

安来高新聞



発行所：安来高校新聞部
〒692-0031
島根県安来市佐久保町115
TEL：(0854) 22-2840
FAX：(0854) 22-3612

全国の舞台へ

男女バレーボール部 女子フエンシング部 写真部 美術部 新聞部

男女バレー部「全日本バレーボール高等学校選手権大会」
来年1月4日、東京都
女子フエンシング部「全国高等学校選抜フエンシング大会」
3月18日、山梨県
写真部 荒木郁海さん(2年)
美術部 山崎佐和子さん(1年)
新聞部
総合文化祭
7月末、宮城県



写真部

荒木さんの作品「向き合え」

島根県高校写真展で荒木郁海さん(2年)の作品が第五席となり、来城で開催される全国総文祭に出場する

ことが決まった。受賞した写真は「向き合え」というタイトルで目を背ける少女をイメージした作品だ。荒木さんは「今年、先輩が総文祭に行っていて、私も行ってみたいと思っていた。この作品はこれまでの自分の作品の中で一番メッセージ

美術部

12月9日に益田市グラントワで島根県高校美術展が開催された。県内37校から512点もの応募があり、来年の全国総合文化祭宮城大会への出品作品が選考された。絵画部門の代表5作品の一つに山崎佐和子さん(1年)の作品が選ばれた。



力強い絵とともに写る山崎さん

佐久保発
忘れていませんか？
私達が普段、何の自由もなく暮らせるのも周りの人の支えがあるからだ。私達学生の場合、ご飯の用意がされている、服が洗濯されているなどあげたらきりが無い。これらは当たり前のことになっていくと思うがそれは周りの人達がやってくれて、支えてくれて当たり前になるのだ。私達はそのことを忘れてがちである。私もその一人であった。お弁当を作ってもらうなど様々なことが当たり前になっており、感謝することを忘れていた。しかし、友達がある日、「毎日お弁当を作ってくれてありがとう」と感謝のメッセージを書いてのを見てお弁当を毎日作ってもらっても当たり前ではないし、感謝するべきことだということに気づいた。そして、これはお弁当だけでなく他の多くのことにもあてはまると思った。この出来事は、当たり前なことなんてないと思う。私たちが何の自由もなく暮らしているのは周りの支えがあるからこそ成り立つものであり、私たちを支えてくれている人達に日々感謝をするべきである。当たり前は当たり前ではないのである。(愛)



渾身のスパイクを打つ選手

HARDER HARDER

安高生の輝きへの道

男女バレーボール部

11月11～13日に第69回全日本バレーボール高等学校選手権大会県予選大会が行われ、男女ともに優勝に輝いた。決勝戦では男子が松江西と戦い3-2で勝ち、女子は大社と戦い3-0で勝った。

女子キャプテンの藤井華香さん（2年）は「優勝できて安心した。試合中に選手同士で目を合わせてお互いを落ち着かせていてよかった。これからディフェンスを強化していき、全国で2勝することを目標に頑張りたい」と語った。監督の岩田先生は「全国大会に行けることになって素直にうれしい。新セッターになつて初めての公式戦だった

けどみんながカバーしあつていたのが良かった」と語った。男子キャプテンの井山創太さん（3年）は「優勝できてほつとしていた。1セット取られてもすぐに気持ちを切り替えて慌てることなく落ち着いてプレーすることができた。全国では1戦1戦大切に戦い、上位に残ることを目指す」と語った。監督の井山先生は「ハラハラドキドキした試合だったが、プライドを持って戦い安高の伝統を守ることができて良かった。これから全国に向けて守備の強化に力を入れていきたい」と語った。1月4日から行われる全国大会には28名の生徒が応援団として参加し声援を送る。（葉）

フェンシング部

中国高等学校フェンシング新人大会が11月19～20日鳥取市で行われ、女子団体が3月に山梨で行われる全国大会への出場権を手に入れた。

男子個人フルレール
2位 金築元喜（2年）

*個人戦は1位が全国へ

女子団体フルレール 1位
女子団体エペ 2位
女子団体サーブル 1位
女子団体フルレール 1位
女子団体エペ 2位
女子団体サーブル 1位

*団体戦は1、2位が全国へ

女子キャプテンの井塚千晶さん（2年）は「お互いアドバースを出し合っていて、チーム全員が一丸となつて挑めた大会だと思う。対戦相手に連



報道制作局長に突撃インタビュー

新聞部

平成28年度の島根県高校新聞コンクールが12月16日、松江南高校で行われた。安来高新聞部は優秀賞を獲得し、来年8月に宮城県の仙台市で行われる全国総文祭への出場が決定した。

表彰式の後で県内6校の新聞部員全員、松江市の山陰中央テレビ新社屋取材し、新聞づくり研修を行った。

えいっとくん
山陰中央テレビ（TSK）には「えいっとくん」というマスコットキャラクターがいる。名前はTSKのり

モコン番号「8」を英語にした「エイト」が由来である。そして「えい！と目標に向かって元気に発する掛け声」をイメージしてつけられた。局のシンボルとして様々なところで活躍しており、イベントなどにも出かけて子ども達や地域の人の触れ合いを行っている。

えいっとくんは今ではTSKと視聴者をつなぐ大切な存在となっている。（愛）

あなたに伝えるために

アナウンサーは番組収録や災害時の現場中継などだけでなく、様々な仕事を担っている。例えばアナウンサー自身が現場に行き、取材をして原稿を書く、番組で流すVTRの編集をする、次の日の取材内容の下調べをするなどの仕事を行っている。このようにアナウンサーは表に出る仕事のために裏で視聴者には見えない努力をしている。（葉）

演劇部

11月25～27日に第54回中国地区高等学校演劇発表会が行われ、遠藤未央さん（1年）が県代表の講師委員として参加した。他校の演劇を見てどうだったかと思うと「レベルが高くて私たちにはないものを感じとても勉強になった。今後に生かしていきたい」と語った。高校生が創り上げた劇を同じ高校生の目線から講師することによって高校演劇の新たな魅力を発見することができたのではないかと感じた。（葉）



笑顔で語る遠藤さん

特集 より健康になるには

「町の保健室」から見た安高生の健康

11月3日に行われた文化祭の昼休みに看護協会主催の取り組み「町の保健室」が本校で開催された。このイベントは主に松江市内の学校を対象として行われており、本校での開催は3回目となる。今回は、保健師、管理栄養士、歯科衛生士、看護師など18人が、訪れた人々の健康についての相談に乗った。



砂糖の含有量を調べる生徒と役員

この取り組みは地域住民の健康を守る事を目的に、血圧測定、骨密度測定、妊婦体験、専門家と1対1での相談コーナーなど、健康について知ることが出来る様々なブースが設けられた。

会場には約100人以上が訪れ、多くの人が自分の健康について関心を高めていた。「町の保健室」に訪れた生徒にインタビューを行ったところ、カルシウムに関するコメントが多く聞かれた。そこで、カルシウムを通して見えてくる、現代の健康問題について考える。

カルシウム不足と健康

カルシウムとは、骨や歯の主な成分で、新しい骨や歯の細胞を作っている。また、神経やホルモンの働きにも深く関わっている。カルシウムの豊富な食材には牛乳やヨーグルトなどの乳製品、大豆製品や魚介類、藻類などがある。

女子栄養大学栄養生理学教授の上西一弘氏の調査によると、カルシウムは骨密度のような骨に関すること以外にも様々な事にかかわりがあることがわかったという。中高生を対象とした調査では、タンパク質や脂質が多く摂取されていたのに対し、カルシウムは中高生が摂取するのに望ましい量と比べ200〜300mg不足しているという結果が得られた。また、牛乳の摂取量と体の不調との関係についての調査では、牛乳をのむ量が多い人のほうが少ない人に比べて、キレるということがあるという不調をうったえる人が4分の1程度と少ないことがわかった。これらの結果から、上西氏は牛乳などの乳製品をきちんと摂って健康的な生活を送るには、家族ぐるみで食に関する意識を高く持つことが大切だと言う。また、医療や科



妊婦体験をする生徒

を飲むようにするなどできることから始める事が、より健康になるための第一歩となると提案する。

学技術の進歩に伴い、様々な健康法が提唱されているが、まず今の自分の健康状態を知る事が大切であると言い、毎朝、牛乳

家庭科の古瀬先生は「カルシウムは神経の伝達機能などと関わりが深く、不足するとイライラの原因にもなるのでカルシウムを多く含む小魚、乳製品、緑黄色野菜などをきちんと摂ってほしい」と話した。また、町の保健室の取り組みについては「骨密度の測定など高校生が自分の健康

状態について把握できるいい機会になったと思う。」と語った。(参考資料：一般社団法人全国発酵乳酸菌飲料協会)

町の保健室スタッフの思い

2年連続で本校での「町の保健室」にスタッフとして参加していた歯科衛生士さんは、「来場者に自分の口の中に関心を持ってもらえてうれしい。今年の安高生は去年と比べて、自分の歯の本数が分かる人が多く健康に対しての関心の高さを感じた」と語った。(柚)

安高生は健康なのか？

今回「町の保健室」に訪れた生徒たちに来た理由を聞くと、「筋肉量を知るため」といったような、自分の体のことを知りたくて訪れた人が目立った。また自分が健康だと思っ

「健康だと思っ」と答えた。今回、いろいろな生徒の話聞いてみると思っていたより、自分の体に興味を持っていて人が多かったように感じられた。そこで、他の高校と比べるとどうなのか？と思

で疲れ気味だからなのか、3年生が多く、また、運動をしている人、助産師などに興味を持っている人が多い。睡眠時間について聞くと、7時間程度寝ている人が多く、朝食は食べているか？という質問にほぼすべての人が食べていると答えた。これは予想以上で、皆規則正しい生活を送っているのだと思った。日頃生徒たちが健康について考える機会はありませんか？と思

「来場者は、受験勉強」と語った。(友)

野球部

一年生大会

松江地区で優勝!

10月末から11月初めにかけて行われた島根県高等学校野球一年生大会松江地区大会で優勝した安高チーム。11月6日に浜山球場で行われた決勝トーナメントで大社高校と対戦、延長10回の末、6-8で惜敗した。



笑顔で表彰状を掲げる選手ら

今回の大会を振り返りキャプテンの原田将維さんは、「守りからリズムをつくって攻撃に繋げていくことが出来た。しかし、走塁ができなかったことが今後の課題だ。最後に負けてしまいい粘り強さが足りなかったと思う」と悔しそうに話した。ピッチャーの平井北斗さんは、「1つ1つの試合に勝つことを目標に試合をした。最後は負けてしまったので、最後までしっかり投げていきたい」と今後の課題を話した。監督の岡藤先生は、「背伸びをせず普段通りの試合ができていた。今後は人数も少ないけれど、1つでも多くの試合に勝てるようにしていきたい。また、野球だけでなく勉強も頑張っていってほしい」とエールを送った。國分先生は、「勝とうとかではなく、普段通りにできていてよかった。今後は、不動心を得られるようにしていきたい」と語った。(友)

燃えているクリスマス・プディング!



◎待つ間の楽しみ方

イギリスでは12月1日から12月25日までの日にちを数えるチョコレートアドベント・カレンダーがあるんだ。イギリスの人はこれを使ってクリスマスを楽しみに待つのだ。どの家もクリスマスデコレーションをするんだけどツリーはプラスチック製のほうが本物の木よりもメンテナンスが楽だからプラスチック製クリスマスツリーが今ではポピュラーなんだよ。ツリーに飾ってあるライトはすごくきれいだ。

◎クリスマスの「馳走

クリスマス当日には豪華な食事を家族でする。ローストターキー(七面鳥)やポイルポークなどを主食として食べるんだ。ローストターキーは1mくらいの鳥をオリーブオイルに浸しオーブンにまるごと入れて焼く料理さ。大体16人くらいで2日間かけて完食するのね。ポイルポークはガモンという豚を使っていて香りがベーコンに似ているんだ。だからクリスマスが近くなると、家中ベーコンの香りが充満していてすごくいい香りなんだ。イギリスの伝統的なクリスマスケーキはアイシングケーキというフルーツ・アーモンド・砂糖(または硬いアイシング)が乗っているケーキと、クリスマス・プディングというレーズンなどのド

ライフルツが入っているケーキだね♪クリスマス・プディングには独特の楽しみ方があってプディングの1つに当たりが入っている。Oh: 僕の家では1ポンド(日本円にして145円相当)が入っているんだ。1ポンドが当たるとお金持ちになれるという意味があるよ。それとプディングに火をつけて食べる習慣があるんだけど飾りのスノーマンは雪で作られているから着火直後すぐ溶ける。僕にはどちらのケーキも口に合わないけど家族はこのケーキを気に入っているね。飲み物はバックスフィズ、シヤンパン、オレンジジュースがあるけど僕はオレンジジュースか水を飲むね。

◎ロマンチッククリスマス

クリスマスはカップルでアイススケートをしたり音楽をかけたたりととてもロマンチックな雰囲気だ漂っているんだ。でもクリスマスには警察が普段よりも忙しくなる。パブに入る人が多くなるからね。ロマンチックなクリスマスも警察にとつてはただの危険な日になってしまふのさ。どちらかというと当日よりイブのほうが町全体は騒がしい。とくにエンジン音は普段よりも大きい。でも当日には車もあまりなく町はとても静かだね。みんな当日はロマンチックな気持ちで過ごしたいんだね。(業)

イギリスのクリスマス

ガレスが語る!



編集後記

クリスマスが今年もやってきますね。皆さんは誰と過ごしますか。おひとりですか?サ

レンタさんはまだ来ますか?プレゼントは何がほしいですか?私はミンチ100%のハンバーグがほしいです。楽しいクリスマスをすごしてくださいね。(柚)