



令和6年度 2月号 通巻851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



2月・3月の行事予定

S:スクーリング ×:レポート提出不可
◇:通信制教員不在(レポート提出可能)

2月	6 木	友垣通信2月号発送	
	7 金		◇
	8 土		×
	9 日	後期特別試験・再試験対策講座	
	10 月		
	11 火	建国記念の日	×
	12 水		◇
	13 木		
	14 金	再試験対策講座	
	15 土		×
	16 日	後期再試験 HR活動(文集作り)	
	17 月		
	18 火		
	19 水		
	20 木		
	21 金	単位認定・継続手続関係書類発送	
	22 土		×
	23 日	天皇誕生日	×
	24 月	振替休日	×
	25 火		◇
	26 水		
	27 木	友垣通信3月号発送	
	28 金		
3月	1 土	卒業証書授与式準備 14:00~ 礼法指導 15:00~	
	2 日	卒業証書授与式・閉講式	
	3 月		◇
	4 火		◇
	5 水	登校禁止(全日制入試準備)	×
	6 木	登校禁止(全日制入試)	×
	7 金	登校禁止(全日制入試)	×

忘れ物について

今年度になって、たくさんの忘れ物を預かっています。(教科書・シューズ・筆箱・切手等)心当たりのある人は、職員室まで来てください。今年度中に持ち主が分からなかった場合は、処分させていただきます。

令和6年度 卒業証書授与式・閉講式

第72回愛媛県立松山東高等学校通信制課程並びに第59回NHK学園高等学校の卒業証書授与式及び閉講式を下記の日程で行います。初心を貫徹し卒業される皆さん、おめでとうございます。

期 日 令和7年3月2日(日)

会 場 愛媛県立松山東高等学校 体育館

日 程 8:30~8:55 受付(体育館入口)

9:00~9:45 拳式練習・諸注意

10:00~11:30 卒業証書授与式・閉講式

11:40~11:50 同窓会入会行事

11:50~12:00 記念写真撮影

12:15~12:45 ホームルーム活動(年次別)

注意事項

- ・ 日程は諸事情で変更になる場合があります。
- ・ 卒業証書授与式にふさわしい服装で、登校してください。(スーツやワンピースなど)
- ・ 卒業生は座席指定(五十音順)です。
- ・ 卒業証書などを入れるための袋を用意してください。
- ・ 卒業証書等は代表者に授与します。代表者の練習(礼法指導)は3月1日(土)15時からです。
- ・ 3月2日(日)の全日程に参加した場合の特別活動は4時間です。
- ・ 3月1日(土)14時から体育館にて前日準備を行います。特別活動は1時間です。

明 教 館



松山東高等学校の北側出入口の近くに瓦葺の建物があるのを見なさんは知っていますか。

この建物は明教館といいます(愛媛県指定有形文化財)。明教館は文政11年(1828年)に建てられた江戸時代後期の学校です。

《クイズ》

解答はP.4にあります。

- 問1 明教館のような学校を何と呼びますか?
A) 藩校 B) 寺子屋 C) 塾
- 問2 明教館ではどんな学問が学ばれていたのでしょうか?
A) 朱子学 B) 陽明学 C) 天文学
- 問3 明教館、松山中学校、松山東高等学校を通じて多くの人が学び、歴史に名前を残した人たちがおられます。
次の中から、関係者を選びましょう。(複数)
A) 秋山好古(軍人) B) 正岡子規(俳人) C) 夏目漱石(小説家)
D) 安倍晋三(総理大臣) E) 伊丹万作(映画監督)

けいぞくじゅこうてつづき

令和7年度の継続受講手続について

手続開始 2月26日(水)

月 日	内 容	備 考
2 21(金)	受講計画票 (<u>学校控</u> ・ <u>生徒控</u>) 発送	学校→生徒
	①「受講計画票」(<u>学校控</u> ・ <u>生徒控</u>) 提出	生徒→学校
	受講計画票 (<u>生徒控</u>) の返送、「受講申込書」発送	学校→生徒
	②「受講申込書」提出、諸経費納入	生徒→学校
3 13(木)	手続完了	

【継続受講手続】とは

来年度（4月以降）も引き続き学習するために必要な手続を【継続受講手続】といいます。

手続の流れは、①『受講計画票』の提出⇒〈受講科目の決定〉⇒②『受講申込書』の提出となります。詳しくは、2月21日発送の「後期単位認定書類」に同封する「受講計画・継続受講手続について」を参考にしてください。

来年度（令和7年度）継続受講手続

受講計画の立て方と留意事項

次の留意事項と3ページの「令和7年度教科・科目開講一覧」及びその下段の〔注〕に従って、無理のない受講計画を立てましょう。

- (1) 原則として、必修科目及び選択必修科目を優先して受講しましょう。
- (2) 1年間の受講単位数は、「通教の時間」の単位数を含めて**28単位まで**です。
また、半期の受講単位数は**18単位まで**です。
- (3) 以下の科目は、同一年度に同時に受講することができません。
「保健A」と「保健B」
「農業と環境」と「草花」
「ビジネス基礎」と「簿記」
- (4) 音楽Ⅰ・書道Ⅰは「実技テスト」、フードデザインは「調理実習」を受講する必要があります。
(詳細は各科目のレポートで連絡するので確認してください。) なお、フードデザインの「調理実習」は協力校では実施しません。また、実習の材料費を別途徴収します。
- (5) これまでに「通教の時間」(総合的な探究の時間)を3単位修得できていない者は、「通教の時間」を受講する必要があります。ただし、各学期1単位ずつです。
- (6) 数学、体育、英語の各科目のように、Ⅰ・Ⅱ、1・2・3と段階を追って学習する教科では、ⅠとⅡや2と3の科目を同一年度に並行して受講することはできません。数学Ⅰなど、数字の小さい科目から受講しましょう。

なお、継続受講手続を行わない場合は、3月27日(木)までに「退学願」を提出してください。

○【特別面接】

今年度、科目の修得単位が全くない生徒は、本校で【特別面接】を受けたくて、通常の【継続受講手続】をすることになります。詳しい日程は、2月21日発送の書類でお知らせします。

○『受講計画票』(学校控・生徒控の2枚)

来年度、あなたが受講したい科目を申請する書類です。学校控には、クラス担任が数字やアドバイスを記入しています。それを参考に自分で計画を立てましょう。来校し、クラス担任と相談して計画を立て、②の申し込み手続を同時に行うこともできます。

○『受講申込書』

確認された『受講計画票』をもとに、あなたが作成する正式な申込書です。申込書の提出時に諸経費や受講料の納入も必要になります。



この2月号は、大切に保管しておきましょう。

- (7) 教材の改訂のため、次の科目については、引き続き来年度も受講する場合、教材を購入(変更の可能性あり)する必要があります。気を付けましょう。

科 目	購入が必要な教材
現 代 の 国 語	学 習 書
言 語 文 化	学 習 書
地 理 総 合	地 図 帳
フ ー ド デ ザ イ ン	成 分 表

- (8) 以下に示す科目を受講する場合は、開講地区を考慮し、面接時数を充足できるかどうか、各自でよく検討しましょう。

科 目	地 区
農 業 と 環 境	東予・本校
草 花	南予・本校
ビ ジ ネ ス 基 礎	南予・本校
簿 記	東予・本校

東予＝新居浜西高校・今治西高校で開講
南予＝大洲高校・宇和島東高校で開講



令和7年度 教科・科目開講一覧

教 育 課 程										地区別開講			試 験		
教科	科 目	単 位 数		(レポート) 課 題 回 数		(スクーリング) 必要面接時間数		年 次 別 配 当			本 校	東 予			南 予
		前期	後期	前期	後期	前期	後期	1年次	2年次	3年次以降					
国語	現代の国語	2		6		2		◎2			○	○	○	前期	
	言語文化		2		6		2	◎2			○	○	○		後期
	文学国語	2	2	6	6	2	2			△4	○	○	○	前期	後期
	古典探究	2	2	6	6	2	2			△4	○	○	○	前期	後期
地理歴史	地理総合	1	1	3	3	2	2		◎2		○	○	○	前期	後期
	歴史総合		2		6		2	◎2			○	○	○		後期
	日本史探究	2	2	6	6	2	2			△4	○	○	○	前期	後期
	世界史探究	2	2	6	6	2	2			△4	○	○	○	前期	後期
公民	公 共	2		6		2		◎2			○	○	○	前期	
数学	数 学 I	2	2	6	6	3	3	◎4			○	○	○	前期	後期
	数 学 II	2	2	6	6	3	3			△4	○	○	○	前期	後期
	数 学 A	1	1	3	3	2	2			△2	○	○	○	前期	後期
理科	科学と人間生活	1	1	3	3	4	4	◎2			○	○	○	前期	後期
	化 学 基 礎	2	2	6	6	8	8		} ○4・△4・△4		○	○	○	前期	後期
	生 物 基 礎	2	2	6	6	8	8			○	○	○	前期	後期	
	地 学 基 礎	2	2	6	6	8	8			○	○	○	前期	後期	
保健体育	体 育 1		2		2		10	◎2			○	○	○		後期
	体 育 2		2		2		10		◎2		○	○	○		後期
	体 育 3		3		3		15			◎3	○	○	○		後期
	保 健 A	1		3		1		◎1			○	○	○	前期	
	保 健 B		1		3		1		◎1		○	○	○		後期
芸術	音 楽 I	1	1	3	3	4	4	} ○2	△2・△2		○	○	○	前期	後期
	美 術 I	1	1	3	3	4	4				○	○	○	前期	後期
	書 道 I	1	1	3	3	4	4				○	○	○	前期	後期
外国語	英語コミュニケーションⅠ	2	2	6	6	8	8	◎4			○	○	○	前期	後期
	英語コミュニケーションⅡ	2	2	6	6	8	8			△4	○	○	○	前期	後期
	論理・表現Ⅰ	1	1	3	3	4	4			△2	○	○	○	前期	後期
家庭	家 庭 総 合	2	2	4	4	4	4		◎4		○	○	○	前期	後期
情報	情 報 I	1	1	2	2	2	2		◎2		○	○	○	前期	後期
農業	農 業 と 環 境	2	2	4	4	4	4			△4	○	○	×	前期	後期
	草 花	2	2	4	4	4	4			△4	○	×	○	前期	後期
商業	ビジネス基礎	2	2	4	4	4	4			△4	○	×	○	前期	後期
	簿 記	2	2	4	4	4	4			△4	○	○	×	前期	後期
家庭	フードデザイン	2	2	4	4	4	4			△4	○	○	○	前期	後期
通 教 の 時 間		1	1	1	1	2	2	◎1	◎2		○	○	○		

[注]

(1) 教育課程（年次別配当）の、◎印は必修科目、○印は選択必修科目、△印は自由選択科目である。

(2) 理科は、「化学基礎」「生物基礎」「地学基礎」から1科目以上選択し修得すること。

(3) 芸術は、「音楽Ⅰ」「美術Ⅰ」「書道Ⅰ」から1科目以上選択し修得すること。

(4) 地区別開講の、○印は令和7年度に開講される科目、×印は開講されない科目である。



松山東高等学校通信制課程 生徒募集

令和7年度の生徒募集を開始しました。お知り合いに御希望の方がいらっしゃいましたら、御案内ください。

松山東高等学校通信制課程は、県内で唯一の公立の通信制課程の高等学校です。通信制課程は、働きながら、家事をしながら学習できることが大きな特徴です。

募集要項

〈入学資格〉

- 1 令和7年3月末までに、中学校又はこれに準ずる学校を卒業又は卒業見込みの人、及び中等教育学校の前期課程を修了又は修了見込みの者
- 2 中学校卒業程度の学力を有すると認められる者
- 3 過去に高等学校（中等教育学校の後期課程を含む）に在籍していた者、または現在、高等学校（中等教育学校の後期課程を含む）に在籍している者

〈入学選考方法〉

書類及び面接により決定します。

※出願期間については、新入学・編入学・転入学によって異なりますので、ホームページで確認してください。
聴講生も募集しています。詳しくは、下記までお問い合わせください。

問い合わせ先

〒790-8521 松山市持田町二丁目2番12号
愛媛県立松山東高等学校 通信制課程
TEL (089) 945-0131・(089) 945-0177

【スクールライフアドバイザー相談日】

2月2日(日)・9日(日)・16日(日)

3月2日(日)・11日(火)・25日(火)

人に相談することが、その人の「力」になる！
(愛媛県人権擁護委員会資料より)

H

R

活

動

コサージュ作り

1月7日(火)2限目のホームルーム活動で「コサージュ作り」を行いました。24名の生徒のみなさんが参加して、卒業式で卒業生が付けるコサージュを作りました。4つのグループに分かれての流れ作業で1つのコサージュを作り上げました。卒業生への思いを込めて丁寧に作業を進めることができました。卒業式に卒業生の胸元を飾るのが楽しみです。



コラム

先延ばしの心理

事務課 石村ひまり



やらなくてはいけないことをつい後回しにしてしまう「先延ばし癖」は、心理学の分野では「先延ばし症候群（PCN症候群）」という名前がつけられている心理的症状の1つです。多くの方がこの症状に悩んでおり、ある大学の研究では、成人の5人に1人は「日常的な先延ばし癖がある」と自覚しているそうです。皆さんにもそういった経験はありませんか？

先延ばし癖のある人には、様々なタイプがあります。例えば、楽観的な人は「何とかなる」という気持ちだが、やらなければならないことよりも、目の前の娯楽や楽な選択を優先させてしまっている傾向にあります。そして意外にも、完璧主義の人は先延ばし癖のある人が多いそうです。一見完璧主義と先延ばし癖は正反対のように思えますが、妥協を許さず完璧を求めるあまり、自分が行動するハードルを上げているのです。そして、締め切り間際になって肉体的にも精神的にも大きなストレスを抱えることになります。また、慌てて間に合わせた仕事や課題はどうしても質が低くなってしまいます。

改善方法として「簡単にできることから取り掛かる」「集中できる環境を作る」「完璧に仕上げることにこだわらすぎない」といった様々な例があります。人それぞれのタイプや性格によるため、自分ができそうなことからやるのが大切です。

デメリットの多い先延ばし癖ですが、必ずしも悪いものばかりとは限りません。そもそも物事を後回しにすることは、取り組む期間を短くしてエネルギーを温存し、大事な時に全力を出すためという見方もできます。また、適度な先延ばしには想像力を刺激するメリットも認められています。そのため先延ばし癖がある場合は、改善しつつも適度にそのメリットを活用するのがいちばん良いといえるでしょう。新たなアイデアのきっかけとして役に立つかもしれません。

防災学習

1 日時 令和7年1月12日(日) 5限目 13:30~14:15

2 場所 本校体育館

3 内容 緊急処置対応を学ぶことで、防災意識の高揚を図る。

4 感想 今回の講習で、誰かがするだろうではなく、自分ができることはやってみるを大切にしたいなどの、積極性のある感想が多かったです。有意義な講習をありがとうございました。

【救急の現状】

救急車は松山市で17台所有していますが、令和5年の救急出動件数は29,987件、令和6年1月~12月末で昨年度の件数と並んでいます。1日平均82.2件、17分32秒に1回の割合で救急車が出動し、市民18人に1人の割合で搬送されたことになります。感染症のこともあって、通報から現地到着に平均8分は必要だと言われています。

【なぜ、心肺蘇生が必要なのか。】

心臓停止により脳への酸素供給が途絶えると、数秒で意識が消失し、数分で脳に大きなダメージを受けます。

【倒れた人に遭遇した場合】

① 意識があるかどうか確認する。意識があれば、状況確認後119番通報する。

② 周囲の人に協力をお願いする。

安全な場所に移動する。
119番通報 AEDの運搬 胸郭圧迫法

③ 胸郭圧迫法（心臓マッサージ）を複数で交代しながら実施する。

④ AEDがあれば使用し、救急車が到着するまで心肺蘇生を試みる。

