

昌平通信

平成22年7月5日第44号
編集・発行
昌平高校通信課程
いわき学習センター

福島県定時制・通信制 高校体育大会

6月12、13日の2日間にわたり福島県定時制・通信制高校体育大会が郡山で行われました。本校からは柔道、卓球、バドミントン、ソフトテニスの競技に出場しました。

選手の皆さんは日頃の忙しい合間で練習を行い、当日を迎えましたが、限られた練習での成里を思う存分發揮できたようです。

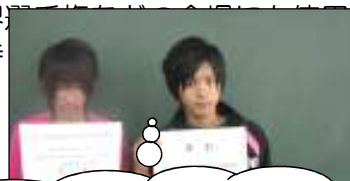
卓球・バドミントン…惜しくも2回戦、3回戦で敗れたものの大健闘をみせてくれました。



そんな中、ソフトテニス（ダブルス）に出場した小池秀憲くん（3年次生）、安島隆嘉くん（3年次生）ペアが見事優勝し、8月に開催される全国大会への切符を勝ち取りました。全国大会の会場である有明テニスの森公園テニスコートは世界で知られる立派なテニスコートです。大舞台での二人の活躍に期待

さらに柔道に出場した鈴木章行くん（2年次生）も準優勝に、齋藤朝香さん（2年次生）も3位に入賞しました。

鈴木くんについては、福島県の選抜チームの一員に選出され、8月に東京にある講道館で開催される全国大会の団体戦に出場することが決定しました。昌平通信生として福島県代表として精一杯競技してきてください!!



全国大会でも頑張ります!!
応援宜しくお願いします。

体育スクーリング

5月31日（月）平体育館で今年度第1回目の体育スクーリングが行われました。内容は準備運動、ストレッチ、バレーボールでした。

久々の運動でなかなか思うように体が動かず苦戦している生徒もいましたが、終わった後はみんな清々しい顔で帰路についていました。

これからはもっともっと気温も上がり、暑くなりますので、体育スクーリング時にはスポーツ飲料等を持参し、こまめに水分補給をしながら臨みましょう。

なかなか思い通りの方向に
トスが上がらず苦戦中…。



ウォーミングアップのジョギングをする生徒たち



〈7月の行事予定〉

- 5日 7月HR
- 6日 原町HR
- 13日 家庭科スクーリング
(蕎麦打ち体験学習)
- 16日 懇親芋煮会
- 26日 レポート締切日
- 27日 レポート締切日
(原町)
- 29日 情報スクーリング
(いわきコンピュータカレッジ)
- 31日 夏期休業
1~8/16)



確たる記憶ではない。小学校の四年生の頃だったと思う。わが家で子山羊を二匹飼うことになった。一匹は雄で、小屋に入れた時から暴れまわり、頭で羽目板をぶんぶん突いた。私が草を口元に差し延べても、頭を振って食べようとしない。とんだり跳ねたり、落ちつきがなく、やたら怒りまくっていた。「こいつ、性格悪いねえ。」と兄に言う。「子供だから仕方ながつべ。」と言って笑った。もう一匹は雌で毛並みが真白でやさしい目で見つめ、鼻声で短く鳴いては顔をすり寄せ、差し出す草もおいしそうに食べ、やわらかい舌で私の手までなめた。雄には頭突き音から「ゴン」という名前をつけ、雌には毛並みの白さから「ユキ」と名前をつけた。

成長してユキは子を産み、乳を沢山出した。近所に男の赤ちゃんが二人いて、毎朝母がしぼったまだあたたかい乳をそれぞれの赤ちゃんの家に届けるのが私の仕事だった。ゴンも成長するとますます乱暴になった。私が縄をつけて野原へ引き出そうとすると、きまって腿か尻にドスツと頭突きをするのだった。痛さにかがみこむと、そのままずると地面を引きずられることもあった。小学生の私にはゴンを世話するのは本当に辛い仕事であった。

ある時など、父がせわしく私を呼ぶので庭へ出ると、父が丹精した松の盆栽をがぶりどくわえて振りまわっているではないか。父は「こいつあ、やられた、やられた。」と絶叫し、「なんできちんと繋いでおかないんだあ!」といきなり拳骨をくらった。

私はゴンをようやく小屋へ入れて掛け金をかけ終えた後で、じわじわと拳骨の痛みを感じた。庭に戻ると父は肩を落として盆栽の手入れをしていた。

やがて野山は初夏に入り、新緑に萌える頃となった。私がユキの乳を届ける山村さんの家にお爺さんがいた。近所の子供達は一緒にこの爺さんを怖がっていた。両手を後ろ手に組み、やや前かがみにのっしのっしと歩き、大きく見開いた眼でにらまれると、一層怖かった。そしてすれちがい際に「ゴホン」とする咳払いにはびつくりしてとび退くほどだった。

ある朝ゴンはまたしても失態をやらかした。こともあろうに、今度は山村の爺さんの畑の青麦を、一畝の半分ほど食べてしまった。兄が気づいて小屋に入れたそう。今度は兄からさんざん叱られ、昨夜ゴンを小屋に入れた後、掛け金をするのを忘れた過失を兄から責められてきた。父からは「お前みたいなの、山羊の世話もできない奴はどうていものになるまい。」と説教され、自分で行って謝って来いときつく言われた。

山村さんの家への道すがら、私はすでにしゃくりあげていた。爺さんからどんなに叱られるだろう。もしかしたらどなりつけられ、張り倒されるかもしれないと思うと、胃の中から苦い水が口に逆流した。あの寒風の中、一生懸命麦踏みをしていた爺さんの姿が脳裏をかすめた。ゴンは爺さんが丹精こめた麦を食べてしまったのだ。

麦畑の近くまで来て私は足がすくんだ。爺さんがこちらを見て立っていたのだ。私は声にならない声で「爺ちゃん、勘弁してください。山羊が麦を食っちゃって、本当に勘弁してください。」

進路指導部から提案!! 「朝チャレ!」



朝チャレ!とは環境省が推進している朝早くから活動して夜はゆっくり休むという新しいライフスタイル。早寝早起きは健康的であるだけでなく、夜の電力消費を抑えることでCO₂削減にもなる、自分にも地球にとってもプラスになる生活習慣です。

6月に行われた三者面談では具体的な進路についてのお話し合いもりましたが、皆さんの生活習慣のなかで、特に「就寝・起床時間と食生活について」も伺いました。すると、夜更かしをして朝方に就寝し、起床は午後になってから…という生活を送っている人が半数程おり、食事も朝食を抜き、1日1~2食しか採らないという人が大半を占めていました。

そこで進路指導部から提案したいのが、「朝チャレ!」。特に実践のおすすめは「食事」「運動」「学習」の3つです。

目覚めただけの体は、まだ眠りからさめていない状態です。朝の光をしっかりと浴びて、まずは朝ごはんをきちんと食べることで頭にも体にもパワーが補充されます。さらに軽い運動をすると血行がよくなり、脳も体もしっかり目覚めて仕事の効率も上がります。また、朝は休養も十分で、スッキリ目覚めた後は学習にもぴったりのコンディション。静かで限られた時間だからこそ、より集中して学べます。

