

6月21日、本校調理室に於いて、第1回PTAふれあい講座「お弁当作りに役立つ小技あれこれ」と銘打った調理実習が行われました。専門学校の塩野朋美先生を迎えて、時間短縮を目指した冷食のアレンジ、一品のおかずを使い回すテクニック、衛生面で気をつけることなど、丁寧に教えていただきました。



和氣あいあいととした雰囲気の中で、参加した20名あまりの保護者の方々も、そこは手慣れた手さばきで、サクサクと様々な種類のおかずを作り、最後は一人前のお弁当が出来上りました。参加した方からは、「ためになった」「ぜひ来年も続けてほしい。」等の声も寄せられましたので、来年も同様の企画したいと考えています。

## 第1回PTA ふれあい講座

### 楽しいお弁当作り

今回、綿引さんの話やビデオを通して私は、今生きていいことは決して当たり前のことがないことを強く実感しました。だから、亡くなつた方が暮らしていた町や学校をきれいにしてあげたい、少しでも復興の役に立ちたいと思うのでこのボランティアの参加を決めました。

授業の中で、命の大切さを僕は学んだ。幸運な人は世界には少ない。手話体験で学んだことはそんな深いことばかり。何かうれしくなる経験だった。おばさん一人の手話が上手く、ぎくっとした。自分が上手く、ぎくっとした。自分も覚えよう。そう思えた。

一の四 今橋 綾香  
オを通して私は、今生きていいことは決して当たり前のことがないことを強く実感しました。だから、亡くなつた方が暮らしていた町や学校をきれいにしてあげたい、少しでも復興の役に立ちたいと思うのでこのボランティアの参加を決めました。

## 3年 介護体験



## 2年 手話体験



## 1年 ボランティアについて学ぶ



吟詠剣詩舞とは、漢詩や和歌を独特の節回しで吟じる「詩吟」と剣や扇を使って舞う「剣詩舞」を総称した日本市で開催された全国総文祭に出場しました。少しでも観客に美しく見せられるように今日も練習に励んでいます。

## 吟詠剣詩舞同好会

最近2つの同好会の新設が認められたそうです。この機会に紹介させていただきます。

## 同好会紹介

### ウクレレ同好会

僕たちウクレレ同好会は計8名で、顧問の小野瀬先生、外部コーチのRyong先生とIza先生のご指導のもと活動しています。先日行ったプロスペクトガーデンでの慰問では、お年寄りの方々に楽しんでいただき無事成功させることができました。

## スケート同好会



私たちスケート同好会は9月～3月は氷上練習を行い、4月～8月はダンスをメインに活動しています。氷上練習では基礎のスケートティングから演技を練習し、ダンスは月に一回外部コーチの先生に指導していただいています。私は2月にある全日本大会に出場することが目標です。



入学してからまだ学校に慣れない中で、筑波宇宙センターと笠間芸術の森公園に行きました。すごく場所も近くもう少し遠いところに行きたかったという思いもありましたが、自分が思っていた以上にとても楽しい一日を過ごすことができました。また、遠足を通してより友達との仲を深めることができました。



1年

**遠足**

高校生活最後の遠足は、東京ディズニーシーに行つきました。団体で行つたことがなかつたので、協力してファストパスを取ることで、効率良くてたくさんの人たちと一緒に感激でした。地図見て、走つて、買い物をして、歩き回つたけど、疲れよりも充実感でいっぱいでした。またこのメンバーでディズニー満喫したいです。

今回の遠足では、東京の日本未来科学館とお台場散策へ行きました。日本未来科学館では、人間そつくりのロボット「アンドロイド」がとても印象に残つていま

す。お台場散策では、友達と一緒に飯を食べたり、買い物を楽しんだりしました。遠足ができ、とても楽しい遠足となりました。

3年



三学年PTA行事は、ペルビックストレッチ『骨盤のがみを元の位置に戻すのに効果的なプログラム』を綿引晴子先生のご指導のもと行いました。「長距離運転をしなければいけない用事が続いている間に、マッサージを受けに行こうか、按摩器具でも見に行こうか。でも、的確なストレッチでこんなに変わるのかと驚きです。お母さん達と和やかにリラックスした中で楽しい時間を過ごすことができました。同じ材料を使つても個性的な素敵なものばかりもたちも個性ある味のある人間に育つてほしいものです。参加者のみなさんがどうございました。

**二学年PTA****三学年PTA**

