



校訓 究理創造 和親協同 至誠勲業

気高定時制 通信

宮城県気仙沼高等学校定時制便り

令和6年12月23日 12月号

〒988-0051

気仙沼市常楽130

TEL・FAX 0226-22-7134

URL <https://Kesenuma-feiji.myswan.ed.jp>

「オガトレ」特別講座(12/5)

第3期考査の翌週、定期考査明けの鈍ったカラダや脳を活性化させるストレッチ法を学ぶため、大人気YouTuber「オガトレ」さんを講師としてお招きし、ストレッチ法を体験しました。本校(全日制)卒業生でもあるオガトレさんも3回目となる訪問を楽しみにしていたようです。

当日のメニューは「軽め」に設定してもらいましたが、実際に体験してみると、思うようにカラダが曲がらず悪戦苦闘している人も…。それでも、やさしい口調でアドバイスをされるオガトレさんに生徒も教員も励まされ、楽しくあっという間の時間を過ごしました。また、当日はオガトレさんの開発したプロテインバーを使った給食を提供しました。オガトレさんは「たんぱくくんジャンバラヤ」が気に入ったようで、おかわりして食べていました！オガトレさん、本当にありがとうございました！



入賞おめでとう！

終業式の前に賞状伝達式が行われ、優れた作品となった2名の生徒が表彰されました。

4年生の畠山美紗希さんは、「第三十五回伊藤園お〜いお茶新俳句大賞」の佳作、1年生の菅野萌さんは「第三十七回落合直文全国短歌大会・高校生の部」の佳作となり、賞状をいただきました。畠山美紗希さんの作品は伊藤園のHPで公開されており、菅野萌さんの作品は三陸新報に掲載されました。2人ともおめでとうございます！

カイロからさざ波立ってあったかい
畠山 美紗希

にてはいる黄色のまわり青い空
きのうと違うにてるけど
菅野 萌

スクールカウンセラー講話(12/12)

本校のスクールカウンセラー村上朋子先生より、「人間関係を深めるためには」というテーマで講話をいただきました。嫌われるのが怖くて断れない時の上手な断り方や、自分も相手も大事にすること、落ち込んだりストレスが溜まらないようにする方法をわかりやすく教えていただきました。普段のカウンセリングは個別対応ですが、みんなでお話を聞く、良い機会となりました。



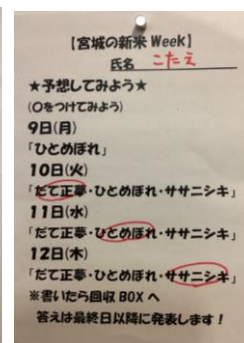
村上朋子カウンセラー



給食室からこんばんは

12月9日(月)から12日(木)は「宮城の新米week」期間として、新米クイズを行いました。今年は正解率がとても高く、全問正解者が生徒10名、先生方7名となりました。全問正解した皆さんおめでとうございます。

好評のため、2月には「お出汁week」として「味噌汁の出汁当てクイズ」を行います！お楽しみに！



ごはん(だて正夢)
豚肉のレモンジンジャー
ソース・マカロニサラダ・
レタスと卵のスープ・牛乳



冬休みが始まります！(12/24~1/7)

12月24日(火)~1月7日(火)は冬季休業期間となります。特に年末年始は楽しいイベントが多く、おいしいものをたくさん食べたり、寒くて家の中で過ごす時間も増えると思います。できるだけ規則正しい生活を意識し、大きく体調を崩すことのないようにしてほしいと思います。また、家族とゆっくり過ごす時間も大切にしてください。

冬休み明け、みんなが元気に登校するのを待っています。良いお年をお過ごしください。

