

# STORY

No.82

December

22

## 今日は冬至！

北半球において一年で最も日が短い日が冬至です。逆に日が長い日が夏至。今年の冬至は12月22日です。冬至を過ぎると少しずつ日が長くなっていきます。冬至には伝統的な風習があり、「冬至にかぼちゃを食べると風邪をひかない」や「ゆず湯につかって体を温める」などが全国的に有名です。冬至に食べるとよいとされる冬至の七種を紹介します。

・れんこん ・にんじん ・ぎんなん ・きんかん  
・かんてん ・なんきん ・うどん

「なんきん」はかぼちゃのことです。すべて「ん」がつきますね。「運」をたくさん呼び込むとして縁起を担いでいるのだそうです。皆さんもぜひ！

### 冬至の七種

ななくさ

### ゆず湯

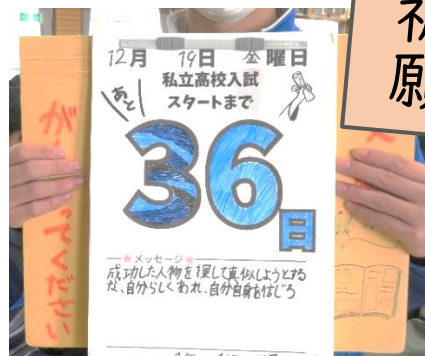


いよいよ受験シーズン到来です。12/18(木)に2年生の生徒会役員を中心に入試激励会が行われました。

1年生も合格祈願「日めくりカレンダー」

(写真右)を制作して、3年生にプレゼントしました。

合格祈願



各専門委員会が作成した受験全力応援ハンドブックも3年生にプレゼントしました。その内容の一部を紹介します。

### これできっと大丈夫！ 受験全力応援 ハンドブック



### 受験生の背中を押す名言集

誰でも何にでもなれる/ズートビア  
諦めたらそこで試合終了ですよ/SLAM DUNK  
才能は開花させるもの センスは磨くもの/  
ハイキュー!!  
決して屈するな。決して、決して、決して!!  
ウィンストン・チャーチル  
時間の浪費ほど大きな害はない/ミケランジェロ  
天才とは努力する凡才のことである/  
アインシュタイン



-8-

### 給食

受験前日には、ブドウ糖・ビタミンB1を！  
⇒炭水化物+おがずで効率的に脳のエネルギーへ  
ブドウ糖とビタミンB1を同時に取る勝負飯！  
・鍋もの ・豚の生姜焼き ・煮込みうどん  
消化◎ 体温まる！ 疲労回復・免疫力UP！  
記憶力が向上する食べ物！  
・青魚(サバ、イワシ) ・バナナ ・ごま  
他にも...  
・チョコ ・緑黄色野菜 ・豚肉、大豆 ・ナッツ類  
温かい飲み物で体を内側から温めよう！  
・ホットココア ・ホットレモン ・ハーブティー  
などがあるぞ！

-6-

### 広報委員会

★集中が切れたら、  
音楽を聴いて気持ちをリセット！  
【おすすめの曲】  
・WANIMA 「やってみよう」  
・DISH// 「沈丁花」



美化委員会集中できる机・部屋環境  
整備された環境に！



-2-



3年生の先輩方が希望通りの進路に

進めるように願っています！ 君たちもあと2年後は...