



※light houseとは「灯台」を意味します。向洋生の未来（進路）を照らし航海（将来）が順調に進む「道標」となりますように。



## 長縄と進路とテスト勉強と

進路指導部長 岸 貴司



県総体、大変お疲れ様でした。県総体で引退する3年生にとって“3年間の集大成”という強い思いがこもった大会になったと思います。結果も大切ですが、毎日放課後流した汗や苦しかったトレーニング、「ファイト」と叫んだ声や仲間と過ごした時間は、必ず皆さんの力となって、これからの高校生活、進路実現に向けた取り組み、卒業後の社会人生活を支えてくれるのだと確信しています。そしてその背中を見て学んだ1～2年生の皆さんも、先輩を目標にこれからも部活動に励んでもらいたいと思います。

柔道部では県総体前の土曜日にトレーニングの一つとして、長縄を行いました。体育祭で行うみんなで何回飛べるかを競う長縄と違い、8の字に移動しながら次々に飛んでいくトレーニングです。100回をゴールに、ただ通り抜けるだけやジャンプする人と通り抜ける人がクロスするなど様々な課題を設定しました。これだけ読むと楽しいトレーニングだなあと思うかもしれませんが、しかし、長縄に取り組むだけで、①筋力(ジャンプ力) ②持久力(スタミナ) ③瞬発力 ④判断力 そして、相手の動きを読む⑤対応力 が鍛えられます。柔道のトレーニングとして非常に効果的です。このように練習のねらいや目的を理解し、ゴールが見えてると、大変意味を持ったものになります。

これは進路でも同じことが言えます。高校3年間のゴールは“進路実現”です。私はこの進路通信『LIGHTHOUSE』で、高校3年間全てが進路につながっているんだ！と皆さんに訴えてきました。毎日の授業も、部活動も、資格取得も、高校生活全てが進路につながっているのです。ただ毎日「疲れるなあ」「面倒だなあ」と何となく高校生活を送るのではなく、進路実現というゴールを見据え、毎日の高校生活に意味を持たせることは非常に大切なことです。例えば、毎日休まないで学校に来ることも『皆勤』となり、進路というゴールに非常に大きな武器になります。

そして、テスト勉強です。定期考査は範囲が決まっている試験であり、範囲が広い入試や何が出題されるか分からない就職試験よりも点数が取れます。きちんと全範囲勉強すれば得点できるものです。進路実現よりもさらにゴールが具体的で、「集中して授業を受けて成績を上げるんだ！」というねらいや目的も明確です。特にテスト前の今、「この授業そのものがテスト勉強なんだ」と意味を持たせれば、授業に集中できて、成績もアップにつながります。

今回の第1回考査は1年生にとっては高校入学後初めてのテスト、2年生は進級し新しい科目での初めてのテスト、そして3年生にとっては人生のかかった大変意味のあるテストとなります。ぜひ全力で勉強して下さい。





## 進路部の先生よりメッセージ②



### 企業が高校生に望むこと

連携コーディネーター 藤本 勇紀

私は平成 21 年から（22 年除く）7 年間、本吉響高校進路部で就職支援に携わる仕事をしておりました。今年度より 2 校を受け持つことになり月曜日と水曜日週 2 回、本校勤務をさせていただいております。これまでの自身の社会経験や各企業から企業訪問で聞いた「高校生に望むこと」について、まとめてみました。

どの企業からも一番多く望むことは「挨拶のできる人」です。

#### ・挨拶のできる人

人と人が気持ちよく過ごすために大切なことですが、意外とできているようでできていないのが挨拶です。学校内で会う人は学校に関係ある人なので知っている、知っていないに関わらず挨拶すべきと思います。

また、会社へ入社すると取引先やお客様と会う機会が多くなります。この場合は会社を代表として会うわけですから、挨拶次第では会社の評価が問われ仕事に支障をきたす場合があります。挨拶は重要です。

#### ・明るく元気でハキハキしている人

明るく元気な人と一緒にいると気持ちよく仕事ができます。

仕事についての説明をしても分かっているかどうかハッキリしない人がいますが、分からない場合はハッキリ「分からない」と言うことも大切です。

#### ・欠席の少ない人

欠席が多い人は精神的に弱い人と判断されます。理由のない欠席は極力しないように気を付けてください。会社は互いの信頼関係により、毎日の仕事目標を作っています。

#### ・運動部を好む理由

体力があり単調なトレーニングにも耐える忍耐力や持続力があり、挨拶ができる。

また、上下関係も身につけており言葉遣いや礼儀が正しいことが好まれる理由です。

#### ・素直に人の話の聞ける人

静かに話を聞くだけでなく、聞いた話を理解し行動する人。

仕事によっては小さな間違いでケガや危険につながることもあるので、日頃から人の話を聞いて理解実行できるよう心掛けることが大切です。

仕事を教えていただいている時はポケットにメモ帳を用意し、大切なことや同じことを何度も聞かないためにもメモを取るようにしてください。

以上が、高校生に望むことで多かった意見です。

誰にでもできることですが、日頃の習慣がとっさに出るので日頃からの生活態度が大切だと思います。成績評価はもちろんですが、自身の生活態度の評価を重視している企業が多いことも知っておいてください。急いで大人になる必要はありません。卒業したら高校生活に戻れませんので、今できることを学び、楽しんでください。



## 第一回中間考査について



来週12日から15日にかけて4日間、今年度初の中間考査が行われます。3年生は今回の考査で3年間の評定が決まります。1・2年生も今後の進路に関わる考査です。県総体が終わり、少し体を休めたいところだとは思いますが、しっかり勉強しましょう！

さて、今回は評定平均値の出し方を説明したいと思います。



## 評定平均値の出し方



国語総合	現代社会	数学I	コミュ英I	家庭総合	書道	ビジネス基礎	簿記	海情技	水海基	保健	体育			
3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	4	3			
国語総合	地理A	数学A	コミュ英II	家庭総合	食品管理	商品開発	マーケ	海情技	食環化	保健	体育	食品製造	化学基礎	総合実習
3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4
現代文B	世界史A	選択数学	英語会話		食品管理			海情技	栄養		体育	食品製造	課題研究	総合実習
4	4	3	4		4			4	4		4	4	4	4

① 1年の評定を12教科全てで足し、合計を出す。

$$*3+3+4+3+4+4+\dots=40$$

② ①と同様2年次、③年次も全教科足し、合計を出す。

3年生の評定はまだ出ていないので、全教科評定5として計算すると最大でどのくらいになるか分かる。

③ ①と②出した評定を1・2・3年生全てで足す。

$$*40+47+43=130(\text{評定の合計})\text{になる。}$$

④ 次に1・2・3年生の全ての教科数を足す。

$$*12+15+11=38$$

⑤ ③を④で割った結果が評定平均値となる。

$$*130 \div 38 = 3.42$$

赤点回避のための勉強ではなく、  
将来を見据えた勉強を！  
早めの準備が大切です。



学校のテストは、授業で扱った内容しか出ません。試験の範囲も限定されています。

先生から言われたことさえきちんと学習していれば、確実に高得点を取れるはずですよ。

赤点回避のための勉強ではなく、将来につながる勉強をしましょう。



# 平成28年度 インターンシップ受け入れ企業一覧<訂正版>

4月に発行した『平成29年度 進路の手引き』で、昨年度のインターンシップ受け入れ企業(p.25)が記載されていなかったことを深くお詫び申し上げます、訂正いたします。

科	企業名	業務内容
情報海洋科	マルタク(株)	事務機材搬入、メンテナンス
	(株)ミヤカン	水産加工
	東京理化器械(株)宮城工場	計測器械等製造
	(株)G. D. S.	電気設備工事、資材運搬
	(株)気仙沼商会	ガソリンスタンドでの作業
	(株)三陸新報社	新聞記事取材、原稿作成
	皇和水産(株)	水産物の加工、仕分け、梱包
	横浜冷凍(株)気仙沼冷凍工場	冷凍庫内作業、食材運搬
	(株)斉吉商店	水産の食品製造
	(株)小野万	水産の食品製造
産業経済科	(有)菓子舗 うつみ	製菓の食品製造
	(株)バルボー	菓子製造、洗物等
	さいとう菓子店	菓子製造
	菓匠紅梅	菓子製造販売
	(有)御菓子司いさみや	菓子製造販売
	気仙沼プラザホテル	客室の清掃等
	ホテルー景閣	客室の清掃等
	はまなす海洋館	フロアの清掃、ルームメイク
	おひさま保育園	児童の保育補助
	太谷幼稚園	児童の保育補助
機械技術科	イオン気仙沼店	商品補充等
	(株)かわむら	食品製造
	宮城東洋(株)気仙沼工場	食品製造
	北斗(株)	溶接作業及び軽作業(塗装等)
	(株)オートショップ加藤	自動車の整備及び洗車・板金
	(有)佐々木設備工業	浄化槽の点検、修理、清掃
	(株)おやま製作所	機械加工及び計測作業
	Mioテクノロジー(株)	基盤作成、加工、不良品チェック
	(株)新和エンジンサービス	船舶エンジン及び発電機の分解・整備
	(株)藤田鉄工所	機械加工、設計、溶接、MC、サンダー作業
	(株)気仙沼商会	ガソリンスタンドでの作業
	木戸浦造船(株)	船の修理、溶接、さんだ
	宮城日産自動車(株)気仙沼店	自動車の整備作業補助及び洗車
	(株)石川電気	船舶電装の作業
東北電気保安協会	電気保安業務	
(株)小野良組	CAD、測量、現場作業	
(株)シマ精工	産業用精密機械の部品加工	



## 今月の進路行事

- 6/12(月)～6/15(木) 第1回定期考査
- 6/15(木) 公務員模試(3年対象者)
- 6/20(火) 進路講話「人口知能AIについて」(3年)
- 6/21(水) 公務員模試(3年対象者)
- 6/27(火) クレペリン検査(3年)

2年生は  
来月上旬にインターンシップがあります。  
がんばって！！



### 編集後記

こんにちは。金田です。今回中間考査について記事を書いているとき、ふと自分の高校時代を思い出しました。高1の初めての中間テスト。世界史の試験範囲30ページほどを徹夜で丸暗記するというかなり無茶なことをして、結局試験中は眠気が襲ってきて、集中できず満足いく結果ではありませんでした。皆さん、私のような馬鹿なことはしないように。教科担当の先生方は、早めに試験範囲を教えてください。早すぎる行動に悪いことはないです。私が高校時代に学んだこと、「徹夜の勉強は、ただの自己満足」です。それでは皆さん、good luck !!