



日章学園九州国際高等学校校長便り 師走

建学の精神：道義に徹し、実利を図り、勤労を愛す

学園スローガン： *心を一つに*

学校教育目標：国際的視野と人間性豊かな心を持ち、自ら学び考え、自己の課題を解決できる生徒を育成する。

学園創立70周年 令和2年(2020年)12月1日(火) 校長 屋田伸仁



祝70周年 & 上昇気流



本校から韓国岳等の霧島連山を見渡すことができます。気分も大らかになります。えびの市と隣の湧水町の境には栗野岳があります。この山は小学校5年生の国語の教科書にも掲載されている『大造じいさんとガン』の舞台で有名です。その物語の中にガンの群れがV字飛行で飛んでいくシーンがあります。最近はあまり見かけなくなりましたが、ガンの飛来する姿は美しく、感動します。なぜ、あのような編隊を組んでいるのか。

研究者によると、斜め前を飛ぶ鳥の羽から上昇気流の風が生じ、その風に乗れば、斜め後ろを飛ぶ鳥は楽に飛べるらしい。また、V字飛行の先頭はいつも決まったリーダーが飛んでいるわけではない。先頭をひっぱっていく鳥は、自分で気流をつくるが、気流には乗れないので、これはこれでたいへんきつい。それで、ときどき、先頭を入れ替わるそうです。みんながリーダーの仕事をしているのです。まさに、思いやり、助け合いのチームプレイ、チームワークです。

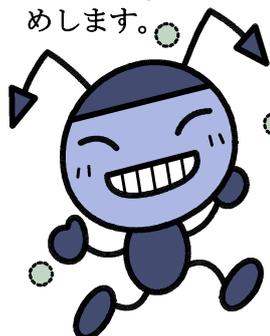
Congratulations The 70th anniversary 学校法人 日章学園

11月19日に日章学園高校体育館で創立70周年記念式典がありました。コロナ禍なので、式典も縮小して、学園内の代表職員と生徒が参加して行われました。学園グループの誕生からこれまでの歩みを紹介する動画を見て、まさにガンのV字飛行の上昇気流のような勢いやうねりを感じました。そして、学園グループ一同「心を一つに」して、次なる時代を切り拓いていく決意を新たにしました。

栄養バランスの取れた食事が 元気なからだをつくる



先月号で、本校は「早寝早起き朝ごはん」を全力サポートすることを紹介しました。「早寝早起き朝ごはん」ができるのは本校が「寮のある学校」だからです。元気に毎日の学校生活を過ごすことは高校生にとっても大切なことです。料理評論家の服部幸應先生が警鐘を鳴らす【子どもをダメにする6つの「こ食」】というのがあります。それは、「孤食」「個食」「固食」「小食」「粉食」「濃食」です。漢字で何を意味するか、だいたい想像できます。(下記参照)高校生といっても、まだまだ心身の成長、発達段階にあります。しかし、不登校になれば、食事が偏ったり、食生活習慣が不規則になりかねません。本校では、管理栄養士が毎月、栄養バランスを考えたメニューをつくり、生徒達は朝、昼、晩と決まった時間に食事をしています。おかげで、本校の生徒は比較的健康で元気な生徒が多いです。食生活習慣がきちんとできているからだだと思います。ところで、食費を含めた寮費が気になりますが、お得な情報として、来年の4月から1ヶ月の寮費51,000円がえびの市の支援で、約半額の26,000円になります。一日に換算すると、850円の安さです。食生活を改善したい人は「寮」のある本校をお勧めします。



【 子どもをダメにする6つの「こ食」 】

- 「孤食」小さい頃から独りで食事をする子ども。社会性や協調性が身に付かなくなる。
- 「個食」家族で食べているけど、それぞれがバラバラなものを食べている。わがままな性格になる。
- 「固食」いつも同じものを食べている固定食。ハンバーガーやコーラばかり飲み食いして肥満になり、やがて生活習慣病になる。
- 「小食」ダイエットのため、栄養が足りない。無気力になる。
- 「粉食」パンなどの柔らかいものばかり食べれば、噛む力が弱くなり、運動能力も育たない。
- 「濃食」塩分・味の濃い食べ物を好んで食べる。味覚障害や肥満、生活習慣病になる。