



# 高瀬中だより

郡山市立高瀬中学校  
2021年11月19日(金)  
《第29号》 文責:校長 草野 仁

## 令和3年度修学旅行(山梨方面)

～全員元気に参加!晴天の下、富士山・紅葉満喫!～

3学年は11月14日(日)～16日(火)に山梨県富士吉田・山中湖方面への修学旅行を実施しました。

何よりよかったことは、3年生45名全員が参加し、途中体調を崩す生徒もなく、感動と喜びに満ちた素晴らしい修学旅行となったことです。

4月、9月と延期が続いた際には、大変ご心配をおかけしましたが、旅行中日の15日は今年になって全国で一番新型コロナウイルス感染者が少なかったとの報道もあり、結果的にコロナ感染リスクが最も低い時期に実施することができました。また、旅行中3日間を通してコートもいらさない程の過ごしやすい小春日和の中、湖畔の

紅葉と冠雪で神々しさを増した雄大な富士の絶景を朝、昼、夕と堪能することができました。

生徒たちは2泊3日、寝食を共にし、楽しさと感動を分かち合っ、お互いの親睦を一層深めることができました。ユーモア溢れるバスガイドさんや何事にも丁寧に対応してくれた添乗員さんとも楽しく交流することができました。2日目の朝、それぞれのペンションでは、まるで家族のように迎えてくれたオーナーの方々と名残を惜しむ姿も見られました。こうした、旅行先での同級生や人々との心温まる触れ合いも、忘れがたい大切な思い出となりました。

### 《1日目:11月14日(日)》

御坂農園グレープハウス(昼食) / 桔梗信玄餅テーマパーク(包装体験/買い物/工場見学) / 富岳風穴・鳴沢氷穴ガイドツアー / 山中湖周辺ペンション分宿



【出発式】加藤実行委員長の挨拶



【御坂農園グレープハウス】ぶどう棚の下で昼食



【桔梗信玄餅テーマパーク(包装体験/工場見学)】



【富岳風穴・鳴沢氷穴ガイドツアー】

### 《2日目:11月15日(月)》

忍野八海 / 富士急ハイランド(昼食) / 富士ノ湖ホテル



【忍野八海】



【富士急ハイランド】



【富士急ハイランド】



【富士ノ湖ホテル夕食】

### 《1日目:11月16日(火)》

富士山パノラマロープウェイ / 甲州ほうとう作り



【早朝の山中湖畔】逆さ富士(左)と朝の散策(右)



【富士山パノラマロープウェイ】



【ほうとう作り:写真上・下左右】



## 県中学ソフトテニス大会男子団体健闘!



学校対抗福島県中学ソフトテニス大会男子団体戦は、13日、福島市庭球場で開催され、24チームが熱戦を繰り広げました。

本校は予選リーグ1回戦で本宮一中に惜敗。2回戦は会津柳津学園に勝利するも、決勝トーナメント出場はなりません。

今大会での経験が、今後の競技力向上につながることを期待します。

《選手》 桑原さん、坂本さん、富塚さん、石井さん  
大河内さん、関さん、高田さん

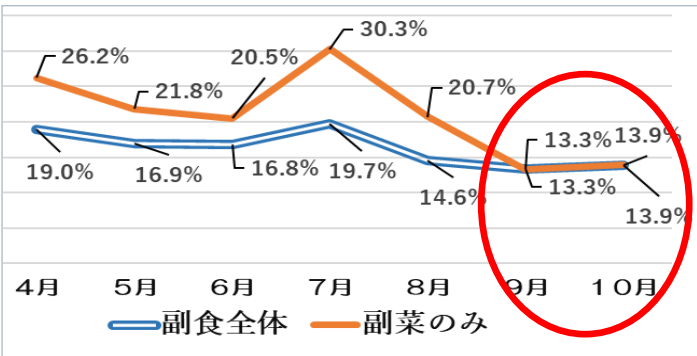


# SDGs 給食残菜大幅削減!



～成長期に必要な栄養摂取・フードロス改善～

【R3高瀬中副食残食率月別比較】(給食センター)



本校では、高瀬小中コミュニティ・スクールSDGs活動の一環として、給食の残菜削減に取り組んでいます。成長期の体作りと生涯の健康の土台となる食の大切さを理解し、成長期に必要な栄養を給食によりしっかりと摂取することが第1の目的です。さらに、一人一人が取り組めるSDGs活動の一環として、フードロス(残菜)解消に取り組むこともねらいとしています。

給食時間の5分延長、体格に応じた必要エネルギー量算出と適量供給、栄養教室の開催、盛り切り配膳への転換など、その具体的な取組については保健だよりや本紙20・21・23・24・26号、HP等でお知らせしてきました。

今週、17日に開催された「高瀬小中学校地域学校保健委員会」では、上記エネルギー必要量の算出や栄養教室等でご指導いただいた郡山市立中学校給食センター栄養教諭の松本先生から、本校の副食残食率の推移について報告がありました(※上グラフ参照)。結果は、当取組開始以降の9月・10月の残食率が「副食全体」で4月初頭の26.2%から13%台に、「副菜のみ」も19%から13%台へと顕著な改善が見られました。9月・10月は給食センターが担当している11中学校の中でも、本校の残食率が最も低かったとのこと。松本先生からは、今回の成果について以下の分析とご助言をいただきました(※下記枠内参照)

今回の成果をもとに、今後も給食を通じた成長期にある生徒の体作りと生涯を通じた健康づくり、さらにSDGsフードロス削減活動に取り組んでいきます。

## 《取り組みの成果》

- 「副食」「副菜のみ」とともに、残食率が大幅に減少した。
  - ・「副食」残食率 26%台⇒13%台に減少
  - ・「副菜のみ」残食率 19%台⇒13%台に減少
- 当給食センターが給食を供給している中学校11校中、高瀬中の残食率が最も低くなった。
- 以上のことから、生徒一人一人が必要とするエネルギーや栄養を給食から摂取できている状況となった。
- SDGs活動によるフードロス削減も実現している。

## 《成果の要因》

- 給食時間を5分延長したことにより、1年生もゆっくり安心して最後まで食べることができるようになった。
- 栄養教室後の生徒の感想から、成長期に必要な栄養やエネルギーについての理解が深まったことが窺えた。
- 先生方が一致協力して「盛り切り」(いただきます時に食缶に残菜が0)に取り組んだ成果が現れた。
- 学校全体でのSDGsの取組も生徒の意識を変えた。

# 全校集会/全校表彰



先週12日に、オンラインで全校集会を開催しました。

集会では、全校表彰に引き続き、生徒会長の芳賀咲さんが、郡山市生徒会交歓会の参加報告を行いました。

生徒会交歓会では、「タブレット端末の活用」等をテーマに情報交換と話し合いが行われたとのこと。芳賀会長からは、生徒会交歓会で学んだことを基に、生徒会活動でのタブレットを活用やSDGs活動を推進していきたいとの話がありました。学習委員長からも1・2年期末テストに向けた学習への取組について話がありました。生徒会は全校集会や昼の放送等、様々な場面や機会を通して全校生への呼びかけを行っています。

## 栄光の記録

### 【第73回郡山市発明工夫展10/20】

- 福島テレビ社長賞 小林さん
- 【会津中学生ソフトテニス強化研修大会10/23】
- 男子団体3位 桑原さん、坂本さん、石井さん、富塚さん、大河内さん、牧野さん、関さん、高田さん
- 【第59回郡山市民体育祭 第24回郡山市スポーツ少年団体育大会10/23】
- 1位 樋口さん ※ペア他校生、関さん・伊藤さん
- 3位 丸山さん・小堀さん

### 【漢字検定10/29】

- 準2級合格 千坂さん
- 3級合格 渡邊さん、遠藤さん、芳賀さん、山根さん、石井さん、芳賀さん、高橋さん、森さん
- 4級合格 大河内さん、吉田さん
- 5級合格 遠藤さん

### 【第4回文武不岐中学3年生ソフトテニス大会10/30】

- 優勝 樋口さん
- 【郡山市中学校ソフトテニス強化リーグ秋季大会11/3】
- 男子団体2位 坂本さん、桑原さん、石井さん、富塚さん、牧野さん、山田さん、関さん、高田さん
- 【交通安全ポスター及び作品展11/9】

- 優秀 西尾さん

### 【県書道連盟展】

- ぶくしまFM賞 山根さん
- 【第71回福島県統計グラフコンクール】
- 佳作 小林さん



## 来週的主要行事予

曜日	主な内容	学級	1校時	2校時	3校時	4校時	5校時	6校時	
22日(月)	給食 ○ 部活 ○	□タブレット貸与事前指導	1の1	国語	社会	保健	理科	数学	学活
		□タブレット貸与受領書・同意書配付	1の2	社会	数学	家庭	家庭	英語	学活
		□AET来校	2の1	英語	国語	数学	保健	理科	学活
		□17:45完全下校	2の2	理科	英語	社会	保健	国語	学活
		□17:45完全下校	3の1	国語	保健	理科	数学	社会	学活
		□17:45完全下校	3の2	理科	国語	数学	道徳	家庭	学活
23日(火)	勤労感謝の日 □学年別1年生ソフトテニス大会 □JOCバレー選抜練習会(23日・27日・28日)								
24日(水)	給食 ○ 部活 ×	□定期テスト前部活動中止	1の1	社会	数学	英語	保健	高夕	
		□職員会議・教育課程編成会議	1の2	国語	保健	数学	英語	高夕	
		□部活動休養日	2の1	理科	社会	音楽	国語	高夕	
		□16:30完全下校	2の2	数学	国語	英語	理科	高夕	
			3の1	英語	数学	国語	音楽	高夕	
			3の2	数学	音楽	理科	社会	高夕	
25日(木)	給食 ○ 部活 ×	□定期テスト前部活動中止	1の1	英語	数学	国語	理科	音楽	保健
		□生徒会専門委員会	1の2	英語	数学	音楽	国語	社会	理科
		□16:30完全下校	2の1	社会	英語	理科	保健	道徳	国語
			2の2	国語	音楽	道徳	保健	理科	社会
			3の1	理科	社会	保健	国語	英語	数学
			3の2	国語	英語	社会	数学	保健	道徳
26日(金)	給食 ○ 部活 ○	□定期テスト(1・2年)	1の1	社会	国語	数学	英語	理科	道徳
		□3年実力テスト	1の2	社会	国語	数学	英語	理科	保健
		□スクールカウンセラー来校	2の1	数学	英語	理科	社会	国語	社会
		□17:45完全下校	2の2	数学	英語	理科	社会	国語	数学
			3の1	国語	数学	英語	理科	社会	道徳
			3の2	国語	数学	英語	理科	社会	数学
27日(土)	□週休日 □石学校説明会 □第220回須賀川強化リーグ								
28日(日)	□週休日 □第126回郡山卓球選手権大会								