



# 遠大勵志

## 今年度もお世話になります

早いもので本校勤務も3年目を迎えることとなりました。昨年度に引き続き、今年度もまた保護者の皆さまから様々なご支援とご協力をいただきながら職員一同頑張っております。この校長通信も継続して発行していきたいと思っておりますので、よろしくお祈りします。

さて、コロナウイルス感染症対策で、昨年度末3月2日から休校せざるを得ない状況となっておりますが、県教委の指示のもと、休校が解除され、新年度は今月7日(火)から学校が再開することとなりました。

今日は始業式です。約1ヶ月の休校期間、一人一人が新年度へ向けた「0学期」という意識をもって生活してくれたものと思います。3年生は最上級生として、2年生はこの黒陵の中堅学年として自覚を持って、これからの1年間を有意義なものとなるように過ごしてほしいと願っています。

本校のスクールアイデンティティーは、「すべての生徒一人ひとりが文武両道を実践する進学校」です。

教育方針である「文武両道」(学習と部活動の両立を頑張り抜く)、「遠大勵志」(将来を見通して夢を志に作り替え、その志の実現のために最大限の努力をし続ける)、「凡事徹底」(当たり前のことを当たり前には人にはマネのできないほど一生懸命に取り組む)の3つを、この1年間精一杯取り組んでいきましょう。

みなさんが描いた志の実現のためには、時に辛いこともあるでしょう。しかし、様々な試練や壁にぶつかっても明るさを失うことなく最後まで強く逞しく、想いを貫き通してほしいと思います。



## 学校再開に伴う

## 5つのお願いです

国内のコロナウイルスによる罹患者が、依然、増加し続けており、不要不急の外出を控えることが求められています。

今後、岩手県、北上市で大規模な流行がおきないように、学校再開に伴って本校においても、「換気の徹底」など環境衛生について様々検討し、対策をとってまいります。

そこで、みなさんには下記の5点について「感染症対策の徹底」をお願いします。

### 1:家庭での毎朝の検温

### 2:風邪症状の確認

### 3:手洗いの励行(首相官邸 HP)

#### 正しい手の洗い方

手洗いの前に  
・爪は短く切っておきましょう  
・時計や指輪を外しておきましょう



石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

### 4:うがいの励行

### 5:咳エチケットの徹底(厚生労働省 HP)

- ① マスクの着用 ② ハンカチで ③ 袖で口鼻を覆う  
□・鼻を覆う



※発熱等の風邪の症状がみられたときには、登校せず自宅で療養することをお願いします。

# 高めよう！抵抗力

手洗い・うがいの励行と咳エチケットのお願いをしましたが、それと同時に、日頃から「抵抗力を高める」ため次の3つを意識し、心がけることも大切です。

## 1: 栄養(食事)

身体の免疫力・抵抗力を高めるためには栄養バランスのよい食事が大切です。朝、昼、夜の3食を規則正しく取ることを心がけたい。特に、タンパク質、ビタミン A、ビタミン C を多めに摂りましょう。

## 2: 睡眠

ぐっすり眠ってウイルスを寄せ付けない身体を作りましょう

## 3: 運動

抵抗力、免疫力の向上には適度な運動が欠かせません。

# 転入された教職員15名 のみなさんです。 お世話になります！

春は別れの季節、そして出会いの季節でもあります。

昨年度末、定期人事異動に伴い、本校で尽力いただきました13名の教職員の方々とのお別れは、コロナウイルスの影響で、離任式も行えない中でのものでした。この4月、県内各地から本校に新しい風を吹き込んでいただく教職員15名の方々をお迎えすることとなりました。

ご紹介します。

- ・ 佐々木伸良 (ささき のぶよし) 副校長  
【宮古北高等学校・英語】
- ・ 門脇 忍 (かどわき しのぶ) 先生  
【北上翔南高校・生物】
- ・ 高橋慎二 (たかはし しんじ) 先生  
【黒沢尻北高校・英語】
- ・ 佐々木倫郎 (ささき みちお) 先生  
【遠野高校・物理】
- ・ 須藤行貞 (すとう ゆきさだ) 先生  
【不来方高校・英語】
- ・ 玉田 豪 (たまだ ごう) 先生  
【盛岡第三高校・英語】
- ・ 中島 雄 (なかしま ゆう) 先生  
【一関第一高校・数学】
- ・ 佐藤牧人 (さとう まきと) 先生  
【宮古商業高校・体育】

- ・ 切田 望 (きりた のぞみ) 先生  
【一関第一高校・国語】
- ・ 早川佳代子 (はやかわ かよこ) 先生  
【盛岡北高校・化学】
- ・ 菊池洋右 (きくち ひろあき) 先生  
【久慈東高校・数学】
- ・ 稗貫華子 (ひえぬき はなこ) 先生  
【新採用・国語】
- ・ 佐々木南 (ささき みなみ) 先生  
【山田高校・養護助教諭】
- ・ 菅野恵子 (かんの けいこ) 主任主査  
【県教育委員会教職員課】
- ・ 川村由加 (かわむら ゆか) さん  
【県総務事務センター】

## 4月の主な行事

- 7日(火) 新任式、始業式、個人写真撮影
- 8日(水) 入学式、PTA 入会式
- 9日(木) 対面式[中止]、生徒会オリエンテーション
- 10日(火) 新入生オリエンテーション  
2年: 春季課題テスト、3年: 進研記述模試
- 13日(月) ~ 17日(金) 応援会練習[延期]
- 13日(月) 1, 2年スタティサポート、3年進研記述模試  
身体測定
- 14日(火) 1年心臓検診、PTA 合同専門委員会
- 15日(水) 1, 2年基礎力確認テスト[中止]
- 16日(木) 1年耳鼻科検診
- 17日(金) 貧血検査、PTA 役員会①  
自己理解調査
- 20日(月) 学校行こう週間[延期]、情報モラル講習会
- 21日(火) 部集会
- 22日(水) 避難訓練①
- 24日(木) PTA 総会、学年 PTA

※高総体地区予選(陸上競技、卓球、バドミントン、ソフトテニス、テニス、弓道)は中止となりました。

高総体総合開会式と県大会の開催の可否は、4月中旬に決定する見込みと聞いています。東京オリンピック・パラリンピックも延期となりました。運動部のみなさんは、先が見えない中で練習に打ち込むこととなります。特に3年生にとっては今までの集大成の大会がどうなるのか大きな関心事だと思いますが、こういう状況にも対応できるように、準備を整えることが大事になってきます。

