



Koryo 雲 High School

〒031-0011 青森県八戸市田向二丁目2番6号 / 電話 0178-44-3866 / FAX 0178-43-9077
http://kouryo-high-school.com / メール kouryo@chibagakuen.ac.jp

写真展入賞



第14回八戸公園四季写真展において、写真部の3名が入賞した。今年も新型コロナウイルスの余波で一時閉鎖されたこともあった八戸公園。そのため、1年以内に撮影した写真に限らず、撮影年を問わない作品募集となった。部員たちも今年は撮影回数が増えなかったが、入賞した3人は今年の夏休みに撮った写真を応募した。会場の八戸公園には121点の写真が展示され、写真展は11月14日(日)まで行われている。

【八戸市教育委員会 教育長賞】

2年 馬場慈侑生(下長中学校出身)

公園内の池で連結産卵しているイトトンボの様子を撮影しました。池の蓮と蛙も写っているところが気に入っています。今回はヤゴからトンボになる羽化の様子を撮影してみたいです。被写体としては小さいですが池にはメダカもいたので、気になるところです。公園内の生き物写真を撮りためておこうと思います。生き物に夢中になりすぎて手ブレも多いので、どんな場面でも集中することを忘れなようにしたいです。

【青い森信用金庫賞】

2年 上村 咲(三条中学校出身)

夏休みの暑い日、観覧車と青い空を撮影しました。去年に続き、賞をいただくことができて嬉しいです。撮影時、公園内の木に穴が開いていて何かいました。鳥であれば餌を与える親子の様子、リスであればかわいらしい姿を撮りたいと思って粘りましたが、見ることはできませんでした。いつか粘って穴の主を撮影したいと思います。また、冬の八戸公園はあまり行ったことがないので雪景色も撮影してみたいです。

【三八五流通グループ賞】

2年 八木田実咲(北稜中学校出身)

家族と公園に行ったときに撮影した1枚です。妹と噴水を比較しながら撮りました。噴水は毎回出ているわけではないので、撮影できて良かったです。いつも撮った後に、もう少しこうすれば良かったと思うことが多いので、普段から撮影アイデアをまとめておくようにしたいです。他の人の作品は、自分の写真撮影に生かすための勉強になるので写真展をじっくり見たいです。

バトン団体東北大会出場

コロナで県大会中止も 推薦で東北大会へ

バトンの団体県大会は中止となったが、本校バトン部のこれまでの実績が評価され東北大会に推薦されることになった。東北大会は録画によるビデオ審査となる。今年の団体演技は「奇蹟」がテーマ。曲はドラマ「コウノドリ」から「Baby, God Bless You(命)」「奇蹟」を使用。命をテーマにした曲なので、子を想う母のあたたかさ、包み込むようなやわらかさを表現できたと顧問の宮本先生は話す。しかし、きびきびとした動きが得意な部員たちにとっては、いい意味で力を抜くやわらかい演技は難しかったようだ。それでも自分たちの演技を追求し、家族、先生方、友人、自分たちに関わってくれたすべての人への感謝の思いをのせ、最後まで演技をした。審査は11月7日(日)に行われる。



▲10月25日(月)に行われたビデオ収録の様子

また、日本テレビ「スッキリ」の「ダンスONEプロジェクト」企画に本校バトン部が参加。「ダンスONEプロジェクト」とは、

○全国の高校ダンス部を対象(ジャンル問わず)

○テーマ曲のダンス動画を撮影して投稿

○動画を「スッキリ」で紹介しひとつの作品に!

コロナ禍で部活動もできない、なかなか会いたい人にも会えない状況から「ひとつになろう」ということで始まったプロジェクト。今年からテーマ曲はYASUHIの「郡青」。

振付師で映画監督でもあるAKANEさんによって考えられた振付で踊った動画を投稿。テーマ曲の「郡青」

自身が途中で曲調が変わることからダンスも変え、去年より難易度が上がっているという。振付が決まっている箇所、完全にフリーで踊れる箇所があり、各学校の個性が見られるのも楽しみの一つ。10

月初旬に顧問の宮本先生が撮影したという動画は、10月20日(水)の「スッキリ」の放送の中で数秒間紹介された。動画はスッキリ公式YouTubeから閲覧可能。



親子で聞く講演会

10月22日(金)、親子で聞く講演会を開催。今回の講師は太陽サンサン遊び塾代表の川口太陽氏。脳を活性化させていく「シナプソロジー」メソッドに保護者、生徒、教員が挑戦。

「シナプソロジー」は、じゃんけんやちょっとした基本的な動作に対して、五感を通じて入る刺激や、認知機能に対する刺激を変化させ続け、その刺激に対して反応することで脳を活性化させていくメソッド。参加者全員で音楽に合わせ、指定されたいくつかの動作をこなしたり、先生方も加わり一緒に体験することで自然と笑顔が増え、いったい。

演題「トータルビジョントレーニング&笑って!動いて!シナプソロジー」
～前向きな健康づくりは脳の刺激から始めよう!!～
講師 トータルフィットネスコーディネーター 太陽サンサンあそび塾代表 川口太陽 氏



講演の中で川口氏は「できなくてもやってみよう」ということ、できないことに対応する状態を作り出すことで脳機能のアップを図る」と述べた。また、「言葉を発しながら動く」と脳に連動しやすい」とも教えて下さった。若本良さん(3年・第一中学校出身)は「脳に適度な刺激を与え、活性化ができるので、慣れない動きを日常にも取り入れてみたい」と感想を述べた。小島智也君(3年・木ノ下中学校出身)は「題名通り、笑ったし、楽しく活動してそれでいて脳に効果があるのだから続けてやってみようと思います」と話した。場所を選ばず短時間でも効果が期待できるという今回の講演に、「体のエクササイズをしながら頭のエクササイズもできる」と参加者の反応も好評で、約1時間の講演会はあっという間に終了した。



10月12日(火) レッツ・スポーツ講座

ゴルフコース

場所 グリーンヒルゴルフ場



1年 小笠原未唯(北稜中学校出身)

人生で初めてゴルフをやりました。持ち方や足の幅を意識してやらないと速くに飛ばないことがわかりました。力を入れすぎても上手く飛ばないので力加減を意識してやりました。しかし、先生方の真似をしてやってもいざやってみると手が痛くなったり、変に力が入ってしまいます。でも少しずつですが遠くに飛ばせるようになりました。3年生の構え方や態勢がきれいでした。ゴルフをするとき意外と体が熱くなり、腕の筋肉も使うので全身が疲れる感じがしました。初めてのゴルフでしたが、チームの人と上手くいく方法を考えながら楽しく集中してできてよかったです。

3年 上ノ平純可(白山台中学校出身)

3回目のゴルフ体験でした。今回は女子の人数が少なかったため、自分にもチャンスがあると思いましたが、コンテスト優勝という目標を掲げました。コンテスト時間まで何度も練習し、自信がついていったように思います。緊張はしましたが、ドライビング、ニアピンコンテストともに優勝できて嬉しかったです。

【ドライビングコンテスト】

男子の部 2年 淡路 凜空(第三中学校出身)

女子の部 3年 上ノ平純可(白山台中学校出身)

【ニアピンコンテスト】

男子の部 1年 守永 賢心(茅ヶ崎市立福田中学校出身)

女子の部 3年 上ノ平純可(白山台中学校出身)



ボウリングコース

場所 ゆりの木ボウル

1年 赤坂 侑雅(下長中学校出身)

球を上手に転がすのが難しかったです。投げ球する位置がずれると、上手く転がらずカターになってしまいました。投げるフォームや位置、球を落とす場所が上手くいくときちゃんと転がってストライクを出すことができました。次はもう少しスコアをアップさせたいです。

3年 石輪 慶次(三条中学校出身)

初めてボウリングのルールやマナー、ピンセッターの仕組みなどを知ることができました。そしてボウリングの起源がエジプト文明で行われていた宗教的儀式であることに驚きました。そのことから現代行われているものをたどれば全く予想していかない行為、儀式がルーツだということもが他にもあるかもしれないと興味深くボウリングの歴史に聞き入っていました。場内の裏側も見学しました。ピンセッターの仕組みを見たときは、以前から知っていたピンがセットされるまでの流れを知ることができて良かったです。実際にゲームをやってみると意外と体がスムーズに動き、1ゲーム目は高得点を取ることができました。しかし、2ゲーム目からは集中力の低下、疲労で得点を伸ばすことはできませんでした。2ゲームともスベアが少なく、自分はコントロールが苦手であると感じました。また、4歩助走での投球と5歩助走での投球を比べたところ、自分には5歩での投球が合っているとわかりました。今回の体験で、物事の起源に興味があり、体をコントロールすることの難しさを知ることができました。



のをたどれば全く予想していかない行為、儀式がルーツだということもが他にもあるかもしれないと興味深くボウリングの歴史に聞き入っていました。場内の裏側も見学しました。ピンセッターの仕組みを見たときは、以前から知っていたピンがセットされるまでの流れを知ることができて良かったです。実際にゲームをやってみると意外と体がスムーズに動き、1ゲーム目は高得点を取ることができました。しかし、2ゲーム目からは集中力の低下、疲労で得点を伸ばすことはできませんでした。2ゲームともスベアが少なく、自分はコントロールが苦手であると感じました。また、4歩助走での投球と5歩助走での投球を比べたところ、自分には5歩での投球が合っているとわかりました。今回の体験で、物事の起源に興味があり、体をコントロールすることの難しさを知ることができました。

【2ゲーム合計順位】

1位 1年 松井 彰範(第二中学校出身)

2位 1年 小笠原 陸(湊中学校出身)

3位 3年 佐々木唯惟(三戸中学校出身)

3位 3年 石輪 慶次(三条中学校出身)

バットイングコース

場所 ベースボールスタジアム

1年 加藤 一吹(東中学校出身)

しっかりとボールを見て打つことを意識しました。遅い球は結構打てましたが、125キロになると当てるだけで精一杯で全く飛びませんでした。でも球をバットの芯でとらえ飛んだときは気持ち良かったです。体育でソフトボールをやっていますが、球速の違いも感じることもできました。今度また行く機会があれば125キロにリベンジしたいです。



2年 高橋 萌莉(三沢第二中学校出身)

体験前の目標は、バットにボールを当てることでした。しかし、体験中にある程度目標を達成でき、次第にどうしたらボールを遠くに飛ばせるかと思うようになっていきました。その時、先生から「バットを無理に振り上げず自分がボールを当てる位置で構えること」とのアドバイスをもらいました。実践すると、当たる回数も増えていき、最初から無理をせずに自分の範囲で打てるようになりました。実践すると、当たる回数も増えていき、最初から無理をせずに自分の範囲で打てるようになりました。

3年 石藤 風紗(根城中学校出身)

人生初のバットイングでした。1回目は1本も打てず難しさを実感しました。しかし、先生方から指導してもらって少しずつ打てるようになっていきました。最初は落ち込みましたが、打てるようになっていくとどんどん楽しくなってきました。楽しくて夢中になっていて手に痛みが出てきました。楽しむことも大切だけれども、けがをしないことも大事だと思いました。仲間とお互いに声を掛け合ったり、アドバイスしてもらいながら活動することができました。

ボルダリングコース

場所 2ND WALLY 八戸

1年 中村 松吾(北稜中学校出身)



初めにボルダリングのルールを講師の方に説明していただきました。丁寧な説明で全く知らなかったルールを理解することができました。初心者で少し練習した後、初心者用のアルファベットコースに挑戦しました。A、Bは案外簡単だと思っていたら、いきなりCで難しくなりました。なんとかクリアしDからGまでいくことができませんでした。しかし、Hで苦戦。難しさは異常でした。あと少しのところまで粘りましたがクリアできませんでした。でも皆で声を掛けながら活動できたので楽しかったです。

1年 山家 昌悟(平塚市立土沢中学校出身)



初めはもっと簡単だと思っていただけで、やってみるとかなり難しく角度がつくと自分の体を支えるのが大変でした。アルファベット順に進むというルールだけだと、手ではつかみにくいものがあったり、上だけではなく、横移動していくアルファベットもあり、横移動していくアルファベットもあり、いろいろなアイデアを使って面白かったです。Sがなかなかクリアできなかったけれど、仲間と考えながら進んで行くのがとても楽しかったです。S以降はクリアできなかったため、次はもっと先へ進みたいです。

2年 岩沢奈々子(鮫中学校出身)

久しぶりのボルダリングは、楽しみであり不安でもありました。前回行った時とはコースが変わっていて驚きました。どのコースにしようか迷いましたが、私たちは105度の傾斜にチャレンジしました。講師の方やボルダリングが得意な仲間には先に力を入れるというコツを覚えてもらいながら登りました。頭では分かっているつもりでも体がついていかずあとちょっとのところまで手が届きませんでした。悔しくても体の限界を超えることはできません。もっと鍛えてから再チャレンジしたいです。

トランポリンコース

場所 本校体育館

1年 赤坂 侑雅(市川中学校出身)

トランポリンは、難しい技もあって何回やっても上手くできませんでした。そんな時、皆が「頑張れ」「惜しいね」と声を掛けてくれて嬉しかったです。ただ飛ぶだけで簡単だろうと思っていったトランポリンですが、意外と技のレパートリーも多く驚きました。やる前はあまり興味もなかったトランポリンに少し興味を持ちました。最後は、講師の方の素晴らしい演技を見て、自分ももっと上手になりたいと思いました。後片付けも皆で協力してやることができました。

2年 濱津津蹴大(第二中学校出身)

前回は基本の跳び方でバランスを崩してトランポリンに対して苦手意識がありました。講師の先生のアドバイスもありバランスよく跳ぶことができました。前回は気が付かなかったけれど、跳んでいる時間が長くなればなるほどバランスを崩しやすくなっていると感じました。長く跳んでも集中できるように注意しました。特に技を組み合わせて行うときは、次はどの技を考えながら行うのでミスが多かったように思います。また、難しそうな技にも取り組んでみましたが、ケガをしかけたので無理せず自分のリズムで挑戦することも大事だと思いました。最後に青森県チャンピオンでもある講師の村中先生の演技を見ました。どの技も美しく、ジャンプも高くきれいでした。慣れないトランポリンをやっていることを考えれば先生は凄いです。

