



4月号 (第400号)

武庫川女子大学 附属中学校・高等学校 総務部



「想像力と計画と」

校長 世良田 重人

桜花満開の四月二日、他校の多くに先駆けて入学式を行いました。中...

私は、この始業式の式辞の中でこう話しました。「一年後の自分を想像してください。想像力は、...

本校の穏やかで落ち着いた雰囲気は、皆さんの、互いに相手の気持ちを思いやることができる暖...

縦三×横三の合計九マスを書き、それぞれを更に小さな三×三の合計九マスに分割します。そして、...

今夢を探しているときだという人(多くの人がそうだと思います)は、焦ることはありません。...

満開の桜を迎える中、4月2日(土)に中学校・高等学校の入学式が中央キャンパスの公江記念講堂で行われました。

新しく就任された世良田重人校長先生は、「人生の目的とは何か―それは、本学の立学の精神にある...

令和4年度 附属中高入学式

未来に向けて夢を描く日の始まり

武庫川フェスティバルまで、1週間をきりました!

今年の武庫川フェスティバルのテーマは、「紡ぐ・織り成す」です。そしてテーマ曲は、全校生徒の皆さんの投票により、Alexandrosの「ワタリドリ」に決定しました。



今年度は「生徒同士の結びつき」を大切にしたいと考えています。テーマにある「紡ぐ」には、さまざまなものをより合わせ、ひとつのものを作り出す、という意味があります。

「紡ぐ・織り成す」というと、糸を連想し、一枚の布を作り上げるような印象も浮かびます。布には様々な模様があるように、私たち生徒一人ひとりの個性が輝き、多様性が認められる武庫川フェスティバルにしたいです。

また、今年度の武庫川フェスティバルでは、MSタイムで探究活動を行っているSDGsの目標を取り入れた運営を企画しています。今までの探究活動を通して培ってきた知識を活かしながら、改めて皆さんにSDGsについて深く考えてもらい、小さなことからのスタートでもいいので、皆さんが主体となって17の目標に取り組みきっかけになればいいなと思います。

が、高校入学式では伊熊歩美さん(高3)が、温かい歓迎の言葉を新入生に贈りました。新入生代表として、中学入学式では豊福友理さんが、「昨年の相談会に参加したとき、校長先生がおっしゃっていた『できるかできないかではなく、挑戦することが大切』という言葉が胸に、これからの学校生活を挑戦していきたいです。思いやりの気持ちを忘れずに、勉強や部活動に打ち込みたいです。」と、高校入学式では大江那歩さんが「緑溢れる木々や立派な校舎に感動をしながら、部活動体験では先輩方の優しさに触れました。先輩方のように、支え合いながら壁を乗り越えていきたいです。中学校生活の経験を生かし、周囲への感謝の気持ちを忘れずに、夢の実現に向けて頑張りたいです。」と誓いの言葉を述べました。

新入生たちは希望を持って、新たな中学校生活の一步を踏み出しました。

2022年度学校目標 『結実』

今年度の学校目標は「結実(ゆみ)」です。この目標には、自立性や自主性、自発性、主体性など、自ら考えて行動する力が少ないことや、コロナ禍で他学年や地域との関わりを感じにくいなどの課題を改善するために、それぞれの文字にも目標を定めました。



「結」には、先輩・同学年・後輩など生徒の縦横の繋がりがコミュニケーションを強め、結びつきを強めるといふ思いを込めています。「実」には生徒が軸となって一人ひとりが考えて行動(考動)するという思いを込めています。読み方の「ゆみ」には、弓矢のように各々の目標に向かって真っ直ぐに突き進むという思いを込めています。この目標を通して、委員会や部活動などで学年を超えた関わりを持ち、お互いに様々な価値観や考え方を共有すること、また自ら主体性を持って課題を設定し、解決できるようにすること、そして課題や困難に真摯に向き合い、挫けずに最後までやり抜く力を養うことを達成したいと考えています。今年度も、新型コロナウイルス感染症による制限は続きますが、この学校目標を各々が達成できるように、1年間積極的に、まずは周りの友達から関わりを持ち、自分の頑張りたいことや達成したいことに向けて目標を立てて進んでいきましょう。

常任委員会

令和4年度がスタート!

新任教員紹介

4月から本校に着任された8名の先生方から生徒のみなさんに向けてメッセージをいただきました。

世良田重人先生 (国語)



本校では、勉強、部活動、学校行事等、誰もが一度は輝くことのできるステージが用意されています。何で輝くかは実は自分でも分からない。何にでもチャレンジしてみよう。

山村修平先生 (数学)



今年度より、歴史と伝統ある武庫川学院の一員となりましたことを光栄に思っています。主に、数学と情報を担当します。皆さんと一緒に楽しく学んでいきたいと思いを。どうぞよろしくお願いたします。

宮武浩子先生 (国語)



すべての学びの基礎であり、人と共に生きる力の源である「ことばの力」を高め合える。皆さんとそんな授業ができれば嬉しです。

木村玲子先生 (英語)



英語を話すには「ものまね」。それにつきます。そして、「暗唱」。英語は「世界へとつながるツール」です。本学の英語教育は充実しています。一緒に楽しく英語を学びましょう。

山田美奈先生 (英語)



今年度から英語の授業を担当することになりました。授業や様々な学校行事を通じて、生徒の皆さんが楽しく有意義な学校生活を送ることができるようサポートさせていただきます。よろしくお願いいたします。

藤村純子先生 (英語)



今年度より、英語の授業を担当させて頂くことになりました。皆さんに英語の楽しさを少しでも伝えていきたいと思っています。いつでも気軽に話しかけてください。どうぞよろしくお願いたします。

松浦紗里先生 (家庭)



昨年度に引き続き、家庭科の授業を担当します。楽しく学べる授業を心がけ、みなさんと一緒に様々なことにチャレンジしていきたいと思えます。よろしくお願いたします。



おおひら れいじ 大平 礼二 先生 (英語)

Hello everyone! My name is Reiji Ohira, and I will be your English teacher. I am excited to be part of this big Mukogawa family. I was born in Italy, but I have been living in Japan for ten years. I love this country, especially its food and its wonderful people. I enjoy playing videogames, reading and teaching English. I can also speak Italian, so please ask me if you have any questions. Let's have fun studying English together. See you in class!

非常勤講師として7名の先生が着任されました。

- 山本 哲哉 先生 (国語・情報)
平松 山治 先生 (理科)
西田 晃 先生 (理科)
野口 琴絵 先生 (美術)
岡島みなみ 先生 (保健体育)
中木屋 潤 先生 (英語)
河原美智子 先生 (華道)

お世話になった先生方
これまで多くの教えをいただき、お世話になった先生方が退任されました。今後のご健康と活躍をお祈りいたします。

- 藤森 陽子 学校長 (数学)
小林 勝美 副校長 (保健体育)
秋山千代子 教頭 (家庭)
佐々木雅史 先生 (国語)
足立 京子 先生 (数学)
坂本 正孝 先生 (理科)
森村美穂子 先生 (美術)
小田裕一郎 先生 (英語)
濱橋 深 先生 (英語)
野崎 和子 先生 (華道)
五味 仁志 先生 (数学)
池内麻里弥 先生 (保健体育)
濱崎 康子 先生 (英語)
堀 史絵 先生 (英語)
江島 英那 先生 (中国語)

藤森陽子先生 ありがとうの気持ち

藤森陽子先生が、令和4年度3月をもって退職されました。

先生は2012年に本校に着任され、数学科の先生として教鞭をとられました。2015年から2年間、武庫川女子大学 学校教育センターにて勤務され、2016年には本校副校長と学校教育センター特



令和4年度 附属中学・高校学級担任

Table with columns for High School (高3, 高2, 高1) and Middle School (中3, 中2, 中1) levels, listing teachers and their subjects.

訃報 岸田 宏幸先生

岸田宏幸先生が3月27日(日)にご逝去されました。先生は2001年より非常勤講師として着任され、2003年より教諭として、理科と情報の授業を担当されました。

校務分掌では、時間割作成や管理、成績処理に関わる教務係を長く務められ、教職員からの信頼が厚い先生でした。どんな時も生徒想いで、生徒のことが大好きで、

自転車無事故無違反 表彰状をいただきました

本校が、昨年度自転車無事故無違反であったとして、兵庫県警察本部より表彰されました。代表で表彰状を受け取ったのは、岡村美玖さん(高3)と田中頌子さん(高3)は、「これからもみんなで交通ルールを守って自転車に乗りまします」と思いを新たにしています。



各学年の研修合宿・校外学習（4月14日）の様子



中学1年

4月14日（木）・15日（金）の1泊2日、本学北摂キャンパス（丹嶺学苑研修センター）にて、研修合宿をしました。

礼儀・作法や学習の取り組み方について学び、野外クッキングをし、クラスで親睦を深めました。その後、引き続き学習の取り組み方について学び、広い学苑内でスタンプラリーをし、さらに親睦を深めました。



中学2年
奈良で校外研修を行いました。学校からバスに乗り、東大寺に行きました。そして、奈良公園周辺で班別行動をしたあと、公園内で昼食をとりました。その後、平城京跡に移動し、歴史を学びました。新たなクラスでの親睦を深める良い機会となりました。



中学3年

吹田市にある万博記念公園に行きました。クラスごとに、国立民族学博物館での鑑賞、EXPO'70パビリオンでの体験学習をしました。昼食後はクラスレクリエーションとスタンプラリーをし、中学校生活の最後をともに過ごす新しいクラスの仲間たちと親睦を深めました。



高校1年

4月13日（水）・14日（木）の1泊2日、加東市東条湖にて、研修合宿をしました。基本的な学習習慣を身につけるためのオリエンテーションをし、クラスの親睦を深めるために、昼食はパーベキューをしたり、レクリエーションを楽しみました。



高校2年

徳島県鳴門市にある大塚国際美術館へ行きました。世界26カ国の西洋名画を鑑賞する機会はなかなかありません。班別行動をとおして仲間と楽しみながら鑑賞しました。



高校3年

京都市西部にある嵐山で、1日散策しました。高校生活の最後をともに過ごす新しいクラスの仲間たちと班別行動をし、親睦を深めました。



役員任命式

4月22日（金）、役員任命式がありました。学級委員長、学級副委員長、風紀委員、庶務委員、美化委員、保健委員、図書情報委員の各クラス12名が校長先生より任命されました。



役員を代表して、田中頌子さん（高3）が「武庫川フェスティバル」という大きな行事も控えており、新たな環境に順応し、より良い1年を過ごすための大切な時期でもありますので、精一杯務めさせていただきます。日々の学校生活を、輝きに満ち溢れるものにできるよう、精一杯努力して参ります。」と、力強く決意を述べました。

自分に合う部活動を見つけ、始めてみよう

新入生の皆さん、学校生活に慣れてきましたか。もうすでに入部届を出した人、まだ入部するクラブを決められず悩んでいる人、勉強と両立ができるか心配な人：いろいろな人がいるでしょう。

本校には18の体育部和22の文化部があります。毎日活動するクラブもあれば、週に数回のクラブもあります。自分に合うクラブを探し、入部することをお勧めします。

部活動は、教室で出会う友人以外にも、人との繋がりが広がる機会にもなります。また、同じ目標や目的を持った仲間が集い、時に笑い、時に涙する：そんな青春を感じられるのが部活動の醍醐味です。新しい自分を見つけ、生涯の友と出会うために、自分の眼で確かめて、自分に合う部活動を見つけてください。素敵な武庫川ライフを送りましょう。



ウイルスに負けない身体づくり
〜中高だより 400号記念によせて〜

武庫川女子大学 国際健康開発研究所長

家森 幸男

利己主義と云えば、あまり良くない印象ですが、コロナ禍の試練で、まず自分が健康でなければ、他人に迷惑をかける事を学びました。

自分が健康であつてこそ、人もウイルス感染から防げるのです。自分の健康が人の健康と直結する、利己利他であると言えます。まず、自分がウイルスに負けない身体を作ることがみんなで健康長寿社会を築く第一歩なのです。

今から2年前、ウイルス感染者が急速に重症化した時、日本より数十倍も死亡率の高い国々があり、中でも日本からの移住者が多いブラジルでのコロナの劇症化には心を痛めました。ブラジルでは、私共が世界保健機関(WHO)の協力で研究した世界61地域の中で、4地域を健診し、大変貴重な成果を得ました。

このWHO世界研究は、私共が開発した、世界で初めて人間と同じように脳卒中を発症する遺伝子を持ったラットでさえ、大豆や魚の栄養で脳卒中が予防できるという事実からスタートしました。今でも脳卒中は寝たきり、認知症になり、自立性を保つて暮らせる健康寿命が平均寿命より10年も短い最大の原因です。この脳卒中が少なく、20世紀後半、1980年代に日本一の長寿になったのが沖縄で、その沖縄からブラジルに移住された方々は、残念ながら沖縄よりも17年近くも短命になっておられ、長寿は遺伝ではなく環境によると分かったのです。特に、心臓の血管に動脈硬化がおこり、詰まると突然死をおこす心筋梗塞がブラジルで増加し、これが短命化の原因でした。正に長寿は遺伝ではなく、環境、すなわち食生活で決まるのです。

その際、分かったのは、心筋梗塞をおこすような心電図の異常が高齢者の多い1世では5%、ところがより若い2、3世では10%と倍増していました。それで大豆や魚を食べる日本の食生活は3代は続かないと分かったのです。

実はコロナ禍で毎日2000人もの方が亡くなったブラジルでは、共同研究者の報告では、日系人では、お年寄りの1世よりも、2、3世で重症化される方も多いためです。この感染症の最終死因は、血管が詰まる血栓症なのです。寿命を決定すると言え、心筋梗塞は、心臓の血管の血栓症です。私共の世界健診は、この心筋梗塞は大豆と魚を食べている国で

は少なく、世界一、大豆と魚を食べているのは日本人であることが、丸一日の24時間尿を集め、分析して分かったのです。日本人は魚と大豆を食べているから心臓死は少なく、世界一の平均寿命です。しかし、大豆・魚を最もよく食べている日本人は、食塩を1日12・5gとWHOの目標値、1日5gの2・5倍も多いのです。それでは、高血圧から脳卒中になり、せつかく大豆・魚を食べ長寿なのに、健康寿命は10年も短いのです。

健康寿命を延ばすのは、適塩で大豆・魚を食べ、塩の害を防ぐカリウムの多い野菜・果物、マグネシウム、カルシウムの多いヨーグルトを摂り、それを骨を丈夫にすれば、脳卒中に次ぐ寝たきりの原因である骨粗鬆症を防げるのです。

今や食べ方次第で生活習慣病の代表である肥満・高脂血症がリスクとなって起こる心臓死は防げ、感染症にも強くなれるのです。

適塩で日本食をより上手に食べれば、健康寿命は自分で延ばせる時代となりました。そうした食生活でまず自分が健康になり、それを周りに広めて皆が健康になる、利己利他の健康長寿になれる生き方をコロナ禍から学びましょう。

本校の公式SNSが始動しています

三つのアプリケーションをそれぞれ用途に分けて、更新をしています。より多くの方々に本校のことを知ってもらうために、この取り組みを始めました。

近頃、SNSを利用した悪質な被害をよく耳にします。そういった被害から身を守るために、本校は生徒たちへのSNSの利用を推奨していませんので、どのような投稿があるのか気になる生徒さんは、ぜひ保護者の方と一緒にご覧ください。



本校への入学に関心をお持ちの小学生・中学生のみなさんへ

◇対象：女子小学生・女子中学生とその保護者のみなさん

武庫川フェスティバル・学校見学会・個別相談会

日時 5月3日(火) 10時〜14時

オープンスクール(授業・学校見学) 日時 6月11日(土) 9時45分〜11時45分

※いずれもホームページよりお申し込みください。

「心の支え」について

心のエネルギー(源泉)を発掘しよう
カウンセリングルーム

人の感情には、「喜怒哀楽」とあるように、毎日の生活の中で、喜んだり、怒ったり、哀しんだり、楽しかったり、いろいろなことがありますね。いつも喜んだり、楽しいことばかりあるといいですが、「人生は山あり谷あり」というように、怒ったり、哀しかったりすることも多くあります。

怒ったり、哀しかったりする時も、「心の支え」があると、私たちは乗り越えることができると思います。

「心の支え」には、2つの考え方があります。一つは、「〇〇で賞を目指したい」「押しキャラが心の支え」と、「心の支え」になる対象や目的があることです。それは、とても大事な支えになると思います。

しかし、その対象や目的を考えたり、感じたりするため、心のエネルギー(源泉)がないと、人はいくら目の前に対象や目的があつても、心の支えになりません。



それには、「安心できる、落ち着いている」ことが大事です。それによって、心のエネルギー(源泉)を発掘することになります。すぐに見つからないかもしれませんが、また、うまくいかないこともあるかもしれません。ゆっくりでいいので、「こころの支え」を大事にしなから、新しい生活をスタートしてください。

☆様々な分野での活躍☆

◇第47回全日本バトントワリング選手権関西大会

2/19・20(おおきにアリーナ舞洲)

・トゥーバトン女子ジュニアII部門 第3位

・ソロストラットシニアI部門 第7位

小林 海音(高3)

◇第3回全日本バトントワリングジュニア選手権大会

3/25〜27(丸善インテックアリーナ大阪)

坂口 美瑛(高3)

◇第47回全日本バトントワリング選手権大会

3/25〜27(丸善インテックアリーナ大阪)

小林 海音(高3)

5月行事予定

Table with 2 columns: Day (日) and Event (行事予定). Rows include school festivals, exams, and sports events.

※未定