

# 西高だより

平成二十二年十二月二日発行  
西高だより編集委員会  
〒100-7755 東京都千代田区西葛西  
1-1-1 西高ビル2階

## 今年最後の、最後の最後まで動!

## 日年の最後に一皮むけて大きく成長

### 進路講演会(1・2年)

今年度2回目の日に、2年生対象に開かれました。今回は秋田県スポーツセンター野村明世氏にお越し頂きました。基本的なメンタルトレーニングについて、お話ししていただきました。途中、一人一組になつて、やまけんして、自分自身で自分の気持ちをコントロールする簡単な方法を持みんな学びました。中でもアブラス思考については、普段の生活から実践してほしいというコメントが、①元氣よく挨拶する②こうで区別すること、それがそれぞれ大事という人間、コントロールできない部分にとどまらず、多くを、その点が大事になつてきている。また、セルフアサーションについても勉強しました。自分自身に自己暗示をかけるような言葉を意識して言葉にします。それによって、自信を持って行動できるようになるものです。

この講演で学んだことを普段の生活に生かしましょう。きつと自分の夢、目標に近づけることができます。



### RY防止講座

12月12日のLHRの時間を有効に使って頂きました。講師は橋本仙市男女共学同窓会の高橋寛光氏です。同窓会の高橋氏の話は、生徒も引き込まれていました。途中、4人一組になつて、紹介スに答えながらアンケート結果をとりまとめ、自分から考えながら、どちらの報道が正しいかを答えます。毎日力に認める二ユリスの背景や一般の方々の認識と実際の被害者、加害者の思

いのスレなどを教えていただきまし。高橋さんから、①暴力を絶対に許してはいけない、②自分を大切にしましょう、③他人に対する思いやりを待ちましょう、というメッセージがありました。これは人間どうしのより良い関係を築くために基本的なことだと思います。お互いに意識して生活したいものです。



### 各部新人戦

- ◇**県南新人大会**  
団体2部3位  
無敵の部 進優勝 金 泰晴
- ◇**バスケットボール部**  
◇**ウエスタンカップ**  
一回戦 西仙北64-70 花輪
- ◇**県南新人大会**  
予選リーグ西仙北26-102/06 湯沢翔北
- ◇**サッカー部**  
◇**全県新人大会**  
一回戦 西仙北2-4 秋田南
- ◇**秋田県ユースサッカーリーグ**  
2部 9勝4敗1分で2位  
1部リーグ昇格! 入れ替え戦  
西仙北4-2 横手清隆
- ◇**バドミントン部**  
◇**県南新人大会**  
1部 男子シングルス 佐々木悠介(2B)  
女子シングルス 進護圭介(2B)  
2部 男子ダブルス 佐々木悠介(2B)  
女子ダブルス 木野里(2B)  
男子ダブルス 斎藤大雅(1A)  
鈴木海斗(1A)  
3 準優勝 鈴木海斗(1A)  
斎藤大雅(1A)  
三浦謙(1C)
- ◇**全県新人大会**  
11月29日、12月1日まで  
結果は次号でお知らせします!

- ◇**県南新人大会**  
予選リーグ  
西仙北 六郷 2-2 雄物川  
西仙北 六郷 2-0 横手城南  
西仙北 六郷 2-0 横手城南

- ◇**美術部**  
◇**高校総合美術展美術工芸部門**  
デザイン部門  
入選 高橋結 (3A) 『微笑』  
片山 綾 (3A) 『手紙』

- ◇**書道部**  
◇**高校総合美術展書道部門**  
推奨 齋藤昭宏(2B)  
加藤健也(1A)  
上村意太(1B)  
入選 渡辺千登(1C)  
沼田浩一(1C)

今年度は、3日間アトリオンに展示されました。土日に練習し、作品制作に集中して取り組みました。集めた作品は、今年度最後の作品展(書友社主催)出品に向けて頑張ります。

### 最優秀賞受賞

9月に行われた一命の大切さ学習で、犯罪被害者の話を聞き、全校生徒が手紙を書きました。その中から何人かの生徒が、その手紙を元に感想文を書きました。その報告を聞き、本校の高校生からも同じように出された感想文の中から本校3年渡辺麻友さんが最優秀賞を受賞しました。

先日県庁第2庁舎大会で『犯罪被害者週刊』『県民つどい』が開催され、その中で、渡辺さんと他2名の最優秀賞受賞者が作文を朗読し、表彰を受けました。

### 授業研修

先生方が授業に関する研修会を開きました。事前にアンケートを実施し、普段の授業で悩んでいるところや、授業をまどめ、その中から情報交換しました。これまでに人の研修会と違い、このまどめを軸に工夫しました。その中で、生徒の意見を聞きかきかたには、わかる授業、目指さなければならぬということ、わかって授業とは？わかる授業にするためには？などと若い先生方からは、経験豊富な先生方からは、経験談やアドバイスが与えられました。



### 互見授業研究

今年度2回目の互見授業研究が、授業研究委員会で行われました。上記の約2週間、授業研究を踏まえ、先生方一人一人の取り組みをお互いに参観し合いました。事前に、授業を見、その参観の感想や意見を交換しました。授業の感想や意見を、反省については、全職員で確認し、再び自らの授業に生かしていきま

### 指定3教科研究授業

互見授業期間の一つのメイン行事として研究授業が行われました。指導3教科が先生、地理公民科の永井先生、理科の佐川先生がそれぞれ、その授業を公開しました。当日は、その授業の該当生徒のみ参観して、他の教員もいずれかの授業を参観しました。授業終了後は、その授業について、授業研究会を開き、その中で情報交換しました。一連の研修の中で、先生方も授業に対する意識を高め、取り組んでいきます。



### 分野別進路ガイダンス

2年生が行いました。進路決定まであと一年もない2年生が自分の進路希望に合わせた進路の話を聞き、就職希望者は、就職の現状についても話を聞き、また、まだ先だと思

っている生徒も多いですが、1日でも早いスタートが自分の進路にとっても大事なことです。



### 普通高校簿記実務

#### 簿記実務競技大会

2年間の簿記1の修業の集大成として参加してきました。3Aから精鋭6名が参加し、3人が3人ずつ2チームに分かれて、8校戦しました。1チームが5位、鈴木、高橋、田中チームが6位という成績でした。



### クリスマスツリー飾り付けボランティア

先日、1年生が各クラス2班に分か

れて計6箇所の地域の施設でクリスマス用の飾り付けボランティアを行いました。毎年行っている行事で、新たな飾りつけ、この日のためにとどむれあひなが、飾り付けをしていただき、利用者からは、一施設がきれいになった、など声をかけられました。

### 生徒会役員選挙

これまで頑張ってきた3年生中心の生徒会に代わって、新しい役員を選出しました。当日は、新立会い演説会を行いました。投票も行った。役員については、次号でお知らせします。

### 特活だより

◇**野球部**  
先日グラウンドの冬支障をしました。ベンチの屋根を外し、ネット類を一面所に集めました。シーキングハンターハウスの中に入れて、もうすぐグラウンドも一面の朝世に包まれます。5ヶ月間、限られた中でトレーニングします。まだ、オフ期間のTKDGも始まり。叩き合ってください。アネージャが練習終了に合わせ、3分の2を吹いてくれます。練習後は選手が食べます。体と心を養っていきます。

### 師走の行事予定

- 8日(土) **2学期期末検査**  
進2学期の締めくくりにあわせて、進2期や卒業にも大きく影響してきます。中間考査で思うような成績を取れなかつた生徒は、各学年の補習がめいります。授業をしっかりと、自分が基礎となる最大限の準備をしなす。
- 20日 **2学期終業式**  
長かった2学期も終わります。年末ギリギリに成績表も届きます。一つ一つを生かすの頑め、3学期に一つ一つの生かしていきましょう。
- 3学期の閉業式は、1月14日です。
- 冬休み **各学年補習**  
各学年ごとに補習が計画されています。後日、各学年ごとに案内が配られますので、確認して申し込みをこのために積極的に参加しましょう。

