

Take It Easy!

校長 宅島 健司

以前、ある文章に「本当に一生懸命頑張っている生徒に、『Take it easy!』(気楽に行こう。無理しないで。大丈夫、落ち着いて。)'とは、日本人である私はなかなか言えない。『もっと頑張れ!』と書いた記憶があります。45歳以前だったと思います。その頃までは「頑張れ!」としか言えませんでした。その気持ちは今もあります。が、マラソン大会やマラソン大会の追走で真剣に精一杯走っている生徒に「頑張れ!」と言うだけでなく、「いいぞ、その調子!」と声をかけている自分がいました。

スポーツだけでなく、受験勉強や学校生活そのものに対して、懸命に頑張っている生徒に対して、「もっと頑張れ!」と声をかけたいと思う自分と、「大丈夫、落ち着いて、リラックスしていこう!」と声をかけたいと思う自分がいます。本当に一生懸命頑張っている生徒に「Take it easy! (大丈夫、焦らずリラックスしていこう。)'と声かけすることの方が良いと思うようになりました。それは、「結果オーライ」だと思っからです。誰かが何かを行う前、あるいはその途中で声をかけるわけですが、もうすでに精一杯頑張っている人に「もっと頑張れ」とプレッシャーをかけるより、「いいぞ、その調子。」「できるぞ」と声をかける方が、集中してそのことに臨めるように思います。時には鼓舞することも必要でしょうが、「あなたは精一杯頑張っている。それでいいんだよ。無理はし過ぎずに力を抜いてやろう。」と言う気持ちを前面に出して励まし、その人がしていることを全面的に肯定した方が、今していることに集中できるように思います。その方が結果は良いと思うのです。

「何と言って励ますのか」「どう声かけをするか」については、教師や親、友人は考える必要があるように思います。

まだまだ余裕があり、頑張りが足りていない人には叱咤激励も必要でしょうが、認めてあげることを伝えることは必要だと考えます。「言葉かけ」は難しいことかもしれません。ですが、少しの気働きや配慮によってその効果は大きいと思います。通常よく耳にしたり、使われている言葉も、使用される場面やタイミングによって人に感動を与えたり、人の行動を決定づけるような大きな力を持つことがあります。

今、高総体前で練習に励んでいる全生徒へ、選手に選ばれた人も、残念ながら選ばれなかった人も、自分のために、チームのために、自分にできる最大限のことをやりなさい。試合に臨む選手は、誰もが緊張するし、プレッシャーを感じます。試合が始まると敵は二人います。一人は相手です。もう一人は自分自身です。弱気になる自分。自信がない自分。勇気がない自分。あきらめる自分。躊躇する自分。失敗したらどうしようと怖がる自分。また、舞い上がってしまい周りが見えなくなる自分。熱くなり過ぎて冷静でいられなくなる自分・・・そういう自分に打ち勝つことです。技術や力だけで勝負が決まるわけではありません。ただ、勝負に勝つ必要条件是、自信を持つことです。自信は勝手に持つものです。

合言葉は「心は熱く頭はクールに」。試合をとおして「悠々として急げ」。

第56回入学式・新任式・始業式

4月8日(月)の午後、本校体育館において第56回生の入学式が行われました。入学式には2・3年生も参加し、新1年生239名を盛大に迎えました。今年は、桜の開花が例年よりも早かったものの、入学式までの期間は寒暖の差が激しく、すぐに満開とはいかず、入学式まで何とか持ってくれました。そのような桜の生命力や新入生の爽やかな雰囲気を感じられる中で、厳粛にそして盛大に執り行われました。晴れて西高生となった第56回生のみなさん、これからは「真の西高生」を目指し、仲間とともに協力し助け合い、3年間を生活していきましょう。皆さんの活躍を大いに期待しています。

また、同日の午前中には新任式と始業式が行われました。新しく着任された先生方、そして新1年生を迎えるとともに、在校生も新学年となり、この日から平成31年度の西高が始まりました。【教務主任 宮地】



新入生研修

4月10日(水)~12日(金)の日程で新入生研修を行いました。今年度は、昨年までの青少年の天地で行っていた宿泊研修ではなく、本校で3日間をかけて実施するスタイルをとりました。「やるときはやる ばかになってやる」を合言葉に、西高生としてふさわしい生活態度や礼儀作法、学ぶ姿勢の習得を目指して学年みんなで取り組みました。集団行動や校歌指導では、西高生としての自覚と団結力を高め、分掌や教科のオリエンテーション、講話では、西高生としてやるべきことを学び、グループエンカウンターや集団行動・校歌コンクールでは、クラスそして56回生の仲間との交流を深めました。日を追うごとに動作が機敏になり、挨拶の声も大きくなる姿を見て研修での成長を感じました。この機会をきっかけにして、日々成長を続けてほしいと思います。【1学年主任 戸塚】

【集団行動コンクール】 男子優勝 3組 女子優勝 3組 総合優勝 3組

【校歌コンクール】 優勝 4組



新入生部活動紹介 (SAKURAフェス)

4月2日(火)に、新入生に向けた部活動紹介「SAKURAフェス」がありました。今年もコーラス、西高太鼓部、吹奏楽部の歓迎演奏から始まりました。部活動紹介では、制限された時間の中で各部の魅力が伝わってくる内容でした。今年も各部がそれぞれの持ち味を存分に生かし、後輩達に自分達の部の良さを一生懸命伝えようとする姿が大変印象的でした。現在は、部活動編成も終わり、新入生のみなさんは自分に合った部を選択し、日々の部活動に取り組んでいることと思います。西高は文化部、運動部ともに活発で、全国大会や九州大会はもちろん県内でもレベルの高い部が多いです。学習と両立させながら、部活動を通じていろいろなことを体験し、やりがいを感じていくのではないのでしょうか。新入生の皆さん、これから先輩方と一緒に西高の部活動を盛り上げるべく頑張ってください。 【生徒会担当 上野】

歓迎遠足

歓迎遠足が4月25日(木)に弓張岳展望台にて行われました。当日は、直前まで心配されていた天候が驚異の回復を見せ、予定通りの開催となりました。これも西高の晴れ男校長先生の御利益あつてのことだと感じました。到着後は、吹奏楽部による歓迎演奏をはじめ、新転任の先生方の紹介、生徒会企画によるクラス対抗長縄大会がありました。特にクラス対抗の長縄大会においては、クラス全員が一回でも多く飛べるようにと、声を掛け合って協力しながら取り組み、過去最高の記録を打ち立てました。その後の昼食・自由時間においても、仲間と美味しい昼食を楽しんだり、展望台から見える佐世保の景色を楽しんだり、大いに満喫していました。歓迎遠足を通して、心身のリフレッシュを図るとともに、クラス等の親睦も深まったことではないかと思えます。



【生徒会担当 上野】

部活動等結果報告

◎ハンドボール部

平成31年度長崎県高等学校ハンドボール春季選手権大会 女子 準優勝、男子 第3位

◎ソフトボール部 平成31年度長崎県高等学校ソフトボール春季選手権大会 第3位

◎女子ソフトテニス部 平成31年度(第5回)佐世保地区高等学校ソフトテニス春季選手権大会 第3位 永木 美翔・中島 花梨ペア

◎柔道部 平成31年度読売新聞西部本社杯柔道大会 団体 高校生の部 佐西・清峰連合チーム 第3位

《5月の行事予定》

《6月の行事予定》

16	(木)	歯科検診(3・2)、眼科検診(1)、Σ検査(1・2)	1~3	(土・月)	高総体
22	(水)	木曜の授業、生徒総会、	4	(火)	高総体代休
23	(木)	開校記念日	6	(木)	歯科検診、悩みアンケート、進路講演会(3)、放課後補習開始(3)
29	(水)	高総体壮行式	13	(木)	進路講演会(1・2)
30	(木)	高総体代休	19	(木)	耳鼻科検診(1)、部室清掃
31	(金)	高総体開会式(諫早市)	20	(木)	前期中間考査時間割発表

平成31年度入試(53回生)の結果報告

【国公立大】136名合格

九州大4、福岡教育大4、佐賀大9、長崎大16、熊本大11、大分大10、宮崎大2、鹿児島大4、琉球大4、北見工業大1、新潟大1、富山大1、信州大1、大阪教育大1、奈良教育大1、島根大2、岡山山3、広島大3、山口大6、愛媛大1、高知大1、長崎県立大20、北九州市立大4、福岡県立大2、福岡女子大1、熊本県立大1、大分県立看護科学大1、名桜大4、横浜市立大1、都留文科大1、長野大1、鳥取環境大1、島根県立大2、県立広島大4、山口東京理科大1、山口県立大4、下関市立大1、高知工科大1

【私立大】162名合格

北海道情報大1、国際医療福祉大3、跡見学園女子大1、青山学院大2、駒沢大1、創価大1、中央大1、帝京大1、東海大2、東京経済大1、早稲田大1、産業能率大2、愛知学院大1、鈴鹿医療科学大1 京都産業大1、同志社女子大1、佛教大1、関西外大1、近畿大2、関西学院大3、甲南大1、神戸学院大1 松蔭女子学院大1、岡山理科大4、安田女子大2、広島国際大1、梅光学院大1、松山大1、九州産業大11 九州女子大1、久留米大5、久留米工業大2、西南学院大8、西南女学院大4、筑紫女学園大1、西日本工業大1 福岡大22、福岡工業大7、福岡女学院大3、九州情報大1、九州栄養福祉大2、純真学園大2、西九州大7 活水女子大1、長崎純心大2、長崎総合科学大1、長崎国際大24、熊本学園大1、崇城大5、九州看護福祉大1 熊本保健科学大2、別府大3 他

【その他】

大分県芸文化短大1、純真短大1、中村学園大短大2、福岡女子短大1、佐賀女子短大1、長崎短大1 九州医学技術専門1、嬉野医療附看護6、佐世保市立看護12、健和看護学院1、福岡医療専門1 福岡医療リハビリ専門1 他

【就職】

防衛大学校1、海上保安大学校1、自衛隊1、長崎県警1、信越石英1 他



平成31年度入試では、卒業生の60パーセントの生徒が国公立大学に合格することができました。これは、ここ5年間で最も高い合格率となりました。また、AO・推薦入試では国公立大学31名合格、私立大等に24名合格しました。54・55・56回生も負けずに頑張ります。