



本校教育目標：【自主】自ら進んで学ぶ生徒【寛容】明朗で思いやりのある生徒【挑戦】健康でたくましい生徒

〈重点目標〉自らよく考え、やり抜く生徒 ～夢の実現～

# 原町三中だより

令和元年11月20日(水)  
第24号  
発行責任者  
校長 鈴木 太  
電話 22-3802

## 食育集会

11月12日(火)の4校時に多目的ホールにて、全校生を対象に「食育集会」を実施しました。この食育集会は、朝食を見直そう週間に合わせて、望ましい食習慣への意識付けを図るために毎年実施しております。今回の講師には原町第一中学校の管理栄養士の畠山真由美先生をお迎えし、「成長期の健康と食事」というタイトルで、受験や大会に勝つための食事や試験前の食事の摂り方などについてお話をいただきました。

学習効果を高めるために、イワシやサバなどの青魚に含まれるDHAやEPAが必須の栄養素であることや、集中力を高めるためにカルシウムを摂取しなければならないこと、試験や試合前に摂る消化の良い食べ物などの興味深いお話に、生徒の皆さんはメモをとりながら真剣に聴いていました。

最後に生徒を代表して保健委員長の佐藤さん(3年)がお礼のことは述べました。

### 〔生徒の感想より〕

- ・いつも朝ごはんはパンしか食べなかつたりするので、集中力を増すために、カルシウムを多く食べるようにしたいです。
- ・いつも何気なく食事していることが、病気の予防や集中力アップに関係していることがわかった。これからはバランスに気をつけて食事したい。



お礼のことは

## 文化面でも大活躍！

〔県下小中学校音楽祭第3部「創作」相馬地区審査会〕 11/8

- 優秀賞 青田 紬(1年) 岡田 志織(1年) 高澤 璃乃(2年)
- 優良賞 猪狩ひより(1年) 佐藤 杏菜(1年)

〔第13回南相馬市総合美術展覧会〕 11/17表彰式

- 教育長賞 平面作品の部 佐藤日向子(1年)



佐藤さんの作品

## 日本管楽合奏コンテスト全国大会 優秀賞！

11月17日(日)に東京都文京区尚美バリオホールで開催された「日本管楽合奏コンテスト全国大会」において、本校吹奏楽部の皆さんは見事優秀賞に輝きました。全国大会という大きな舞台で演奏できたことは、これからの自信につながる貴重な経験になったと思います。



## 第2回緑化活動

11月18日(月)の6校時に「第2回緑化活動」を実施しました。寒くなって寂しくなった花壇に、冬から春に咲くパンジー、ビオラ、葉ボタンを植え付けました。生徒の皆さんは割り当てられた花壇に、配色を考えながら丁寧に苗を植え付けていました。

また、オリーブプロジェクトのメンバーの大内さんから頂いたオリーブの木を生徒会役員の皆さんで植樹しました。



パンジー・ビオラの植え付け



オリーブの植樹