

# ほうりょう

編集発行 愛知県立宝陵高等学校 PTA通信編集委員会  
ホームページ：URL [www.horyo-h.aichi-c.ed.jp](http://www.horyo-h.aichi-c.ed.jp)

## 体育祭

9月26日(木)

### 光輪

～我らの青春ここに降臨～



総合優勝・ダンス優勝 3年1組



クラス旗優勝 3年2組



ECOCAP

ペットボトルのキャップ  
回収にご協力ください。

# 令和元年度 PTA活動報告

## 〈愛知県高P連総会・愛知県高P連指導者研修会〉

5月31日にウインクあいちで行われた高P連指導者研修会に参加させて頂きました。

開会の挨拶に続いて、PTA活動について3校から発表がありました。3校とも今後の活動の参考になる良い発表でした。

その後、田中麻莉絵さんの「ヘルプマークを知っていますか?～命と時間のお話～」というテーマの講演を聴きました。田中さんは2014年8月に血液のガンを発症し、余命5年の宣告を受け、闘病生活を送しながらヘルプマークを広める活動をされています。体調が優れない中、講演をしてくださりました。ヘルプマークは外からは分からなくても援助が必要な方のためのマークです。外出先でヘルプマークをつけた方を見かけたら思いやりのある行動をしたいと思いました。(PTA役員 山本 孝予)



## 〈東海地区高P連・岐阜大会〉

6月14日に長良川国際会議場にて行われた東海地区高P連岐阜大会に参加させて頂きました。

引き込まれる映像、美しい歌声とヴァイオリンの音色で始まった「地球のステージ」。医師であり歌手としても活躍されている桑山紀彦医師が講演されました。紛争や災害等の世界中の被災地でボランティアをされる中、出逢われた子どもたちは困難に立ち向かいながらも笑顔がとても素敵でした。困難を乗り越えた人には思いやりがあり、人に優しく、心が寛大だと感じました。学校生活においても同じように困難に立ち向かい、乗り越えて、笑顔の素敵な看護師、介護福祉士になって欲しいと考えさせられる講演でした。

(PTA役員 天野 賀織)



## 〈第2回PTA委員会〉

6月26日に第2回PTA委員会が開かれました。総会や講演会、研修会に出席された役員さんより活動報告がありました。先生方からは、考査についてや今後の日程、各実習の内容や予定、子どもたちの様子などを報告していただきました。その後、専門部会に分かれ、広報部はPTA通信、広報部通信発行について、指導部は交通立当番、部活動について、研修部は、PTA研修旅行、文化祭参加について話し合いが行われました。

(PTA委員 五反田 和美)

## 〈第3回PTA委員会〉

10月10日に第3回PTA委員会が行われました。京都で開催されたPTA全国大会への参加報告、文化祭でのうどん販売の報告等がありました。

学校からは生徒の様子や現状報告があり学習面や部活動への生徒の取り組み等、学校生活を知ることができました。専攻科2年生は看護師国家試験合格、福祉科3年生は介護福祉士国家試験合格に向けて取り組む姿を応援しています。

12月20日(金)に豊川文化会館で体験発表会が行われます。体験学習の発表、ギターマンドリン部の演奏があるので、ぜひご参加ください。

(PTA役員 水野 直美)

## 〈東三総会〉

5月20日、ホテルアークリッシュ豊橋で東三地区高P連の総会、講演会が行われました。東三役員選出、県役員選出、事業報告、事業計画の報告がありました。今年度は本校の校長先生とPTA会長さんが役員になっています。総会后、「命の授業―ドリー夢メーカーと今を生きる―」という演台で腰塚勇人さんの講演会がありました。スキー事故により首から下が全く動かない状態になり、その事故が人生を大きく変えたというお話でした。腰塚さんの「5つの誓い」、口・目・耳・心そして手足の使い方は心にぐっときました。とても素晴らしいお話でしたのでぜひ看護師、介護福祉士を目指している生徒さんにも聞いてもらいたいと思える講演会でした。(PTA役員 佐々木 佐知)

## 〈PTA全国大会・京都大会〉

「Kyotoから!未来を拓く」をテーマに京都大会が8月22・23日で行われました。「高校生の人間関係について考える」を議題に、講師の原清治先生の基調講演後、昨年まで高校生だった若者5名の本音を聞くパネルディスカッションが行われました。今の高校生は「重たい」人間関係を嫌い、本音を隠す子が多いこと、言っても聞いてもらえないなど、受け入れられないと思っている子が多々いるとのことでした。それを改善するには私達親や教師が話しやすい環境をつくることの大切さ、無理に聴かず本人が話したくなるまで待つことが重要と学びました。親に対しての思いなど率直に聴くことができ、とても有意義で充実した大会となりました。

(PTA役員 掛田 知里)



## 〈PTA研修会〉10月26日(土)

今回のバス旅行は彦根へ行きました。豊川インターから高速道路に乗ってすぐ、事故のため渋滞に巻き込まれました。そのため午前中の日程(黒壁スクエア周辺の散策)がカットされてしまいました。

昼食は、彦根市内の「赤鬼」で近江牛のすき焼き定食をいただきました。

その後、彦根城・彦根キャッスルロードの見学をしました。彦根城の天守閣最上階は、心地よい風が吹いていて眺めも最高でした。

アクシデントはあったものの、有名なゆるキャラ「ひこにゃん」に会うことができ、とても楽しい1日を過ごすことができました。(PTA役員 山本 孝予)



# スペシャリストを目指して

## 病院実習で学んだこと

5/30~7/5

### 3年1組 長野 彩夏

今回の27日間の看護臨地実習で私は食道静脈瘤により大量吐血し入院された患者様を受け待たせていただきました。患者様は「お医者さんから説明を受けたが何で吐血したのかわからない。」と眩かれ、私は絵や図を用いて視覚的なアプローチにより理解しやすいリーフレットを作成しました。専門的なものに比べ、不足の多いものでしたが、患者様に「わかりやすかった」と喜んでいただきました。学生として私にできる精一杯のことを行い、今後の学校生活で知識と経験を身につけたいと思います。



## 介護実習を終えて

6/10~6/14、7/22~7/26

### 2年2組 齋藤 鈴香

10日間、特別養護老人ホームへ介護実習に行きました。利用者の方の生活の支援、入浴介助や食事介助、排泄ケアなど様々な介護を実践しました。一人ひとり身体状況が異なるため、その方に応じて支援や介助方法が変わります。利用者の方へ支援や介助を行う中で、どのような方にどういった介助を行うべきか、その方のできることを奪ってしまっていないかなど、個別性に合った介助、自立支援が大切だと学ぶことができました。



## 臨地実習で学んだこと

7/1~11/14

### 専攻科2年 吉田 早希

今回の54日間の臨地実習では、今までの実習とは異なり、さまざまな施設や病院で行いました。どの施設や病院でも患者様のニーズに応えるため、他職種や家族との連携を図り、患者様中心の看護を行っていました。患者様のニーズに応えるためには、さまざまな視点で患者様や家族を理解し、かかわる必要があることを痛感しました。今回の実習で学んだことを振り返り、理解を深め、クラス全員で残り僅かな時間ですが、看護師国家試験合格に向け全力で勉強に励みたいと思います。



## 初めての介護実習を振り返って

7/30~8/2

### 1年2組 夏目 亜紀

7月30日から8月2日までの4日間、私たち1年生にとって初めての介護実習に行きました。入学してから約4か月間、必死になって福祉の勉強に取り組んできました。しかし、実際に利用者の方とかかわるのは初めての経験で、最初は不安な気持ちもありましたがコミュニケーションを図り、関係を築くなかで、利用者の方と接することを楽しみを感じるようになりました。授業では得ることのできないことを、実習を行い体験的に学ぶことで多くのことを吸収できたと思います。これから先、さまざまな施設に実習に行きますが、初心を忘れず頑張っていきます。

## 産業教育振興会専門高等学校体験発表会

佳作：3年1組 藤倉 さつき 「笑顔の仮面」

## 産業教育振興会専門高等学校生徒作文コンクール

最優秀賞：3年1組 尾崎 汐音 「見えない世界」

## 明るい社会づくり実践体験作文

(愛知県明るい社会づくり推進東三河地区協議会)

豊橋市議会議長賞：

3年1組	長野 彩夏	「殻を破る準備」
入選：3年1組	菅田 ミユキ	「人と関わること」
奨励賞：3年1組	小島 里菜	「臨機応変な看護」
奨励賞：3年1組	濱町 琳音	「プロ意識のある人」
奨励賞：3年1組	森 彩乃	「歩み寄る」

## 介護実習を終えて

6/3~6/14、7/22~8/2

### 3年2組 梅原 真優花

20日間の介護実習で一番難しいと感じたのは、認知症の方が何に対して不安を抱いているのかわからず、うまく答えられないことでした。足が痛いと訴える方に対して、「足が痛いんですか。」と受容的に答えるだけでしたが、「食後に湿布を貼りましょう。」など具体的な解決策を示すことによってその方が納得し、また安心され、「ありがとう。」と言ってもらうことができました。この経験を経て、利用者の方が不安に思っていることに対し、寄り添い、適切な声掛けを行うことがとても大切であると学びました。



## 福祉科3年 介護実習等報告会

10月25日(金)

福祉科3年生が日ごろの介護実習の成果をまとめ、発表を通して学びを共有する有意義な会となりました。





# 学校行事

## 〈中学生体験入学〉

8月8日(木)

夏休みの猛暑の中、たくさんの中학생と保護者に参加して頂きました。体育館でのオープニングでは、ギター・マンドリン部の演奏と学校紹介のスライドで参加の方々を歓迎しました。

続いて、各会場に分かれ、衛生看護科は災害時に役立つ三角巾を活用した「知って得する応急処置」を、福祉科は「わくわくレクリエーションとベッドメイキング体験」を行いました。また、発表を通して各学科の専門性を楽しく学んでもらう機会となりました。



## 〈交通安全講話〉 10月28日(月)

講師：ユタカ自動車学校

「シミュレーターを活用した自転車安全講話」と題し、自転車運転の危険を体験し事故を未然に防ぐためにはどうすればよいのか学習しました。今まで何気なく見ていた信号機の色や配置や、時間になると0.6秒の左右の安全がどの程度認知できるのかなどのクイズを取り入れながら考えることができました。代表生徒によるシミュレーターの体験では、見通しの悪い交差点や夜間の運転での注意事項を確認することができました。事故を起こさないためにも今回の学習を活かして自転車を運転するようになりたいと思います。



## 〈第2回防災避難訓練〉

9月6日(金)

事前予告なしの防災避難訓練を実施しました。今回はシェイクアウト行動をとること、避難開始命令後速やかに校舎外にでることを目標に行いました。自分の身は自分で守りながら速やかに避難できました。



## 〈防災講習会〉 11月8日(金)

名古屋大学及び愛知県防災局と連携し、自然災害に対する知識や技術の習得など防災対応能力の向上を図るために行われた「高校生防災セミナー」に1年生の代表生徒が参加しました。南海トラフ巨大地震や各地で発生している豪雨、土砂災害などから大切な命を守ることを防災セミナーで学び、また本校の地理的・経済的状況や抱える課題についても全校生徒に向けて発表しました。各学年に分かれて備蓄品の試食体験、牛乳パックや新聞紙を活用した防災グッズの作成を行い、減災への理解を深める機会となりました。



## 〈文化祭〉 9月25日(水)

文化祭のオープニングはギター・マンドリン部の演奏から始まり、生徒会主催のクイズ企画などで盛り上がりました。各クラス企画、文化部の作品展示、PTA「白桔梗」のうどん販売等が各会場で開催され、楽しいひとときを過ごすことができました。

午後の芸術鑑賞会では、ハイブリット落語の「桂三幸」さんによる高校生の時事ネタや世界初のiPadを使用した漫談を鑑賞しました。続いてブレイクダンスエンターテインメントの「しよぎょーむじょーブラザーズ」の鍛え上げられた肉体が奏でるダンスとアクロバットに魅了されました。



# 生徒 保護者のみなさんへ伝えたいこと

## ■教務部

衛生看護科棟改修工事でご迷惑をかけています。

現在、衛生看護科棟の改修工事を行っています。そのため、生徒の皆さんの学習環境に差し障りが出ています。その中で、とりわけ顕著なのが、これまで使用していた実習室や更衣室などの変更をせざる得ないことです。特に、衛生看護科の皆さんにはHR教室から更衣室、そして実習室と駆け足での移動が求められます。このような事態を先生方は大変申し訳なく思っています。そのような中で生徒の皆さんは、きびきびと行動をして授業を受けている姿は頼もしく、成長していると感じています。令和2年度には改修後の衛生看護科棟での授業を楽しみに、あと少し頑張りましょう。

学習の集大成といえる「体験発表会」が12月20日(金)に文化会館で開催されます。日頃の学び得たものを相互交流することによって、互いの専門性を深める重要な学校行事です。本年度は「留学体験発表」も加わり、幅広い実践報告となります。年末のお忙しい折とは存じますが、何とぞご観覧いただきますよう、お願い申し上げます。(長谷川 民子)

## ■進路部 本年度の進路状況

本科3年生の就職希望者が応募先を決定する7月下旬までに届けられた福祉・医療関係の県内事業所からの求人は120件191名分ありました。このほとんどが介護職で、福祉科の生徒にとっては「選り取り見取り」、まさに「引っぱり風」状態と言ってよいでしょう。内定も順調で、非常に恵まれた状況にあります。また、専攻科2年生の就職も順調で、8月の上旬には全員が内定しました。次は国家試験に合格するようにがんばってほしいと思います。

さて、現在の社会状況から考えて、本校でしっかり学べば、就職すること自体はそれほど難しいことではないと言えます。ただ、就職も国家試験合格も決してゴールではないということは忘れないでほしいと思います。進学希望者にとっても同様に、合格がゴールではないことは言うまでもありません。ゴールと言うよりもスタートと言った方がいいでしょう。

高校生(学生)でいる間にいろいろなことを吸収しながら、自分はどのようなキャリアを積んでどのように生きたいかを思い描き、次にそれを実現するにはどうすればよいかを考え、できることがあれば実行していくことによって自分という人間を「創って」いく。高校生活がそういうものであり、充実したものであることを願います。(松本 康弘)



### 宝陵高校マスコットキャラクター たからちゃん

生徒からキャラクターと名前を募集し、宝陵高校のマスコットキャラクターが登場しました! 名前は「たからちゃん」です。今後、様々なところで目にかかります。どうぞよろしくお願ひします。

## ■保健厚生部 “心の筋肉”(レジリエンス)を鍛えよう

大きなストレスや挫折を経験すると、心が傷ついてしまいますが、人は誰でもそこから立ち直る力(レジリエンス)を持っています。レジリエンスは生まれつき強い人もいますが、弱い人でも自分で育てていくことができます。レジリエンス研究の権威、イローナ・ボニウェル(Dr. Ilona Boniwell)は、心も筋トレのように、繰り返し鍛えると強くなるというレジリエンスマッスル(心の筋肉)という考え方を提唱しました。具体的には、4つの「I」という考え方【① I am「私は～だ」自尊感情(自尊心、自分の力を知っている)② I can「私は～ができる」自己効力感(問題解決力、学習能力)③ I have「私は～を持っている」ソーシャルサポート(信頼できる人、助けになってくれる人)④ I like「私は～が好き」ポジティブ感情(ポジティブ経験の積み重ね)】を意識すると、思考が前向きになり、心が傷ついた状況から立ち直りやすくなるというトレーニングを実践することを勧めています。自分の強みを意識して“心の筋肉”(レジリエンス)を鍛えましょう!

「信は力なり」「何とかなるよ」「明日は明日の風が吹く」「人生、なんでもやり直しがきくから…」「とりあえずご飯を食べよう」「あなたは、あなたらしくていい」「Yesterday is history! Tomorrow is mystery! Today is a GIFT!」「ピンチはチャンス」「やればできる」「宇宙から見たら、どうでもいい」「頑張りすぎない」「後悔のない走りを!」……これらは、今年の文化祭の保健委員企画「心の“筋肉”を鍛えよう」で先生方の「支えになった言葉・元気をもらった言葉」のいくつかです(保健室に掲示中)。先生方がこれらの言葉に勇気や元気をもらえたように、皆さんにもそれぞれに「支えになった言葉・元気をもらった言葉」があるかと思えます。ちょっとでも辛くなってしまった時には、それぞれの「支えになった言葉・元気をもらった言葉」を思い出し、さあ、前を向いて歩きましょう!皆さんは、4つの「I」や立ち直る力(レジリエンス)を持っています。(後藤 静)

## ■生徒部 SNS

始業式で全校生徒に対し「健康管理をしっかりし、欠席・遅刻・早退をなくそう。」「交通ルール・マナーを守り、交通事故に遭わないようにしよう。」「スマホは、規範意識をもって使用しよう。」などの話をしました。特にスマホについては、校内への持ち込みを許可しており、「授業中・清掃時・行事においては、電源を切りカバンに保管する。」というルールを設けています。校内でのルール・マナーは概ね守られていますが、SNSの利用に関しては、認識が甘い生徒が見受けられます。

SNSにおける最近問題となった事例を挙げ、その危険性を話しました。「リアルタイムで旅行先の様子を投稿したところ、家が留守であることを知られ、空き巣に入られた。」などです。最近では、「女性がSNSに顔写真を投稿したところ、瞳に映った景色から住所が特定され、家に侵入され被害に遭った。」などの事例が多く報告されています。SNSは、便利なネットワークですが、個人情報流出など大きな危険があることを理解し利用することが必要な社会となっています。また、SNSは、日々進化しています。安全を求め、その変化に対応していかなければならない時代となっています。(村田 吉行)

★★★★★ 校内トピックス ★★★★★

### キャリアフレッシュセミナー

8月24日(土) 愛知大学 豊橋キャンパス  
東三河教育事務所主催で、同地域の  
中学1年生を対象に開催され、本校も出  
展しました。

全体会で各高校の学科紹介が行われ、さらに分科会では、各学科の特色のある学習内容を実際に体験してもらいました。



### 私の意見発表

10月24日(木)  
私たちは医療・福祉のスペシャリストを目指し学習しています。障がいのある方や生活弱者の方々に対して実践できることはないかを常に意識して生活することが大切であると改めて感じた良い機会となりました。

- 最優秀賞：1年1組 金子 未来莉  
「悪くない」  
優秀賞：1年2組 福井 雪乃  
「自動車事故について」  
優良賞：1年1組 天野 凪  
「味の無いご飯」  
1年1組 鈴木 唯菜  
「言葉の力」  
1年2組 夏目 亜紀  
「SNSの問題について」  
1年2組 熊谷 春菜  
「LGBTについて」

### 薬物乱用防止講座

7月1日(月)

豊川市生活安全課のスクールサポーターの方に来校していただき、1年生と本宮校舎の生徒を対象に禁止薬物が心身に及ぼす影響について講演をしていただきました。一度でも手を出したら最後、どんどん深みにはまり、最後には精神の崩壊や事故・事件に巻き込まれてしまう恐ろしいものであることを自覚させられました。



### 令和元年度 後期生徒会役員

- 会 長 2年1組 荻山 りう  
副会長 2年1組 臼井 紗京  
書 記 1年1組 中村 愛穂  
1年2組 鈴木 優菜  
会 計 2年2組 本間 翔陽  
1年1組 世古 雪菜



### ほーほう音楽祭

10月27日(日) 豊川市文化会館  
ギターマンドリン部が日頃の練習の成果を披露しました。OGの白桔梗との合同演奏もあり観客を魅了しました。



## ◆ 令和元年度 部活動大会等結果報告 ◆ 6月～10月

部活動名	開催期日	会場	大会名	結果	部活動名	開催期日	会場	大会名	結果
ソフトテニス	7/6	豊橋中央高校 豊橋商業高校	国民体育大会東三河予選	池田瑞田中 ベスト16 篠川上田 2回戦 奥地中村ひ 2回戦 中村美・竹腰 1回戦	バスケットボール	8/10	豊橋市 総合体育館	東三河支部高等学校 バスケットボール競技 夏季選手権大会	本校 16-115 豊川 本校 25- 99 新城
	7/16	豊橋商業高校	全三河東三河予選	予選リーグ4位 本校2-豊橋西1 本校1-成章2 本校0-豊橋商業3 本校1-国府2	弓 道	8/4	豊川市 武道館弓道場	豊川市民弓道大会	6名参加 鈴木美空(1年)決勝進出
	8/22	豊川市営コート	豊川蒲郡地区大会	篠川・田中 予選リーグ3位 奥地中村ひ 予選リーグ3位 中村美池田知 予選リーグ3位		8/24	蒲郡市民体育 センター弓道場	東三河支部高等学校 弓道選手権大会	6名参加 予選敗退
	8/25	豊橋中央高校	豊橋選手権	篠川・田中 2回戦 奥地中村ひ 1回戦 中村美池田知 1回戦	10/26	蒲郡市弓道場	愛知県高等学校弓道選手権 大会 東三河支部予選大会	団体A・Bチーム 予選敗退	
	9/14	豊橋中央高校	新人体育大会東三河予選 個人戦	篠川・田中 2回戦 奥地中村ひ 1回戦 中村美池田知 1回戦	バドミントン	8/7	豊橋市 総合体育館	東三河 バドミントン選手権大会	ダブルス 鈴木中谷組 3回戦進出 船津・瀧邊組 3回戦進出 シングルス 中谷桃子 5回戦進出 (ベスト16) 鈴木理沙 4回戦進出
	9/15	豊橋中央高校	新人体育大会東三河予選 団体戦	予選リーグ4位 本校0 - 豊橋中央3 本校0 - 蒲郡3 本校1 - 御津2		8/8	豊橋市 総合体育館		団体戦 1回戦 本校3-2山本学園 2回戦 本校0-3豊橋南
7/21	豊川市 陸上競技場	東三河高等学校1年生 陸上競技大会	伊藤 麻耶 優勝 ヤリ投げ 26m24 酒井 優実 4位 走り高跳び 1m40 山本 有菜 5位 砲丸投げ 5m25	9/15		豊橋市 総合体育館	愛知県高等学校新人体育 大会東三河支部予選大会		ダブルス 鈴木中谷組 4回戦進出 シングルス 3回戦までで敗退
陸上競技	8/4	豊橋市 陸上競技場	豊橋市民 陸上競技選手権大会	酒井 優実 6位 走り高跳び 1m40 村松 藍香 9位 走り高跳び 1m35	バレーボール	7/13	豊橋商業高校	愛知県高等学校 バレーボール選手権大会 東三河予選	本校2-0有教館 新城東 本校0-2豊橋商業
	9/7・8	豊橋市 陸上競技場	愛知県高等学校新人体育 大会東三河支部予選大会	伊藤 麻耶 2位 ヤリ投げ 30m63 酒井 優実 5位 走り高跳び 1m45 伊藤 ひな 4位 三段跳び 9m82 白井 紗京 6位 走り高跳び 23m74 以上4名県大会へ		9/28	豊橋商業高校	全日本バレーボール 高等学校選手権大会 東三河予選	本校0-2国府
	ギターマンドリン	8/28・29	パコマ瑞穂 スタジアム	愛知県高等学校 新人体育大会	予選敗退 伊藤 麻耶 16位 酒井 優実 20位 37人中	8/8	本校体育館	中学生体験入会 オープニング演奏	全部員
		8/28・29	パコマ瑞穂 スタジアム	愛知県高等学校 新人体育大会	予選敗退 伊藤 麻耶 16位 酒井 優実 20位 37人中	9/15	大木会館	第112回大木町敬老会	代表生徒 2.3年生 12名
					10/27	豊川市 文化会館	第31回ほーほう音楽祭	全部員	