



くまぺろ

2026年度1学期号

教育相談室だより

大阪体育大学 浪商中学校・高等学校

ピア・サポート・トレーニング

高校1年仲間づくり IN 海洋実習

入学式、海洋実習は全員出席でスタートしました。入学間もない緊張を吹き飛ばすために、海洋実習の開放的な場所で仲間づくりトレーニングを行いました。どのグループも、力を合わせてミッションをクリアし、海洋実習が終わるころには、担任、生徒共に笑顔が見られました。1学期を終えていかがでしょうか？ 気の合うところ、合わないところが出てきたでしょう。お互いのいいところも見つめながら、人間関係を深めていきましょう。



中学1年仲間づくり IN オリエンテーション

入学式、オリエンテーションは全員出席でスタートしました。やや、緊張気味でしたが、じゃんけん列車、バースデイチェーンなど体を動かした後、ロールプレイ（役割を演じる劇）に6人ぐらいが集まり、短時間の打ち合わせで即興劇を見せてくれました。中学1年の力を感じた瞬間です。新しい環境での勇気に拍手を送ります。



中学1年・高校1年全員面談

新入生325人の全員面談を実施しました。健診等の合間、昼休み、放課後など決められた時間に来室し、短時間ではありますが、全員と顔を合わせることができました。それぞれの問題を一緒に考え、必要な人は継続面談しています。今後も、気軽に教育相談室を利用してください。

高校3年私が乗り越えたこと (高校生活を振り返って)

高3では、進路に向けて、志望理由書など文章を書くことが増えます。自分の将来に関わる大切な書類です。AIでは作れない、自分の経験を生かした唯一無二の文章作りの前に、頭を整理しました。



AI（人工知能）とのつきあいかた

皆さんはAIを使ったことがありますか？

音声アシスタント：AppleのSiriや、AmazonのAlexaなど
検索エンジンやレコメンド：Google検索や、動画サイトでのあなたに合わせたおすすめ動画の表示
対話型AI：ChatGPTやGeminiのような、自然な会話を通じて文章の作成や質問への回答
意識せずに、すでにお世話になっているのではないですか？

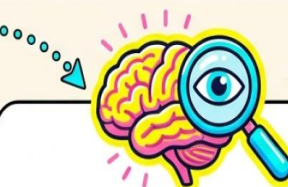
特に、**生成AI（Generative AI）**は、テキスト、画像、音声、動画などをゼロから新しく生み出す（生成する）ことができるAI技術です。AIの得意とする、大量の情報をきれいにまとめてくれるので上手に使えばとても便利な技術です。とはいえ、もともとAIの中身は空っぽで情報を入れるのは人間です。その人間として、あらゆる面での基礎体力をつけておかないと、AIに支配されてしまいます。AI利用時の注意点をAIに質問してみました。

【要注意】AIの「もっともらしい嘘」にダマされないための3カ条！

1. AIの限界を知る



生成AIは、たまに「もっともらしい嘘（ハルシネーション）」をつきます。最新のテクノロジーを使っても、この嘘を「完全にゼロ」にすることは今の技術ではできません。まずは「AIも完璧じゃない」という前提を知ることが第一！



2. プロの見抜く力を養う

AIを使う前に、人間としての「基礎体力」を鍛えよう！



疑う力（クリティカル・シンキング）：
「本当に正しい？」と常にツッコミを入れる！
複数の情報を比べる「クロスチェック」を習慣にしよう。



調べる力（ITリテラシー）：
ネットの仕組みを理解し、公的な統計や公式発表など、信頼できる「一次ソース（大元の情報）」を自力で探し出すスキルが必須！



知識の引き出し（専門知識）：
自分が勉強したことや経験と照らし合わせて、「なんかこの言葉の使い方、変だな？」という違和感に気づくセンスが最大の武器になる。



3. AIはパートナー

AIは、何でも正しい答えを出してくれる「魔法の箱」ではありません。あなたの作業を強力にサポートしてくれる「相棒」です。AIを活用しつつ、最後に情報を確認して責任を持つのは私たち人間。人間とAIの「最強のタッグ」で未来を切り拓こう！

教育相談室利用案内

<利用時間（予約優先）> 毎週月火木金（午前9時～午後4時）

<申し込み方法>

★担任を通じて予約。

★相談室直通電話（070-8798-4733）でカウンセラーに直接予約。

7/25～8/20 <学校休業日8/9～8/16> は、教育相談室お休みです。

緊急時は職員室072-453-7004へご連絡ください。

新学期、
教育相談室
で待っています。