



「警策」に込める思い

校長 内山 茂



本年度の県高総体が終了した。結果はサッカー女子が3位入賞したほか、バドミントン男子団体とバレーボール男子がベスト8の成績を収めた。個人戦でもソフトテニスや卓球、バドミントンなどが健闘し、入賞まであと一步のところであった。期間中、各競技の応援にかけつけたが、本校の選手が全力で戦う姿を見て感動した。

さて、高総体は終了したが、高校生の本分は言うまでもなく勉強であり、その根幹は授業である。4月以来、授業中の教室巡回をしているが、昨年度の課題の一つとなっていた授業規律については、随分と改善されていることを嬉しく思っている。しかし、時々、居眠りをしている生徒を見かける。そこで、「警策(けいさく)」を用いて叱咤激励することにした。

「警策」とは、座禅の時に眠気を覚まさせる等のために用いる棒状の板である。本校の加藤先生の実家が静岡県のある禅寺であることから、特にお願いをし取り寄せてもらった。そこには、住職様直筆の「脚下照顧(足元を照らし、自分を顧みる)」の文字が記してあり、効果は抜群と信じている。

当分、梅雨の蒸し暑さが続き、授業中、睡魔に襲われることがあると思うが、生徒諸君には、それに耐えて、強い精神力としっかりした学力をつけて欲しい。これからも生徒諸君の成長を願い、「警策」を携えて巡回を行う。佐実生のがんばりに期待する。

熱中症対策について - 保健部より

熱中症は、気温・湿度・輻射熱等により屋外だけでなく、環境状態によっては屋内でも発生します。特に気をつけたいことは、次の5つです。

- ①状況に応じた水分補給を！(0.1~0.2%の食塩水かスポーツドリンクなどが最適)
 - ②暑さに徐々に慣らす。(急に暑くなると体が慣れていないため発症しやすい)
また、30分に一度は休憩をとるようにする。
 - ③個人の条件や体調を考慮する。(体力の低下・下痢・発熱・睡眠不足等、体調不良)
 - ④服装に気を付ける(できるだけ軽装にし、吸湿性や通気性の良い素材を選び、直射日光は帽子で防ぎ、熱を逃がす工夫が必要)
 - ⑤具合が悪くなった場合は、早めに処置する。
- 以上の点に気を付け、日常生活を有意義に過ごしてください。

3年生「進路実現」に向けて - 企業訪問報告

7月1日から「求人票受付」が始まります。一昨年より、アベノミクス効果や2020東京オリンピック開催決定、また、円安による輸出関連業界の好況など、景気上昇の機運も感じられます。

さて、進路指導部では、今年も次年度の新卒者採用に向けて、企業訪問を実施しているところです。県内約100社、九州・福岡地区約30社、中国・関西・中京・関東地区合わせて約50社以上の企業を訪問し、数多くの企業から、「卒業生が頑張っている」との嬉しい報告を受けました。今年度の状況を全般的に報告しますと、求人は、昨年同様に増加傾向にありますが、県内や一部の業種では横這い、若しくは減少しているところもあり、気が抜けない状況にあります。

しっかりと力をつけ、9月16日からの就職試験に臨んでほしいと思います。

前期期末考査に全力を注げ!

【ポイント1】

学習の基礎は規則正しい生活と食生活

- ☆学力をつけるためには、まず、生活習慣を整えることが重要
- (1) 体調を整える。(健康でないとやる気が出ない)
 - (2) 3度の食事をきちんと摂る。(特に朝食が重要)
 - (3) 睡眠時間は削らない。(早寝)

【ポイント2】

家庭での学習目標 「1日4時間」

- ☆学習の計画
- (1) 学習をする場所を決める。
 - (2) 学習をする内容を決める。
- ☆時間の使い方
- (1) 少しの「工夫」と「がまん」で毎日時間を確保する。
 - (2) 自分が一番集中して学習できる時間を見つける。
 - (3) テレビ、ゲームの時間を少し削る。
 - (4) 後回しにしない。



「高校生ものづくりコンテスト」自動車整備部門優良賞!

6月20日(土)、佐世保高等技術専門校で開催された「平成27年度長崎県高校生ものづくりコンテスト」自動車整備部門に、本校自動車工学科の生徒3名が出場し、3年4組の青木 優 君が「優良賞」を受賞しました。

競技内容は、学科、測定、点検作業、故障探究の4つの課題をそれぞれ25分間で競うもので、全国大会に準じた内容となっています。本番では額に汗をかきながら、各課題とも一生懸命に取り組み、日頃の学習成果を存分に発揮してくれた結果となりました。

