



28 回生 学年通信 第 11 号

令和 3 年 5 月 27 日



～教育実習生よりみなさんへメッセージ～

中間審査が終わり、今週の月曜日から教育実習が始まりました。2 学年は 2 人の教育実習生が授業とホームルームを担当されます。現役の大学生である 2 人の先輩に、ぜひ進路や大学生活の様子など色々と質問してください！西陵の先輩から、きっとみなさんの心に残るアドバイスがもらえるかも…！？

また、3 週間という短い期間ですが、実習生には生徒たちとの出会いを大切に、素敵な思い出を残してほしいと思います。

さて、先生方からみなさんに向けていただいたメッセージを紹介します。



棚倉 有哉(たなくら ゆうや) 先生

理科(生物)／1 組 HR 担当

平成 29 年に三田西陵高校を卒業した棚倉有哉です。現在は、関西学院大学、理工学部の 4 年生で、大学では主に遺伝子組み換えを扱う研究を行っています。趣味は映画を見たり、友達とぶらぶらすることです。好きなスポーツはサッカーで中学校の時は全国大会に出場しました。好きな食べ物は甘いもの全般で、嫌いな食べ物



はピーマンとトマトです。この度は 2 年生のクラス HR と生物の授業でお世話になります。多くの皆さんとお話出来たら嬉しいです。



乾 丈仁(いぬい じょうじ) 先生

保健体育／3 組 HR 担当

教育実習生の乾丈仁です。三田西陵の 23 回生です。大学は宮城県にある仙台大学です。担当教科は保健体育です。専門種目はバレーボールですが、中学校の時はバスケットボール部でした。体を動かす事が好きで、最近はカバディに挑戦したいと思っています。カバディやってるよ、という子がいればぜひ色々教えてください。3 週間という短い期間ですが、たくさん皆さんと交流していきたいと思いますのでよろしくお願いします！



ジメジメ！梅雨シーズン到来！

～梅雨にまつわるあれこれを調べてみました～

Part1 「梅雨」の由来

もともとは「カビをもたらす雨（黴雨）」から

「梅雨（ばいう）」は中国から伝わった言葉で、もともと別の漢字「黴雨（ばいう）」に由来するという説があるそうです。梅雨は日本だけでなく、中国の南部などアジアの一部で起きる気象現象で、この 6 月頃に降る雨は「カビをもたらす雨」であることから、中国では「黴（カビの意）の雨」と書いて「黴雨（ばいう）」と呼ばれていたそうです。その後、同じ発音の「梅（ばい）」の字が当てられ、現在の「梅雨」となりました。実際に梅雨の 6 月頃は「梅の実」が熟す頃です。また、梅は古くから日本人に愛されてきたので、良い印象のある梅の字が入った「梅雨」という言葉は日本で定着したと考えられているそうです。

参考：<https://zatsuneta.com/archives/006882.html>



Part2 「梅雨」のメリット

雨の日が続いて憂鬱になりがちな梅雨の時期。
少しでもポジティブに梅雨をとらえてみませんか？

梅雨（雨の日）のメリット5選！！

1 花粉が飛びにくくなる

雨が降ることで空気中の花粉が地面に落ちるため、花粉の飛散量が減少します。花粉症の人はありがたいですね。

2 お肌に優しい

雨の日の紫外線量は晴れた日に比べ約3割減少するため、日焼けやシミができにくくなります♪また、湿度により乾燥やかゆみ、肌荒れも防いでくれます（肌に良い湿度は65％）。

3 ドライアイになりにくい

空気が乾燥するとドライアイの人は特につらいですね。梅雨は湿度が高く保たれるのでドライアイになりにくいです。ドライアイによる頭痛や目の痛みから解放されますね。

4 熱中症になりにくい

5月になると気温が急激に上がり暑い日が続きますが、梅雨の時期は気温も少し落ち着きますね。

※湿度が高過ぎると軽い熱中症になる事があります。十分な換気とこまめな水分補給を忘れずに気を付けましょう。

5 癒し効果（1/f ゆらぎ音）

雨の音は「1/f ゆらぎ」といわれています。雨の音の以外に1/f ゆらぎの例は、人の心拍の間隔、ろうそくの炎の揺れ方、電車の揺れ、小川のせせらぐ音、目の動き方、木漏れ日、蛍の光り方などがあるそうです。雨の音を聞くと心が落ち着くあと感じる人はいませんか？この1/f ゆらぎは脳波をアルファ波にする効果があり、アルファ波によって心が落ち着き、また脳内の集中力も高めてくれるそうです。

梅雨の時期にたくさん雨の音を聞いて心を癒しましょう。

（参考：<https://ja.wikipedia.org/wiki/1/f%E3%82%86%E3%82%89%E3%81%8E>）

《雑学クイズ答え》 詳細は下記のサイトより

問1：① 問2：① 問3：③ 問4：① 問5：① 問6：③

参考：<https://help-nandemo.com/zatugaku-kuizu-6gatu/>

＼＼全6問正解できたらクイズ王！／／

Part3 「梅雨」シーズンの雑学クイズ

第1問 6月1日は、「あずきの日」。あずきにちなんで、“あずきバー”は硬い！とされています。硬すぎる理由とは？

- ① 添加物が使われていないから
- ② アイスが溶けないように水分を飛ばしているから
- ③ あずきの成分が凝固するものが入っているから



第2問 6月8日は、「果物の日」。果物にちなんで、ネコはある果物を食べると酔っ払ってしまいます。ある果物とは？

- ① キウイ ② バナナ ③ オレンジ



第3問 6月9日は、「クジラの日」。クジラにちなんで、クジラの祖先はある動物とされています。ある動物とは？

- ① 馬 ② ワニ ③ カバ



第4問 6月12日は、「わんにやんの日」。わんにやんの“にゃん”にちなんで、ネコは体のあるところでしか汗をかけません。体のどこでしょう？

- ① 肉球 ② 耳 ③ しっぽ



第5問 6月15日は、「お菓子の日」。お菓子里にちなんで日本のスナック菓子代表のポテトチップスを売り出している会社、カルビーの名前の由来はなんでしょう？

- ① カルシウムのカル、ビタミンのビーをとってカルビー
- ② 創業者が、肉のカルビが好きだったのが由来
- ③ 軽く（カル）食べられるビタミン（ビー）で、カルビー



第6問 6月19日は、「シュークリームの日」。シュークリームにちなんで、シュークリームのクリームを落とさずに、上手に食べる方法はどれでしょう？

- ① 一口で食べる
- ② クリームをいれる小さな穴から吸う
- ③ 上下さかさまにして食べる

