



播磨南高新聞



月を待つ 人皆ゆるく 歩きをり (高浜虚子)

10月はお月見の季節です。澄み切った濃紺の夜空に煌々と輝く月を、ゆっくり眺めるのも素敵ですね。みなさんは上弦の月と下弦の月の見分け方を知っていますか？簡単な見分け方は、右側が明るければ上弦の月、左が明るければ下弦の月です。月は自転しています。回っているけれど地球からは月の裏側が見えません。月は地球の周りを1回公転する間に、それと同じ向きに月自身が1回自転しているので地球からはいつも同じ面しか見えないのです。いつも表の顔しか見せない月ってミステリアスですね。そのミステリーに挑戦したのは中国です。2019年1月に人類史上初めて月の裏側に探査機「嫦娥4号」を着陸させました。嫦娥4号が持ち帰ったデータが、月の成り立ちや宇宙の謎が解明されるきっかけになるかもしれません。



フレイルを予防
播磨南高で講座
 来月21日
 新型コロナウイルス禍で外出や屋外での運動の機会が減る中、フレイル(虚弱)予防のポイントを学ぶ講座が9月21日午後2時半〜4時、播磨町古宮4の播磨南高校同窓会館で開催される。おおよね65歳以上の受講者を、先着40人で8月27日まで募集している。同校が町と結んだ包括連携協定の一環で、兵庫大の生涯福祉部の小倉毅教授が務め、適切な運動や栄養の摂取、社会参加による予防について解説する。受講は無料。同校☎078・944・1157
 今後、月1回程度開講し、2回目は10月26日に計画。

フレイル(虚弱)予防

栄養

運動

社会参加

フレイル予防教室開講

2021. 9. 21フレイル(虚弱)予防教室を開講しました。フレイル予防とは加齢による心身の機能低下に対し、栄養、運動、社会参加の3点から予防を行い、健康寿命を延ばす取組です。第1回目は兵庫大学生涯福祉学部 小倉毅教授による講義「フレイル予防とは？」でした。地域の高齢者16名、本校3年生19名が参加しました。第2回は10月26日で、以降は月1回フレイル予防体操を中心に実施します。この取組について2021. 8. 25神戸新聞に掲載されました。



10月27日体育祭・28日文化祭(潮風祭)

新型コロナウイルス感染防止緊急事態宣言が9月末まで発令されていたため、今年度は体育祭を10月27日に延期し、10月28日の文化祭と連続して実施します。スポーツ・文化両分野において、練習を重ね、アイデアを出し合い、部活動やクラスの力を結集して充実した行事にしましょう。



2021.10.1生徒総会

今回の生徒総会は校内放送で実施しました。内容は新旧生徒会長挨拶、2020年度行事報告、会計報告、2021年度行事計画、会計予算、通学カバン自由化、ベスト導入についてでした。生徒から多くの要望が上がっていた通学カバンの自由化と、ベストの導入については2021. 9. 8〜9. 15まで全校生徒にアンケートを実施した結果、全校生徒のうちカバン自由化賛成64.3%、ベスト導入賛成62.8%でした。生徒総会を経て、2022年度からの通学カバンの自由化、2021年度からのベスト導入に向けて動き出します。これからも自分たちの学校のことは自分たちで決めるという意識を持ち、みんなでより良い学校を作っていきましょう。

一刺しで悩み解決ハリー・ナニー

第5回 職業選択の3原則



1,2年生は来年度の選択科目を、3年生は卒業後の進路を決定する時期になってきたわね。高校での進路選択は、その後の一生を左右する、人生で一番重要な選択になるから、情報を集め、よく考えて、できるだけ高い目標を掲げてね。そして、イギリスの評論家ジョン・ラスキンが言う3つのポイントを確認しましょう。①適性があること。人と話すのが苦手な人は営業より事務職やエンジニアなどが向いているわ。②適度であること。どんな仕事でも休みなく働くことはできないわね。③達成感があること。給料が高くて何の役にも立っていないと思う仕事は続かないわね。この**職業選択の3原則①適性②適度③達成感**を基準にして選んでね。ちなみにこの3原則は、部活動でも勉強でも同じよ。自分がやっていることに喜びを見出すためには適性に合ったことを、適度に、達成感を感じながら行うことが大切なのよ。

先生のリレーエッセイ

「楽しませてもらった夏」

小村智美

今年の夏のステイホームは思いのほか楽しませてもらった。

新型コロナの流行で1年延期され、それでも終息が見えず開催さえ危ぶまれた東京オリンピックにパラリンピック。無観客に選手のモチベーション低下が案じられていたが、全くの杞憂だった。兵庫県ゆかりの兄弟で出場した柔道選手はよもやの同日での金メダル、どんなにご両親は現地で見たかっただろうと勝手に思う。卓球男女ペアのドイツ戦でみせた大逆転では選手の「ゾーンに入る」瞬間を生で見て興奮、中国破つての金メダルにまたもや大興奮。女子ソフトではオリンピック復活を切に願い、年齢と共に衰えもあるだろうその体と対話しながら長年日本を支えてきたエースピッチャーの優勝直前の登板にまた涙。やはり兵庫ゆかりの女子陸上選手、彼女の母親も有名なマラソン選手で昔から知っている。そして1500mでの積極的な前に出る走りに、そして連発する日本記録にまるで親戚の子どもが活躍しているかのように歓喜する。その他、とてもとてもここには書ききれない。

そして思うこと。この人たちはこの夏を目標に一体今までにどれだけのことを犠牲にし、耐えながら努力してきたのだろう。開催反対の声が世間で高まる中、沈黙を守り反論もせず、どんな思いでコンディションを高めていったのだろう。「何があってもあきらめない」と言うのは簡単だが、人間そんなに強くはないはず。やはり、あきらめずに努力した人は美しい。結果に繋がろうと繋がらなかろうと努力した経験は人を成長させる、そんなことを思った夏だった。

最近気になるのはたまに聞こえてくる、「無理」「絶対できない」という本校生徒の声。本当にできないのだろうか。多くの可能性を秘めているみんなに「何があってもあきらめない」精神で、私たちを驚かせてほしいと思う。もちろん私の人生もまだまだあきらめません！