## 校怎

## 坂城高校における -ンシップ



は生徒の感想の一部を紹介します。 できない貴重な学びとなりました。今回 業所等にお世話になり、職場でしか経験 を中心に、生徒53名が坂城町内外の34事 験)を行っています。今年度も夏期休業 て、2年次にインターンシップ(就業体

本校では、キャリア教育の一環とし

感じたことは、今の自分にとって必要な ことが沢山あるということです。 私は、動物病院でインターンシップを 私がこのインターンシップを通して 2年3組

おこなってきました。主な仕事は、動物

ると感じました。

ば、一人ひとりが能力を最大限発揮でき

実感させられました。 まだまだ足りないものが沢山あるなと とても感動すると同時に、今の自分には 行動でテキパキと仕事をこなしていて ました。また、看護士さんたちが素早い 飼い主さんたちとのコミュニケーショ ケーションはもちろんのこと、心配する ました。例えば、動物たちとのコミュニ すごいなと思ったことがたくさんあり ることでした。私は、職場の方々を見て たちの診察をしたり薬を処方したりす ンも大切にしていることが伝わってき

思っています。 で、今後の生活に活かしていきたいと て必要なことに気づくことができたの ら、今までは気づけなかった自分にとっ これらのインターンシップの経験か

> シップを体験させていただきました。 初めて訪れた際、まず驚いたのは社内 私は先日、竹内製作所でインターン 2年1組

められる環境が整っている会社であれ リラックスしながら効率的に仕事を進 ペースが設けられていることで、社員が ることにも感動しました。快適な休憩ス も魅力的だと感じました。 いる職場で働くことができるのはとて 暖かいコミュニケーションが行われて に声をかけてくださいました。こうした るく親しみやすい方ばかりで、私に気軽 の雰囲気の良さです。社員の皆さんは明 さらに、社内の設備が非常に整ってい

養バランスのとれた食生活を心がけましょう。

たんぱく質をたっぷりとろう

白血球の中には、体内に侵入したウイ

守り、風邪を予防するためにも、しっかり睡眠をとり、栄

期です。風邪は軽く見られがちですが、「万病のもと」と

寒さもいよいよ本番となり、風邪などをひきやすい時

いわれるように、十分な注意が必要です。寒さから体を

ラフト(株)にて





オリオン

# 風邪をひかない食生活をしよう!









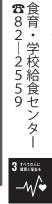












## 油料理を上手に取り入れよう

肉や魚、卵、乳製品、大豆や大豆製品を十 この成分はたんぱく質から作られます。 ルスをやっつける成分が含まれており

分にとることが大切です。

す。ただし、摂り過ぎには気をつけま ギーになり、体を温めるのに役立ちま しよう。 脂質は少しの量でたくさんのエネル

## ビタミン補給を忘れずに

す。新鮮な野菜や果物を毎食欠かさず食 り、抵抗力を強めたりする働きがありま には、風邪のウイルスの侵入を防いだ べるようにしましょう。 ビタミンA(カロテン)やビタミンC



