



岸本奨真さんの作品「影と空」 ★ 3月に横田コミセンで横田高校写真展を開催！

稲田が丘

横田高等学校

便り

発行日 2016.12.16 第157号

奥出雲町稲原 2178-1 TEL:(0854)52-1511

平成 28 年度島根県 高校写真展審査会

11月15日に本校体育館で行われた、平成28年度島根県高校写真展審査会において岸本奨真さん（1年2組）の作品が入賞第4席を受賞しました。岸本さんの作品は来年7月に宮城県で行われる全国高等学校総合文化祭に出展されます。

奨励賞

題名「みんなの町へ」岸本 奨真（1年）

題名「待つ美人」小林 遥奈（2年）

題名「世界の滅亡」藤原 透（1年）

題名「ポストマン」宇田川結香（1年）

★平成29年3月に横田コミュニティセンターで写真部写真展を開催します！

職業別ガイダンス

12月7日、2年総合コースを対象に職業別ガイダンスを行いました。専門学校等の担当者が来校され24講座開かれ、各自興味のある講座を2つ聞き、就職する上で必要なことや仕事内容について学びました。

【生徒感想】スポーツトレーナーの話を聞き、必ず取らないといけない資格はないけど、自分や他の人の身体に関心を持つことが大切だと思いました。トレーナーとインストラクターは全く別の仕事だとわかったので、もっと自分で情報を集め、スポーツに関係する仕事を調べたいと思います。



中高合同講演会「宇宙授業」

11月11日、中高合同講演会を本校体育館で開催しました。講師にはJAXA 宇宙教育推進室から清水幸夫さんをお招きし、『“宇宙授業”みんなで宇宙を』という演題で講演していただきました。講演会には横田中、仁多中の3年生と本校1年生が参加をし、宇宙について学びを深めました。また、午前には2年生進学コースを対象に理数系科目を学ぶ意義についての講演会をしていただきました。



2年企業見学

12月6日に2年総合コースが県内企業見学を行いました。見学先は出雲村田製作所へ行き、その後スター精機とキシ・エンジニアの2班に分かれ見学をし、最後に東部技術校へ行きました。実際の作業現場や授業風景を見させていただき、製造現場の実態を知るいい機会となりました。



1年「奥出雲学」

11月19日に、1年生の総合的な学習の時間「奥出雲学」でフィールドワークを実施しました。

奥出雲学の流れは、最初に基調講演で奥出雲町の取り組みや、観光文化協会のサミーラ事務局長により「地域に人を呼ぶ」というテーマの講演を聞きます。その後、グループに分かれて、課題解決の取り組みを行う町内の10団体や企業へ調査（フィールドワーク）に出かけます。取材テーマは、子育てや教育、観光、空き屋、農業、産業、コミュニティづくり、UIターン支援などさまざまです。

生徒は、町内で実際に行われている取り組みを参考にしながら、自分たちが地域を元気にする企画を考え、地域の方を前にポスターセッションを行います。企画づくりで大切にするのは、単なるアイデアではなく、地域のどのような課題を解決したいのか、高校生がどう関わるのか、といった視点を必ず取り入れることです。ポスター発表は2月中旬です。各グループが、どんなプロジェクトを発表するのか今から楽しみです。



カゼ、インフルエンザの季節です

3つのポイント・チェックで
元気に乗り切ろう!

免疫力チェック!

おてはまるものにチェックをつけよう



- ① 睡眠を7時間以上とっている
- ② 1日3食、栄養のバランスよく食べている
- ③ 生活リズムはくずれないようにしている
- ④ 適度な運動をしている
- ⑤ ストレスは上手に発散している
- ⑥ よく笑うほうだ
- ⑦ 平熱は36度以上ある

予防力チェック!

おてはまるものにチェックをつけよう



- ① 外出から帰ったらうがい・手洗いをしている
- ② 人ごみにはなるべく行かない
- ③ 人ごみの中や通行時にはマスクをする
- ④ 部屋の湿度は加湿器で50~60%を保っている
- ⑤ こまめに換気をしている
- ⑥ 鼻や口をやたらに触らない
- ⑦ インフルエンザの予防接種を受けた

知識力チェック!

○か×か、答えよう。正解はいくつ?



- ① 生活リズムの乱れと、免疫力の低下は関係ない
- ② 笑うと活性化する免疫細胞がある
- ③ 体温が下がると免疫力も下がる
- ④ 手洗いは石けんを使うと効果があがる
- ⑤ マスクで鼻や喉の湿度が上がると、ウイルスが入りにくい
- ⑥ ウイルスが苦手な環境は、室温約20℃/湿度50~60%
- ⑦ 飛沫感染だけ気をつければいい

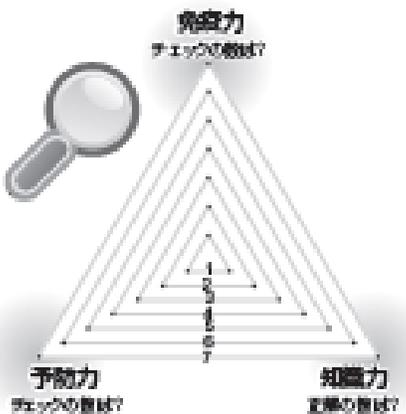


- ① × 十分睡眠と整った生活リズムで免疫力は上がります
- ② ○ NK細胞という免疫細胞は笑うと活性化します
- ③ ○ 体温が1℃下がると免疫力は約30%低くなるといわれています
- ④ ○ したみりはガス、石けんを使って、20秒以上の手洗いを
- ⑤ ○ 鼻や喉のウイルスを洗い出す綿毛は、湿度が高いと活性化します
- ⑥ ○ ウイルスが活動になるのは室温で乾燥した環境です
- ⑦ × 空気感染や接触感染にも気をつけないといけません

結果は?

カゼ・インフルエンザ 打ち勝つ力はどれくらい?

三角形を描いてみよう。三角形が大きいほど打ち勝つ力が強くなる!



▶免疫力をつけよう!

同じ環境にいても、カゼやインフルエンザにかかる人とかからない人がいます。これは免疫力の差。たくさんチェックがつく生活を心がけよう

▶予防しよう!

カゼやインフルエンザの原因はウイルスがからだに入ること。できるだけ入れないように、普段から予防を心がけよう

▶知識をもとう!

免疫力をつける生活も、予防に大事なことも、理由をきちんと理解していると効果が違います。「なぜ?」を知って、きちんと実行しよう

マスクの3つの効果

ピッタリフィットで効果UP

ワイヤを折り曲げて鼻に合わせる

フリーツは目鼻にフィットできない隙間に、水がまで伸びず

顔の大きさにあったサイズを選び

鼻や口から侵入しようとするウイルスをブロック

ウイルスといった手の届く距離が減ります

マスクで鼻や喉の湿度が上がるとウイルスを洗い出す綿毛が活発に働きます

3年国語表現

3年総合コースの国語表現を授業では「奥出雲ヒーローショー」の制作をしています。奥出雲町の地域資源を題材にした脚本を考え、創作劇で、脚本から小道具、大道具まですべて生徒が作り演じます。

劇では稲田姫やスサノオノミコトやそばなどが登場し、最強スーツ「ばんじまして」や「新おろち伝説」「そろばん対電卓」など子供たちが興味を持つようなオリジナルな内容を考えています。代表チームは2月に横田幼稚園で園児たちを前に発表をします。



大会報告

【ホッケー部】

中国高等学校新人ホッケー大会

○男子

1回戦 横田 8 - 1 山陽

決勝 横田 1 - 2 八頭 2位

○女子

決勝 横田 5 - 0 西京 優勝

女子ホッケー部は3月に岐阜で行われる全国高校選抜ホッケー大会に出場します。

【バスケットボール部】

島根県高等学校新人バスケットボール大会

1回戦 横田 6 - 1 12 三刀屋

ご声援ありがとうございました。

いよいよ受験シーズン！

センター試験まで残り1か月となり、最後の追い込みの時期です。体調管理に気を付けて、残りの時間を過ごしてください。1年生、2年生のみなさんは、今年度も残り数か月です。冬休みは、今年度の復習と並行して、進路に向けての情報収集も取り組んでいきましょう。

センター試験日程

試験日	試験教科・科目		試験時間
1月14日	地理歴史 公民	「世界史A」「世界史B」 「日本史A」「日本史B」 「地理A」「地理B」 「現代社会」「倫理」 「政治・経済」「倫理、政治・経済」	2科目選択 9:30～11:40 1科目選択 10:40～11:40
	国語	『国語』	13:30～14:20
	外国語	『英語』『ドイツ語』『フランス語』 『中国語』『韓国語』	【筆記】 15:10～16:30 【リスニング】 『英語』のみ 17:10～18:10
1月15日	理科①	「物理基礎」「化学基礎」 「生物基礎」「地学基礎」	9:30～10:30
	数学①	「数学I」「数学I・数学A」	11:20～12:20
	数学②	「数学II」「数学II・数学B」 『簿記・会計』 『情報関係基礎』	13:40～14:40
	理科②	「物理」「化学」 「生物」「地学」	2科目選択 15:30～17:40 1科目選択 16:40～17:40

12月中旬～1月中旬 の行事予定

12月17日 土曜自習
12月21日 3年平日補習終了
12月22日 終業式・試験発表
12月26日
～12月28日 冬期補習
1月10日 始業式
1月12日
～16日 3年卒業試験
1月14日
～15日 大学入試センター試験