



## ◇生活習慣病予防のための授業 ～自然科学科1年生で～

7月3日(月)の6限、家庭基礎の授業において、和医大名誉教授で和歌山県高血圧学会会長の角谷リハビリテーション病院院長 有田幹雄先生をお招きし、自然科学科の1年生が2クラス合同で生活習慣病予防教育に関する学習をしました。

和歌山県が全国でも短命県に数えられることを資料から読み取り、40代では生存率に既に差が開いていることから、若い年代、特に中高生の頃からの生活習慣の見直しが必要であることを学習しました。

計4回(7/3、7/19、8/28、9/11)のうちの1回目であるこの授業では、血圧計を借りて正しい測定の仕方を練習しました。これを持ち帰って1週間測定を続け、希望者は尿内塩分測定も行って、運動や食事といった生活習慣と血圧や体内の塩分の関係について調べ、残りの授業でグループ協議などをしながら生活習慣病の予防について考察することになっています。



## ◇第67回HR対抗球技大会

1学期末考査明けの7月5日(水)から7日(金)の3日間に亘り、HR対抗の球技大会を開催しました。今年度は男子はバレーボールとミニサッカー、女子はソフトボールとバスケットボール、そ



して男女共通種目としての卓球の合計5種目、各種目に教員チームも参加して、熱戦が繰り広げられました。各競技にはクラスごとの応援団がつき、多彩で熱のこもった応援を行って団結力を強めました。

時々雨が降ることもありましたが、概ね晴天で気温も高く、選手たちは熱中症に十分注意しながら奮闘しました。

総合優勝は3年H組、2位が3年B組、3位は3年A組でした。



## ◇3年生学習合宿

7月8日（土）～9日（日）の2日間に亘り、田辺スポーツパークにおいて、3年生が「学習合宿」を実施しました。

1コマ90分を基本とし、間に10分休憩を入れながら、8日は開校式と講演の後、朝10時10分から夜9時30分まで、9日は朝8時から夕方4時30分まで、ひたすら勉強しました。

事後のアンケートでは、「1日10時間勉強するのがこんなにしんどいとは思わなかったが勉強する体力が付いた気がする」「夏休み前に勉強モードに入る良い機会になった」「緊張した空気で集中することができた」「わからないところをすぐに先生に聞けるのでよかった」「10時間も勉強できるか不安だったが周りの雰囲気のおかげで集中できた」「皆で勉強する良さも感じた」「この90分サイクルを家でも実行しようと思う」等々、充実した2日間を過ごした満足感が伝わる感想がたくさん寄せられました。



夏休み前にしっかり時間をかけて学習するパターンを身に付けることで、休み中の学習についてはもちろんのこと、夏休み以降の学習や生活についてしっかりと考え、進路目標実現に向けた本格的な態勢にシフトする有意義な機会となった様子でした。

## 8月の予定行事等

- 8月 3日（木）～ 4日（金） 3年マラソン学習
- 8月 5日（土）～ 6日（日） 3年マーク模試
- 8月18日（金） 1年防災スクール（午前）
- 8月19日（土） 1・2年進学テスト、3年進学模試
- 8月21日（月）～23日（水） 課題補習
- 8月25日（金） 2学期始業式、夏休み明け課題テスト
- 8月28日（月） 3年就職応募締切  
教育実習（後期）開始（～9/15）