



相生高校HP

向日葵

～強く明るく前向きに～

「緊禪一番」

1組担任 岩井 勇太

高校に入学して7か月ほど経ちました。先週のLHRでは、これまでの高校生活を振り返り、1年生の残りの時間で何をすべきか、目標を再設定しました。入学したころの緊張感を保って、目標に向けて努力ができていますでしょうか？当たり前前の基準が下がってきてはいないか振り返ってみてください。例えば、授業はどのように受けているでしょうか？「授業前には予習してわからないところを自分なりに見つけ、授業は集中して受け、授業後は復習をしてわからないところがあれば質問に行く。」なのか、「授業を集中して受け、テスト前に頑張って復習する。」なのか、「授業中はただ聞いているだけ。」なのか。どのスタンスが当たり前だと考えているかで、成績や進路は変わってくると思います。

授業に限らず、部活動や小テスト、課題など、あらゆる場面での取り組みを振り返ってみてください。1年生の残りの時間をどのように過ごすかで、2年生でどのようなスタートが切れるか決まります。緊禪一番、いま一度、気合を入れ直して、何事も妥協せずに努力できる49回生でありましょう。

きんこんいちばん

*「緊禪一番」とは、ここ一番のときに、禪（ふんどし）をきつく締めるように、気持ちを引き締め、十分な覚悟をもって物事に取り組むことを意味する四字熟語です。



～部活の秋（運動部編）～

1学期には文化部の紹介をおこないましたが、今回はスポーツの秋ということで、運動部のみなさんにペンをとってもらいました。相高に入学してはや7か月。活動も本格的になった今の様子を聞いてみました。

「やさしさ」

男子ソフトテニス部 1年男子

私は、相高ソフトテニス部として先日の後期西播大会の団体戦に出場しました。その試合は、私が負けたことで、相生高校の敗退が決まってしまいました。そんな私に、先輩や同級生たちが「よく頑張ったな」と声をかけてくれました。私は、試合には負けてしまいましたが、そんな声をかけてくれるみんなの優しさや温かさに触れることができた思い出の大会となりました。次の大会では、みんなと笑顔で終われるよう、毎日の練習に取り組んでいこうと思います！！

「I am Baseball」

野球部 1年男子

「全員野球」これが野球部の合言葉です。チームの雰囲気がとてもよく、毎日楽しく、一生懸命練習に取り組んでいます。先輩もやさしく教えてくれるので、充実した日々を過ごしています。試合で勝つため、時には厳しい練習もありますが、どんな時も仲間と支えあいながら取り組んでいます。

夏の甲子園を目指す兵庫県予選の大会が毎年7月に行われます。高校野球をする者にとって一番大きな大会です。その大会に2勝することが今のチームの目標です。それに向け、今はしっかりチーム作りを頑張っていきたいです。

「さらなる高みを目指して」	女子バレーボール部 1年女子
<p>私たち女子バレーボール部は、日々基礎練習を中心とした技術向上に努めています。8月に行われたリーグ戦では、上位リーグ昇格を目指しましたが、残念ながら降格してしまい、とても悔しい思いをしました。練習ではこの悔しい気持ちを忘れず、今まで以上に声を出して頑張るようになりました。先輩たちが優しく声をかけてくれたり、技術的なことを丁寧に教えてくれたりするので、日々の練習が笑顔でとても楽しくできています。次の大会では、後悔のないような試合にできるよう、毎日頑張っていきたいです。</p>	
「バスケットが好き」	男子バスケットボール部 1年男子
<p>男子バスケットボール部は、みんな仲が良く、そして何よりバスケットボールが大好きなメンバーが揃っています。チームは、リーグ昇格を目指して日々練習に取り組んでいます。朝練も自由参加ですが、多くの選手が参加しています。普段の練習はやる気があり、活気もあり、いい雰囲気の声かけをみんながしています。そんなチームなので、試合では、試合に出ている者も出ていない者も全員がチームの勝利を目指して戦っています。これからもさらに成長していきます。</p>	
「積み重ねの練習」	女子ソフトテニス部 1年女子
<p>私たち女子ソフトテニス部は、個人・団体ともに県大会出場を目標に日々練習に励んでいます。後期西播大会では、県大会まであと一歩のところまで負けてしまい、悔しい思いをしました。その悔しさをばねに先生やコーチのご指導のもと基礎練習から振り返り、毎日の練習に真剣に取り組んでいます。厳しい練習だけでなく、休憩中や学校生活の中では、笑顔で笑いあえるところも私たちの魅力で、大好きな先輩たちに囲まれて日々過ごしています。現在、一年生の部員が私一人しかいないので、一緒に活動してくれるメンバーも募集しています！！一緒にソフトテニスやってくれませんか？</p>	
「もう後悔はしない」	サッカー部 1年男子
<p>サッカー部は、10月に高校サッカー選手権大会の兵庫県予選がありました。1回戦は勝つことができましたが、2回戦は延長戦で負けてしまい非常に悔しい思いをしました。とくに負けた時の先輩たちの顔が忘れられず、もっと練習をしていればよかったなどの後悔が残っています。次は12月に西播大会があります。その大会では、負けて後悔をしないよう、今からチーム全員で切磋琢磨し、できる限りの最高の準備をして、大会に挑めるよう、日々過ごしていきたいです。</p>	
「笑顔あふれる男子バレー部」	男子バレーボール部 1年男子
<p>男子バレーボール部は、どの部よりも明るく、先輩後輩の関係性もフラットで、誰もが互いにアドバイスしあえる雰囲気、毎日活動しています。1年生が14名、2年生が5名と部員数も多い方なので、チームに活気があり、スパイク練習や、試合形式の練習をしながら、連携を高めることを意識して、公式戦で勝利できるよう取り組んでいます。そして一番は、たくさんの人から応援してもらえるようなチームを目指していきたいと思います。みなさん、応援よろしくお願いします！！</p>	
「やりがい」	女子バスケットボール部 1年女子
<p>私たちは、県大会2勝を目標に、日々練習に励んでいます。また、外部コーチ（相生高校のOB）の方にも毎日来てもらい、充実した練習ができています。今年は相生産業高校の2年生の生徒が部員不足で一人なので、一緒に活動し、合同チームとして大会にも出場しています。だから、試合に勝った時は2チーム分の喜びもあり、やりがいも感じています。私の得意なプレーは、ドライブしてボールを運び、アシストすることです。私のパスでチームが勝てるような選手になれるよう、毎日頑張ります。</p>	

＊剣道部、卓球部、陸上競技部は紙幅の関係で、次号にて紹介します。あしからず。

【編集者のヒトリゴト】

スポーツの秋ということで、運動部の特集号を発行しましたが、秋を感じさせないほど寒くなるのが早すぎる！！ついこの前まで半袖半ズボンの私。もう朝晩はダウンジャケット着ようかと思うくらいです笑。みなさんも体調管理万全にね☆「うがい」「手洗い」「除菌」！！