

高 下関北高校だより

(令和3年9月22日発行)

山口県立下関北高等学校

〒759-5511 下関市豊北町滝部 1003 番地
TEL (083) 782-0023 FAX (083) 782-0183

高校生活の様子は下関北高校HPでも紹介しています。
<http://www.shimonosekikita-h.ysh21.jp>

■ 教育相談講演会を実施しました。

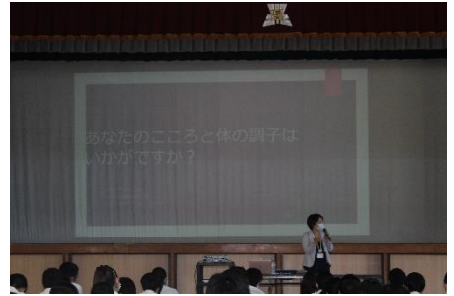
7月14日(水)の6限目に、スクールカウンセラーの姜潤華(かんゆな)先生による教育相談講演会を実施しました。教育相談講演会では、生徒の心理的、社会的健康を増進するため、困難な事態や強い心理的不安を受けた場合における、対処の具体的かつ実践的な方法を身に付けさせる心理教育プログラムを実施しています。

今回の講演のテーマは「あなたのこころと体の調子はいかがですか?」。最初にワークシートを利用してお疲れ度チェックを行い、自分自身の日々の状態を測る週間活動記録表の利用方法について説明がありました。そして、そもそもストレスとはどんなものなのか、特に気を付けたいトラウマ的ストレス、ストレスの種類、ストレスのメカニズムについて学習しました。

次に、ストレスとうまく付き合うには、まず小さなストレスと対処することが大事であること、「外在化」する(心身の現象について紙、スマホなどの外側の媒体に出すこと)ことが重要であると説明がありました。

またコーピング(ストレスやストレス反応に対して、自分を助けるために、何らかの対処をしたり工夫したりすること)とマインドフルネス(自分の思考やイメージ、感情にあえてちょっとだけ距離を置き、眺めること)について説明され自分の中に本来持っている力に気づき、自分のことを理解して、自分のやり方で変えていくと色々楽になることがあることを学びました。

高校生は、卒業後の進路や受験、自身の学力や日々の勉強、友人関係など様々なストレスを抱えています。自分を追い詰めないやり方で、動きやすい方法を見つけることが大事で、人の力を借りることも大切な能力であることが分かりました。



■ 夏の高校野球が開幕しました。

7月16日(金)に第103回全国高校野球選手権山口大会が県内4球場で開幕しました。

昨年は新型コロナウイルス感染拡大の影響で中止となったため2年ぶりの開催です。本年度は感染対策を一層徹底して開催されました。開会式や始球式はなく、本校はオーヴィジョンスタジアム下関の開幕試合で一昨年の県優勝校、宇部鴻城高校と対戦しました。

先攻の本校は1回に2番の古西優希君が粘って四球を選び、3番小山貴文君、4番清水大和君、5番石田竜己君の3連打で2点を先制し、幸先の良いスタートを切りました。しかしながら、中盤以降、相手の攻撃を抑えきれず、7回に1点を何とか返したものの、最終的には3対11の7回コールド敗退となりました。

初戦で惜しくも敗れましたが、強豪相手に投げては先発の小山君が相手の強力打線にひるむことなく真っ向勝負を挑み、粘り強い投球を見せるなど、両チームの序盤のせめぎ合いには見事なものがありました。今春卒業した先輩や昨年亡くなった小田前部長先生の思いを胸に、全力を出し切った最後の夏となりました。



■ ハロかぼランタン・プロジェクト②

高校生ができる地域貢献活動の一環として豊北町観光協会等と連携して取り組んでいるハロかぼランタン・プロジェクトの経過報告です。第一歩として6月30日(水)にポットに植えたかぼちゃの種は7月5日(月)頃には元気の良い双葉が育ち、7月13日(火)ごろには本葉が育ちました。JRC部の生徒が思いを込めて毎朝水やりを行った成果が現れています。

第二步として、7月16日(金)に学校の畑に植え替える作業を行いました。畑には雑草がたくさん生えていたので、除草作業を丁寧に行い、肥料をあげて畑を耕しました。ポットを等間隔に置いて、本葉になったかぼちゃの苗を植えていきました。無事に花を咲かせ実がなるよう毎日お世話をしていこうと思います。

また、今年植えたかぼちゃ畑の隣で、昨年のハロかぼイベントでくり抜いたかぼちゃを鉢に見立てて、パンジーやピオラを植えて畑にならべていたところ、そのかぼちゃからも立派な芽がでて、大きな花が咲いています。6月に植えたかぼちゃとともに大きく育ってくれると期待しています。



■ 一学期クラスマッチを実施しました。

7月19日(月)に一学期のクラスマッチを実施しました。種目はバレーボールと百人一首・トランプを行いました。開会式では生徒会長の藤中君が「3年生にとっては最後のクラスマッチとなるので悔いの残らないように頑張りましょう」と挨拶をして各競技が始まりました。

クラスマッチを運営する生徒会役員は、新型コロナウイルス感染症対策として、体育館で行われるバレーボールでは、観戦者は「マスク着用」「大声を出さない」「フロアではなく2階から観戦」を徹底し、武道場で行われる百人一首・トランプでは競技者のみが会場で対戦するなど、密閉・密集・密接のいわゆる3密を避け、工夫して実施しました。

また、生徒一人ひとりにスポーツドリンクを配り、麦茶を用意するなど、家庭クラブ役員の生徒が全校生徒の熱中症対策をサポートしました。

3年生は各クラスのTシャツを着て、クラスのために高校生活最後のクラスマッチに臨みました。

バレーボールでは21チームが5ブロックに分かれて予選リーグを戦い、各ブロックの1位・2位の合計10チームによる決勝トーナメントが行われました。決勝は3年生対1年生の戦いになりました。どちらのチームも一歩も譲らない真っ向勝負となりましたが、経験で勝る3年2組Aチームが見事優勝を飾りました。



百人一首・トランプでは、ババ抜き、七並べ、神経衰弱、スピード、ぼうずめくり、なぞなぞ、心理テスト、百人一首と多くの競技が行われ、ポイントを重ねた鐘崎梨世さんが優勝しました。

本校のクラスマッチは、クラスの団結はもとより、学年を越えた生徒の交流の場ともなっています。一心不乱に試合をする子どもたちの姿に、若いエネルギーと限りない可能性を感じます。また、エキシビジョンマッチとして教員チームと3年生チームがバレーボール競技で対戦し、和やかな雰囲気の中でクラスマッチが終了しました。

■ 生徒総会・一学期終業式

7月20日(火)に一学期の終業式を行いました。

終業式に先駆け生徒総会が行われました。6月24日にアンケートを実施し、現在の北高におけるルールやマナー、風紀について今一度考えることとしました。北高生が課題だと感じていることとして、主に登下校中のあいさつやマナー、制服の着こなしや身だしなみ、スマホの扱い方の3つが挙げられました。生徒全体で課題解決をするために、生徒総会でグループごとに解決策を考え、まとめる作業を行いました。生徒会執行部のメンバーが、各グループから得た解決策をもとに、生徒一人ひとりがチャレンジ目標の「品行方正」達成を目指して頑張ることを確認しました。



終業式では校長から、学習に限らず、自ら考え、主体的かつ意欲的に取り組む場合と、やらされているだけの取組では、その結果は比べ物にならないほど差が出ることは、誰もが分かっている。目標を高く、可視化して、自分の「やる気スイッチ」を見つけてほしいと式辞を述べられました。

コロナウイルス感染症対策に加えて、熱中症予防、自然災害への備えなど健康管理と安全対策には万全を期してほしいと思います。休み中もほぼ毎日、進学課外や部活動の練習等があり、ゆっくりとはいきませんが、せつかくの長期休業です。普段できなかったことにチャレンジしてみたいと思います。また、3年生は進路実現に向けて全力を傾ける時期、暑さに負けることなく頑張ってくれることを期待します。

■ 環境について考えてみよう学習会

7月30日(金)、下関北高校において、(株)環境ロジテックの取締役で下関市商工会青年部豊北支部長の水井大揮さんを講師としてお迎えし、「環境について考えてみよう学習会」を実施しました。水井さんは本校の学校運営協議会の委員でもあります。学習会には本校のJRC部の1・2年生16名が参加しました。

本校のJRC部は6年前からペットボトルキャップを集めており、集めたペットボトルキャップは「小さな親切運動」山口支部や社会福祉協議会等に引き取ってもらっていました。ペットボトルキャップはリサイクルメーカーに売却され、その売却益で世界の子どもたちにワクチンを届け、感染症から子どもたちを守る取組に使われています。今回の学習会は豊北町粟野にある(株)環境ロジテックが会社としてペットボトルキャップの同様の取組を行っていることから開催されることとなりました。



学習会では、最初に水井さんから、「仕事内容について」、「ペットボトルキャップについて」、「環境問題について」等の項目について、予め生徒が提出した質問に答える形で始まりました。

ペットボトルキャップを原料としたプラスチックチップ、ペットボトルキャップからリサイクルされた会社の作業服などを見て、今まで集めていたものがどのような工程をたどって再利用されているかが学習できました。

また、ペットボトルキャップのリサイクルだけでなく、世界的な課題となっている環境問題について深く考えるよい機会となりました。水井さんは一人ひとりが少しの手間を惜しまずに「分別してリサイクルする」意識をもつことが環境問題を解決するために大事なことであるとおっしゃっていました。

学習会終了後、今まで集めたペットボトルキャップを引き取ってもらいました。今後はペットボトルキャップの活動だけでなく、いろいろな環境問題への取組をしていこうと思います。