

横浜修悠館通信

No.146

神奈川県立
横浜修悠館高等学校

☎045-800-3711

<https://www.pen-kanagawa.ed.jp/y-shuyukan-h/>

ゆっくり、じっくり、コツコツと。

AIの「みんながみんな英雄」という曲が好きです。

「特別じゃない 英雄じゃない みんなの上には空がある

雨の日もある 風の日もある たまに晴れたら丸もうけ」で始まるこの曲。

某携帯会社の「三太郎シリーズ」CMに使われていたから、耳なじみの人も多いのでは。

中盤の部分が好きです。

「走っては休んで 休んでは休んで 泣いて笑って飯食って 新しい自分になっていく」

普通だったら「走っては休んで 休んでは走って」になるところ、あえて「休んでは休んで」。休む時は徹底して休む。それが次の「新しい自分」をつくる糧(かて)になっていく。

でも、いつかは走り始めよう。ゆっくりでいいから、歩く気持ちを持ち続けよう。

通信制の応援歌のような曲だと思います。

ゆっくり、じっくり、コツコツと。卒業に向かって、目標に向かって。

★修悠館通信は「教材」なので、著作権法上の特例措置があります。

みなさんがSNS等に歌詞を引用すると、莫大な著作権料がかかります。注意！

(副校長 田上)



全国大会参加報告

卓球部

7月26日～28日に第55回全国定時制通信制卓球大会が東京都の駒沢オリンピック公園総合運動場体育館において開催され、野渡由紀さん(3組)が出場しました。2回戦からの登場で秋田県の選手と対戦し、3-1で勝利しました。

3回戦では福島県の選手に、1-3で惜しくも敗れました。相手選手はその後、勝ち進みベスト8に入りました。



▲他県の選手と戦う野渡さん

バドミントン部

8月16日～19日に全国定時制通信制第24回バドミントン大会が小田原アリーナで開催され、金井直翔さん(1組)と板山千夏さん(18組)がそれぞれ男女の神奈川県代表団体チームの一員として出場しました。

金井さんは1回戦を突破し、2回戦に進みましたが、そこで奈良県代表に惜しくも敗れました。

板山さんは順調に決勝まで勝ち上がり、東京都代表との試合で1-1までもつれこみ、最後のシングルで勝った方が日本一となる試合で出場しました。ここで板山さんが見事勝利し、全国大会優勝を決め、大きな優勝杯を持ち帰ってくれました！！



▲ダブルス出場の金井さん



▲表彰を受ける板山さん

第15回悠遊祭 「青春輝け！ 修悠祭！」

開催日時 10月23日(日) 13:30～15:30

特別活動へのカウントなど詳しくはSHRで配られる悠遊祭のチラシを見てください。

※保護者の入場には146号同封のチケットの提出が必要です。

Web配信 配信日時 10月24日(月)～11月13日(日) 修悠館マイページにて

新型コロナウイルス感染拡大防止対策のため、昨年同様にWebでも配信されます。

期間内にマイページから動画を視聴し、悠遊祭に参加しましょう！

当日発表した団体の動画をマイページ上で配信!発表がなかった団体の動画もあるかも!?



キャリア教育推進グループから

1 大学入学共通テストの出願について

願書の校内提出締切は10月2日(日)厳守です。
個人での出願はできません。

(高卒認定試験合格の資格で出願する場合は、個人出願になります。)



2 大学・専門学校等への出願について

証明書等交付願や推薦の書類、要項のコピー等必要なものを早めに担任に提出してください。

※願書提出時に必要な調査書、推薦書の作成には、2週間程度かかります。

3 第2回進路説明会

参加を希望する人は、145号同封の申込用紙を、10月27日(木)までに担任へ提出してください。

日時・場所：11月7日(月) 5校時 C棟1階 社会学習室 他

対象：来年度卒業予定者(卒業予定でなくても参加できます)

内容：進路分野別講演会(145号同封の資料参照)

※特別活動1時間になります。

※人数が多くなった場合、申し込みを打ち切ることがあります。



4 サテライト便り

月・火・水で開室しています。(予約電話番号 0467-42-0203 湘南・横浜若者サポートステーション)

●担当：小菌、岩間

5 模擬裁判・弁護士による出前授業

参加を希望する人は、146号同封の申込用紙を、10月27日(木)までに担任へ提出してください。

日時・場所：11月10日(木) 5・6校時 C棟1階 社会学習室

※5校時・6校時について、それぞれ特別活動各1時間になります。

「模擬裁判」、「弁護士による出前授業」のどちらか一方だけの参加も可能です。

内容：「模擬裁判」 5校時 14時10分～15時00分

「弁護士による出前授業」 6校時 15時10分～16時00分

神奈川県弁護士会の弁護士が裁判や弁護士の仕事、若者と法律(労働問題、政治参加等)についてわかりやすく話していただきます。またとない機会ですので、ふるって参加してください。

6 進学アドバイザー来校日について

毎週月曜日と水曜日(月一回、日曜日もあり)、キャリアガイダンスルームB(B206)で進学アドバイザーによる相談・指導が受けられます。来校日と相談時間は次の通りです。保護者の方も利用できます。

月曜・水曜：10月3日(月)～12月14日(水)

(10月10日(月)、10月17日(月)、10月19日(水)、10月31日(月)、11月2日(水)、11月23日(水)を除く)

10時30分～12時30分 13時～14時

日 曜：10月9日、11月6日、12月11日

10時30分～12時30分 13時～14時



学務グループから

新規の科目で8月1日(月)までに前期分のレポートが合格していない生徒のみなさんへ

11月1日(火)頃までに前期分のレポートは提出し終わるようにしましょう

まとめ出しは禁止です。レポートの郵送時間、再提出のことも考えると1年分を年度末に急に仕上げることはできません。※ITレポートも同様です。

★12月26日(月)までに全てのレポートに合格し、出席すべきスクーリング回数を満たせば、期末試験の受験資格が得られます。期末試験を受験して単位修得を目指しましょう★



教育相談・学習支援グループから

スクーリングがなかった8月と9月、生活のリズムが変わってしまい、スクーリングに行くのが辛(つら)くなっていませんか。心と体を「学校モード」へ早く切り替えましょう。

「出席すべき回数をクリアしたから、もうスクーリングに出なくてもいいよね」と思った人は「ちょっと待った!」です。「後期も、『前期と同じように』スクーリングに出よう」という意識で、学習リズムを取り戻しましょう。また、前期の学習があまり進まなかったというあなた、まだあきらめるのは早すぎます。履修ガイダンスや個人面談を活用して担任やメンターの先生と相談し、早めに対策を立てて学習をすすめていきましょう。

トライ教室について

10月12日(水)から、月・水・木曜日の5時間目と6時間目にC棟3階のC301学習室で開室します。申し込みや登録などは必要ありません。教員やサポーターの方と一緒に、学習をすすめていきましょう。



個人面談月間について

10月と11月は個人面談月間です。学習をはじめとする学校での生活のこと、卒業後の進路のことなど、この機会を利用して担任やメンターと話をしておきましょう。教員から面談の連絡がいく場合もあります。この期間以外でも、ご希望があればいつでも面談できますので、気軽にお申し出ください。



保健室より



10月10日(月)は目の愛護デーです。ゲームやスマホを暗い場所で見ていませんか?視力低下の原因となります。4月の健康診断Aの視力検査で、0.7が見えなかったり、矯正視力が合っていない人が約半数いました。一度視力が落ちてしまうと元には戻らないので、進行させないために生活を見直すことが必要です。そして、コンタクトレンズを使用している人も多くいます。眼鏡と違って視界が遮られることがないのでとても便利ですが、目に直接触れるものなので、より丁寧に扱う必要があります。手を洗ってから洗浄していますか?そして、1dayのレンズを、2日以上使ったりしていませんか?酸素透過率が下がり、角膜に負担をかけるため、絶対に止めましょう。

いよいよ後期のスクーリングが始まります。通学に向けた準備はできていますか?修悠館には起立性調節障害の診断を受けている人もたくさんいます。立ち上がる時は頭を下げてゆっくり(脳血流の低下を防ぐ)と、水分を多めに飲む(血液循環を促す)、適度な運動(自律神経の働きの維持)、規則正しい食事・睡眠等(血圧低下を防ぐ)、少しでも症状の改善に努めましょう。



(「悠コール」(相談専用電話) 045-800-3721)

第17回 『青春かながわ校歌祭』で一緒に歌いましょう♪

♪一緒に歌ってくださる在校生のみなさんを募集しています♪

日時・場所: 2022年10月15日(土) 横須賀芸術劇場 大劇場

内容: 神奈川県内の県立高等学校が集まり、在校生や卒業生等が、校歌などを高らかに歌う、「祭り」です。「悠音会」の名で参加します。曲目は「校歌」とオリジナル曲「つばさ」の2曲です。



練習の日時・場所: 9月25日(日)と10月9日(日) 16:00~18:00本校音楽室(C棟4階)

申込方法: 9月22日(木)までに担当の音楽科・松木(葉)まで

●担当: 松木(葉)

10月行事予定	
日 曜	行 事
1 土	
2 日	第14回日曜スクーリング 10/1 転編入学説明会 (6校時・LHR) 履修ガイダンス (7校時) 大学入学共通テスト出願締切
3 月	履修ガイダンス (5校時) 10/1 転編入学説明会 (6校時・LHR)
4 火	
5 水	スクールカウンセラー・スクールソーシャルワーカー来校日
6 木	履修ガイダンス (5校時)
7 金	
8 土	
9 日	第15回日曜スクーリング 履修ガイダンス (7校時) スクールカウンセラー・スクールソーシャルワーカー来校日
10 月	スポーツの日
11 火	
12 水	スクールソーシャルワーカー来校日
13 木	
14 金	
15 土	
16 日	第16回日曜スクーリング スクールカウンセラー・スクールソーシャルワーカー来校日
17 月	
18 火	
19 水	
20 木	
21 金	
22 土	
23 日	悠遊祭物品貸出・会場準備(AM)・悠遊祭(PM)
24 月	スクールソーシャルワーカー来校日
25 火	
26 水	スクールカウンセラー来校日
27 木	
28 金	
29 土	
30 日	第17回日曜スクーリング スクールカウンセラー・スクールソーシャルワーカー来校日
31 月	
個人面談月間 (10, 11月) 推薦決定者説明会	

11月行事予定	
日 曜	行 事
1 火	
2 水	スクールソーシャルワーカー来校日
3 木	文化の日
4 金	
5 土	
6 日	第18回日曜スクーリング
7 月	第2回 進路説明会
8 火	
9 水	地域貢献デー スクールカウンセラー来校日
10 木	
11 金	
12 土	
13 日	第19回日曜スクーリング 履修ガイダンス登録最終日 スクールカウンセラー・スクールソーシャルワーカー来校日 地域貢献デー
14 月	遠足 精神科校医による個別相談
15 火	
16 水	スクールソーシャルワーカー来校日
17 木	
18 金	
19 土	
20 日	第20回日曜スクーリング スクールカウンセラー来校日
21 月	スクールソーシャルワーカー来校日
22 火	薬物乱用防止教室
23 水	勤労感謝の日
24 木	
25 金	
26 土	
27 日	第21回日曜スクーリング (同一科目2回出席可) スクールソーシャルワーカー来校日
28 月	スクールソーシャルワーカー来校日
29 火	
30 水	スクールカウンセラー来校日
個人面談月間 (10, 11月)	

お願い

◎本校では学校からの重要な諸連絡を郵送で行っています。郵送物が手元に確実に届くように、転居などをした場合には必ず担任に届けてください。
◎横浜修悠館通信は年間10回、発送します。次号147号は10月27日(木)の発送予定です。