



令和7年度 9月号 通巻858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



8・9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)

8月	28 木	友垣通信9月号・レポート発送	
	29 金		◇
	30 土	定通制総体	X
	31 日	前期特別試験・再試験対策講座	
9月	1 月		
	2 火	HR活動(パネル下書き)	
	3 水		◇
	4 木		
	5 金	再試験対策講座	
	6 土		X
	7 日	前期再試験・HR活動(パネル色塗り) 同窓会総会	
	8 月		◇
	9 火		
	10 水		
	11 木		
	12 金		◇
	13 土		X
	14 日		X
	15 月	敬老の日	X
	16 火		
	17 水		
	18 木		
	19 金	単位認定通知書送付	
	20 土		X
	21 日		X
	22 月		◇
	23 火	秋分の日	X
	24 水		
	25 木		
	26 金	友垣通信10月号・レポート発送	
	27 土		X
	28 日		X
	29 月		
	30 火	前期卒業式	

運動会パネル絵制作を行います！

運動会では、3つの講座がそれぞれ「パネル絵」を制作して飾ります。

パネル絵制作を9月2日(火)HR13:40~と9月7日(日)HR13:30~に実施します。

絵を描くのが好きな人、あまり得意ではないけれど協力したいという気持ちのある人は、是非参加してください。

日時 9月2日(火) HR活動13:40~(特活1時間)

9月7日(日) HR活動13:30~(特活1時間)

場所 312・313教室・通教ルーム

(ホワイトボードに詳細を貼っておきます。)

※作業がしやすい、汚れてもいい服装で参加してください。



体育 1



体育 2



体育 3

暑い夏を乗り切りましょう！そのために、睡眠時間や食事など規則正しい生活を心がけ、心身ともに疲れをためないようにしましょう。特に睡眠は大切で、脳や身体を休養させて疲労を取り除きます。眠ると生命を維持するうえで、あまり重要でないと判断された記憶は、脳から消去されます。寝たら忘れる。忘れることで翌日憶えるスペースが作られるのです。

時には、おしゃべりをして、心に余白を作りましょう。相談室で気軽に話をして余裕を持ってください。ご家族からのご相談も受け付けています。(SC 竹田)

【スクールカウンセラー相談日】

9月7日(日)、30日(火)、10月5日(日)、21日(火)

運動会の季節がやってきました。
各グループを体育1・体育2・体育3の3つのグループに分けて、グループ対抗で競技を行います。なお未受講者は、
いずれかのグループに加わり、合同チームを結成します。(当日決定)
各グループとも一致団結し、競技に参加して友垣の輪を広げましょう！

1 日 時 / 場 所

令和7年10月26日(日) / 体育館

時 間 帯	内 容	特別活動時間数
9：20～10：15	集合・準備	特別活動3時間
10：15～11：50	開会式・競技（午前）	
11：50～12：40	昼食	特別活動3時間
12：40～14：20	集合・競技（午後）	
14：20～15：05	閉会式・後片付け・HR	

※午前、午後とも、途中参加はできません。
※1日参加した人は、特別活動6時間の中の2時間
を、体育に振り替えることができます。(6時間
出席し、競技に参加した場合)

2 プログラム（変更する場合があります。）

午 前 の 部	午 後 の 部
1 ラジオ体操	9 イレロ
2 徒競走	10 玉入れ
3 グルグルタイフーン	11 友垣の輪 -押印してますカー-
4 出た目で勝負	12 お知恵を拝借 -先生教えて-
5 破裂の刃	13 ころがせ
6 のるかそるか	14 みんなでジャンプ
7 綱引き	15 通教リレー
8 スイカゲーム	16 整理運動
*パネル絵紹介(各年次ごと)	

- 3 注意事項
- (1) 運動会にふさわしい服装（スポーツウエアとして認められるもの）と体育館シューズで参加してください。ピアスなどの装飾品は外し、爪を切って参加してください。
(服装に不備がある場合は、運動会に参加できない場合があります。)

(2) 昼食や飲料水は、持参してください。各自で、熱中症対策も行いましょう。

(3) 10月25日(土)は、13：00～体育館にて、前日準備を行います。特別活動2時間分の出席となります。
出席する人は、12：55までに体育館に集合してください。
-

7月27日

令和7年度

生徒生活体験発表大会が行われました

発表題目と発表者

1 紡ぐ 一人の間にあるもの	3年次 濱田 紡
2 プロローグ	2年次 白方 凜音
3 遠回り、寄り道、 そこからつながる大切な道	2年次 重松 千咲
4 誰も枯れないために	3年次 阿部 啓将
5 普通の人生	2年次 桐畑 心咲
6 通信でわかったこと	3年次 岡山 千笑
7 私が教師になりたいわけ	2年次 大西 咲楽
8 自分を信じて、 今ここに立っている	2年次 平林 愛菜

「生徒生活体験発表大会」は、通信制に入学するまでの体験、入学して感じたこと、経験したこと、そして変わったこと、成長したこと、見つけた夢や目標を自分の言葉で表現する大会です。みんなの前で堂々と発表できたことは、大きな自信になったと思います。聴いていた友垣も、惜しみなく拍手を送り、たくさんの感想を寄せてくれました。発表者の皆さん本当にお疲れ様でした。ありがとうございました。

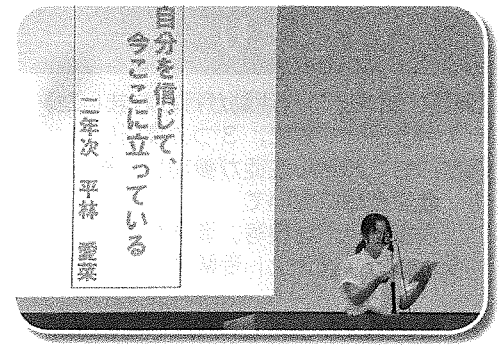
優秀賞

濱 田 紘 平 林 愛 菜

努力賞

白 方 凜 音	重 松 千 咲	阿 部 啓 将
桐 畑 心 咲	岡 山 千 笑	大 西 咲 楽

賞



発表した友垣の感想

自分の今までを振り返るいい機会になりました。共に今日まで頑張ってきた発表者のみんなとの絆も生まれたので嬉しかったです。

新しい生活に、誰も不安でドキドキしている。今、通信制に通えているのは、苦勞したり、人生の底にいて感じたり、そんな過去があるからこそ、皆、悩みぬいた選択を信じて通教生活を送っているのかなと感じました。前を向くのには時間と勇氣、きっかけが必要だと思います。発表者としてのこの経験は大きなきっかけになったと思います。

参加した友垣の感想

「ひとりじゃない」という言葉を聞いても、今まで深くそう感じたことはありませんでした。けれど、今回の発表を聞き、人それぞれの過去や、辛い思いはしたけれど気づけたことなどを知ることができ、自分にはなかった考えを学ぶことができました。偏見にとらわれて、自分の考える行動ができなかったり、人と比べてしまったりすることが何度もあったけれど、自分を認めてあげることができそうな気がします。今回の発表を聞いて、「ひとりじゃない」ということをしっかり感じられました。参加してよかったです。

それぞれが経験した辛いこと、乗り越えたことを正直に書いていて、とても心に残るお話ばかりでした。「言えなかった気持ち」「助けを求めることの大切さ」が伝わってきて、共感することばかりでした。自分だけが苦しいのではなくホッとした部分もあり、とてもいい時間となりました。

原稿を一から考えて作成し、ステージに立って発表することはとても大変だし、緊張すると思うけれど、その過程を通して、私たちに、大切なこと、その人自身の考えを共有してくれるこの活動は素晴らしいものだと思います。また、一人一人通信制にきた背景や世界、目標は違っても、皆、目指すことはあり、それに向けて努力している姿が垣間見えて、感動しました。

発表してくれた人たちの考え、思いを聞き、自分の考えも広がったような気がします。たくさんの思いを持った人たちが集まる学校が、楽しく、個性を大切にしてくれる、そんな学校でよかったと思いました。私も自分の意見を大切にしていきたいです。

審査の結果、選出大会への学校代表者に以下の方々が選ばれました。

■平林 愛菜 さん

「四国地区高等学校通信制生徒生活体験発表大会」に学校代表として応募します。代表者は全国大会に進みます。

■濱田 紘 さん

「第63回愛媛県高等学校定時制通信制中予地区生徒生活体験発表大会」に学校代表として出場します。

日時 9月17日(水) 18:00～

場所 松山工業高等学校 体育館

平林さん、濱田さん、頑張ってください。



進路だより

《進路に関するHR活動が行われました》

7月6日(日)5限に、3つの講座に分かれて進路に関するHR活動が行われました。3講座合わせて93名の生徒が参加し、熱心に耳を傾けました。活動の様子を紹介します。

1 進学全般について

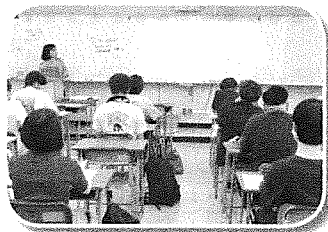
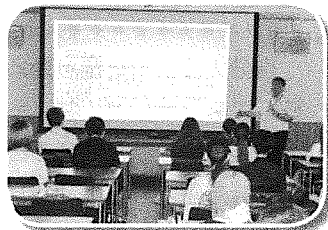
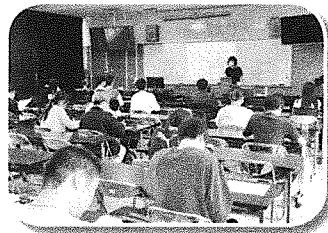
大学や専門学校等、進学を希望する生徒を対象に、学校推薦型や総合型などの受験パターン、共通テスト受験者への注意事項など、進路選択に役立つ情報を学びました。

2 進路選択について

外部講師の先生をお招きして、職業選択にあたりどのようなポイントで仕事を選ぶか等について教えていただきました。「働くこと」の意義を理解し、主体的に自身の将来像について考えさせられる内容でした。

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。



《次回の進路に関するHR活動について》

■日時 10月14日(火) 2時間目 (10:50~11:40)

■内容 ①社会に求められる力とは

②進路研究の進め方

③小論文入門

この三つの講座に分かれて行います。①は外部講師による講座です。

■特別活動時間数 1時間が与えられます。

まだ進路についていろいろ迷っているという人、ぜひ参加して、自分の進路について考えるきっかけにしてください。

大学入学共通テスト受験予定者へ 重要!!

すでにお知らせしているとおり、令和8年度大学入学共通テストから出願手続きが電子化され、専用サイト上にマイページを作成し、オンラインで出願する形に変更されました。

マイページ作成期間は7月1日(火)~10月3日(金)です。まだ作成していない人は、ホームページ(<http://www.dnc.ac.jp/kyotsu/>)にアクセスし、早めに作成しましょう。

北条清新高校のPR活動をしてきました!

私たち通信制生徒会役員は、7月21日、本校及び北条高校の先生方と一緒に、「北条鹿島にぎわいまつり」にて、来年度からスタートする北条清新高校のPR活動をしてきました。私たちのブースでは、「北条地域の良いところアンケート」、「ヨーヨー釣り」、そして、通信制授業料1単位336円にちなんで、「つかめ1単位! 336g おかし計量チャレンジ」を行いました。

アンケートは、メッセージボードに貼り切れないほどの回答をよせていただきました。「ヨーヨー釣り」も、

「336g おかし計量チャレンジ」も盛況で、大いににぎわっていました。

松山東通信制の78年の伝統を引き継ぎ、新しく生まれ変わる北条清新高校が、この北条の地で温かく迎え入れられ、地域と共に発展していったほしいと思います。関係者の皆様、北条の皆様、そして、ブースに立ち寄ってくださった皆様、本当にありがとうございました。

