

11月に入りました。生活科学科のカレンダーは「糖質でやる気UP!」となっていました。糖質は多くのものに含まれており、身体を



動かす源となるものです。また集中力UPにも必要です。しかしながら摂り過ぎは禁物です。運動量や仕事量にあったものを摂っていかなければその栄養素を十分に活用できず、身体にためてしまうと肥満ということにもなります。栄養素の働きをしっかりと理解してバランスの良い食事を心がけてください。

11月3日は「食と農の祭典」が加西市のフラワーパークであり、生活科学科がスイーツの販売に参加しました。3年ぶりのこの祭典は1年生が販売をしていたのです



が、すごい混雑ぶり、あっという間に売れてしまい、午前中で店じまいという状態でした。お客様と接する際にはビニールシートがあり、感染防止対策をしっかりと販売を行いました。この日は入園も無料で、出店規模はそれほど大きくなかったのですが、天気も良く、散策にはもってこいの感じで、私も園内を久しぶりに歩き、バラやダリアを楽しむことができました。



JAみのりの広報誌「MINORI」11月号には生活科学科3年の森田さんが考案した「タイ料理もち麦とキノコたっぷり和風ガパオおにぎらず」が、いつものレシピ紹介のページに、そしてひょうごもち麦パンPROJECTに参加しているベーグル専門店「Komei」とコラボして商品開発をしていることが中程の紹介ページに掲載されていました。広報誌に掲載されることで学校紹介していただけるのはありがたいことですし、生徒たちも意欲を持って取り組める

結果になっており、ともに成果が期待できる内容となります。今後ともよろしく願いいたします。

また、写真はないのですが、10月31日(月)から取り組んでいたオープンスクールが11月4日に終了。祝日を除き4日間で連日20名以上の方に来ていただき、本校の授業風景等を見ていただきました。教育研修所からも指導主事の先生方がたくさん参観に来られました。PTA役員の皆様にはお忙しい中、受付を手伝っていただきました。ありがとうございました。今回いただいたご意見をもとに学校として取組を進めて参ります。今後ともよろしく願いいたします。

さて、11月2日には卓球部が新人戦に臨み、女子ダブルス黒崎・山田ペアは1回戦敗退。残念な結果でしたが、今回出場できたことを励みに来年の総体目指し頑張ってください。11月4日のソフトテニス男子団体戦は1回戦姫路東高校に勝利し、臨んだ2回戦で八鹿高校に惜しくも敗戦。女子も1回戦鳴尾高校に勝利し、2回戦の洲本高校に敗戦。共にベスト32だったようです。お疲れ様でした。次年度更により上に行けるよう頑張ってください。加えて5日、6日は剣道部、ソフトボール部、男女バレー部、男女バドミントン部の新人大会がありました。3日の放送部の審査、6日文芸部の出展から県高校総合文化祭も始まりました。

11月4日、6日には剣道部が久しぶりに県新人大会に出場。男子個人に出場した1年大畠選手が2回戦を突破し、3回戦敗退のベスト32に入ったそうです。女子団体は残念ながら1回戦敗退だったようですが、ともに1年生で今後の活躍に期待が持てます。11月5日・6日は男女バドミントン団体県新人大会がありました。女子は東播大会優勝のためシード



されており、上位進出が期待されましたが、2回戦の市尼崎高校との対戦で接戦の末敗退してしまいました。この反省を活かし今

週末の近畿大会個人で頑張ってください。一方の男子は、順調に勝ち上がった準決勝で東洋大姫路高校と対戦。9月の個人では、東洋大姫路高校の方が好成績を収めたため、厳しい勝負が予想されました。ダ

ブルスは、1勝1敗と五分。1年生ペアは1ゲーム目を落としましたが、ジュースに持ち込む健闘を見せ、第1シングルの荻野選手が9月大会



で敗れた選手に雪辱を果たして2勝1敗。第4シングルが惜しいところで敗れ、最終のシングルも最後までもつれたものの勝利を収め、決勝進出。村野工業高校相手にどこまでやれるか楽しみになりました。第1ダブルスの2年生ペアは1ゲームを先取り、大いに期待を抱かせましたが、終盤ミスを連発し、惜しくも敗退。第2ダブルスも途中まで接戦を演じましたが、終盤引き離され、第1シングルも終始圧倒され、0-3の準優勝。壁を破れませんでした。相手の圧に屈せず練習通りの試合運びに持ち込めるよう頑張ってください。今週末の近畿大会個人ではいろいろと試して収穫を得てきて欲しいです。お疲れ様でした。

また、11月5日から始まったソフトボール県新人大会では、1回戦でシード校の姫路女学院高校と対戦し、6-5の接戦をものにする2回戦3回戦と危なげなく勝ち上がり、準決勝進出。ここではシード校の武庫川高校とあたり、先制するもミスから失点が続く、私学の勝負強さを見せつけられ敗退。3位となりました。人数が少ない中、お互いが助け合っただけでベスト4。おめでとうございます。冬の練習も大変だと思いますが、県総体のシードも得たようなので、次年度の県総体目指して頑張ってください。3日間淡路会場までの道のり大変だったと思いますが、本当によく頑張りました。お疲れ様でした。

男女のバレーは、5日に女子が高砂高校と対戦。1セット目パタパタしている間に流れをつかめず、2セット目は接戦だったものの敗退。3年生も最後の大会を終えることになりました。お疲れ様でした。1.2年生はリーグ戦、新人大会で力を付けて次年度に向けて頑張ってください。一方の男子は、6日の試合を勝ち上がり、準々決勝で尼崎双星

高校と対戦。ベンチ入りメンバー全員がチームワークよくプレーし、快勝。準決勝



神港学園高校戦に臨みました。1セット目競った展開から相手にリードを奪われ、そのまま逃げ切れなくなり、2セット目はコンビプレーが冴え取り返して迎えた最終セット。最初の5点目までが勝負と思っていたところ、先に相手にとられ、中盤でもミスが出たり、コンビを読まれたりしてうまく攻撃できず、押し切られるような形で敗退。準決勝敗退のベスト4となりました。例年決勝まで勝ち進んでいたことを思うと物足りなさを感じますが、随所に好プレーも見られ、選手はよく頑張ったと思います。この悔しさを1.2年生は次年度以降の大会にぶつけて欲しいと思います。何をすれば勝てるチームになるのか、お互いに刺激し合って頑張ってください。3年生はここで部を退くことになり悔しい思いを随分と持っていると思いますが、今まで頑張ってきたことを誇りに次のステージに向け頑張ってください。お疲れ様でした。

さて、8日、9日はオープンハイスクールがあり、中学生が本校に来ます。進路選択の一助となるよう、本校の理解が進むようにしていきたいですのでよろしくお願ひします。不明な点があればこの機会に聞いてもらえればと思いますし、お問い合わせいただいても良いので自らの進路に不安がないようしてください。

朝夕が随分と寒くなってきました。暗くなるのも早くなってきています。登下校の際は十分に気をつけてください。また、新型コロナ新規感染も増加傾向にあります。感染防止対策もしっかりととって体調管理に努めてください。今週末試合、発表等があるところは準備をしっかりと臨んでください。よろしくお願ひします。