



食育

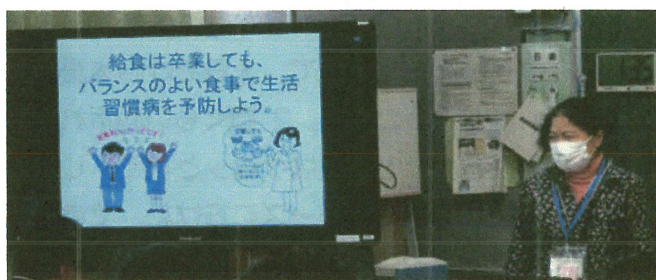
10月21日から11月19日にかけて、給食時間にすべての教室を順に回って食育の授業を行いました。長崎市北部エリアの栄養教諭、滑石中の小森先生にお越しいただきました。画像を使いながら各学年に応じたお話でした。食べながら生徒たちはよく話を聞き、食の大切さを学びました。

1年生では、給食の栄養について、成長期に必要な栄養と給食のかかわりについて学びました。

2年生では、食が体にどう影響するか、便秘や睡眠への影響などを学びました。



3年生では、生活習慣病と食生活について、バランスよく食べることや塩分量を考えた食べ物の選び方を学びました。

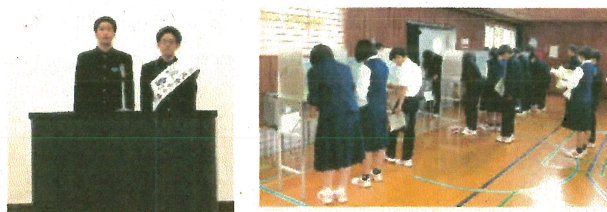


佐世保高専 半導体授業

12月1日2年生の全学級を順に回って半導体の授業を行いました。佐世保高専から猪原先生をお招きして、半導体とは？半導体の活用、長崎と半導体の関係等々。半導体とプラズマ研究の研究者でもある猪原先生のお話は大変興味深いお話でした。この日毎日新聞の取材もあり、次年度の科学系の雑誌「Mook」に授業の様子が掲載されることになっています。

生徒会役員選挙

11月27日生徒会役員選挙が行われました。次代の小江原中を支える重要なメンバーを選出します。立候補者、応援演説者ともに立派に演説を行い、これからの小江原中を支える決意を述べました。その後投票が行われ、翌日開票結果を公表しました。選挙に出馬した生徒、応援演説者だけでなく選挙管理委員として活躍した生徒たちもよく頑張りました。



選挙結果は次の通りです。

生徒会長	2年	渡島 樹
副会長	2年	村中 弦音
	1年	平野 友絆
書記	2年	寺中 心之介
	1年	井上 咲良

この後、各専門部長の選出が行われ、1月にはすべての次代生徒会役員が決まります。

長崎ヴェルカ伊藤 GM 講演会

12月3日、長崎ヴェルカの社長兼GMの伊藤拓摩氏をお招きして講演会を行いました。参考ま



でに裏面に講演会のメモをまとめています。生徒たちにメッセージをしっかりと熱く語ってくださいました。質疑応答でもたくさんの質問に一つ一つ丁寧に答えてくださいました。

ぜひご家庭でも話題にしてください。

12月3日(水) (講演会メモ)

「長崎の輝く未来社会を創るクリエイター講演会」

長崎ヴェルカ GM 伊藤拓摩 氏

☆ 仕事とは？

誰かの困ったことやうれしいことを解決すること
仕事＝必要性の解決×対価 お金を払うのは、
それがないと困るか、あるともっと嬉しいから。
人が必要を感じる限り仕事は生まれる。

☆ ヴェルカを必要であると思ってもらえる会社にしていきたい。

必要とされる、なくてはならないチームを創ろう。
目的をはっきりする⇒ミッションを立てる⇒どう
いうバスケットをするか(ヴェルカスタイル)⇒人(選
手やスタッフ)を探す
だから、優勝は目標ではない。方法である。

☆ 小江原中のみんなに身に付けてほしい
スキルとマインドセット

キーワードは成長し続ける

・オーナーシップ

自分事にできるということ。言い訳を探すので
はなく人のせいや環境のせいにするのではなく、
自分の課題を考えて変えていこうとすること。

・好き・夢中になれるか

(厳しいトレーニングや飲食の我慢など) 苦し
い中に楽しみを見つけられるか。

・巻き込む力

どれだけ人を巻き込めるか、そして自分の成長
に変えていく。人から助けたいと思ってもらえ
る人間になるかどうか。(高比良選手：自分の成
長は別の人のサポートのおかげと思って常に感
謝を言う。)

・グロウズマインドセット

結果を出すことが次につながるけど、結果はコ
ントロールできないことがある(よくやっても
ダメな時がある)。結果だけに集中するとうれ
しい悲しいに揺さぶられる。成長することだけ
に集中する。(シュートを10本うって7本入

った時に、あーと思うか、いや、7本入った時
ってどういう？3本外れたときってどうい
う？その3本を決めるにはどうしたら入る？
を考えられるということ。)

結果じゃなくて過程に目を向けて自分の成長す
ることに集中する。

でも失敗することもある。失敗は捉え方で変わ
ってくる。

失敗した時に3つのことをしなくちゃいけない。

① Recognize しっかりと失敗を認めるこ
と 認知すること

② Learning 学ぶこと

③ Forget it 必要なら忘れてもいい

失敗にとらわれるか成長に変えられるかは大き
く違う。なぜ失敗したのか学び成長することが
すごく大事。失敗を成長に変えられるようにな
ってほしい。

「ヴェルカがあることで

皆さんの人生がワクワクするように。」

質疑応答から(一部)

Q アメリカに一人で行った時、苦しかったこと大
事にしていたことは？

常に楽しいこと、成長に集中しているので、
どうやってよくするかを考えた。日本語を
話さないと決めて、土日だけ日本語の本を
読むようにした。2回くらい心折れそうに
なったけど翌日はケロッとして、じゃ次何
をするかのフェーズに行けた。できること
は何なのかを考えた。

Q 大事な場面ではどういう気持ちでプレーをした
らいいか？

一流の人は楽しめるんだと思う。プレッシ
ャーに立たされた時にどう考えているか。
今これはどういう状況？を考えて解決する
方向にマインドを持っていく。求める結果
にどうやったらたどり着けるかを考える。
こうなったらどうしようああなったらどう
しようと思わず。その体験を積み重ね、次の
機会に成長に変える。必要なら忘れる。