



人との関わり

中学教頭 太田 榮一

7月14日、西宮市立西宮養護学校と本校との2回目の交流会がありました。ボランティア部、マーチングバンド部合わせておよそ110名と西宮養護学校高等部およそ20名との交流でした。体育馆で演奏する力強い音楽や華やかな動きに、手を振り全身でリズムをとる様子を見ていると、温かい気持ちが自然に湧いてきました。また、楽器やパーカッションに挑戦する機会を設けたり、合同の演奏や記念写真の撮影など、時間が経つにつれてどんどんうちとけあって、参加者全員にとって心に残る交流会となりました。

道徳の授業やホームルームなどでノーマライゼーションについて考えるとき、特別に区別されることがなく社会生活を共にするのは当然なことだと、みんなが頭では理解しています。しかし、実際にお互いがふれあう経験は何物にも代えられない大切なもので、すばらしい機会でした。

ところでみなさんは、見知らぬ人が路上で困っているのを見かけたとき、どうしますか？

一般に私たち日本人はできるだけその人と関わることを避けようとすると、言われています。自分とその人の社会的な関わりを考え、そこに何らかの関わる必然性がなければ、「関係がない」ということで、素通りしてしまう。つまり、「なにか関わる行為をする」(doing)というところで、切り捨ててしまいがちです。ところが、欧米の人は全く逆で、人が困っていると、できるだけ同じ人間として関わろうとする。「自分とその人の関係は？」などと考える前に、同じ命をいたいたもの同士として、「存在」(being)のところで関わろうとする、と言われます。1985年、アフリカの飢餓救済のためのキャンペーンソング「We Are The World」も、このような想いで創られたものでした。

『本当に心の深いところで関わるには、相手の「存在」(being)に向けて語りかけ、自分も心を開いて相手のことばを受けとめることにある』むかし教わったことを思い出した、一日でした。



7月号
(第312号)

武庫川女子大学
附属中学校・高等学校
総務部

学年をA・B班の2つに分け、道央、道東方面に修学旅行に出かけました。クラス別コースでは、世界遺産の知床半島や、サロマ湖ワッカ原生花園探索、カヌーやボートを使って塘路湖川下り、釧路川源流下りなど、北海道の雄大な自然を満喫し、野生の鹿や狐にも出会えました。また、牧場での搾乳やバター作り、子牛への餌やり、トラクター体験、カーリング体験など北海道ならではの実習にも挑戦。生徒たちはそれぞれ初めての体験に歓声をあげていました。

2日目の「クラスマッチ」では担任の先生も参加してゲームやクイズをしたり、4日目のA・B班が初日はあいにくの雨に見舞われ、期待していた思い



高校修学旅行 合宿研修

自然・歴史・友情

高3 修学旅行 (6/15~19)

合宿研修

合宿研修



自分と時間をプロデュースしよう



第1回入試説明会 第2回オーブンスクールのお知らせ

入試説明会では校内の見学やクラブの体験ができます。オーブンスクールでは授業体験や食堂の利用体験ができます。

本校への入学に関心をお持ちの小学生や中学生の方にぜひお知らせください。

第1回入試説明会

8月21日(木) 13時~15時

第2回オーブンスクール

9月21日(日) 9時30分~15時30分
※自家用車でのご来校はご遠慮ください

伏登山は短縮コースとなりました。「もっと歩きたかった」や「普段話さない人ともおしゃべりできて良かった」という声が聞かれ、雨の中でも友達と元気に登山を楽しみました。

3日目は出石で城下町の散策と、名物の出石そばを味わいました。宗鏡寺（通称沢庵寺）を見学した生徒は、「美しいお庭で気持ちが落ち着きました」と話していました。

「今回の合宿研修を通して、日本の自然や風情などを、身をもって感じることができました。カヤックをするのは初めてだったのに、とても楽しかったです。みんなでやったスタンツも、とても盛り上がり大成功しました。これからクラスで活動するときや体育大会やSE発表会で団結力を発揮していくらしいなと思いました」と、この3日間は、これまで以上に友達のことを知り、親睦を深めることになりました。



要注意!! スポーツドリンクの落とし穴

夏本番を迎えて、熱中症予防のためにスポーツドリンクが効果的だと言われます。その通りなのですが、意外と知られていない落とし穴があります。

500mlのスポーツドリンクには、約1gの塩分が含まれています。日本人成人の1日の塩分の摂取量は、男性で10g、女性で8g、必要量は男女とも7gとされています。塩分の摺りすぎは、高血圧を招き、心疾患や脳卒中に繋がります。さらに、塩分の過剰摂取は胃ガンのリスクも高めます。

多量な発汗による塩分の補給は必要ですが、スポーツをしない時にスポーツドリンクを水やお茶代わりに飲むことは、健康被害につながる恐れがあるので注意しましょう。

（保健指導課）

です。1学期の終業式を終えたときは、「長く」、2学期の始業式前には「短く」感じる不思議な時間でした。学校の授業がないことは、自分の時間自分で自分でプロデュースしなければいけません。いい緩和が欠かせません。これを時間の使い方に当てはめると、「集中する時間」と「リラックスする時間」です。普段とは違う時間に余裕があるので、「リラックスする時間」の楽しさを何倍も多く感じることができるということです。人間の脳は「苦労する時間が多いほど、楽しさなどの感じ方のご褒美が多くなる」ようになります。是非、「長く、短い」うちに、多くの「楽しみ、喜び」を感じられるよう、自分と時間をプロデュースしてください。

本番はこれからです。全国大会でも勝ちたいという気持ちで自分らしい柔道をしていきたいです。



国大会で
いました
自分の
か分かり
の約一ヶ
習して、
代表とし
ます！

放送部 福本媛乃さん（高2）

全国大会への出場が決まったときは信じられなくして、名前を何度も確認してしまいました。両親や友人が喜んでくれて、特に母から「よく頑張ったね」と言われたことが嬉しかったです。その時に、支えてくださった皆のために、全國大会で頑張ろうと改めて思いました。



(行 事 予 定 表)

月日	曜	行 事 内 容
8/1	金	高2 SE ワークショップ（浜甲子園バス：～3日） 中1 SS 合宿研修（宍道湖・秋芳洞等：～3日）
4	月	中2 SS 合宿研修（産業技術記念館・犬山等：～6日）
5	火	SSH生徒研究発表会（横浜：～7日）
6	水	朝小サマースクール
9	土	休日
19	火	リーダートレーニング（北摂キャンパス：～20日）
21	水	全校登校日（全校朝礼8：45～） 第1回中学・高校入試説明会（13：00～15：00）
22	金	中1 SE イングリッシュ・キャンプ（北摂キャンパス：～24日）、中2・中3 SE ワークショップ（浜甲子園キャンパス：22～23、25日）、高1 SS 海外研修（マレーシア：～27日）
24	日	高1 SE イングリッシュ・キャンプ（北摂キャンパス：～26日）
25	月	中3 SS 合宿研修（海洋研究開発機構等：～27日） 高2 SS 合宿研修（東京方面：～28日）
9/1	月	始業式、音楽教室申込み（～6日）
2	火	全校実力考查（～3日）
3	水	第3回全校各委員会（13：00～）
4	木	第2回教育実習（～26日）
6	土	教育実習生を迎える式（8：35）
9	火	高3 実力考查追試（～10日） 中1会食、ブラウンライスウイーク（～17日）
10	水	中2会食
11	木	中3会食
13	土	休日
15	月	敬老の日
16	火	2時間合同練習（中3・中2・高2）、高1会食
17	水	2時間合同練習（中1・高1・高3）、実力考查通知表渡し、高2会食、始業前行進練習（高1・中1）
18	木	高3会食、始業前行進練習（高2・中2）
19	金	各学年種目別練習（1～6限）、始業前行進練習（高3・中3）
20	土	始業前行進練習（予備）
21	日	第2回オープンスクール（9：30～15：30）
22	月	2時間合同練習（高2・中3・中2） 第5回家庭教育講座（13：30～）
23	火	秋分の日
24	水	2時間合同練習（高3・中1・高1）
26	金	教育実習生との別れの式（8：35）、体育大会予行準備
27	土	休日
29	月	体育大会予行練習（総合スタジアム）

全国大会出場者の決意

柔道部
花田あかりさん
(高3)

「負けたくないじゃない。勝ちたいと思いなさい」

絶対に全国大会に行きたくて、日々の稽古を妥協することなく頑張りました。予選前は体調を崩さないか、怪我はしないかと不安がよぎりましたが、一緒に稽古している部員のおかげで不安もなくなり、試合当日を迎えることができました。総体では、自身

English Speakers' Corner in Mukogawa (3)

Global Languages



N.C. Hutchinson

Do you like to travel? Does the idea of seeing different sights, exploring far-off cities, or tasting exotic foods sound exciting to you? Traveling can teach you a lot about the world, and also about yourself! You can learn about different cultures, make foreign friends, & learn your own inner-strength through adventuring in foreign countries.

But how can you build new friendships & manage traveling in a country which doesn't speak your Japanese? The answer is: English! Of course, there are countries in which English is the native language. These might be the United Kingdom, Australia, Canada, or the U.S.A. for example. But, did you know that English can help you in your travels to other countries also? Have you ever thought about traveling to places like South Africa, Hungary, India, or Italy? These countries all have their own national language, but a large percentage of the people there also speak English. Especially the young generation! In many countries, like India & Hungary, children begin learning English from elementary school. Because of this, young people in many countries speak English rather fluently. In fact, in India, most schools teach all subjects in English only starting from junior high school! Once you try to talk in English while abroad, you can learn many things about the country's people, language, history & culture! So, if there is ever a foreign country you would like to see, remember bring your English with you! It is the best travel accessory you can bring with you!

国際的な言語

旅行をするのは好きですか。いつもと違う景色を見たり、遠くの街へ出かけたり、その土地独特的の料理を食べたりすることを考えると、わくわくしませんか。旅行をすると世界について、そして自分のこともたくさん学ぶことができます。外国を旅行することで、異なる文化を学んだり、外国に友だちを作ったり、自分の内なる強さを発見できたりします。

でも、いったいどうやって日本語が通じない国で新しい友だちを作ったり、旅行して回ったりできるのでしょうか。答えは、英語です。
もちろん、英語が母国語である国もあります。イギリス、オーストラリア、カナダやアメリカなどがそうです。でも、英語って他の国々を旅するときも役に立つことを知っていますか。

南アフリカやハンガリー、インド、イタリアへ行ってみたいと思ったことはありませんか。これらの国では公用語は英語ではありませんが、多くの人が英語を話します。特に若い人たちは。

に石川ハンド、フランス、イングランドやハンガリーなど多くの国では、小学校から英語を習い始めます。そのため、多くの国では若者は英語をかなり流暢に話します。実際、インドでは、ほとんどの学校では中学校からすべての教科を英語のみで教えます。

では中学校から、への教科を英語のみで教えてます。外国にいる間に英語で話すようにすれば、その国のの人や、言葉、歴史や文化など多くのことを学べます。もし、外国で行ってみたい国があれば、習った英語を使ってみると忘れないように！外国へ行くときは、日頃習っている英語こそがいちばん大事な携行品ですよ。

こんにちは。全校代表委員会委員長の前田あすかです。新しく委員会制度も変わり、今年で3年目を迎えます。さらに武庫女が良くなるためには、何が必要か、みなさんは何だと思いますか？私たち常任委員会の話し合いの中で、様々な意見が出ました。公共のマナー、友だちへの気遣い……みなさんに思いあたる点があると思います。もちろん、私自身にもあります。何が必要か、そういう事を考え、何度も話し合いを進めていく中で、「一番大切なのは、「心」ではないか」という考えになりました。一人一人が相手を思いやり、気遣う心……そういう「あたたかい心」がプラスされれば、もつと素敵な女性になれると思います。

先月行われたサマーコンサートでの募金活動では9万7300円が集まりました。ご協力いただき、ありがとうございました。

☆様々な分野での活躍☆

決勝	◇第61回N H K杯全国高校放送コンテスト兵庫県大会 6／14～15(甲南大学岡本キャンパス)	平岡 幸奈(高2) 中村愛央衣(高1) 村上 聖奈(高2)
アナウンス部門	朗読部門	【水泳部】
ラジオドキュメント部門	優秀賞 福本媛乃(高2) 優良賞 木村奈央(高1) 奨励賞 鬼防理子(高2) 優良賞 植西夏織(高1) 優良賞 澤村優海(高2) 木下真綾(高1) 内田理沙(高2) 木下恵利奈(高2) 近藤優佳(高1)	◇関西選手権水泳競技大会シンクロナイズドスイミング 6／21～22(大阪プール) ・チーム 第1位 太田 有美(高3) ・デュエット 第3位 太田 有美(高3) 第67回兵庫県高等学校総合体育大会水泳競技大会 6／26～28(ポートアイランドスポーツセンター) ・200m平泳ぎ 第3位 米田 百伽(高3)
ラジオ番組部門	奨励賞 「on the way」 ※この結果、福本さんは東京で行われる全国大会に出場します。 ◆第31回N H K杯全国中学校放送コンテスト兵庫県大会 7／6(N H K神戸放送局) 優良賞(第3位) 「玄米の魔法」	◇第68回兵庫県民体育大会柔道競技 6／22(兵庫県立武道館) 第3位 山本奈々瀬(高1) ・女子70kg級 優勝 三木 晓代(高2) ※この結果、三木さんが国体選手に選ばれ、8月に行われる近畿ブロック大会に出場します。

全校代表委員会より

朗讀部門	入選
植村	桃衣
浦川	(中3)
都彩	(中2)