

# いわみの

(益高だより)

令和3年12月号

(第156号)

令和3年12月24日

島根県立益田高等学校

## 校内スポーツ大会

12月6日(月)、1・2年生が参加して2学期校内スポーツ大会を実施しました。午前中はソフトボールとバレーボールを、午後はサッカーとバスケットボールを行いました。

今回は、生徒会執行部が中心になって企画運営を行いました。各競技の上位は以下の通りです。

### <ソフトボール>

(男子) 優勝 2-2 準優勝 2-4  
(女子) 優勝 2-2 準優勝 2-1

### <サッカー>

(男子) 優勝 2-2 準優勝 2-1  
(女子) 優勝 1-1 準優勝 1-3

### <バレーボール>

(男子) 優勝 2-3B 準優勝 1-3  
(女子) 優勝 2-4A 準優勝 1-4B

### <バスケットボール>

(男子) 優勝 1-3 準優勝 2-4A  
(女子) 優勝 2-3A 準優勝 2-3B

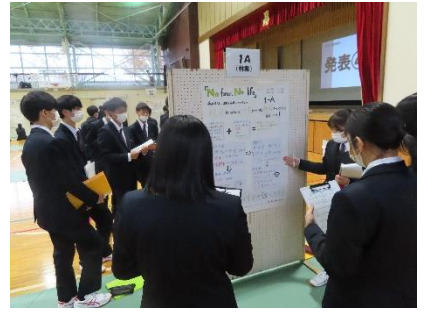


## 1年生地域巡検ポスターセッション大会

11月22日(月)に1年生は、地域巡検で学んだことを活かし、「石見の発展」をメインテーマにしたポスターセッション大会を行いました。生徒は8~9の班の発表を聴き、それぞれを評価・審査しました。また、訪問先のご担当者からも評価とアドバイスをいただきました。ありがとうございました。審査結果については以下の通りです。

賞	班	メンバー	テーマ
最優秀賞	6B	松田 青 齋藤 美希 澄川 歩弓	LIFE CYCLE in Masuda
優秀賞	3B	齋藤 永稀 渡邊 大地 上杉 那緒	Win Win トレードで飢餓0
優秀賞	10A	岡崎 実依子 齋藤 のどか 石橋 直明 大岡 苺香	石見×QQテクノロジー
優良賞	1A 1D 2C 6A 7B 7D 8C 10B		
ポスターセッション賞 (一番多く聴衆を集めた班)	5B		

◎最優秀賞と優秀賞の3班は2月のSSH生徒研究発表大会にて、プレゼンテーションを行います。



## 小学校への出前実験 2021 (12月7日)

2年普通科文系が高津小学校、益田小学校、吉田小学校の3校を訪問し、小学6年生を対象に出前実験をしました。最初に全体で「雲をつくろう」と「水素の爆発」を実施し、その後は7つのブースに分かれ、小学生1人ひとりに理科の実験を体験してもらいました。終始、楽しそうに実験をしている小学生を見て高校生も元気をもらったと思います。理科の実験を通して理科に興味をもつことはもちろん、小学生との交流を経て、地域貢献の意識がより高まったのではないのでしょうか。高校生それぞれが学んだことを次に生かしてほしいと思います。



## 「理科読」を楽しむ会 2021 (12月7日)

2年普通科理系が吉田南小学校、西益田小学校、益田高校の3会場に分かれて、小学生123名への絵本の読み聞かせや空気に関する9つの実験を体験してもらいました。普段、あまり意識することのない空気の重さや空気が押す力などについて考える機会となりました。益高生3名がファシリテーターとしてプログラムを進行し、小学生の各班に生徒が指導係として付いて実験や説明をしました。新聞紙で作ったドームを、小学生が楽しそうに団扇であおぎ、ふくらませて中できょろきょろ跳ねている様子を見て、達成感を感じた生徒も多かったのではないのでしょうか。台本通りに進まない場面もありましたが、判断力や対応力等も身に付ける貴重な機会となりました。



## 令和3年度高体連ダンス発表会

12月15日（水）に松江市の島根県民会館で行われた島根県高体連ダンス発表会に2年生2作品が参加しました。授業を通して創作したダンスを発表しました。

「クオリティーは元気でカバー」

「ソライロ」



## 2学期を終えるにあたり

### スマホで自己管理能力を養う

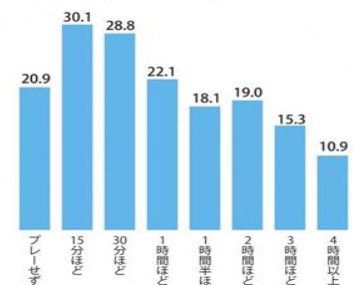
生徒部長 中村展久

今年、本屋へ出かけると売れ筋本の棚に「スマホ脳」（新潮新書）が置いてあるのを見かけました。スマホが与える人間の脳や身体への影響が書かれたものです。関心がある人は手に取ってもらいたいですが、本を読まなくても私たちは「スマホが自分に何か悪い影響を与えている」ということはなんとなく感じているのではないのでしょうか。SNSの書き込みが気になって仕方ない、メールの既読スルーで不愉快になる、ブルーライトの睡眠への影響など…。実際に2学期の安心安全アンケートでは、SNSに時間を費やして学習時間や生活に支障をきたしたと答えた人が約40%いました。

スマホが私たちの生活にどのような影響を与えているのかを研究したデータは様々ありますが、右のデータは朝日新聞 EduA の記事の「中学時代のゲームのプレー時間別に、偏差値60以上の高校に進学した割合」のデータです。ゲームプレー時間が長くなると進学率に悪影響を与えることは想像することができますが、1時間ほどのプレー時間までは、プレーしない人と同程度またはそれ以上の進学率だということは驚きです。この記事の解説では、「もっとゲームをしたい」という誘惑を断ち切り、プレー時間を1時間以内に抑えられる子は自らを管理する力が備わっているのだから、学習においても自己管理ができるのではないかと。また、ゲームについて「自分で決めたルールがあった」と答えた人の進学実績が良かったというデータもあるようです。

ゲームだけでなく SNS も同様に、スマホを操作している時間をどのように管理していくかが、これからのデジタル社会の中でメリハリのある生活していくためには重要な能力です。スマホを自己管理能力を養う道具として、スマホ操作のマイルールを2022年の新年の決意に盛り込んで下さい。決意内容の参考までに、スマホを傍に置くだけで学習効果、記憶力、集中力は低下するという指摘が「スマホ脳」に書いてありました。

▼中学時代の平日のゲームプレー時間別に見た偏差値60以上の高校への進学率(%)



### 2学期の総括

教務部長 山田忠幸

学園祭、地域巡検、出前実験、カタリ場、3年生は模試、模試、模試…など、行事が目白押しで2学期が終了しました。出席率や皆勤者数は昨年を上回っています。成績面では欠点保有者が減り、多くの皆さんが忙しさの中でも元気に学校に来て、授業に真摯に取り組んでくれた結果だと思えます。

一方で、気になることがあります。それは、学習時間調査の結果です。昨年は全ての学年で、回を経るごとに右肩上がりに家庭学習時間が上昇していました。今年は、3年生は大きな伸びでしたが、1, 2年生は横ばいで、調査未回答者が少なからずいました。学んだことを丁寧に復習することで、自分の力になります。定着したかどうかの尺度はアウトプット（人に説明）できるかどうかです。与えられた課題を終わらせることに終始せず、自分で勉強して理解するという過程が重要で、それには時間が必要です。

さて、冬休みです。3年生は走り抜けましょう！2年生はそろそろ受験のことを考えることになります。休み明けには模試もあるので、これまで学習した内容をしっかりと復習してください。1年生は文理選択があります。自分と向き合い、将来のことを現実的に考える機会としてください。理想や目標を持ってほしいのですが、その目標や理想の実現に向けて、努力することが大切なので、お忘れなく！

## 受験を通して身に付ける力とは

進路指導部長 佐藤洋平

近年、成功者の共通点として、「GRIT」(グリット)が見られる、という調査結果が、心理学や行動経済学の分野で言われているそうです。GRITとは、「やり抜く力」または「粘る力」のこととされ、それぞれ Guts(度胸：困難なことに立ち向かう)、Resilience(復元力：失敗しても諦めずに続ける)、Initiative(自発性：自分で目標を見据える)、Tenacity(執念：最後までやり遂げる)の頭文字です。成功することにおいては、「生まれつきの才能」は重要ではなく、粘り強く努力をし、諦めずに物事をやり遂げることが重要である、と捉えると納得できますね。さて、この「GRIT」は、大学受験を含めた進路実現にそのまま通じる部分が多いのではないのでしょうか。3年生のみなさんはいよいよ共通テストです。今までの学校生活で困難なことから逃げずに立ち向かい、自分で目標校を定めて研究して学習計画を立て、ここまで志望校合格への執念を持ってコツコツと頑張ってきた3年生のみなさんです。大学入試においては、どんなに頑張っても成功するとは限りません。でも、受験を通して身に付けた「GRIT」を持っていれば、きっと豊かな人生を手にするができると思います。たかが受験、されど受験です。受験を通して、「GRIT」を含めた豊かな人間性を身に付けて欲しいと願っています。そして、最後の最後まで妥協せず粘ってやり抜いて下さい。益高生は最後まで「伸びる、伸ばす」です。

## 共通テストに向けて

3年学年主任 寺岡智弘

長かったはずの2学期もあっという間に終業式を迎えました。高校生活最後の学園祭は、クラスが団結した演劇と、大雨の中の体育祭で3年生にとっては大変思い出深いものとなりました。その後は進路目標の実現に向けて授業、補習、模試で明け暮れた2学期でした。益高ではこれが3年生の毎年の姿とはいえ、本当によく頑張っていると思います。部活に燃え、学園祭に燃えた後は切り換えて受験勉強に励む。時代は変わっても、変わらない益高3年生の姿が今年も見られています。本校では受験を終えた3年生が1, 2年生に向けて体験談を話す会があり、毎年、次のような経験してきた者にしか伝えることのできない貴重なメッセージを届けてくれています。

「私は模試を、模試直しをするために受けていました。」

「受験勉強は、自分が将来どれだけ頑張れる人間かそうでないかを決める期間。」

いよいよ受験本番を迎えますが、益高生は最後まで「伸びる、伸ばす。」です。今年の3年生が受験を通してどのように成長し、どのようなメッセージを後輩達に伝えてくれるのか期待しています。

