

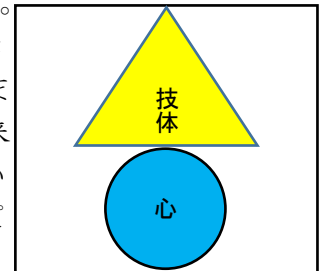
11月16日は例年行われている兵庫教育大学留学生との国際交流HRが1.2年生でありました。それぞれの出身国の文化や習慣、地理的なことなど中には日本語が堪能な方もおられてとてもわかりやすく説明されたり、英語をできるだけ簡単に伝えようと身振り手振りで話されたりと留学生の皆さんの熱意が伝わってきました。生徒たちも反応良く話もしっかり聞くことができていたように思います。留学生の皆さんありがとうございました。



11月14日から18日までの間、食堂のカレーを新しくするための試食会が行われています。1日限定50食で100円で生徒職員が参加しました。「和風カレー」「野菜ゴロゴロカレー」「バターチキンカレー」の3

種類です。「和風カレー」は「出汁と醤油でコクをプラス」をウリに甘めのカレーですが出汁はきいています。「野菜ゴロゴロカレー」は「リンゴジュースとトマトで甘みをプラス」ということで少し酸味がきいているようです。「バターチキンカレー」は「コーヒーとウスターソースで深みをプラス」ということで少しピリ辛だったそうです。食堂入り口には投票箱もあり、最終的に一つに決まり、食堂に入っている業者が関係している学校のカレーが決まることになります。この企画を食堂の業者からいただいて生活科学科全員で試作し、10月末に相談を受けた際、私が丁度みなと山水族館2階のカレーコーナーで8種類のカレーから2種類選ぶようなカレーの提供をしていた販売方法を見てきた直後だったため、是非やるべきだと思い企画を進めてきてもらいました。18日までの集計の結果で多くの学校の食堂のカレーの味が決まることになります。さてどのカレーになるでしょうか…。提案いただいた食堂の皆様ありがとうございました。生活科学科3年生の皆さんお疲れ様でした。

先日県立小野高等学校創立120周年記念式典に参加させていただき、その記念講演会に東京オリンピック総監督で日本陸連会長の尾縣貢先生の講演を聴くことができました。本校にも5年前東京オリンピックパラリンピック教育実施校の事業をする際講演に来ていただいた先生です。私は本校勤務ではありませんでしたが、前森脇校長からお誘いを受け、来校し聞かせていただいたこともありました。大学の先輩でもあり、東京オリンピック1年延期への対応の話でしたので興味深く聞かせていただきました。その中で、生徒へのメッセージと共に示されたのが右の図でした。よく心技体が整ってこそ勝負に臨めるという話を聞くと思いますが、「技術と体力はトレーニングすれば必ずついてくるもので大きくなっていくことができるが心はゴロゴロと転がるもので心が安定しないと持てる力は出せない」という内容でした。皆さんも経験はあると思いますが、緊張しすぎて結果が出ない時はこの「心」がコロコロ動いている状態だと思ってください。オリンピック選手で結果を残す選手は心が安定している選手で、その人たちは結果を気にせず「普段通り」という気持ちで臨んでいると仰っていました。また、「メタ認知」についても話をされました。「メタ認知」とは「自分が認知していることを客観的に把握し、制御すること、認知していることを認知すること」という意味だそうで、簡単に言うと自分がしていることをもう一人の自分が客観的に見てその行動に活かしているという状態です。例えば「イチロー選手がWBCの韓国戦で絶不調の中、得点圏にランナーを置いたバッターボックスで解説者として自分を見つめ、自身で解説を加えながら打ったところタイムリーヒットが出て優勝に繋がった」ということがあったそうです。この能力が高まれば客観的に自分を見つめることができ、心を安定させ、いつでも力を発揮できるように持って行けるそうです。なかなか難しいですが、客観的に自分を見ることができるとは大切なことだと思うので、皆さんにもチャレンジして欲しいしながら話を聞いていました。ご自身の経験を踏まえ、後輩たちに語りかけるように話をされ、内容も高校生にふさわしい内容でとても参考になりました。



11月も半ばを過ぎ紅葉も一気に進んできました。季節の深まりも感じながら体調を崩さず、充実した日々を送れるようにしていきましょう。