

# 進路便り No.5

徳島県立みなと高等学園  
進路指導課

## 夏休みが始まりました

7月20日(土)から夏休みが始まりました。就職すれば学生のように長い期間の夏休みはありません。心と身体をリフレッシュすると共に、生活のリズムを崩すことのないようにしましょう。9月から良い学校生活のスタートを切れるように、次のことに気をつけて過ごしてみてください。

### ○基本的な生活習慣

- ・食事をしっかりとる
- ・睡眠時間の確保
- ・洗顔、歯磨き、入浴
- ・朝の排便、服薬の管理

### ○身だしなみを整える

- ・頭髪（寝ぐせ、散髪）
- ・ひげそり、爪切り、耳掃除
- ・衣服を整える
- ・持ち物（ハンカチ、カバン、靴など）

### ○経験を増やす

- ・家事
- ・公共交通機関の利用
- ・外出（余暇）
- ・検定の受検、部活動

3年生は学生生活最後の夏休みです。現場実習に出る人にとっては、夏を楽しむ余裕はあまりないかもしれません。しかし暑さが厳しい中で実習をやりきったという経験は、必ず**達成感**と**自信**につながるはずです。水分補給や食事・睡眠など体調管理には十分気をつけて、充実した夏にしましょう。

## キャリアカウンセリングを実施しました

1・2年生は6月下旬から**キャリアカウンセリング**(進路相談)を実施しました。生徒本人、担任、各学年の進路指導課教員が参加し、主に卒業後の進路について話し合いました。

1年生は、事前に記入したキャリアカウンセリングシートで確認しながら、現場実習や卒業後の進路についての希望を聴き取りました。夏休みは設定した努力目標についてじっくりと取り組む絶好の機会です。また自分の進路について、保護者の方と相談しましょう。

2年生は前期の現場実習の振り返りを行い、後期の現場実習についての希望を聞き取りました。実習での成果と課題を確認し、家庭や学校で取り組む目標を設定しました。それぞれが望む成果が達成できるように努力しましょう。

2月には保護者や就業・生活支援センターなどの関係諸機関も加わって**拡大進路相談**(2年生のみ)があります。卒業後の進路について自分の意見をしっかりと伝えられるように準備をしておいてください。

進路についての質問や悩んでいることがある時は、いつでも担任の先生や進路指導課まで相談してください。



## 2年生の現場実習報告会がありました!!

2年生の現場実習報告会を以下の日程で実施しました。

○7月16日(火)④⑤⑥校時

○7月17日(水)④⑤⑥校時

現場実習や校内実習等を終えて、自分がかんばったことや課題、評価されたこと、反省点、これから取り組むこと等を個々に発表しました。

報告会終了後、校長先生からは「それぞれの課題にチャレンジしてほしい」というエールや「メモを取ることで、まとめることの大切さ」を教えてくださいました。

真剣に発表する2年生の姿を見て、1年生も事業所での実習のイメージが少しわいてきたことと思います。後期の実習に向けて、夏休み中から準備はできます。1・2年生ともに少しでもできることを増やし、これからの備えておきましょう。

