

# 蔵王の森だより

マンスリータイムズ 2019年12月  
和歌山県立和歌山北高等学校西校舎  
Tel.453-1281

## ☆おさかなママさん クッキングセミナー 12月

11月20日、スポーツ健康科学科3年家庭科「栄養科学」の授業で「おさかなママさんクッキングセミナー」を実施しました。和歌山漁業女性部連合会のおさかなママさん7名の方があじの三枚おろしを教えてくださいました。魚をおろすことが初めての生徒も多かったですが、丁寧に教えてくださいましたので全員1尾ずつさばくことができました。生徒の感想の中に、「切り方が分からず戸惑っていましたが、やさしく分かりやすく指導してくれたので、無事に三枚に下ろせることができました。」「生きものの命をいただいているということを強く感じることができました。」などがありました。さばいた後はあじフライバーガーにして美味しくいただきました。



## ☆呼吸を合わせてキビキビと



今年もスポーツ健康科学科の1年から3年の生徒を8班にわけ、自分たちで演技構成を考え、3年生の各リーダーを中心に集団行動を行いました。今年は、普通の練習から積極的に取り組み、各班ともに大差なく、どの班が優勝するかわからないぐらいの接戦でした。演技内容は、集合一号令一増列・減列一方向転換一行進一北高体操などをそれぞれ組み合わせ、協調性、まとめ、正確性、見栄えなどを評価する内容で、チーム（リーダー）の個性が出て本当に面白いものとなります。日本体育大学の集団行動を参考に、ここ数年周囲を楽しませる演技が多くなってきたように思います。今年の優勝は7班でJ組の女子チームが栄冠を勝ち取りました。1位～3位までトロフィーがあり、優勝チームは最高の笑顔で記念撮影を行っていました。

## ☆インターンシップ



12月10日から12日までの3日間、インターンシップで2年生全生徒が、市内を主とする様々な企業で職場体験をしました。製造、販売、保育、介護、サービス 他 様々な分野の企業に受け入れていただき、生徒たちにとっては、働くことの厳しさ、やりがいを学び、将来の進路決定につなげる貴重な体験となりました。各企業様とも、年末のより多忙な時期であるにもかかわらず生徒たちの将来の為になると、受け入れを快諾いただき大変ありがたく思います。