



アスパラ通信

最上校ふれあい通信

【教育スローガン】

どの生徒も伸ばす、
伸びる生徒はさらに伸ばす。

『トピックス』

23名の新入生を迎え、全校生52名で新学期が始まりました。教育活動の一層の充実に向けて、保護者の皆様や地域の皆様からお力添えを賜りますよう、本年度もよろしくお願い申し上げます。



1 始業式・入学式を実施しました。

新型コロナウイルス感染症の世界的な拡大により、凡そ2か月間、生徒達は殆ど登校できず、教職員も学校の主役が生徒達であることを改めて考えさせられ、職員の総力を挙げて、生徒達との再会に向けて精一杯準備に励んできたところです。最上町様からも全校生徒に布マスクを2枚ずつ頂戴するなど学校再開に向けて御支援頂いております。

そのような中、4月22日の早朝2、3年生が元気に登校して始業式を実施、午後は入学式を実施して待ち焦がれた新入生たちと出会うことができました。入学生を代表して最上中学出身の高橋さんが「私達、新入生23名は最上校生として学校の決まりをきちんと守り、明るく元気に充実した高校生活を送るよう努力します。」と力強く挨拶し、彼女たちの高校生活がいよいよ始まったのです。

残念ながら県の方針により翌日から5月連休明けまで再度の臨時休業とはなりましたが、在校生、新入生の笑顔が溢れた最高で正に貴重な出会いの一日となりました。5月からの本格始動にご期待ください。

目次

- 1 始業式・卒業生
 - 2 最上校経営方針
 - 3 コロナ感染予防に向けた免疫向上策
 - 4 学習応援 web サイト
 - 5 最上校 HP 紹介
 - 6 お勧めの本
- 【編集者コラム】

クラス集合写真 (R1)



2 最上校経営方針

昨年度末、最上地区の高校再編整備計画骨子案が示されました。「学校が所在する自治体等の意向を踏まえ、令和2年度から、学校関係者及び当該自治体等で構成する《学校魅力化に係る地域連携協議会（仮称）》等において、学校の魅力化、活性化策を検討し、3年間を目処として実施する。」との方針を受け、最上校では「**地域を支え、地域から愛される学校づくり**」の基本理念を基軸として地域の皆様から一層のご協力を仰ぎながら魅力向上に努めてまいります。

教育スローガンはこれまで同様、「**どの生徒も伸ばす、伸びる生徒はさらに伸ばす**」です。他方、教育目標は教職員と生徒、保護者、協力者の皆様方が同じ方向を向いて一致協力して取り組めるように下記の通り大きく改定いたしました。



対面式・部活動紹介 (R1)

【令和2年度教育目標】

知・徳・体に調和のとれた豊かな人間性を育て、その能力と特性をいかんなく発揮して国家や地域社会の有為な形成者として貢献できる人材の育成を目指す。

特に以下の力の育成に努める。

- (1) 強い心身としなやかに生きる力
- (2) 豊かな人間性と人を思いやる優しさ
- (3) 幅広い知性と創造力
- (4) 主体性と旺盛な探究心
- (5) 広い視野と成長意欲

生徒達は正しく社会の宝です。将来の担い手であり、豊かな社会づくりに欠かすことはできません。何よりも生徒達自身が幸せになれるように、全力で育成してまいります。



お花見 (R1)

【基礎学力定着と知的好奇心向上】

- ① 理解できたと実感できる授業実践。
(外部施設や地域人材活用)
- ② 主体的な学習活動の基盤強化。
(中学校段階の内容学び直し機会充実)
- ③ 教科指導力向上に資する研修機会充実。
(キャンパス制を利用した相互交流)
- ④ 特別な支援を要する生徒への配慮。
(定期的情報交換会、専門性向上研修会)



生徒総会 (R1)

【社会性向上と社会貢献意欲高揚】

- ① 規範意識徹底とSNS被害未然防止。
(保健指導やSNSに係る安全教育)
- ② 安心して生活できる学校づくり。
(各種集団活動機会)
- ③ 母校愛喚起と自己肯定感高揚。
(キャンパス制による交流事業)
- ④ 各種体験機会の充実
(地域行事参加やボランティア活動)



校歌練習 (R1)

【自己理解促進と進路目標達成】

- ① 主体的なキャリア活動の基盤強化
(キャリアパスポートノート活用)
- ② 協調して生きるための資質確立
(総合的な探究の時間)
- ③ 社会人の在り方を学機会充実
(インターンシップや進路講話)
- ④ 進路活動の支援体制整備
(面接・小論文指導、保護者との情報共有)



P T A 総会 (R1)

【各種連携強化と魅力発信】

- ① 地域との密接な連携
(学校魅力化に係る地域連携協議会)
- ② 将来のセーファーネットとなる学習機会提供
(労働や福祉に係る特別講座)
- ③ 魅力発信と有益情報提供による地域貢献
(アスパラ通信やホームページ)

3 「食事」「運動」「睡眠」を大切にして免疫力を高めよう！

食事

- ・バランスのよい食事
- ・好き嫌いはしない
- ・よく噛んで食べる



運動

- ・ジョギングをする
- ・ストレッチをする
- ・お手伝いをする



睡眠

- ・「早寝・早起き」
- ・睡眠時間を決める（8時間程度）



★運動をするときのポイント

体温が上がると免疫力が高まります
(入浴も効果あり)

- ＊人ごみを避けて行う
- ＊周りに気を付け、安全に行う



★睡眠のポイント

- ＊睡眠のリズムを整える
- ＊夜に早く眠れば、朝はすっきり起きて動けます



ウイルスに負けないために
免疫力を高めましょう！

免疫力は、食事、十分な睡眠、運動で、維持・向上が期待できます

★食事のポイント

- ＊腸内環境を整えるのに効果のある発酵食品や食物繊維を意識してとる
- ＊栄養バランスに配慮した食事を心がける



★笑顔 (^ ^)

笑いで免疫力が向上します

※笑いでNK細胞という、免疫をつかさどる細胞が活性化されることが分かっています



おやこでつくってみよう！かんたんレシピ

【さば缶でトマトパスタ】

<材料> 2人分

パスタ 2束 にんにく 1かけ オリーブオイル 大さじ1
さば缶 1缶 カットトマト缶 1缶 ゆで大豆 1缶
フロッキー 1/2株 塩こしょう 適量



<作り方>

- ① パスタをゆでる。
- ② フライパンにオリーブオイルとスライスしたにんにくを入れて炒める。
- ③ にんにくの色が少し色づいたところで、ゆで大豆、カットトマトとさば缶を汁ごと入れて、3分ほどに絡める。
- ④ かためにゆでたフロッキーと塩こしょうを入れて味をととのえ、①のパスタを入れてよく混ぜたらできあがり。

【パンナコッタ】

<材料> (4人分)

牛乳 300cc 生クリーム100cc さとう50g
ゼラチン1袋(5g) いちご4つ

<作り方>

- ① 小鍋で牛乳、さとうを温める。ふつふつしてきたらゼラチンを加えて混ぜ、沸騰する前に火を止める。
- ② 生クリームを加えて混ぜる。
- ③ ②をうつわにそそぎ、あら熱がとれたら、冷蔵庫で冷やす。
- ④ いちごのへたをとり、ざくざくしてかたまったパンナコッタにのせて、できあがり。



4 お勧めの家庭学習応援サイト

【子供の学び応援サイト】学校種別に各教科教材へのリンクや学習の工夫例を掲載。
http://www.mext.go.jp/a_menu/ikusei/gakusyushien/ (文部科学省)

【学びを止めない未来の教室】EdTech分野の各事業者がコンテンツを無償公開。
http://www.learninginnovation.go.jp/covid_19 (経済産業省)

【科学技術広報研究会】大学や研究機関の広報担当者有志が科学技術の動画などを公開。
http://sites.google.com/view/jacstfor kids/home/short_series1 (JACST事務局)

【新型肺炎休校サポート】LINEのアカウント上で「5教科の学習動画」等を無償提供。
<http://www.kyukogakusyusupport.com> (LINE みらい財団)

5 今年も全力で最上校の魅力発信!!

鈴木先生が異動され、新任の橋本先生にHPを担当して頂くことになりました。相変わらず筆者は「IT 弱者」ですので、最上校の魅力発信に向けて不安を抱いていたのですが、赴任早々から様々な情報を円滑に掲載して頂き、安堵するとともに大きな戦力を取り戻した気がしています。

去年は本「アスパラ通信」とHPによる情報発信を関係者の皆様から高く評価して頂きました。

今年度は魅力発信に加えて、「有益情報発信による地域貢献」も主題に掲げ、少しでも皆様のお役に立てるように全職員の総力を挙げて努めてまいります。

最上校生の生き生きとした姿をご覧いただきながら、ぜひお楽しみください。

<http://www.shinjokita-h-b.ed.jp>



7 お勧めの本

●「流浪の月」 凧良ゆう 著

あなたと共にいることを世界中の誰もが反対、批判するはずだ。それでも文、私はあなたのそばにいたい。

●「ライオンのおやつ」 小川糸 著

雫は最後の日々を過ごす場所として瀬戸内の島にあるホスピスを選んだ。毎週日曜日、入居者が生きている間にもう一度食べたい思い出のおやつをリクエストできる「おやつ時間」があるのだが、雫は選べずにいた。

●「線は僕を描く」 砥上裕将 著

はじめての水墨画に戸惑いながらも魅了されていく霜介は線を書くことで喪失感が回復していく。そして一年後、千瑛との行方は？

●「ノースライト」 横山秀夫 著

一級建築士の青瀬は、信濃追分に向かっていた。たつての希望で設計した新築の家。しかし、越してきたはずの家族の姿はなく、ただ一脚の古い椅子だけが浅間山を望むように残されていた。一家はどこへ消えたのか？伝説の建築家タウトと椅子の関係は？事務所の命運を懸けたコンペの成り行きは？

●「熱源」 川越宗一 著

文明を押し付けられ、それによってアイデンティティを揺るがされた経験を持つ二人が、樺太で出会い、自らが守り継ぎたいものの正体に辿り着く。樺太の厳しい風土やアイヌの風俗が鮮やかに描き出され、国家や民族、思想を超え、人と人が共に生きる姿が示される。



今後の予定

- ※ 感染症予防のため、年間行事計画を大幅に変更する予定です。
- ・PTA 総会は中止させて頂きます。評議員会を5月18日(月)に延期させて頂き、一般会員の皆様からは紙面にてご意見を頂戴する計画で調整しております。
- ・春季地区総体は中止になりました。
- ・春休み課題テストは実施せず、中間考査を6月10日から12日、期末考査を7月20日から22日として調整中。

【5月】

- 11 火 対面式(放送)
- 12 水 顔写真撮影
- 18 月 一斉委員会
PTA 評議員会
- 19 火 部登録
- 28 木 生徒総会(放送)
- 29 金 情報モラル講話

【編集者コラム】・・・ 新型コロナウイルス感染症との闘い ・・・

4月16日夜、全国47都道府県を対象とする「非常事態宣言」が発出されました。山形県内でも感染が散見され、高速道路SAや各空港、鉄道の指定駅等における検温が試行されています。本校も5月10日まで臨時休業が継続することになりました。同感染症でお亡くなりになられた方や闘病中の方、心配や不安を抱えられている方にお悔やみとお見舞いを心より申し上げます。

そのような中、延期が決定した東京オリンピック出場予定選手が「確かに延期は残念だが、スポーツは世の中が平和で健康であるから参加できるものだ」と改めて認識しました。」と話していました。現在、医療や福祉など幅広い分野でたくさんの方々が懸命に奮闘されています。私たちはそういった方々に感謝して、感染症に苦しんでいる方々にも想いを寄せながら全力で感染予防に努め、平和や健康の有難さをもう一度考えなくてははいけません。みんなの力で当り前の日常を取り戻しましょう。(文責 教頭酒井)