

# スキルアップ講座実施計画

**目的** 心身の健康は人生を豊にする上で欠かせないものである。そのためには、自分自身が生活習慣や生活行動を見直したり、積極的に人との関係や環境などを作り上げたりする必要があると考える。そして、いずれは母親になる生徒たちがよりよい生活をしていくためのスキルを向上させていけるよう、スキルアップ講座を計画した。

**期 日** 平成25年12月 17日(火)～18日(水)  
**時 間** 13:30～14:25～15:30

## 実施内容

日	講座名	講師	場所	人数
17日 (火)	★ 2年生 「間違っていないか？ ～そのダイエット」	仙台白百合大学 教授 菱沼宏哉様	会議室	76
	★ 3年生 「命の大切さ」	秋田県助産師会 助産師 古田由美子様	福祉実習室	99
18日 5校時	① 美しさへの一歩 ～皮膚の構造から	高橋美香様 (エステクレール所長)	調理室	各 30 人 平均
	② 身近かもしれない依存症 好きなものと上手につきあう	木村久仁子様 (精神保健福祉センター)	3 A	
	③ 国際結婚で幸せ！！	佐々木千秋様 マイケル・タベルスキー様	3 C	
	④ 大切な命～動物から学ぼう	嵯峨信行様 動物管理センター所長	第1被服室	
	⑤ プレママからのメッセージ Part 2	浅野綾子様 (本校職員)	微生物室	
	⑥ 絵本の読み聞かせ	小柳生子様 (ボランティア)	図書室	
	⑦ 着物を着てみよう！	高橋京子様 (ボランティア)	会議室	
	⑧ バランスの取れた食事をしよう	栗林昭子様 (神岡町給食センター)	学習室5	
	⑨ 私の人生を変えた五つの ことば！	佐藤隆之様 (本校職員)	福祉実習室	

## 控え室

当日の流れ

13:20～ 校長室  
 13:25～ 生徒移動  
 13:30～ 講師案内  
 13:30～ 講座  
 14:35～ 生徒教室へ移動  
 14:40～ 感想記入