

八洲学園大学国際高等学校情報誌

# ゆんたく 12月号

## 11月スクーリングを開催しました!



- p 2 11月スクーリングダイジェスト
- p 3 提携校(YAG)11月④スクーリングダイジェスト
- p 4 担任からクラスのみなさんへメッセージ
- p 5 「第48回全日本選手権大会(スカッシュ競技)」のご報告 / 「2019全日本選手権大会(ヨット競技)」のご報告
- p 6-7 高大連携講座視聴による特別活動の認定について
- p 8 公開中の高大連携講座「体調をととのえる」の概要
- p 9 高大連携講座の特別活動視聴報告書について
- p 10 《海外留学・海外体験紹介》イギリス留学編
- p 11 進路だより～留学に関するQ&A～
- p 12 A I G 高校生外交官プログラムのご案内
- p 13 「教職員の資格取得」のご紹介
- p 14 「在宅学習のみ」で卒業可能 八洲学園大学 4月入学
- p 15 《連載 健康だより》ゲーム・スマホ依存症
- p 16 年末年始のお知らせ / 教職員異動のお知らせ
- p 17 「かりゆしウェア テキスタイルデザインコンテスト2019」のお知らせ / 1月沖縄北部学習会(本校)時間割
- p 18-19 「全国にある学習拠点(学習提携校)」のご紹介
- p 20 1月行事予定

「ゆんたく」では  
大切なお知らせを  
お伝えしています。  
必ずお読み下さい。



# 11月スクーリングダイジェスト

事務部 番場 晴美



## 芸術スクーリング



特別活動 ちきり絵



オフショ三線教室



↓ジェルキャンドル作り



オフセッション  
名護  
パイナップル  
パーク



↑シーサー作りに挑戦!



体育の授業でエイサー体験



おきなわ郷土村で



夕陽の前で

### ☆生徒さんのコメント☆

- ☺ 初めて三線さわりました。友美先生が面白くて三線体験楽しかったです。
- ☺ 芸術は得意なわけじゃなかったけど、とても楽しめました。
- ☺ みんなと話したり、考えたりしながら作るのはとても楽しかったです。
- ☺ 絵を描くのは苦手だけど友達と何かを一緒に作るって楽しくてまたやりたいです。
- ☺ 特別活動で海洋博に行って夕陽の写真を撮ったりジェルキャンドルを作ったりした事がとても楽しかったです。



他の月のスクーリング写真もご覧になりたい方は本校 HP のスクーリングフォトギャラリーをご覧ください。

# 提携校 (YAG) 11 月④スクーリングダイジェスト

事務部 番場 晴美

## ♪代々木アニメーション学院 東京校・大阪校♪



体育の授業でエイサー体験

パーランクー（エイサーでつかう小太鼓）をもって



体育館での  
選択制体育



合同体育



宿舎での生活も楽しかったよ♪



特別活動  
名護パイナップル  
パーク



オフション  
ハナサキマルシェ



食堂でパイナップルパークを振り返る



特別活動



森のガラス館



特別活動 国際通り

# 担任からクラスのみなさんへメッセージ

事務部 番場 晴美



**1・2番クラス担任  
比嘉 彩香**

1・2番クラスのみなさん、こんにちは(●^o^●)もうすぐ2019年が終わろうとしています、みなさん今年やり残したことはありませんか?? 課題が進まずに悩んでいる、またはスクーリングに関して不安ことがある・・・など困ったときは担任の比嘉、副担任の仲田まで気軽に連絡下さい!! どうしても電話が苦手という方は、メールでの問い合わせもどしどしお待ちしております★わからないことはそのままにせず解決していきましょう!! 担任のアドレス ahiga@yashima.jp です!!



**3・4番クラス担任  
當山 全**

今年も、あとわずかになりました。この1年皆さんにとってどのような年でしたでしょうか?少しでも、前進できたでしょうか。まだ、目標達成に向けて動き出せていない生徒さんは、まずは一度連絡してください。相談しながら、進めていきましょう。

皆さんの、目標達成のために、少しでも力になるようにサポートしていきますので、よろしくお願いします!!

みなさん、こんにちは! 令和元年も残すところ、あとわずかとなりました。みなさんは今年やり残したことはありませんか?あの時やっとならばよかったと後悔する前に、今年中に出来そうなことは積極的にチャレンジしてみましょう。そして新しい年を清々しい気持ちで迎えましょう。ちなみに私は年末の大掃除をいつも以上に力を入れて、ピカピカの家で新年を迎えたいです!  
令和二年もみなさんにとって、良い年になりますように(´▽\*)



**5・6番クラス担任  
島袋 友美**

みなさんにとって令和初めての1年はどんな年でしたか?私はデトックス効果のあるドクダミ茶やハーブティーを通じて身体のむくみ改善が出来たことが大きい1年でした。年々、身体の衰えを感じつつも身体にいい事を考えながら生活習慣病にかからないよう過ごして行けたらと思っています。新年も、皆さんにとっても、健康第一で過ごせますように。



**7・8番クラス担任  
平安山 智子**



**9・0番クラス担任  
横田 裕美**

新年明けましておめでとうございます。新しい年の幕開け!!  
みなさんの今年一年が幸多き年でありますように(\*^\_^\*)  
今年度、卒業を目指すみなさんは力を入れていく大切な時期です。『卒業するんだ!!』という心を持ち、その心と共に前進していく事が出来たらいいですね。  
沖縄より、副担任の新垣希先生と応援しています(\*^\_^\*)



**芸能スポーツ・海外クラス担任  
島袋 瑠美**

芸能スポーツ/海外クラス担任の島袋瑠美です。今年も残りわずかとなりましたが、保護者、生徒の皆様いかがお過ごしでしょうか。私は毎年この時期になると新しい年に向けて目標を立てます。まず思い浮かんだことは、新しいことにチャレンジをする年にしたいということです! 今年はぜひボルタリングに挑戦したいと思っています。皆さんも新年に向けて目標を立ててみてはいかがでしょうか。今年も皆さんとスクーリングでお会いできるのを楽しみにしています。

## 「第48回全日本選手権大会（スカッシュ競技）」のご報告

校長 中村 成希

アジア競技大会2018で日本代表として銅メダルを獲得しました「[渡邊 聡美 \(わたなべ さとみ\)](#)」さんが、「第48回全日本選手権大会」で優勝（3連覇）し、また「[渡邊 安佑未 \(わたなべ あゆみ\)](#)」さんもベスト8という輝かしい成績を収めました。おめでとうございます。



## 「2019全日本選手権大会（ヨット競技）」のご報告

校長 中村 成希

東京オリンピック出場を目指している「[樋口 碧 \(ひぐち あお\)](#)」君が、「2019全日本選手権大会」で初優勝しました。オリンピック日本代表選手の選考前の最後の大会での優勝との事で、良い流れを掴めたのではないのでしょうか。おめでとうございます。【セーリング競技レーザー級】



# 高大連携講座視聴による特別活動の認定について

高大連携委員会 鈴木 啓之・教務主任 島袋 瑠美

八洲学園大学と八洲学園大学国際高等学校は、高大連携事業として「大学進学の際の入学料の免除や指定校推薦指定」、「大学教授の沖縄短期集中スクーリング派遣」、「eラーニングシステムの共用」などをおこなってきました。この度、大学公開講座の一部を高大連携講座として開講し、高校生が受講して視聴報告書を作成することで高校の特別活動として認定する高大連携事業を協同して立ちあげましたので、生徒・保護者のみなさまにご案内します。

(以下、八洲学園大学「八洲学園大学公開講座のご案内 ー八洲学園大学国際高等学校 在校生・卒業生・保護者様対象ー」より関係記事を抜粋してご案内します。)

## 1.概要

### (1) 八洲学園大学とは

八洲学園大学は2004年に開学した文部科学省認可の通信制大学です。日本で初めて、インターネットを利用しての学位や国家資格の取得を実現しました。「生涯学習学部」の単科大学です。神奈川県横浜市にキャンパスがありますが、一度もキャンパスに通うことなく大学卒業（学士取得）が可能です。

### (2) 八洲学園大学公開講座について

公開講座とは、学生に限らず広く一般の方を対象に行う講座のことです。八洲学園大学では公開講座（有料）を通じ、生涯学習社会の実現、社会連携の推進を目指しています。インターネットで受講するオンライン講座と、横浜キャンパスで行う対面の講座がありますので、ライフスタイルに合わせてお選びいただけます。

### (3) 八洲学園大学国際高等学校対象の特別活動認定について

公開講座のうち、高等学校特別活動の目標に沿ったオンライン講座を「高大連携講座」として指定し、八洲学園大学国際高等学校の在校生が高大連携講座を受講し、高校に視聴報告書を提出・合格すると特別活動の時間数として認定されます。2019年度より高大連携の一環として、高校生が高等教育機関の質の高い教育に触れる機会を得、進路選択に資するとのねらいを達成するために設定されました。

## 2.受講までの流れ

### (1) 希望の講座を選ぶ

高大連携講座は八洲学園大学公開講座Webサイトでご確認ください

【八洲学園大学Webサイト】 <https://www.yashima.ac.jp/univ/>

【八洲学園大学公開講座Webサイト】 <https://www.yashima.ac.jp/univ/extension/>

**受講希望の生徒さんは、  
最初にクラス担任に  
相談してニャ！**



### (2) 受講を申し込む

八洲学園大学公開講座Webサイトより、希望講座の申込フォームに必要事項を入力してお申し込みください。なお、お申込みの際に「個人情報保護方針」「公開講座受講規約」にご納得いただく必要がありますので、ご一読ください。

※高大連携講座は「単位認定について」欄の「希望する」をチェックしてください。

### (3) 受講料を納入する

お申込みいただくと、登録のメールアドレスに自動返信メールが送信されます。メールにも記載しておりますが、下記の指定口座に受講料をお振り込みください。(振込手数料はご負担願います。)

※ご入金の確認には2～5日程度時間がかかります。

確認次第、お申し込みのメールアドレス宛にIDとパスワードをご連絡いたします。

- 振込先: 三井住友銀行
- 支店名: 玉造(たまつくり)支店
- 口座種類: 普通預金
- 口座番号: 6551324
- 口座名義(カナ): 学校法人 八洲学園大学(ガッコウホウジンヤシマガクエンダイガク)

### (4) 講座を受講する

2019年度に特別活動認定の対象となる講座はオンデマンド(録画)となります。公開期間中、いつでも公開講座システムにログインしてご受講いただくことができます。詳細はご入金の確認後にお送りするメールの案内をご確認ください。

## 3.お申し込みにあたっての注意事項

### (1) インターネット受講の推奨環境について

インターネット受講に必要なパソコンの推奨条件は以下の通りです。

※スマートフォンやタブレットで受講できません。

#### 【受講推奨条件】

OS	Windows10
	または Mac OS X 10.13 以上
ブラウザ	GoogleChrome 最新版
CPU	Core i5 相当以上
メモリ	4GB 以上
通信環境	光回線優先接続 (上り下り 10Mbps 以上)

#### 【受講システム画面】



## 4. 通信環境および受講操作に関するお問い合わせ先

八洲学園大学 公開講座担当 金児(かねこ)・林(はやし)

〒220-0021 神奈川県横浜市西区桜木町7-42

電話:045-317-4401 (平日 9:00～21:00 / 土日祝 9:00～17:00)

※2月～4月上旬、8月～10月上旬は平日受付時間が18:30までとなります。

高大連携講座利用による特別活動参加や視聴報告書の作成の仕方は、クラス担任に相談してね!



# 公開中の高大連携講座「体調をととのえる」の概要

高大連携委員会 鈴木 啓之

## ◆ 講座概要

「健康で文化的な生活」は理想ですが、現代においては日常生活の営みの中でさまざまな不調や体調不良に遭遇し、「生活の質(QOL)」の維持が難しくなっています。例えば慢性的なものとしては「睡眠不足や寝付けない」、「朝起きられない／朝食を胃が受け付けない」、「昼夜逆転など生活リズムの乱れ」、「慢性的あるいは周期的な頭痛や筋肉痛」などがあり、季節的なものとしては「冷え性やかじかみ」、「夏ばてや多汗」、「秋の夜更かしや春の朝起きの辛さ」などが挙げられます。そこで本講では、これら体の不調の背景にある生理的メカニズムを解きながら、日常生活のスタイルや行動の工夫による日常生活不調の予防と軽減策をいっしょに考えてゆきます。

「体調をととのえる」講座の各回の話題は、(全体として関連しながらも)一話完結で相互に独立していますので、関心のある話題を選んで受講いただけます。

## ◆ 各番組の内容と特別活動認定時数

No	日程	受講料	特別活動 認定時数	〔番組タイトル〕と内容
1	オンデマンド 受講 (公開中)	90分 2千円	2時間	<b>【寝起きの不調と対処法】</b> 「朝おきられない」「午前中は集中できない」「朝食が食べられない」「寝起きの顔のむくみがひどい」といった不調は、生活の質を著しく下げ、遅刻や欠勤・欠席など社会的評価にもかかわります。また、朝が弱い方は入浴中や立ち仕事での立ちくらみを起こしやすい傾向があります。そこで、朝の不調のメカニズムを知ることで、日常生活の工夫や改善の方法を提案します。
2		90分 2千円	2時間	<b>【寝入りや睡眠の不調と対処法】</b> 「寝付けない」「夜中に起きてしまう」ことは中高年に多い不調ですが、近年は若年者でも夜更かしが顕著になってきました。また、子育ての中で「子どもの寝かしつけに苦勞する」ことも多いようです。そこで、睡眠機構とその不調のメカニズムを知ることで、よい睡眠を得るための日常生活習慣の工夫や改善の方法を提案します。
3		90分 2千円	2時間	<b>【生活リズムの不調と対処法】</b> 「月曜朝のつらさ」「睡眠時間の割に寝た気がしない」など、社会人や学生の休み明けの不調が広がっています。また、不登校中学生の4割が「生活リズムの乱れ」を原因にあげ、またその多くが不登校中の昼夜逆転生活を経験しています。とりわけ未成年では生活リズムの乱れで学力や体力が低下することが分かっています。そこで、忙しい現代における生活リズム維持の脆弱性と改善の工夫について提案します。
4		90分 2千円	2時間	<b>【体温調節と発熱、冷え性・低体温症の予防】</b> ヒトが平熱を保つ仕組みを踏まえて、体調が悪くなると発熱する機序や合理的理由を学びます。関連して発熱を逆手に取ってつけこむ感染症を紹介し、また、体温調節異常としての冷え性や凍傷・子どもに多く見られる低体温症の機序と生活の中での予防法を提案します。併せて、体温や血行からみた入浴の効用とリスク、温泉の泉質別の効能と禁忌についても紹介します。
5		90分 2千円	2時間	<b>【発汗と脱水、暑さへの対処法】</b> 「多汗」を気にしている方もいれば、汗をかけずに熱中症になりやすい方もいます。そこで、「運動」「暑さ」「緊張」「食事」など場面ごとの発汗の機序と役割を解説し、脱水や無理な補水でおこる水中毒などの健康リスクと予防法を紹介します。また、正装時などでの「汗をかかない方法」や運動時のパフォーマンスと汗の関係についても紹介します。
6		90分 2千円	2時間	<b>【頭痛・筋肉痛、慢性痛の予防と対処法】</b> 慢性の頭痛や季節代わりの周期性の頭痛やひどい肩こり・背中の痛みは、生活や仕事に支障をきたしますし、周りの方に本人のつらさが分かりにくい不調です。また、痛みがひどくなると吐き気・冷汗・顔面蒼白・呼吸困難といった自律神経症状にも苦しめられることとなります。慢性痛は、生兵法はダメで初期のうちに医療機関にかかることが重要ですが、本講では、痛みの機能と機序を理解し、日常生活における痛み発作の予防や予兆の察知、痛みを助長す要注意食品について紹介します。

# 高大連携講座の特別活動視聴報告書について

教務主任 島袋 瑠美

## 【特別活動の視聴報告書作成の流れ】

- ① クラス担任に、特別活動の一部を高大連携講座による視聴報告で行うことを伝える
- ② 八洲学園大学で、「高大連携講座」（有料）の受講手続きをする
- ③ 八洲学園大学の公開講座Webサイトにログインし、「高大連携講座」の番組を選んで視聴し、視聴報告書用紙に番組内容をまとめる
  - ★視聴報告書用紙1枚につき1番組分記入できます。
  - ★視聴による特別活動認定は、(卒業要件30時間中) 最大6時間までです。
  - ★不合格だった場合は、不合格の用紙を使用し、同じ番組を視聴し再提出してください
  - ★視聴報告書の提出票の記入欄、青色封筒記入欄は、下に例示するようしっかり記入します。記入がない場合は、不備の扱いになります。

文部科学省通信認可教育

視聴報告書	生徒番号	19/05/0000	評価	合 否	指導者印
	氏名				
科目名	特別活動		科目コード		

学 習 内 容	<p>【番組タイトル】</p> <p>生活リズムの不規則性 (15分)</p> <p>【内容】</p> <p>「科目名」欄に「特別活動」と記入 「番組タイトル」欄に番組名を記入</p> <p>「科目名」欄に「特別活動」と記入 「科目コード」欄は空欄のまま</p> <p>【感想】(番組の内容に関して興味深かったこと)</p> <table border="1" style="width: 100%; height: 40px;"> <tr> <td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td> </tr> </table>											

注 意 事 項	<p>①番組1回分を視聴し記入して下さい。</p> <p>②【内容】は番組の内容をまとめて下さい。</p> <p>③【内容】は1/4以上空白がある場合、不合格となります。</p> <p>④【内容】に図を書く場合は1/4以下の大きさで記入して下さい。図だけでは不合格です。</p> <p>⑤【感想】がある方は記入して下さい。(※採点には含まれません)</p> <p>⑥視聴報告書提出票に必要事項を記入し、バーコードシールを貼付して下さい。(切り取らないこと)</p> <p>⑦NHK高校講座の視聴報告書は、必ず番組を視聴した内容を記入して下さい。</p>
------------------	--

視聴報告書 記入例

視聴報告書提出票

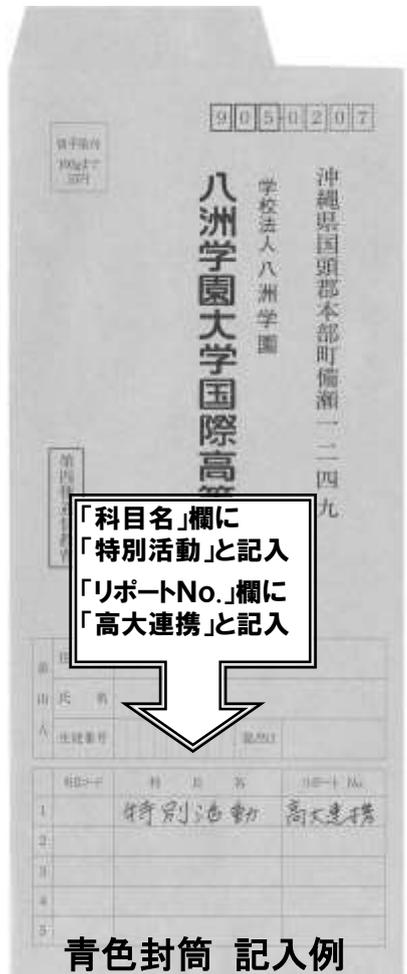
生徒番号	19/05/0000
生徒氏名	

視 聴 方 法	<p>※視聴方法に丸をして下さい。</p> <p>( ) NHK高校講座</p> <p>( ) youtube視聴</p> <p>( ) イーラーニング</p> <p>(○) 高大連携</p>
科目	特別活動
科目コード	
バーコードシールを貼って下さい。	
評 価	指導者印
合 否	

「高大連携」にマルをつける。  
(2018年版を利用の場合は、手書きで「高大連携」と記入)

「科目名」欄に「特別活動」と記入  
「レポートNo.」欄に「高大連携」と記入



- ☆視聴した番組内容をまとめてください。ただし、番組タイトルに沿っていない場合は不合格にします。
- ☆まとめ方は、文章・箇条書きどちらでも自由です。空欄を作らず書いてください。
- ☆図のみの記入は不合格です。図を書く場合は内容欄の1/4以下の大きさで記入してください。
- ☆余白が内容欄全体の1/4以上ある場合は不合格にします。空欄を作らずまとめましょう。
- ☆枠内に書ききれない場合は裏面に追記してください。

# 《海外留学・海外体験紹介》 イギリス留学編

教頭／ゆんたく編集部 鈴木 啓之

八洲学園大学国際高校では、日々通わなくてもよいという学習スタイルを活かした海外留学や海外旅行に関心のある生徒さんが多数いらっしゃいます。前号に引き続き、海外体験の豊富な英語科の仲田先生に、海外での学びについて紹介してもらいます。



英語科の仲田 由紀です。今回は大学生のときに初めて留学したイギリスについてご紹介します(\*^^\*)沖縄から県外の大学で入学式をし、その2日後にはイギリスにいました。留学先は、カンタベリーという場所です。首都ロンドンまで電車で約2時間程度でした！←写真左はイギリスの大学を卒業した先輩たちと一緒に写したものです！



## 人生初の留学先はイギリス・カンタベリー！

イギリスは私にとって、最も思い出深い場所です。**人生初の海外経験**ということで、何もかもが新鮮！！ヒースロー空港に着いた瞬間、いかにも海外、といった空気や匂いにテンションがかなり上がったことを覚えています。空港に着いたそのときから英語で挑戦しなければいけないので、スタバでコーヒーを買うことさえ難しかったです(° - °)当時、授業の一環で書いていた日記を読み返したところ、留学して最初のころは相手の名前を聞くことですら怖かったようでした。(笑) What's your name?なんて中学校の英語の授業で絶対習うことなのに、いざ実践しようと思うと、難しかったりするんですね～。ですが、この経験(簡単そうに思えるけど実際にやってみると意外と難しい)は、社会人になった今、すごく活かしています。**hard experiences make me strong** ですね！では、約1年間過ごしたカンタベリーという街についてご紹介します(≧▽≦)



## カンタベリーってこんな場所

古い町で、建物も100年～150年ほど前に建てられたものがたくさんありました。ロンドンと比べると静かで、ゆったりした時間が流れている場所です。私は公園に行くことが大好きで、ただ座ってボーっとしたり(笑)、向かいのベンチに座る人たちを観察したりしていました。公園に来ていた人たちも同じようにカップルで寝転んでいたり、読書していたりする人が多かったです。

↓写真左が公園で撮影したものです。夏場でも涼しく、過ごしやすかったです。写真右はカンタベリーの街並み。古い看板も風情があって素敵です！絵本や映画に出てきそうな雰囲気ですよね(\*^^)v ハリーポッターでも有名ですね♪



# 進路だより ～留学に関するQ&A～

進路指導部 仲田 由紀

これまでは留学・旅行してきた国をご紹介しますでしたが、今回は留学に関するQ&Aを作成しました(\*^▽^\*)よく聞かれる質問です。個人差はあると思いますが参考になれば嬉しいです♪

## Q. 語学留学でおすすめの国は？その理由も教えてください。

A. 人気のある留学地はアメリカ、オーストラリア、ニュージーランド、カナダ、イギリスなどがあげられます。学費を安く抑えたい場合や上で挙げたような国にすでに行ったことがある場合、また留学初心者などには、セブ島(フィリピン)やバリ島(インドネシア)もオススメです(\*'▽')♪



## Q. 全く外国語が話せなくても留学することは可能ですか？

A. 大丈夫です。実際に私が現地で感じたことは、英語力よりも根気や、どうしても伝えたい！という姿勢が重要だったように思えます。質問したいことや、返答が理解できないこともありましたが、「失敗しても、無視されてもいいや」という姿勢があれば大丈夫です。どうしても不安な場合は、すぐ使えるような英会話の本や電子辞書などを持っていくことをオススメします。



## Q. ビザって何？

A. ビザ(VISA)とは、パスポートとは別に必要な「入国のための事前審査証」のことです。長期滞在の場合に必要なことがあり、入国できるかどうかを現地到着時に入国審査官が判断します。私がイギリスへ留学していたときは1年間のビザを取得しました。国によってビザが必要になる日数が異なる場合があります。渡航前に確認してください。(短期滞在はVISAが必要ない場合もあります。)

## Q. 留学中、携帯電話やスマホは日本と同じように使える？

A. 設定やプランを変更することで、問題なく使用できます。出発前に日本で海外モードに設定する等をおすすめします。現地でWi-Fiルーターをレンタルしているところもありますが、借りるためには店員に「費用はいくら必要か」、「何ヶ月使用できるか」、等の質問ができる程度の英語力が必要になります。私がバリ島で滞在していた間は、機内モードに設定し、Wifiのある場所で使用していました。Wifi設備はかなり充実していて、ほとんどのお店で使用できます。ただし、移動中のマップ機能などは使用できないので**初心者の方は必ず日本にいる間に海外モードに設定したほうが良いと思います**。迷ったときに大変!!

## Q. 留学する場合、留学手続きの方法や留学の流れなど、どこに相談すればいい？

A. 学校通信ゆんたく10月号「留学の種類について」の記事にも掲載してあります!(^\_^)たくさん語学学校があるため、いくつか条件を絞って選択することをおすすめします。また、学校が提携するセブ島への留学もありますので、気になる方は本校へご連絡下さい(\*~\*)

## Q. 日本人があまりいない場所に留学したほうが良いと聞いたけど、本当？それはなぜ？

A. この場合のメリット・デメリットの両方にお答えします。  
**メリット**→普段から英語を話そうとするため、語学力はかなり鍛えられます。語学力アップだけに集中したい方にとっては日本人が少ない場所の方が良いと思います。語学力と共に精神力も鍛えられます(笑)。  
**デメリット**→日本語ならでは、日本人あるあるを分かり合える人がいないため、精神的に辛くなることもあります。(特に留学初期)

## Q. 海外で気をつけていたことは何？

A. 服装です。現地の人達と同じようなファッションをすることで、「いかにも観光客」という雰囲気を消すことができます。日本ほど治安がいい国はあまりなく、**海外では「スリ対策」をする必要があります**。私の経験から、リゾートワンピースを着ている日本人は、とにかく目立っていました。実際にバリ島では半袖半ズボン、島ぞうり(ビーチサンダル)で過ごしました。寺院に訪問する際は露出が多いファッションだと失礼にあたることもあり、露出や華やかなファッションは避けるようにしていました。ヨーロッパの方ではジーパンにシャツ、パーカー等のファッションが多かったです。特にサングラスをかけることで、誰かと目が合うことがなくなるため、押し売りからは逃れられました(笑)。

# A I G 高校生外交官プログラムのご案内

教頭 鈴木 啓之

A I G 高校生外交官プログラム（A I U 損害保険(株)主催、文部科学省後援）は、国際社会におけるリーダーとして活躍できる人材の育成を目的とし、日米の高校生外交官（High School Diplomats）が言語の壁を越え、異文化の壁を越え、自分の中にある壁をも乗り越える、夏の国際交流プログラムです。日本プログラムは日本国内で、A I G 高校生外交官渡米プログラムは米国東海岸で行われます。

参加費はかかりません。滞在費、食費、授業料等は、主催団体が費用拠出します。



**夏の日米交流・短期留学**  
異文化の壁を越え、新たな自分を発見



**AIG 高校生外交官プログラム**  
AIG High School Diplomats

併願可

## AIG 高校生外交官日本プログラム

【エクステンジ】米国側高校生と日本側高校生が国内の研修センターで2020年7月23日から10日間の共同生活をします。午前中は語学・文化の授業、午後は様々なアクティビティ(ウェルカムパーティー、タレントショー、ジャパニーズフェスティバル、クラブ活動(日本文化)、ディスカッション、京都歴史探訪、スポーツデイ、アメリカ文化体験、フェアウェルパーティー等)やプレゼンテーションをします。

## AIG 高校生外交官渡米プログラム

【ツアー】2020年7月14日(火)より、ワシントンD.C.、ニューヨークの要所を巡り、政治・経済・歴史・文化について、多角的な視点からアメリカへの理解を深めます。公的機関への訪問では、高校生外交官として担当者と英語で質疑応答を行います。

【ホームステイ】家族の一員となり、アメリカの日常生活を送ります。家庭生活の調査を行うなど、ミクロのアメリカに触れることができます。

【エクステンジ】

※AIG 高校生外交官日本プログラムと同じ日程・内容

※主催者による一次選考は書類選考、二次選考は東京で面接、結果は四月下旬までに通知されます。

応募を希望の方は、A I G 高校生外交官プログラムサイトで詳細をご確認のうえ、当校クラス担任まで申し出ください。担当鈴木より、提出書類等のご案内をさせていただきます

【募集要項・応募書類ダウンロード先】

<http://www.highschooldiplomats.org/contents/bos-download.html>

- 校内申込〆切：1月13日（月）担任まで申し出
- 校内応募書類提出〆切：1月20日（月）必着
- 校内応募人数上限：男子2名、女子2名

※応募書類は、エクセル記入の応募書類を学校で取りまとめてファイル登録した後に、申請者・学校双方が手書き部分を記載し、再び学校で取りまとめ郵送で申請します。

※応募多数の場合は、応募書類「エッセイ用紙」記載の内容順に校内選考します。

## 「教職員の資格取得」のご紹介

校長 中村 成希

八洲学園大学国際高等学校の「資格取得・専門コース」内の資格「不登校訪問専門員」「心理カウンセラー&アートセラピスト」にチャレンジ中でした平良亮先生（事務部）が無事に取得出来ましたのでご報告いたします。



「資格取得・専門コース」は、約30種類の資格を通信教育で取得が可能です。また、その特別受講料の対象は在校生だけでなく、卒業生、保護者の方も含まれます。ご興味のある方は、「学習の手帳（32～43ページ）」をご参照下さい。

## 不登校訪問専門員

不登校訪問専門員の活動目的は、不登校当事者（本人・家族）に第三者の立場で接し、学校・社会復帰を目指し、支援することです。また、資格認定により子ども達と多く接する機会を有している教育関連機関と連携し、活動を行っていきます。発達障害をはじめとする障害性の問題など、不登校問題特有の事項に対して、正しい知識を持ち、それに伴った正しい対応を行うことが出来ます。

### ●こんな方におススメ！！

- ・様々な教育現場で活かせるスキルを身につけたい方
- ・不登校について正しい理解を深めたい方



【受講期間】6ヶ月

# 「在宅学習のみ」で卒業可能 八洲学園大学 4月入学

総合推進部 鈴木 啓之

八洲学園大学は、2004年に当校等の生徒・卒業生の保護者の声を受けて横浜に誕生した日本初の本格的なインターネット大学（すべてインターネット授業にした通信課程のみの大学）です。キャンパス内に高校分室が設置され、鈴木啓之教授が当校教職員を兼任し、高校と大学の連携を進めています。

## 15分で大学授業を体験

You Tube で視聴可能



### 鈴木先生のミニ授業

QRコードから受講↓



## 八洲学園大学の特長

八洲学園大学ってどんな大学？

### 1. 通学不要で卒業可能

eラーニング学習により、一度も通学せず卒業や図書館司書・学芸員などの最大4つの国家資格を取得できます。

### 2. リーズナブルな学費

学費は、半年で15万4千円程度（モデルケース）。希望すれば、奨学金などの各種学費サポートも利用できます。

### 3. 学習支援・就職支援

学生支援センターが、入学から卒業まで、ひとりひとりの学習をしっかりとサポートします。また就職支援も行っています。

### ▶当校生徒のメリット

八洲学園大学国際高等学校の推薦を受けた入学者は、**入学金が免除**されます。

\* 保護者様と同時入学の場合、「親子割引制度」も併せて利用できます。

#### 【お問合せ先】

当校へのお問合せは担任の先生または進路指導部へ

八洲学園大学へのお問合せは、入学支援相談センターへ（045-410-0515）

# 《連載 健康だより》 ゲーム・スマホ依存症

環境保健部 平安山 智子

今秋、「ゲーム依存症」に関する全国調査結果が公表され、日本の十代・二十代の若者の多くがゲーム依存状態にあるとのニュースが話題になりました。世界保健機構(WHO)も、今夏に「ゲーム障害」の定義を定め、世界中で進行している若者のゲーム依存状態に警鐘をならしています。そこで、ゲーム・スマホ依存症で陥る困難やダメージを紹介しつつみなさんへの注意喚起を図ってゆきます。

## 【ネット依存症 自己診断】

5つ以上当てはまると「病的な使用」

- ✓ ネットに夢中になっていると感じる
- ✓ 予定よりも長時間使用する
- ✓ 制限しようとしてうまくいかなかったことがある
- ✓ トラブルや嫌な気持ちから逃げるために使用する
- ✓ 使用しないと落ち着かない、いらいらする
- ✓ 熱中を隠すため、家族らにうそをついたことがある
- ✓ 使用時間がだんだん長くなる
- ✓ ネットのせいで人間関係などを台無しにした/しそうになった



(厚生労働省研究班 基準より)

## ～自分がスマホ依存気味かも？と思ったら～

### ◆緊急でない通知はオフにしよう

家族や友人のメッセージなどはいつでも受けたいものですが、何となく入っているLINEグループやゲームアプリなど、今すぐ見なくてはならないもの以外は通知をオフにしてみましょう。時間のある時にゆっくり見れば間に合います。



### ◆スマホを使わない時間を作ろう

ついスマホを見てしまうことは習慣化しています。たとえば人に会う時にはバッグにスマホを入れたままにして出さないようにする、あるいは家族で出かける時に「今日はみんなでスマホを使わないようにしましょう」と決めるなど、スマホをできるだけ手に取らないようにする時間を設けることも必要です。

自分で決められない場合には、スマホ依存対策用のアプリを使うこともできます。指定の時間が経過するとロックされたり、スマホを使わない時間に動植物のキャラクターが育つなどのアプリもあります。

## 【ゲーム・ネット依存で起こること】

### 【身体症状】

- ✓ 視力障害（スマホ近視/スマホ老眼）
- ✓ 指・ひじ・肩・首の痛み、炎症、骨の変形
- ✓ 運動不足、エコノミー症候群
- ✓ 生活リズムの失調や睡眠障害

### 【対人関係】

- ✓ 親子関係の希薄化、リアル友人関係の希薄化
- ✓ 家庭や社会への関心の低下
- ✓ 抑うつや攻撃性の出現
- ✓ ネット上の誹謗中傷・いじめ
- ✓ スマホに触れないバイトや仕事の時間が苦痛になる、仕事やバイトがおろそかになる

### 【金銭関係】

- ✓ オンラインゲーム/アプリゲームの高額請求

### 【注意力低下による事故】

- ✓ 歩きスマホ、ながらスマホによる交通事故、ホーム転落事故など



## 【保護者のみなさま】

- ゲーム・ネット依存症の最大の問題点は、「自分を律し、自立する力」や、「あるべき理想に向けて主体的に生きる力」を削ぎ、今後の人生の選択肢を狭め、職業人・家庭人としての社会的な責任を果たしていけない大人になってしまうリスクが高いことです。
- 文部科学省全国調査では、スマホやゲーム機などを無制限に使わせている家庭より、使用場所や時間に制限をかけるなど利用に保護者が関与している家庭の方が、子どもの学力が向上する結果がでています。
- 保護者の責務として、子どもの行動に関心をもち、好ましくない行動や依存傾向があれば、徹底的に子どもと話し合っ、子どもの気づきや心理的成長を育ててゆきましょう。

## 年末年始のお知らせ

事務部 番場 晴美

年末年始の学校業務時間は、次の通りとなります。

- 仕事納め 12/26 (木) 17:30 まで
- 休業 12/27 (金) ~ 1/5 (日)
- 仕事始め 1/6 (月) 8:30 から



冬期休業中は、職員室フリーコールは利用できません。

### ★在校生の方へ★

在校生の方で緊急の場合は、各担任先生の携帯電話へ連絡して下さい。

**先生方の都合上、休校期間は担任携帯電話へ連絡がつかない場合がありますので、その際は各担任へメールを送信しておいて下さい。**

**1月6日(月)以降順番に回答します。**

1・2番クラス	比嘉クラス	090-6869-8550	ahiga@yashima.jp
3・4番クラス	玉城クラス	090-6869-8551	ktamashiro@yashima.jp
5・6番クラス	島袋(友)クラス	090-6869-8552	shimabukuro@yashima.jp
7・8番クラス	平安山クラス	090-6869-8553	thenzan@yashima.jp
9・0番クラス	横田クラス	090-6869-8554	yokota@yashima.jp
芸能スポーツ/海外クラス	島袋(瑠)クラス	090-6856-3434	rumis@yashima.jp

※ 冬期休業中は、学校の自習室を閉鎖しております。

※ 年末、年明けは郵便物の配達日数が延びる傾向にあります。証明書発行の申請やレポート等の提出物、スクーリング返送書類は、余裕をもって早めに差し出してください。

※ 英文証明書、推薦状の発行にはとりわけ日数を要します。仕事納め近くに学校に届いても発行が年始明けとなる場合もあります。十分に余裕をもって差し出してください。

※ 横浜分室への郵便物の配達は、12月25日(水)が年内最終となります(八洲学園大学校舎が大学冬期休業による閉館のため)。

## 教職員異動のお知らせ

事務長 平良 亮

一身上の都合により、當山 全(数学)先生は12月をもって退職いたします。

3・4番クラス担任は、クラス副担任の玉城 健一先生が引きつぎます。

# 「かりゆしウェア テキスタイルデザインコンテスト 2019」のお知らせ

教頭 鈴木 啓之

沖縄の知られざる魅力を発信するために内閣府が開設したウェブサイト「OKINAWA41」では、「かりゆしウェア」のさらなる普及振興と沖縄の魅力を広く県内外の方々に知っていただくために、『OKINAWA41「かりゆしウェア」テキスタイルデザインコンテスト』を開催します。“沖縄らしさ”を表現した作品を募集しています。

## 【応募方法】

コンテスト応募期間中に「かりゆしウェア」のテキスタイルデザイン（図案）を応募してください（服のデザインではありません）。作品は、グラフィック制作ソフトによるもの（A2サイズでの制作推奨）を基本としますが、手描きでも構いません。

Instagram、twitter、サイト「@okinawa41」から応募できます。

## 【応募期間】

2019年11月8日（金）～2020年1月5日（日）

詳しくはホームページをご覧ください。

[https://www.okinawa41.go.jp/contest\\_textile2/](https://www.okinawa41.go.jp/contest_textile2/)



# 沖縄北部学習会（本校）

事務部 板谷 幸恵

- ・北部学習会は事前の予約は必要ありません！どなたでも自由に参加することができます♪
- ・授業に参加した場合は、スクーリング時間数に換算されます。  
（※体育の授業に参加する方は、運動のできる服装・運動靴をご用意ください。）  
**（※授業に参加する場合は、必ずバーコードシールを持参して下さい！）**
- ・授業だけではなく、学習会も行っています。  
自宅でレポート&視聴報告書を作成するのが苦手な方はお気軽にご参加ください！

## 1月沖縄北部学習会（本校） 1月23日[木]

- ・当日は『名護市民会館』と『伊江島フェリー乗り場近くバス停』から学校まで送迎を行います。  
**学校バスに乗車希望の方は、前日までに必ず連絡をください。（TEL0120-917-840）**
- ・集合時間⇒『名護市民会館』はAM9:00（「名護市役所前」バス停から徒歩5分程）、  
『伊江島フェリー乗り場近くバス停』はAM9:30 《時間厳守》
- ・時間割は変更(追加)される場合があります。



1月 北部学習会(本校)	1年次(α)	2年次(β)	3年次(γ)
<b>1時間目</b> (10:10~11:30)	合同体育 α・β・γ (食堂)		
<b>昼休み</b> (11:30~12:30)	★コンビニまで学校バスで送迎します。		
<b>2時間目</b> (12:40~14:00)	国語総合	社会と情報	コミュニケーション 英語Ⅱ
<b>3時間目</b> (14:10~15:30)	コミュニケーション 英語基礎	コミュニケーション 英語Ⅰ	家庭総合

# 「全国にある学習拠点（学習提携校）」のご紹介

校長 中村 成希

- 八洲学園大学国際高等学校の学習提携校が全国各地にあります。  
 自宅学習だけでなく、レポート作成の「学習のフォロー」や、日々の通学・家庭教師派遣などを  
 ご希望の方は、各担任に相談ください。（高校の学費とは別に費用がかかります。）

		【学習提携校名】	【住 所】
北海道ブロック	北海道	●代々木アニメーション学院(札幌)	北海道札幌市中央区
東北ブロック	宮城県	●代々木アニメーション学院(仙台)	宮城県仙台市若林区
	青森県	●AL グローバル高等学院(青森)	青森県八戸市
関東ブロック	東京都	●代々木アニメーション学院(東京)	東京都千代田区
		●アップスクール高等部(東京)	東京都板橋区
		●世田谷みどり塾	東京都世田谷区
		●瑞祥学園	東京都狛江市
		●ユースコミュニティー高等学院	東京都大田区内4ヶ所
		●マナラボ高等部 調布キャンパス(東京)	東京都調布市
	神奈川県	●カルミア学舎	神奈川県横浜市青葉区
		●マナラボ高等部 青葉台キャンパス(神奈川)	神奈川県横浜市青葉区
	埼玉県	●たかやま個別指導塾	埼玉県吉川市
	千葉県	●OSEアカデミー(千葉)	千葉県佐倉市
		●マナラボ高等部 下総中山キャンパス(千葉)	千葉県船橋市
茨城県	●マナラボ高等部 みらい平キャンパス(茨城)	茨城県つくばみらい市	
	●マナラボ高等部 研究学園キャンパス(茨城)	茨城県つくば市	
中部ブロック	愛知県	●代々木アニメーション学院(名古屋)	愛知県名古屋市中村区
		●中京ドリーム高等学院(名古屋)	愛知県名古屋市千種区
		●一般社団法人あいち子ども包括支援協会	愛知県尾張旭市
	石川県	●代々木アニメーション学院(金沢)	石川県金沢市
長野県	●個太郎塾 佐久平教室	長野県佐久市	
関西ブロック	大阪府	●代々木アニメーション学院(大阪)	大阪府大阪市北区
		●旭自由学院	大阪府大阪市旭区
		●デモクラティックスクール ASOVIVA!高等部	大阪府南河内郡
	京都府	●ライセンススクールコーポレーション(京都)※	京都府京都市下京区
	兵庫県	●特定非営利活動法人 The Universe	兵庫県姫路市
●F. S. 播磨西高等学院		兵庫県姫路市本町	
中国ブロック	広島県	●代々木アニメーション学院(広島)	広島県広島市中区
		●プロ家庭教師のディック学園(広島校)※	広島県広島市中区
	山口県	●家庭教師の成績110番高等学院※	山口県
		●松下村塾(高等部)	山口県岩国市
四国ブロック	高知県	●陽気塾(高知)	高知県高知市

		【学習提携校名】	【住 所】
九州ブロック	福岡県	●代々木アニメーション学院(福岡)	福岡県福岡市博多区
		●サンライズスクール(糸島キャンパス・前原キャンパス)	福岡県糸島市
		●HABITZ高等部(福岡)	福岡県久留米市
		●福岡理容美容専門学校(高等課程)	福岡県福岡市中央区
		●寺子屋みらい高等学院 北九州校	福岡県北九州市
		●CAN アカデミーin 寺子屋福津校	福岡県福津市
		●家庭教師の成績110番高等学院※	福岡県
		●プロ家庭教師のディック学園(福岡校・久留米校・北九州校)※	福岡県福岡市・久留米市・北九州市
	●フリースクール スタディプレイス(野方校・箱崎校)	福岡県福岡市	
	大分県	●家庭教師の成績110番高等学院※	大分県
		●プロ家庭教師のディック学園(大分校・中津校)※	大分県大分市・中津市
		●明星国際ビューティカレッジ	大分県大分市
	佐賀県	●家庭教師の成績110番高等学院※	佐賀県
	長崎県	●アカデミア高等学院	長崎県大村市
	熊本県	●家庭教師の成績110番高等学院※	熊本県
		●プロ家庭教師のディック学園(熊本校)※	熊本県熊本市
	宮崎県	●プロ家庭教師のディック学園(延岡校)※	宮崎県延岡市
	鹿児島県	●スタディルーム高等部(鹿児島)	鹿児島県鹿屋市
●メイン高等学院(鹿児島)		鹿児島県鹿児島市	
●プロ家庭教師のディック学園(鹿児島校)※		鹿児島県鹿児島市	
沖縄ブロック	沖縄県	●メイン高等学院(沖縄)	沖縄県那覇市久米
		●メイン高等学院(中部)	沖縄県沖縄市中央
		●スタディ(沖縄県内各地)	沖縄県本島内各地
		●未来学習塾(石垣島)※	沖縄県石垣市
		●琉美インターナショナルビューティカレッジ	沖縄県那覇市
		●沖縄写真デザイン工芸学校	沖縄県那覇市
		●プロ家庭教師のディック学園(沖縄校)※	沖縄県那覇市
海外ブロック	フィリピン	●インフィニティ国際学院	

※印：無施設型（家庭教師派遣等）





# 1月行事予定



1	水	元日 学校休業日	16	木	
2	木	学校休業日	17	金	
3	金	学校休業日	18	土	
4	土	学校休業日	19	日	
5	日	学校休業日	20	月	1月S②:RH提出×切 2月S申込×切(消印)
6	月	1月S②申込書×切(必着・17:00迄受信受付)	21	火	
7	火	1月S①キャンセル返金可能×切 1月S①返送書類必着	22	水	
8	水		23	木	☆沖縄北部学習会(本校) 自由参加 1月S②キャンセル返金可能×切 1月S②返送書類必着
9	木	1月S②詳細発送	24	金	2月S申込書×切(必着・17:00迄受信受付)
10	金		25	土	
11	土		26	日	
12	日		27	月	
13	月	成人の日	28	火	ゆんたく発送
14	火	●1月①スクーリング●	29	水	2月S詳細発送
15	水		30	木	●1月②スクーリング●
			31	金	成績発送

☆ ×切日にレポートなどの提出物を直接学校に持参する場合は17時までとします。

☆ 学習会は自由参加です。申込書を提出する必要はありません。ふるってご参加下さい！！

☆ グレーゾーンはスクーリング日程を表しています。

## 入学相談受付中!

**ご兄弟や、お友達などご紹介ください!**

中学生で高校進学について悩んでいる方

中卒や高校中退、他の高校からの転校を希望している方



「あと何年で卒業できるの?」「授業料はどのくらいかかるの?」という素朴な疑問などでも構いません。

お気軽にお電話ください。通話料無料で入学相談ができます。

高校在学経験者なら年度途中でも随時入学できます。また、在校生宛でも、パンフレットを送付いたします。

(無料)

**ご相談・お問合せ フリーコール 0120-917-840**

平日9時～17時 (PHS/携帯/公衆電話からも可)

### 八洲学園大学国際高校通信

〒905-0207 沖縄県国頭郡本部町備瀬 1249

☎ 0120-917-840(携帯電話からもかかります)

0980-51-7711

Fax 0980-48-4115

HP <https://www.yashima.ac.jp/okinawa/>



やしま国際公式 Facebook



やしま国際公式 Twitter

