦・公募推薦があり、専願（合格したら必ず進学しなければならない）と併願（他校も受験可能）があります。どのような受験方式を選択するかじっくり考え、迷った時は担任や進路担当の先生に相談しましょう。指定校推薦については、8月中旬までにとりまとめますので、希望者は相談に来てください。申込初回締め切りは9月8日(日)16時です。

また、早い学校では9月から願書の受付が始まります。すでに総合型選抜で入学許可された場合も、調査書が必要となります。早めに担任の先生に相談しましょう。

学校推薦型選抜の願書受付は10月から始まります。調査書とともに推薦書が必要となり、評定平均値など出願基準が定められている場合も多いので、担任や進路担当に相談しておきましょう。

※出願期日や必要書類については各学校で異なりますので、各学校のHPで必ず確認してください。

## 就職について

本校通信制では、求人紹介は行っていません。松山市湊町四丁目に、『若年者就職支援センター』（通称:ジョブカフェ愛work）が開設されています。面接指導や履歴書の書き方など就職について丁寧に指導してもらえます。また、松山・今治・新居浜・西条・四国中央・大洲・八幡浜・宇和島の各ハローワークも利用できます。希望すれば応募前に職場見学もできますが、その場合は必ず担任や進路担当に連絡してください。



### 10月20日(日)に体育館で「運動会をやりますよ！」



運動会は、「友情」、「感動」を味わうことのできる学校行事の一つです。それぞれの得意な分野を活かして、自分の出来ることで参加しませんか。大きな行事ですので、たくさんの人の協力が必要です。多くの友垣の参加を待っています。前日準備（10月19日13：00～）そして、当日は、係の仕事等にも御協力ください。下記の要領で準備が始まります。都合のよい日だけでもかまいません。みなさんの協力で運動会を成功させましょう!!

### 【お願い】

パネル絵の制作、色塗り等をしてくれる人を募集しています。絵を描くのが好きな人、得意な人は、担任もしくは、年次主任（1年次：矢野みのり先生、2年次：丸山恒史先生、3年次：川又真理子先生）まで連絡してください。  
\*当日参加しても構いません。

日 時		活 動 内 容				
準 備	9月3日(火) 4限目 13：40～	HR 講座別でパネル絵の制作（下絵） 【特別活動①時間】				
	9月15日(日) 13：00～	HR 講座別でパネル絵の制作（色塗り） 【特別活動①時間】				
	10月19日(土) 13：00～	前日準備・係別打ち合わせ 【特別活動①時間】				
当 日	10月20日(日) 9：20～	具体的な日程や服装などの注意事項については、友垣通信9月号にてお伝えします。 【1日参加すると、特活⑥時間】 * 1日参加した場合のみ、⑥時間の中から、②時間を体育に振替可				
		<table border="1" style="width: 100%;"> <tr> <th>内 容</th> <th>特別活動時間</th> </tr> <tr> <td>午 前</td> <td>③</td> </tr> <tr> <td>午 後</td> <td>③</td> </tr> </table>	内 容	特別活動時間	午 前	③
内 容	特別活動時間					
午 前	③					
午 後	③					

### 昨年度のグループ



体 育 1



体 育 2



体 育 3

# 愛媛県定通制高等学校 総合体育大会について

- 1 期 日 令和6年9月1日(日)
- 2 集合時刻 9時20分(時間厳守)
- 3 集合場所 愛媛県総合運動公園 体育館前
- 4 開 会 式 10時～ 愛媛県総合運動公園体育館
- 5 競技種目及び会場
  - 陸上競技 県総合運動公園(陸上競技場)
  - バスケットボール 県総合運動公園(補助体育館)
  - バドミントン 砥部町陶街道ゆとり公園(体育館)
  - 卓球 県総合運動公園(体育館)
  - ソフトテニス 砥部町陶街道ゆとり公園  
(テニスコート)
- 6 その他
  - (1) 開会式整列時の服装は、競技のユニフォーム、または、白を基調とした服装とし、体育館シューズを履いてください。服装に不備がある場合には、参加できません。
  - (2) 選手は、特別活動時間数(最大6時間)が与えられます。(6時間参加した場合のみ、体育2時間に振り替える事ができます)  
選手以外の応援者は、特別活動時間数(最大6時間)が与えられます。  
応援者も、ふさわしい服装、筆記用具(ペン・下敷き)を持参してください。
  - (3) 選手は、顧問の先生と相談し、練習計画を立てて、出場に支障がないよう努めてください。  
水分補給等も各自でこまめに行ってください。
  - (4) 貴重品、及び所持品の管理については、各自で気を付けるようにしてください。
  - (5) 愛媛県総合運動公園の駐車場を利用する場合は、駐車料金が必要です。
  - (6) 組み合わせ及び試合開始時刻は、8月下旬に決定します。

## 昨年度の出場した種目の様子



バスケットボール



ソフトテニス

## コウム 出会い



土井 英明 先生

囲碁との出会いは、「知命」と言われる年に近くなり赴任したある学校での部活動でした。それまでの私は、ある一つの部の顧問を20年以上務めていました。新しい学校でもその部を希望していたのですが、かなわず、たまたま空きがあった囲碁部の顧問を任されたのです。囲碁の経験のない私は、部活動に参加しても部員たちが何をしているのか分かりません。部活動の場所に居るだけの顧問が、数か月続きました。ある日、そんな私を見かねた2年生の部員3人が、囲碁を教えてくれることになりました。

最初は、自分の石を全部取られる状況が続きました。まったく、生徒に歯が立たないのです。負けたくない一心で、本を読んだり、近所の囲碁を打つ方のところに行き教を請うたりしているうちに、だんだん生徒の棋力(囲碁を打つ力)に近づくことができました。少しずつ勝てるようになり、囲碁が面白くなったころからです、顧問と生徒の競争が始まりました。勝ち数が多くなった私に、生徒が先生には負けたくない勉強して挑んできます。負けが多くなると私も負けまいと更に学びます。その繰り返しにより、生徒たちは三つの全国大会(高文祭、選手権大会、選抜大会)に県や四国の代表として参加してくれました。

希望がかなえられず始めた囲碁でしたが、今では打たない日はありません。専らA1囲碁ソフト(天頂の囲碁、Leela、みんなの囲碁)が相手ですが、ソフトごとの個性(?)を楽しんでいます。

長い人生、いつ何に出会うか分かりません。なかには希望しないのに出会うものもあります。しかし、その出会いが、一生の友になることがあります。まずは、やってみることで。

## 全国高等学校定時制通信制体育大会出場者一覧

### 卓 球

開催期間：令和6年7月23日(火)～25日(木)

開催場所：東京都 駒沢オリンピック公園総合運動場

屋内球技場

出場生徒：丹治 敬太郎(1年次)



### バドミントン

開催期間：令和6年7月29日(月)～8月1日(木)

開催場所：神奈川県 小田原市総合文化体育館

「小田原アリーナ」

出場生徒：安平 剛凰(2年次)



### ソフトテニス

開催期間：令和6年8月4日(日)～6日(火)

開催場所：東京都 有明テニスの森公園

テニスコート

出場生徒：田上 洸太(2年次)、今井 俊介(2年次)



### 陸上競技

開催期間：令和6年8月12日(月)～15日(木)

開催場所：東京都 駒沢オリンピック公園

総合運動場 陸上競技場

出場生徒：橋本 碧(3年次)

