



門高通信

～令和2年度 第2号～

石川県立門前高等学校

〒927-2193 石川県輪島市門前町広岡5の3

TEL:0768-42-1161 FAX:0768-42-0009

ホームページ:<http://cms1.ishikawa-c.ed.jp/~monzeh/nc2/htdocs/>

メールアドレス:monzeh@ishikawa-c.ed.jp

皆さんこんにちは！自宅ではいかがお過ごしでしょうか？会えない日々が続いて先生たちはとても寂しいです。ずっと家にいるというのは、とてもストレスが溜まると思います。そこで、皆さんに少しでも元気になってもらうために、先生たちの最近の活動の姿をお届けしたいと思います！

今回は何人かの先生に協力してもらい、体育科から配布した自宅でもできる運動を紹介するお便りの、「運動のすゝめ」にあるエクササイズをやってもらいました。勉強はもちろん、運動もして心も体も健康な状態で過ごし、学校再開時に元気に出てきてもらうということが、一番大事な課題だと思います。先生たちの綺麗なフォームを参考に、怪我なく無理のない範囲で運動し、コロナウイルスに負けない丈夫な身体を作っていきましょう！



外もものストレッチをキメる大西先生



木立のポーズをキメる合田先生



片手でベジータのように腕立て伏せ(ベジ立て伏せ)をキメる清水(晃)先生



三日月のポーズをキメる風先生



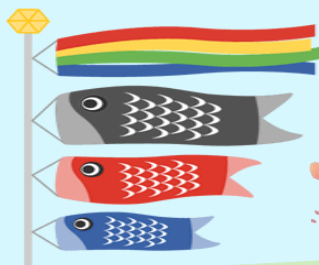
Y字バランスと内もものストレッチをキメる村中先生



バイシクルランチをキメる川畑先生



ブリッジと肩倒立をキメる霊崎先生



いろいろチャレンジしてみよう！

ふるさとに未来の種を蒔こう 石川県立門前高等学校

学校では現在、家庭での学習の支援のため、アプリケーションの活用を進めています。すでに Google Classroom というアプリを使用して、朝礼、課題の提出などのやりとりを行っています。今後の方針として、ZOOM というアプリを用いた映像でのやりとりなども考えています。操作や設定に関して慣れないことも多くて大変だと思いますが、学校が全力でサポートしますので、何卒、導入に関しまして、ご理解とご協力のほど、よろしくお願いいたします。



Google Classroom



ZOOM

～「家庭における生活習慣について」～

皆さん、こんにちは。いかがお過ごしでしょうか。学校で会える日を大変楽しみにしています。

心一つにして、その日を待ち望みましょう。

さて、新型コロナウイルス感染症に対応した臨時休業が長く続いています。

その中で、留意事項等は次の通りです。

(1) 保健管理に関すること

- ・感染拡大防止のため、自宅待機してください。
- ・3つの密(密閉、密集、密接)を避けよう。
- ・ただし、十分な睡眠、適度な運動、バランスの取れた食事を心がけてください。

(2) 生活習慣に関すること

- ・規則正しい生活習慣を維持しましょう。(起床、勉強、運動、ご飯、就寝の時間)

(3) 家庭学習の支援に関すること

- ・家庭学習プリント、電話、携帯などいろいろな方法で皆さんを支援します。

(4) 生徒の皆さんの心のケア等について

- ・担任・副担任から心身の健康状態を確認させてください。(週2回程度)
- ・気になることがあれば遠慮なく学校に連絡してください。また、「24時間子供SOSダイヤル(0120-0-78310)」も利用しましょう。

(5) 偏見、差別に関すること

- ・感染者、濃厚接触者、新型コロナウイルス感染症の治療にあたる医療従事者への偏見、差別は、絶対に許されません。

これら以外にもありますが、特にこれらについて十分に留意しましょう。

再び会える日を、心から待ち望んでいます。その日が早く来るため、皆さんに留意してほしいことです。願いは、望むから叶うのです。心一つにして、正しく望みましょう。



教頭 岡野 清

下宿先募集中!

門前高校では、地元中学生数の減少を見据え、今後は他地域からも広く生徒を募集しなければならないと考えています。そのためには、生徒を受け入れる下宿先が必要となります。そこで、門前高校としては、町内下宿先マップ等を作成したいと思います。

来年4月から直ぐにという訳ではなく、今後、門高生を下宿させて頂けるとい方は、下記の門前高校までご連絡下さい。

〒927-2193 石川県輪島市門前町広岡5-3

電話番号：0768-42-1161

FAX番号：0768-42-0009

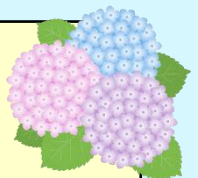
E-MAIL：monzeh@ishikawa-c.ed.jp

担当：教頭 岡野 清



6月の予定

6月1日(月)に学校が再開されます。再開後の詳しい日程等につきましては、決定次第、何らかの形式で早急にお知らせいたしますので、ご了承下さい。



ご協力のお願い

本校では、新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、校内の消毒を実施しています。しかし、その際に使用する「ウエス(拭き取り用の布)」が足りていない状況です。もし、ご自宅に不要な衣類・タオル等(洗濯済)がありましたら、寄付していただけますと、大変助かります。ご協力のほど、よろしくお願いいたします。

