

学校通信

学校生活における大切なお知らせです

2010年9月20日発行 第89号 (毎月1回発行)

教務からのお知らせ	P4 ~ P6
事務室からのお知らせ	P7 ~ P10
保健室・カウンセリングスペースからのお知らせ	P11 ~ P15
生徒支援からのお知らせ	P15 ~ P16
進路支援からのお知らせ	P17 ~ P18
しごと悩み相談室からのお知らせ	P19
今月の聖句	P20

<同封物>

- 進路ニュース(青) <3年次>
- 進学教育センターだより(桃) <全員>
- アジア学院研修ボランティア募集について(A3冊子、黄) <全員>
- 学習アシスト・ルームのご案内(緑) <全員>
- 近畿高等学校通信制課程体育大会のご案内(白) <全員>
- 大阪YMCAダンス大会のご案内(カラー) <全員>
- 教育講演会のご案内(桃) <全員>

後期スクーリングは、10月18日(月)よりスタート!!

YMCA学院高等学校

TEL 06(6779)5690 FAX 06(6779)1831 <http://www.ymcagakuin.ac.jp>

「学校通信」はバックナンバーを含め、本校のホームページで閲覧できます。



今年の夏は「超酷暑」

今年の夏は、気象庁では「冷夏」と予想されていましたが、実際には「冷夏」どころか「超酷暑」となって、各地で記録的な暑さが今でも続いています。9月5日には、京都府京田辺市で39.9度と言う今年最高の記録となりました。ちなみに、過去最高気温は2007年8月16日に40.9度を記録した埼玉県熊谷と岐阜県多治見となります。大阪も9月6日現在「猛暑日（日中の最高気温が35度以上の日）」が今夏29日目となりました。これは、連日ほぼ体温と同じ温度まで上がっていることとなります。例年だと9月のこの時期には、朝夕が涼しくなりクーラーをつける事なく眠れるようになるのですが・・・今年はこれから夏の疲れが出て体調を壊しやすくなるのではと心配ですね。多分、この学校通信が届く頃には秋らしくなっていることでしょう。（なっていることを強く望みます。）

さて、前期の終わりを迎え、本校の2010年度「前期卒業式」が9月25日（土）に行われます。今年は、27名の生徒が卒業する予定です。卒業生の新たな道を祝福したいと思います。

また、在校生の皆さんは、前期を終え後期に向けての準備がスタートします。そして、来春卒業を迎える生徒の皆さんは、新たな道（進学、就職など）へのスタートとなります。悔いの残らないように一歩ずつ進んでください。

本校の卒業要件

高校に3年以上在学すること。

74単位以上修得すること。

必要な教科・科目(必修科目)を履修すること。

「総合的な学習の時間」を3単位以上修得すること。

特別活動に30時間以上参加すること。

(『2010年度版 学務の手引き』より抜粋)

大阪YMCA 年間聖句

あい
「愛は、

かんせい
すべてを完成させるきずなです」

コロサイの信徒への手紙 3章 14節（新共同訳）



2010年6月～2011年5月

スケジュール

日	曜	行事予定など
9 月		
21	火	特別活動：後期講座登録（3年次予約者）
22	水	特別活動：後期講座登録（3年次予約者）
23	木	
24	金	特別活動：後期講座登録（2年次予約者・午前：3年次予約者）
25	土	特別活動：街美化（予定）
26	日	
27	月	特別活動：後期講座登録（2年次予約者）
28	火	
29	水	特別活動：後期講座登録（1年次予約者）
30	木	特別活動：後期講座登録（午後：1年次予約者）
10 月		
10/1	金	「大学入試センター試験」高校宛願書提出締切日
2	土	
3	日	
4	月	「しごと悩み相談室」
5	火	
6	水	
7	木	
8	金	
9	土	
10	日	
11	月	YMCA記念日、（体育の日）
12	火	
13	水	後期登録講座の「個人時間割」・「レポート集」など発送（予定）
14	木	
15	金	
16	土	講演会「教育を共に考える集い」
17	日	
18	月	後期スクーリング開始日（12/22まで）、「しごと悩み相談室」
19	火	「学習アシスト・ルーム」開始日（12/21まで）
20	水	〔学校通信〕発送予定
21	木	
22	金	
23	土	
24	日	
25	月	
26	火	
27	水	「しごと悩み相談室」
28	木	
29	金	
30	土	
31	日	
11 月		
11/3	水	（文化の日）大阪南YMCA主催ファミリーカーニバル

教務からのお知らせ

【後期の講座登録】下記の日程で実施。日時は事前に必ず担任と予約してください。

3年次	9月21日(火)	22日(水)	24日(金)	午前
2年次	9月24日(金)	27日(月)		
1年次	9月29日(水)	30日(木)		午後

事前に必ず担任と日時の予約をしてください。予約をせずに来校した場合は、登録することができず、あらためて来校しなければなりませんのでご注意ください。

後期の講座登録は上記期間のうち1日、1人10~20分程度で行います。

9月17日(金)のホームルームで、担任と個別面談の日時を予約しています。

(ホームルームを欠席した人は、必ず担任と連絡をとってください)

予約の日時には確実に来校してください。

予約した日時に来れない時、欠席した時は、必ず担任に連絡をしてください。

事前に〔2010年度後期開講講座の概要〕と〔2010年度後期時間割〕(いずれもホームルームで配付、欠席者には送付)でしっかり確認して、あらかじめ自分が学習しようと思う講座を選んでおき、講座登録時に担任と相談しながら決めて登録します。

【レポート集・時間割・教科書の発送】

後期の講座登録にもとづき、皆さんの届け出住所あてに、「個人別時間割・レポート集・バーコードシール・返信用封筒をセットにしたもの」と「教科書」をお送りします。

個人別時間割以下のセットは10月13日(水)に本校から発送する予定です。

このセットが届いたら、すべてそろっているか、とくに自分の登録した講座のレポートに間違いがないか、レポート袋の中に全回分のレポートが入っているか確かめてください。

教科書は教文堂^{きょうぶんどう}という書店から送られます*。入荷の都合等により、配達の詳細な時期は予告できませんが、おそくとも10月18日(月)のスクーリング開始までには配達される見込みです。届いた教科書もすべて間違いがないか調べてください。

*本校では教科書の受け渡し(販売)のために、教科書販売会社「教文堂」に発送を委託しています。

「教文堂」とは個人情報の管理が図られるよう、必要かつ適切な監督を行っています。

レポート集や教科書等に間違いや不足のものがあつた場合、学校に連絡してください。

スクーリング開始後、学校で交換や不足物をお渡しします。

誤送・不足物の申し出期限は、11月5日(金)で、それを過ぎると再発行または再購入として有料になる場合がありますので気をつけてください。

レポート類や教科書が何らかの事情でスクーリングまでに配達されなかった場合でも、登録した講座には出席してください。

(講座登録時の「生徒用控」で登録講座を確認してください)

【後期のスクーリング開始】 10月18日(月)開始

スクーリングは10月18日(月)より始まります。「個人別時間割」にもとづき、各自の受講講座が始まる最初の曜日・時限から出席してください。

「個人別時間割」に表示されていない、または表示と異なる講座もありますので、各講座の「学習計画表」も合わせて確認してください。

【スクーリング時の持ち物】

スクーリングに必要な持ち物は、各講座の「学習計画表」や講座別の「案内紙」などで確認してください。

「美術」、「書道」、「ペン習字」、「暮らしに役立つ書」などは、用具が初回から必要です。忘れると、スクーリング出席が認められません。

詳しいことはレポート袋に説明書きが入っていますので確認してください。

「体育」の初回の授業は、教室で行いますので、運動の仕度は要りません。

【レポート提出について】

各レポート用紙には、バーコードシール貼付(レポート回数番号に注意)を正確に行い、提出期限を守ってください。

バーコードシールを貼り忘れると提出として認められず、またレポート返却ができませんので十分気をつけてください。

多くの講座で、レポートの提出期限は、関連内容のスクーリング日のほぼ1週間後としています。各回の期限に遅れると評価が下がりますが、出し遅れや再提出の場合でも、最終提出日(2011年1月7日)まであきらめずに出しましょう。

レポート受理に関する事務取扱いについては「事務室からのお知らせ」(P.7)をご覧ください。

【「調査書」「推薦書」の発行について】

大学・短大・専門学校に出願する際には、高校が発行する「調査書」が必要になります。

各学校の出願に必要な書類および出願期間を確認し、「調査書」が必要な人は、担任を通して早めに申し込んでください(申込みから発行まで、1週間かかります)。

本校での「調査書」の発行は、8月23日(月)から行っています。

ただし、前期の成績の入った正式な「調査書」の発行は、10月1日(金)から発行になります。

「推薦書」が必要な場合は、作成に時間がかかる場合もありますので、早めに担任に申し込んでください。

「調査書」「推薦書」の発行については、「事務室からのお知らせ」(P.9)、「進路支援からのお知らせ」(P.17)もご覧ください。

【忘れ物について】

前期末までに職員室に届けられ、保管されている忘れ物について、後期の講座登録期間[9月21日(火)～30日(木)]中に講座登録の会場に展示しますので、心当たりの方は確認ください。自分のものがあれば持って帰ってください。

保管されている忘れ物は、10月末をもって処分しますのでご了承ください。

【制作品の持ち帰りをお願い】

芸術科や家庭科などで制作した作品で、これまで学校で保管されていたものは、ホームルームや後期の講座登録などで来校の機会に、家に持ち帰ってください。

10月末までに引き取りのない場合は、個々人に通告することなく処分しますので、ご了承ください。

街美化ボランティア

9月25日(土) 16:00より約1時間(雨天決行)

作業のできる軽装で、10分前に1階ロビーに集まってください。その際、警察への届け用紙と学校の参加カードの両方に記名してもらいます。

(特別活動1時間。ただし、遅刻や途中退出の場合は認定できません。)

事務室からのお知らせ

【レポートの提出について】

レポートを提出する際には、以下の点に注意してください。

レポート集が届いたら、各レポート表紙に必ず個人別のバーコードシール（学籍番号・住所・名前・講座名・教員名・レポート回数が印字されています）を所定の「貼り付け欄」に貼ってください。

特にレポートの回数をよく確認して貼るようにしてください。

バーコードシールを貼り忘れた場合は、レポートの持ち主が不明となり、返却が困難になります。提出前に十分確かめてください。

レポート提出は、直接学校へ持参する場合は事務室受付の提出用ボックスへ入れてください。提出できる時間は9:15~17:00(平日)です。

レポートを学校へ郵送する際は、郵便の消印日が受付日となります。レポート提出については、再度『2010年度版 学務の手引き』(P.8~9)をよく確認してください。

レポートにバーコードシールを貼り間違えた場合は、学校では一切受け付けられず、返却されます。そのために提出期限や最終締切日に間に合わなくなったとしても、本人の責任となりますので注意してください。

【レポート等の再発行について】

レポート等配布済みの書類を紛失した場合は再発行の手続きができます。所定の用紙に必要事項を記入のうえ、事務室で再発行の手続きを行ってください。

レポート、バーコードシールの再発行は、下記の事項を正確に記入して申し込んでください。記入がないと再発行できない場合がありますので注意してください。

レポートの再発行日は原則として次のスクーリング日（月・水・金）となります。

手数料

種 類	手数料	申 込 用 紙
レポート(再発行) 1 枚	50 円	「レポート等諸用紙発行願」
レポートバーコード(再発行)	100 円	
レポート提出用封筒(1 枚)	10 円	
個人別時間割	100 円	
通学割引証申請カード・ケース	100 円	

* 必要記入事項・・・ 学籍番号・名前 講座名 レポート回数

【通学割引証の発行について】

学校への通学の際には、交通機関の通学用割引回数券が利用できます。回数券の残数が少なくなったら、「通学割引証申請カード(ケース入り)」を事務室窓口のカード回収ボックスへ提出して「通学割引証」の発行申請をしてください。「通学割引証申請カード(ケース入り)」は毎回申請時に提出が必要ですので大切に保管してください。

「通学割引証」の有効期限は一ヶ月です。期限内に駅の発売所で回数券を購入してください。その際必ず「通学割引証」をケースから出し、生徒証明書を提示してください。詳細は、『2010年度版 学務の手引き』(P.32~33)をよく確認してください。

(注意事項)

通学用割引回数券は通学以外の目的による使用や本人以外への使用は認められていません。

割引証の申請は年間20回までです。(進学コース受講生は40回まで)

割引証の有効期限が切れてしまった場合は事務室で期日を訂正します。お申し出ください。

【通学交通費の割引について】

登録講座や「進学コース」、「学習アシスト・ルーム」などの申込みにより、週5日以上通学することになった生徒に限り、JRおよび大阪市交通局(地下鉄・バス)の通学定期券の購入が認められています。(私鉄の各交通機関については通学定期券の利用はできません。)

通学定期券購入を希望する場合は、所定の申込用紙がありますので事務室へ提出ください。時間割等を審査した上で、定期券購入のための通学証明書を発行します。

【各種奨学金・給付金について】

現在募集中の各奨学金について下記の表に記載しています。申込希望の場合は事務室へお申し出ください。

種 類	申込書類提出期限
日本学生支援機構「大学等進学予約」 第二種(海外) 平成23年度に海外の大学へ進学を希望している3年次生のみ	10月15日(金)
日本学生支援機構「大学等進学予約」(第二種)3年次生のみ 30,000円・50,000円80,000円・100,000円・120,000円から選択	第2回申込期限 10月8日(金) 〔候補者内定12月中旬予定〕
入学時特別増額貸与奨学金 (初回基本月額に有利子奨学金を増額して貸与する制度)も同時に申し込みが可能です。 10万円・20万円・30万円・40万円・50万円から選択	第3回申込期限 1月6日(木) 〔候補者内定3月上旬予定〕

「Y M C A 学院高等学校奨学金制度」については、国の「就学支援金」の創設や本校が大阪府知事から『就学支援推進校』の指定を受けて「大阪府就学支援補助金」の対象校になったことで、奨学金対象者の学費負担が軽減されたため、今年度は募集をおこなわないことになりましたのでご了承ください。

【受験に必要な証明書発行手続きについて】

受験に必要な証明書を必要とする場合は、「証明書発行願（受験用）」に記入して原則として下記の（窓口申込）により申し込んでください。特別な事情がある場合には下記（郵送申込）も受け付けますが、必ず電話でHR担任と確認のうえ行ってください。電話・FAXやメールでは申し込みできません。

証明書発行までに1週間を要します。下記の表を確認のうえ日数の余裕を持って手続きしてください。

窓口申込：受験予定校の願書・募集要項を持参してHR担任と相談、「証明書発行願（受験用）」を記入のうえ担任確認印をもらってから事務室窓口へ手数料を添えて申し込んでください。（生徒証明書の提示が必要）

郵送申込：『2010年度版 学務の手引き』巻末の「証明書発行願（受験用）」をコピーして記入・押印し、手数料と返信郵送料の合計料金分の郵便切手を同封して郵送してください。（郵便が事務室に届いた日が受付日となります。発行に日時を要しますので、余裕をもって申し込んでください。）

必ず事前に電話でHR担任と確認のうえ行ってください。

手 数 料
発 行 日

種 類	申込用紙	通常		英文発行	
		手数料	発行日	手数料	発行日
成績・単位修得(見込) 証明書	証明書発行願 (受験用)	300 円	受付から 1 週間後	300 円	受付から 1 週間後
調査書					
推薦書		500 円	1,000 円		

返信郵送料

証明書の枚数	郵送料(普通)	速達料金
1～2 通まで	80 円	+ 270 円
3～5 通まで	90 円	
6～10 通まで	140 円	

【2010年度後期学費の納入について】

2010年度後期学費納入案内については、10月下旬頃に学校から発送する予定です。

納入期限日は、11月15日(月)を予定しています。

学費の納入期限の延期（延納）または、分割納入を希望する場合の手続き書類の提出期限日も同様に11月15日(月)です。手続きの詳細については納入案内に記載いたしますのでご確認ください。

【大阪府私立高等学校等授業料減免制度について】

大阪府では、大阪府等の私立高等学校に在籍する生徒の学資負担者(大阪府内在住)の方が経済不況に伴って今年になってから家計が急変したために学費の納入が困難になった場合、生徒の修学を保障するために学校に対し補助金を交付(全額または半額)する制度があります。対象となる要件は下記のいずれかが該当することとなっておりますが、それ以外にも細かい条件があります。申請を希望する場合は事務室へ確認のうえ申請書を請求ください。

(対象となる要件) 経営状況の悪化に伴う会社の倒産・解雇により失職した場合
会社等の経営状況の悪化に伴い収入が前年より著しく減少した場合

【高等学校等就学支援金について(対象者のみ)】

今年度の「就学支援金」については、後期の講座登録後に全額が決定します。後期学費納入については、前期同様に決定した「支援金」を差し引いて10月下旬頃にご案内の予定です。

なお、9月17日付「国の就学支援金についてのお知らせ」にて生徒の個々の支援金状況についてお知らせをしていますので必ずご確認ください。

今後の加算申請については、提出があった月から支給対象とすることができます。

しかし、学校が定める期限までに提出できなかったやむを得ない理由があると知事が認めた場合は、例外的に支給開始月を遡及することができるとのことです。この場合は、やむを得ない理由を記載した「理由書(学校にあります)」の添付が必要です。該当する場合は事務室へお申し出ください。

【平成22年度大阪府私立高等学校等授業料支援補助金制度について(対象者のみ)】

すでに対象者からは申請書を提出いただいているところですが、まだ提出していない場合は、補助金を受けることができなくなりますので至急申請書を提出ください。後期学費については、国の就学支援金とともに府の補助金についても授業料より差し引いて納入の案内を行います。

今年度の府の補助金は、後期講座登録後に大阪府へ申請を行ってから決定します。

決定次第2010年度施設設備費分(40,000円)の補助金を給付する予定です。

給付につきましては、生徒本人の銀行口座に振込みで行いますので、あらかじめ口座をご用意ください。学校からの通知とともに、銀行口座の届出用紙を送ります。(11月中旬の予定)

三菱東京UFJ銀行以外の口座については振込み手数料を負担いただきます。

保健室・カウンセリングスペースからの お知らせ

*後期スクーリング開始までの健康管理について

温度差に注意！

朝夕と昼間の気温差、冷房が効いている場所とそうでない場所の温度や湿度の差で、体調を崩しやすい時期です。調節しやすい服を選びましょう。

生活リズムを整える

食事や睡眠が十分ではないと、栄養が補給できず、疲労も回復されないで、免疫力が低下します。こまめに水分も補給しましょう。

不調を感じたら医療機関へ

早期に対応することで重症化せず、早く治りやすくなります。自己判断はなるべくしない方が良いでしょう。

スクーリングの開始にあたり、健康面で気になることがある場合は、担任又は保健室へ連絡してください。

*保健室で使用する薬について

保健室では外科的なけがの処置として、消毒液、シップ薬、点眼薬などを使用します。使用前に確認しますが、まれにアレルギー反応が出る場合があるので、自覚症状がある人は申し出てください。なお、内服薬は置いていませんので、必要のある人は各自で用意してください。

【カウンセリングスペース】

*後期の開室は、10月18日(月)からです。

*開室時間と担当者

月曜日：石井邦也さん 13：30 ~ 16：30

水曜日：浅野献一さん 13：30 ~ 16：30

金曜日：道嶋公子さん 13：30 ~ 16：30

カウンセリングスペースについてのお問い合わせ、ご予約は保健室（後藤）まで。保護者の方もご利用できます。

【お願い】

保健室・カウンセリングスペースでの食事はご遠慮ください。

<2010 年度前期 保健室・カウンセリングスペース便り>

<今回は、保健室とカウンセリングスペースに関わる方々に、前期終了のコメントを頂きました。>

「命について猫に教えられた夏」

金曜日担当 道嶋 公子

登場猫の説明

きよしろう・・・段ボールをぐるぐる巻きにした箱で捨てられていた生後 10 日の猫。
ある人に拾われてうちの子になった。
こじろう・・・ 13 年生きて今年の 5 月パトロール中に突然死した巨大とらねこ。

きよしろうが、7 月のある木曜日の夜、肺炎になってしまった。次の日朝から晩まで仕事で、子猫をほっておくわけにはいかなかったもので、拾った方のところにお泊まりさせてもらっていた。そのおうちで様子がおかしいと気付いてもらい救急病院へ。いつ亡くなってもおかしくない状態だったので、私も夜中の 1 時にきよしろうのもとへ駆けつけた。

朝の 5 時まで付き添ったが、口の周りが紫になり上を向いてはあはあと呼吸をしているきよしろうを見て、正直ダメだと思った。でも祈った・・・でも声をかけ続けた。こじろうにもお願いした。「そっちに呼ばないで」って。

朝の 5 時どうしても行かなければならない仕事があるので、後はお願いして家に帰った。帰り道の朝日はとっても大きなオレンジ色だった。それを見てなぜだか私は、きよしろうは助かるって感じた。しかし、その日はメールが来るたびに緊張した。

夜、病院へ迎えに行った。実は行くのが怖かった。また、昨日のような夜を過ごすのかと思うとほんと怖かった。ところが、診療台の上にいるきよしろうはめっちゃくちゃ元気。「お～奇跡!!!」「ほんと奇跡!!!」もうこいつは大丈夫だと思った。・・・が日曜日またげいげいになってきた。私の体が緊張で冷たくなる。冷静に様子を見ようと思っても、「またこの間みたいになるんじゃないの」ってなってしまう結局救急病院へ。そこで肺炎ではないと言われて一安心。

「命」ということ、「生きる」ということについて考えさせられたこの 2 日間。今、きよしろうはとっても元気。めっちゃやんちゃ。そう、やんちゃでもなんでもいい。生きてるだけでそれでいい。私たちは生きてることが当たり前になりすぎているのかもしれない。生きてることそれ自体が実はすごいことなんだってこと、せっかくある命だからこそ大切にしないとってことを、猫に教えられたこの夏でした。

「夢」

保健環境担当 加志 勉

私は、昨年 3 月にマラソンにチャレンジしました。生まれて初めての 42.195Km を目指しましたが・・・結果は、15Km ぐらいから足が痛くなり、だんだん走れなくなって 2 つ目の関門 18.2Km 地点でリタイアとなってしまいました。この関門は、スタートから 2 時間 15 分後に閉まるもので、この時間内に通過しないと、強制的にスタート地点に歩いて帰らされます。この関門とスタート地点は歩いて 10 分ほどのところに設営されています。運営側もちゃんと考えていますね。

少し言い訳をすると、参加者数は約 1 万人で大会へのエントリーの早い順にスタートします。私がスタートしたのは最終組で、先頭がスタートして約 30 分後のスタートとなり、約 18Km を 1 時間 45 分ぐらいで走っていたのです。このペースだとタイムリミットの 5 時間 10 分ぎりぎりかなという感じだったのでとっても悔しかったです。

今年の 3 月は、昔の知人の結婚式でエントリーできませんでしたが、来年の 3 月こそ完走目指してがんばりたいなと思っています。先日、そろそろ夜は涼しくなってきたので、練習を開始しようと思って手始めに約 3Km を 20 分ほどで走りました。翌日、足に筋肉痛がそんなになかったので「まだまだいける」と思っていました。ところが 2 日目になって、筋肉痛がきました。階段を下りるとき情けないぐらい太ももが痛かったです。やっぱり年には勝てない。筋肉痛になるのに時間がかかってしまいます。これからは定期的に走り、「イソジ」までのフルマラソン完走を目指したいと思います。そして、来年秋に初めて行われる予定の「大阪マラソン」で完走することが今の夢です。

「私の課題」

保健室担当 後藤 さやか

少し前ですが、今年の初め、2010年1月に、人生初の「厄払い(やくばらい)」に行ってきました。私が「前厄」で、友人が「本厄」だからと、それぞれ親に勧められたからです。二人で効果に疑問を感じつつも、“何事も経験や”と思い、せっかくだからと有名な「門戸厄神」を選びました。親に言われたから、という軽い気持ちでした。しかし、その日は人が多く、待ち時間も長くて、費用も、これくらいなら仕方がないと思っていたものより高くて、なんというかそれだけで、もう十分に大変でした。

長い待ち時間には、「人間は厄に対してとても無力なので、勝とうと思っても無理です。厄が自分を除けてくれるよう、祈ることで軽減できたことに感謝しましょう」というようなことを話していただきました。また、「厄年の人には心構えがあるので、何か災いがあった程度は耐えることはできるけれど、周囲の人にも影響を与える(「厄が“飛び火”する」と言います)ので、その時は大事(おおごと)になることもあります」とも話されました。だから、厄払いはした方が良さそうです。

自分が厄年だからと家族や友人に災難が起きるなんて、自分に起きるより辛いですね…。

さて、今年に入って私に何が起きているのかというと…、喘息、発疹、高熱など、原因不明の体調不良が主ですが、食事や睡眠などの生活習慣や、それと同じくらい自分の中で当たり前になっていたこと、少し大袈裟かもしれませんが、これまでの生き方と向き合い変えていかなければ、良くはならないのではないかと思います。

「私はどんな人?」「良い所と悪い所は?」「どんな人になりたくて、何をすれば良い?」

これは、厄が降りかかっているというよりは、今の私に必要な課題なのかもしれません。それについて考える機会を与えてもらった、とあってじっくり悩もうと思います。

今、あなたの課題は何でしょう? 悩みながらも、少しずつ前に進めたらいいですね。

「あなたの正体は?」

月曜日担当 石井 邦也

「自分って何?」…自分が思うようにことが進んでいる時は、「これこそ自分だ!」と実感します。しかし、先がなかなか見えなくなった時、大切なものを失った時、頭ではわかっているけれどどうにも納得がいかない時、そして辛く悲しく暗い世界にいる自分を感じた時…そんな時、「自分って何?」という言葉が、私に迫ってきます。「ここはどこ? 私は誰?」私はどこから来て、どこに行くの…?自分への問いは続きます。

また人間の成長発達を眺めるとき、大人になって行く入り口といわれる『思春期』にさしかかると、理想と現実の自分との間に大きな隔たりを感じたりし、しばしば揺らぐことが起こってきます。そしてその後も「わたしのアイデンティティー」を考えることは付いて回ります。

先日、在日大韓基督教会の牧師さんも含め歓談をしていると、「本国ではアイデンティティーを『正体性』と言うんだよ」という話しをお聞きました。アイデンティティーは日本語では「自我同一性」と訳されていますが、韓国語訳の「正体性」(漢語字)は柔らかで、味わい深いなあ、と感じました。

毎日の生活を送る中で、何かをきっかけとして、私たちは「自分の正体」を見つめようとし、「自分の正体」に触れようと、ああでもないこうでもない、と自分の正体を探り、そのつどその物語を描き続けているのではないのでしょうか。

カウンセリングでも同じようなことが起こっているように思います。食べることも嫌になっている方とお話ししていると、その正体は何なのだろうか、と一緒に考えます。他の人には見えないけれど、自分には見えてくるものがあるとなれば、一体その正体は何なのかな?と一緒に探し、どんな風に接してゆけばいいのを探してゆきます。…混乱したり、疲れたりしている中で、そのひとの中心である『自我』を探ってゆくというよりも、それを「自分の正体」として、あるいは「自分に迫ってくる正体」をどのように見てゆくかを考えてゆく方が、その人たちにとっては優しいやり方であるようにも思えたのです。

あなたの正体はなんですか?私自身も、自分の正体を探し続けてゆきたいと思っています。

「ホノルルマラソン」

保健環境担当 小平 夢子

青い海、白い砂浜、どこまでも広がる空・・・このお決まりの文句で連想される場所、ハワイに 2009 年 12 月、私は大学の友人 3 人と共に行きました。何故なら、ホノルルマラソンに出場するためです。

ホノルルマラソンは制限時間が設定されていないため、ビギナーランナーにも挑戦しやすく、世界最大級の市民マラソン大会として有名です。毎年多くの芸能人ランナーが参加することと、参加者の半分が日本人であることから人気の高さが分かります。

そんなホノルルマラソンに出場することになったのは、「体力の限界を試そう。」という体育学生らしい一言がきっかけでした。学生時代、実は走ることが嫌いな私でしたが、学生最後の思い出に自分の苦手なものにこそ挑戦しようと参加を決断しました。

当日、体調は完璧で良すぎるくらいでした。練習では 15 km までしか走ったことがないのに、ハーフ近くまでオーバーペースで走ってしまったのです。調子が良いと言うよりも、調子に乗っていたという表現の方が正しいです。しかし、ハーフを過ぎるとペースが一気に落ちてしまいました。距離が進むにつれてさらにペースは落ちていき、頭は下がり、足や腰の痛みは酷くなるばかりです。前には進んでいますが、私の頭にあることは「何で出場するなどと言ってしまったのだろう・・・。やっぱり私は走ることが嫌いだ・・・。2 度とマラソンには挑戦したくない。」というマイナスの感情ばかりでした。しかし顔を上げてみると、きらきらと輝く美しい海と晴れ渡った空、さらに「good job!」「keep running!」と声を掛け続けているハワイの人々の笑顔が目映りました。これによって元気を取り戻した私は、景色を楽しみながら、無事に笑顔で完走(ハーフを過ぎてからは歩くことが多かったですが・・・)することができました。その瞬間の感動と達成感は忘れられません。次の日は友人も私も全身強烈な筋肉痛に襲われ、ロボットのような動きしか出来ませんでした。文字通り「体力の限界」を経験し、足を引きずりながらハワイ観光を楽しみました。

ホノルルマラソンを経験したことで、あんなに嫌いだっただ走ることが今では趣味の一つです。「2 度と挑戦したくない。」と思っていたのに、ゴールしてからは「もう一度走りたい。今度は全部走ってゴールしたい。」と思い、また挑戦することを決意しています。南国独特のゆったりした穏やかな雰囲気の中を走ることができたのは、良い思い出にもなりましたし、挑戦して良かったと心の底から感じています。

人間とは都合よくつくられているもので、苦しいことはその時期を乗り越えたら楽しかった思い出に変わります。自分が苦手としていることや嫌いだと思っていることにこそ、挑戦してみる価値があります。一步を踏み出す勇気はなかなか出ませんが、思い切って挑戦し、そしてそれを達成した時、一回り大きく成長した自分に出会えるのだと気付きました。

「今日一日は、ありがとう」～カウンセリング雑感： 水曜日担当 浅野 献一

ある日のつぶやき。

「どうして自分は、こうなんだろう。偉そうな事言える自分じゃない。恥ずかしい。むしろ自分のほうがいけないのに…。ダメだ、ダメだ、ダメだ…」
人を傷つけたときの後悔の深さ。自責の念。生きることが辛い、しんどい、消えてなくなりたい…。人を傷つけてしまった事に気付く時、忙しさ(“忙”しいって“心を亡くす”って書くんですね)に、しんどくなる時、わたしは力を失います。人と顔を合わせるのもとっても辛い。

そのような時に、聖書の中の、ある言葉を思い出すようにしています。

「だから、明日のことまで思い悩むな。明日のことは明日自らが思い悩む。その日の苦勞は、その日だけで十分である。」

そこには、「今日の苦勞は、今日だけで、もう十分だよ」と言われているのです。明日の

ことまで、“あれがなかったらどうしよう”、“また、傷つけたら…”と思ひ煩う必要はないという、平安の言葉が言われるのです。

NHK で気象キャスターを務められていた倉嶋厚さんは、「うつ」を克服された今の信条をこう言っています。

「昨日の事は後悔しないで、明日の事は恐れなくて、今日一日はありがとう」ステキな言葉です。

生徒支援からのお知らせ

前期の単位認定テストも終わり、後期の講座登録がスタートします。3年次生のみなさんは進路相談などで学校に来る機会も多くなると思います。以前の学校通信でも掲載していますが、学校に来られたときは校内生活上の決まりをきちんと守りましょう。

【スクーリングが始まるまでの来校について】

後期スクーリングが始まるまで、生徒のみなさんが学校に来校できるのは各自の後期講座登録日となります。

2F ライブラリー、7F スポーツヤードを含めて学校施設も使用することはできません。証明書発行などで事務室に用のある人、担任と相談する必要がある人は来ることができます。担任が不在のこともあるので、事前に電話などで約束を取るようにしてください。

【スクーリングが始まったら】

本校では、生徒の皆さんの学習環境を守るため、『2010年度版 学務の手引き』の「学校生活上の決まり」(P.39)や「校内生活における確認事項」(P.40)があります。今回は以下に「学校生活上の決まり」を掲載しますので確認してください。

学校生活全般

- (1) 自動車・バイク・原付での通学(スクーリング(授業)期間中以外も含む)を禁止します。自転車通学を希望する人は学校の許可を受け、許可証を貼った自転車を使用してください(駐輪場は地下駐輪コーナー)。駐輪スペースに限りがあるので、整理整頓に心がけてください。
- (2) 生徒(成人を含む)の喫煙は厳禁です。学校内および学校の周辺を含めすべて禁煙です。
- (3) 5階以上の階については、体育などのスクーリングで使用するとき以外、生徒の立ち入りはできません。また、地階についても自転車の駐輪時以外は立ち入りできません。
- (4) 学校施設のスクーリング目的以外の使用には、あらかじめ学校の許可が必要です。無断での使用はできません。
- (5) メールでの中傷などを含め、他の生徒に対する迷惑行為を禁止します。

スクーリングに関して

- (6) スクーリング(授業)中や単位認定テストの時間中の教室内での携帯電話の使用は禁止します。必ず電源を切っておいてください。
- (7) スクーリング中、単位認定テストの時間中における私語など、授業やテスト実施に迷惑を及ぼす行為は禁止します。
- (8) 上記(1)～(8)以外にも、学校生活において著しく逸脱した行為を厳禁します。

上記の事項を遵守できない生徒は、規定による措置をします。(『学務の手引き』38頁「賞罰規定」参照)



【楽しい学校生活を送るために】

スクーリング（授業）中の私語などの迷惑行為、学校校舎内（玄関前を含む）および近隣周辺において、場所をわきまえない行動をすることがないように、良識と節度を持った行いをするよう心がけてください。

【貴重品の管理に十分な注意を】

財布や携帯電話などの貴重品は常に身につけておくようにしましょう。かばんなどに入れてその場を離れてしまうと、たとえわずかな時間であっても、盗難やいたづらをされることがあります。そういった被害にあわないよう十分に注意しましょう。また更衣室では必ずロッカーの鍵をかけましょう。自己管理を徹底してください。

進路支援からのお知らせ

【指定校推薦等の推薦入試を受験される方へ】

2011年度指定校推薦入学試験について、以前より学校通信等で案内していますが、大学・短大・専門学校最新の資料の閲覧を希望する人は、進路支援部及び各担任まで申し出てください。

受験希望者は、早めに(受験登録締切は出願開始日の2週間前)、各担任まで申し出て
ください。

本校が「推薦書」を発行する場合、以下の条件を満たしていることが必要です。

- ・前期末(9月末)で54単位以上修得していること。
- ・指定校推薦入試の場合は、60単位以上の修得が必要。
- ・指定校推薦入試の申込みには、保護者同伴で担任との事前面接が必要です。

【「調査書」・「推薦書」の発行について】

推薦入試等出願にともない「調査書」・「推薦書」等が必要な場合は、早めに申し出て
ください。担任と相談し、受験校(学科・コース等も)を決定した上で、手数料および指定
の用紙(有る場合)を添えて発行申込をしてください。

受験校が決まっていない場合、発行はできません。

発行の流れは、以下のとおりです。

発行日は、受付から1週間後です。

担任と相談 受験校の決定 発行願用紙受取・記入 担任確認

事務室受付にて手数料を添えて申込み (1週間後)発行

【大学入試センター試験について】

「大学入試センター試験」の願書(受験案内)を配布しています。必要な生徒は、担任
または進路支援部まで申し出てください。

大学入試センター試験は、国公立大学の一次試験であるとともに多くの私立大学が
利用する試験です。大学進学希望者は、積極的に受験してください。

願書は、高校で取りまとめますが、その締切日は、10月1日(金)とします。

(高校在籍生は個人での出願はできません。 - 前期卒業の生徒を除く)

【看護学校進学説明会】 10月30日(土) 13:30~15:30

看護職をめざす1・2年次生を対象にした「看護学校進学説明会」が大阪府看護協会主催
で実施されます。

希望者は9月27日(月)までに職員室カウンターで申し込んでください。

【就職採用選考について】

2011年3月高校卒業予定者の就職採用選考が9月16日(木)より始まっています。
求人票をこまめに参照して、希望先があれば担任および進路支援まで申し出てくださ
い。

応募書類(履歴書・調査書・紹介状)は学校から郵送します。応募先が決まった人は
調査書を申し込んで、履歴書(学校にある指定のもの)を作成してください。

11月30日(火)までは、1人1社の応募です。12月1日(水)以降、会社が併願を認
めている場合は1人2社までの応募が可能です。

合格した会社は辞退することができませんので、慎重に考えて応募してください。

最初の応募で決まらなくても、就職決定まで

求人票の閲覧(応募前見学) 応募先の決定 履歴書作成・調査書申込 会社受験
という流れでねばり強く就職活動をしてください。

11月上旬に「**合同求人説明会**」が行われますので、その時点で就職が決まっていない人
はぜひ参加してください。

(日時・場所につきましては今後の「学校通信」でお知らせします)

【「学習アシスト・ルーム」について】

先月の学校通信でも案内しましたが、後期スクーリングスタートに伴い、「学習アシス
ト・ルーム」を開室します。前期登録者もあらためて申し込んでください。

リニューアルされたアシスト・ルームがあなたを待っています。

<後期>2010年10月19日(火)~12月21日(火)の期間中
毎週火曜・木曜の13:00~15:50(4限~6限)に開室

登録制 各期:5,000円

「学習アシスト・ルーム」は、自学自習の習慣をつけるために開設しており、教室に
いる教員や他の生徒と一緒にレポート作成に取り組みます。

しごと悩み相談室からのお知らせ

『しごと悩み相談室』を開設しています。就職、進学に関わらず自分の将来のことについて何でもいいので、カウンセラーと「おしゃべり」できるところです。どんな話でも構いません。気楽な気持ちで来てください。(予約制)

対 象 生徒・保護者・卒業生

実施期間・担当

(A) 期間 2010年5月～2011年3月(10月は、10/4・10/18)

日時 毎月第1・3月曜日 10時～13時

担当 林田 明子さん

(大阪府若者サポートステーションカウンセラー)

(B) 期間 スクーリング期間(10月は、10/27)

日時 毎月第2・4水曜日 9時30分～12時30分

担当 槇 邦彦さん

(大阪府若者サポートステーションカウンセラー、本校非常勤教員)

場 所 本校カウンセリング・スペース(2階)

- * 1人50分。一日3人の予約制です。
- * 予約は池本、鮫島までご連絡ください。



今月の聖句



『あなたがたは地の塩である』

(マタイによる福音書 5章 13節)

熱っい、暑っい！

夏がまだ続いています。この季節、汗かきの私にとっては、地獄のように感じられます。シャツもパンツもびしょびしょになり、冷房のきいた場所に逃れて乾くと白い粉がふいている、という状態です。多くの人々が熱中症で病院に運ばれ、救急車も大忙しです。

熱中症の予防対策として、水分の補給が不可欠とされています。実際には、水だけでなく、塩分もとらなければなりません。塩分はわたしたちにとって、必要不可欠なものです。無いと死にますから。

聖書は、「あなたがたは地の塩である」と言います。地(世界)において、あなたがたが不可欠な存在というのです。多くなくても必ず必要なものと述べられています。また、塩は味付けをする調味料でもあります。今年の高級魚さんまを焼くのに「塩」をしなければ、あまりおいしくないでしょう。また、腐敗を防ぐ働きもあります。

わたしたちが、この世界に味をつける、腐敗をふせぐ、必ず必要な存在として、神さまからつかわされていることを覚えたいと思います。



(日本キリスト教団 浪花教会 村山 盛芳牧師より)

南YMCA「キリスト教」委員会2010