

◀ 2012年09月 ▶						
月	火	水	木	金	土	日
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

## 学校便り

[トップ](#) > 学校便り記事一覧

### 第57回体育祭

2012年09月29日

第57回体育祭が無事に終了しました。  
直前になって天候が危ぶまれ、一部のプログラムはカットしたものの、最後まで各組が全力で競い合うことができました。

- ・高3デモンストレーション



- ・高1綱引き



- ・中2流星ライナー



- ・今年の優勝はC組でした。





朝早くからのたくさんの応援ありがとうございました。

☆本ホームページの「[第57回広島学院体育祭写真集](#)」にも体育祭の写真を掲載しておりますので、あわせてご覧ください。

◀ Tag 日誌, I.K.

[詳細を見る](#)

いよいよ！

2012年09月28日

いよいよ明日は待ちに待った体育祭！

ということで、今日は午前中で授業が終わり、午後は体育祭の準備をやりました。

まずは午前中の下グラウンドより。3つの学年が体育の授業をやっていました。

競技の入場のやり方を確認したり、すこしでも競技でいいパフォーマンスができるように練習を重ねたりと、最後の調整を行っていました。  
どの学年も真剣そのものです。



そして、午後の体育祭準備の様子。

中1と中2は、来場される方々に座っていただくための椅子を並べました。



体育祭を見に来てくださった方々に心地よく過ごしていただくために、全員で協力して準備をしました。

もちろん、中1や中2以外の学年も、学年もしくは自分の係の中でそれぞれが一生懸命に準備をおこないました。

努力の甲斐あって、見事にグラウンドは体育祭仕様に様変わり。あとは当日を迎えるのみです！



明日はあまり天候が良くないという予報も出ているようですが、体育祭が最後まで無事に終わられることを教員も生徒も心から祈っています。

みなさんもぜひご来場いただいて、学院生の努力の集大成をその目でしっかりと見届けてください。

最後に。

学院1の晴れ男と名高い(?) M先生にてるてる坊主を作ってくださいました。晴れを呼び込んでくれることを期待しましょう！



Tag 日常, K.K.

[詳細を見る](#)

## 体育祭モード全開

2012年09月27日

明後日の体育祭に向けて、校内の中心となる高2は体育祭モード全開です。今日は2クラス合同の体育でした。



はじめは、リレーの練習からです。当日走る順で初めて対戦しました。結果はどうだったのでしょうか…。



ちなみに、クラブの試合のために当日参加できない生徒は、今日はクラスの応援です。さみしそうに旗を振っていました。想いが伝わったのはどっち？！



リレーの後は、騎馬戦の練習をしました。練習とはいえ、両者とも熱い戦いを見せていました。



取りあえず今日は友好を保とうと、騎馬戦後には団長同士がかたく握手を交わしました。このスポーツマンシップが大事です。

放課後も応援団が最後の詰めに入っていました。とりあえず、表情をつくるのはうまくなりました！ここからどれくらいうまくなるのでしょうか？乞うご期待！！



Tag 日常, I.I.

[詳細を見る](#)

## いざ、体育祭へ！

2012年09月27日

体育祭へ向けての準備が、着々と進んでおります。  
下グラウンドでは、各クラスのパネルや入退場門の据え付け、テント設営が終わり、  
上空には万国旗が清々しい秋風にそよいでいました。



また、空を見上げると、絵に描いたような秋空が広がっていました。



この天気、当日までもちますように…。 とは思ったものの、心配ご無用。  
日頃の行いの良い生徒ばかりですから、きっと大丈夫でしょう！

◀ Tag 行事・イベント, K.F.

[詳細を見る](#)

### 体育祭合同練習

2012年09月26日

5・6時間めは体育祭の合同練習です。  
全校で入場行進・開会式・閉会式の練習を行いました。

まず、前庭で行進の練習です。



会場の準備も着々とすすんでいます。

・高2は幕（各クラスの絵）を設営しました。



・高1はテント設営です。



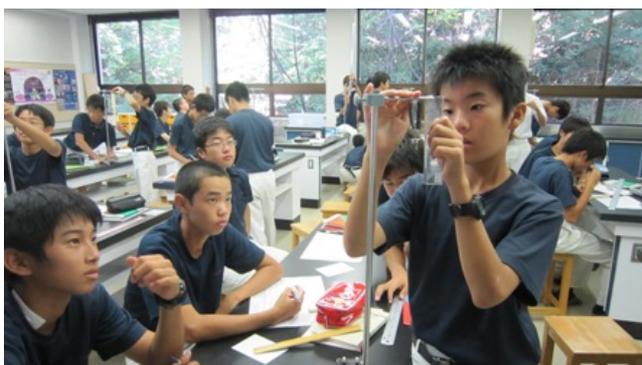
◀ Tag 日常, I.K.

[詳細を見る](#)

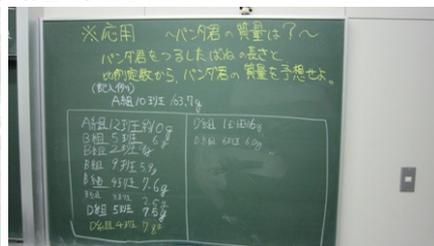
### フックの法則の実験

2012年09月26日

中2物理では、ばねを使った実験を行っています。  
 ばねの長さとおもりの重さが比例関係にある（フックの法則）ことを確認しました。  
 ばね1つ、並列ばね、直列ばね、輪ゴムの4種類を調べました。生徒たちの目つきは真剣そのものです！



実験の最後に応用として、中2物理でおなじみのパンダ君の体重を求めてみました。



求めた班から予想を黒板に書いてもらいました。さて、正解はいくらだったのでしょうか？次の授業で発表します。

Tag 日常, I.L.

[詳細を見る](#)

### 体育祭合同練習-中学編-高校編

2012年09月25日

中学生は騎馬戦の練習でした。  
 集合して説明を聞き、試合をしてみます。



A組対D組の試合です。白熱した様子、伝わりますか？



高校生も騎馬戦であったようです。

A組対C組



B組対D組



本番が楽しみです。

Tag 行事・イベント, 生徒の活動, I.N.

[詳細を見る](#)

### 体育祭合同練習-予告編

2012年09月25日

今日は、中高別の、体育祭合同練習が予定されています。  
放課後のホームページ更新をお楽しみに。



応援団(と思われる集団)は朝から練習していますよ。職員室から撮影してみました。



Tag 行事・イベント, 生徒の活動

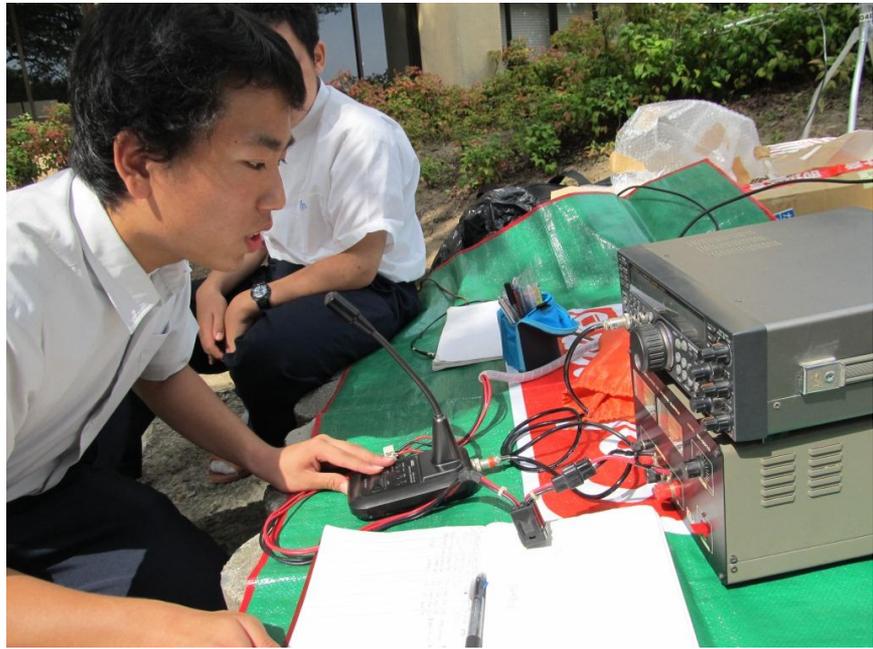
[詳細を見る](#)

JA4YMQ 復活

2012年09月24日

一昨日のことですが、応援団やパネルなど体育祭準備で活気づく前庭を歩いていると、面白い活動をしている生徒たちを見つけました。  
 ピクニックシートを敷き、アンテナを立て、無線機を設置し、マイクに向かってしゃべっています。無線同好会でした。  
 東広島や周防大島の方と交信したそうです。





Tag 生徒の活動

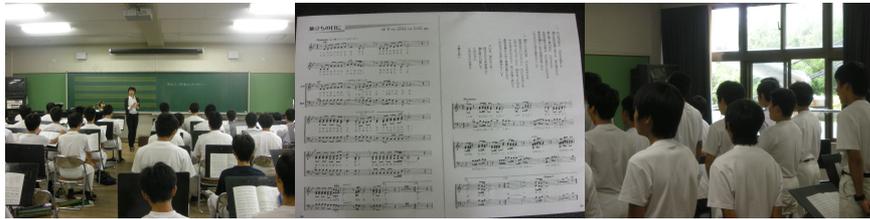
[詳細を見る](#)

## Music Class

2012年09月24日



Today our student teacher from the Elizabeth University of Music taught the 中3 boys. Her class featured singing from the boys (both accompanied and a capella) and a duet with K先生. The two played the theme to the Mickey Mouse Clubhouse. Today is Ms.I's final day at Gakuin, so we wish her the best of luck in the future, and we hope that she will remember her stay with us at Gakuin.



◁ Tag 日常, C.L.

[詳細を見る](#)

## 炊き出し第二回

2012年09月24日

9月23日、広島学院主催、幟町教会協賛の、2回目の炊き出しが行われました。今回は、路上生活を余儀なくされている方々50名程がいらっしゃいました。お母様方がカレーライス、ゆでたまご、蒸しジャガイモをつくってください、20名程集まった生徒達が、テーブルを運んで準備し、配膳も行いました。画像は、肥塚神父さまがお話し中の様子です。



お肉がたっぷり、とてもおいしいと評判でした。手伝ってくださったお母様方、生徒達、ありがとうございました。次回は10月21日に幟町教会主催で、11月25日に再度学院主催で炊き出しを行う予定です。次回もよろしくをお願いします。

◁ Tag 行事・イベント, 生徒の活動

[詳細を見る](#)

## 合同練習。

2012年09月21日

本日は高1と中2でそれぞれ2クラス合同の体育祭の練習がおこなわれました。

いつもの練習とは違って、今日は他のクラスと競いながら自分のクラスの現段階での実力を試すことができるということで、どのクラスもいつも以上にはりきっていました。

こちらは高1Bと高1Cのリレー対決。



担任の先生方も応援に駆けつけておられました。先生方の見つめる眼差しや応援の声にも熱が入っていました。



こちらは中2の騎馬戦や玉奪いの様子。



白熱している様子が伝わるでしょうか。大きな声でかけ声を交わしながら、一生懸命戦っていました。

体育祭本番まであと1週間！

けがのないように気をつけて、最後までしっかり頑張りましょう！！

◁ Tag 日常, K.K.

[詳細を見る](#)

## アウトリガカヌーとスリムクラブ

2012年09月20日

### <高1 I Pアウトリガカヌー>



今日は風が強く、観音マリーナの吹き流しも真横に…



カヌーグループは太田川放水路へコースを取りました。急ピッチで進む高速3号線（広島南道路）の建設中の橋脚を川から眺めました。



一方のパドル作りグループですが…一生懸命削っています。なかなか素敵なマイパドルができそうです。

### <高1 I Pスリムクラブ>

今週もスリムクラブの時間がやってきました。今学期のテーマは生徒の要望から「腹筋を6つに割る（シックスパック）」ということになりました。ということで、前々回同様40分で腹筋1000回を目指してがんばりました。種目は、シットアップ（普通の腹筋です）25回×4セット、L字（仰向けに寝て、脚を水平から鉛直に上げます）25回×4セット、ツイスト（体を45°起こして左右に振ります）50回×2セット、バイシクル（仰向けに寝て自転車をこぐように手脚を動かします）50回×2セット、足上げ（仰向けに寝て地面から足を30cmほど浮かします）50秒（25回のカウント）×4セット、側筋（横向きになって側筋をしめます）50回×1セット、バイシクル50回×3セット、ツイスト50回×2セット、L字25回×4セット、シットアップ25回×4セットで合計1000回です。



腹筋を6つに割る！ただそれだけのために、全員で声を出しながらがんばりました。



結局、時間切れで900回で終了しました。

さて、結果は・・・

今週のスリムクラブ結果						
9月20日						
ABS 900						
	体重			体脂肪率		
	before	after		before	after	
①	63.1	62.9	-0.2	13.0	11.8	-1.2
②	63.0	62.6	-0.5	8.6	7.2	-1.4
③	55.1	54.9	-0.3	5.0	5.0	0.0
④	57.6	57.3	-0.3	9.5	8.1	-1.4
⑤	57.4	57.2	-0.2	14.5	13.8	-0.7
⑥	62.9	62.7	-0.1	19.7	19.8	0.1
⑦	58.9	58.7	-0.3	7.7	7.7	0.0
⑧	59.5	59.8	0.3	11.2	11.3	0.1
⑨	58.3	58.0	-0.3	6.8	6.4	-0.4
⑩	67.5	67.0	-0.5	12.7	12.7	0.0
⑪	57.5	58.0	0.5	5.0	5.0	0.0
⑫	63.6	63.2	-0.4	12.0	13.0	1.0
⑬	61.8	61.1	-0.6	17.7	18.3	0.6
⑭	63.5	63.2	-0.3	5.5	6.0	0.5
⑮	86.4	86.1	-0.3	29.2	29.7	0.5
⑯	89.5	88.9	-0.6	25.8	26.7	0.9
平均値			-0.3			-0.1

体重 300g 減

体脂肪率 0.1%減

となりました。気になるのが、体重が増えた生徒が2名いたことです。なぜ増えたのでしょうか・・・原因不明

です。  
来週もお楽しみに！

Tag I.I, スリムクラブ

[詳細を見る](#)

### 学院生の歩み（集合編）

2012年09月20日

1学期にもお伝えしたことがあったかと思いますが、中高別朝礼での生徒達の集合の様子です。  
チャイムが鳴るころに...



中1の様子



中3の様子

中1はまだじゃれあう様子も見られますが…中3となると、(それなりに)美しく整列できています。

今日の中1のように、入学当初の緊張がほぐれてきていることも成長です。  
また、中3のように、自ら整列する意識を持てるようになることも成長です。

どちらの成長もありのままに受け容れながら、今日も学院の一日が始まりました。

Tag 日常, K.E.

[詳細を見る](#)

### 中3 I Pの授業より

2012年09月19日

中3のI Pの授業では、文化祭で中3が企画している「中3の部屋」の展示に向けて各クラスで準備が行われています。今年の中3のI Pは、「世界に目を向ける」という大きいテーマを掲げて、1学期は「国際交流」について取り組みました。2学期は「平和」について取り組んでいます。写真は今日の1時間目(D組)のもので、班ごとに分かれて様々なテーマに取り組んでいました。折り鶴を折るグループや国際紛争について調べるグループなどがありました。文化祭に向けて、どのような発表になっていくのか楽しみです。



放課後は体育祭準備の時間です。高1は小パネルの作成をがんばっています。どんな仕上がりになるのかは当日のお楽しみです。



◀ Tag 日常, M.Y.

[詳細を見る](#)

### 優勝休日は優勝のために…

2012年09月18日

優勝休日を返上して、各クラスの応援団とオブジェ係が体育祭の準備のために、朝から登校しています。

応援団

A組



B組



C組 衣装を染めています





D組



オブジェ係 やぐらを組みあげています。





◀ Tag 日常

[詳細を見る](#)

### 高3デモンストレーション練習

2012年09月15日

午後、高3は体育祭で披露するデモンストレーションの練習です。  
高3が前庭に勢揃いです。

まずはリーダーが全体の動きと流れを説明します。



ゼッケンをつけているのが〈先導者〉です。今日の練習のために事前に動き方を練習しました。  
彼らについて動くと…



⇒

少しずつ形がみえてきました！ ↓



どんなものができるのか、本番が楽しみです。



☆52期みなで過ごす時間がいいですね。



Tag 日常, I.K.

[詳細を見る](#)

暑い毎日ですが…やはり実りの秋…

2012年09月14日

7月21日の学校便り“[生物部の研究用水田](#)”はどうなったのか？…という問い合わせをいただきましたので…中間報告！



植物の生命力には感心します。暑い暑い夏の間、あれだけ放置されたのに、ちゃんと受粉・受精して実をつけています。



とはいえ外敵（すずめたち）の多い古江の丘…この時期からが危険です！！生物部員も一応CDで応戦していますが……果たして収穫やいかに？おにぎりは食えるのか！？

なお…あのやせ細ったトウモロコシの行く末は…？残念ながら、誰も知りませんでした。

◀ Tag 日常

[詳細を見る](#)

### 続・体育祭に向けて。

2012年09月14日

連日、体育祭に向けておこなわれている準備や練習の様子が学校便りで紹介されています。気づけば本番まであと2週間。

高2の実行委員を中心に、本番に向けて雰囲気も盛り上がってきています。

ところで、体育祭の準備といえばクラスやクラブ活動や委員会など、チームで一丸となっておこなう場面を真っ先に思い浮かべますが、先日の全校朝礼で体育委員長が「ひとりひとりが体育祭に向けて頑張ってもらいたい」と言った通り、体育祭を支える根っこはやはり「ひとりひとりが良い体育祭を作りたい！」と思う気持ちや行動、もしくは願いなのだと思います。

それを受けて、今週に入ってから下グラウンドで毎日行われている中学生の中間体操も少し様子が変わりました。

「まずは、中間体操の時にみんなひとりひとりが意識していつも以上に早く、美しく整列できるようにしよう！」という藤代先生の声を受けて、中学生たちは毎日一生懸命取り組んでいます。



駆け足でグラウンドにみんなが集合して列を作り、行進して、また美しい列を作って並ぶ。

たったそれだけのことと思うかもしれませんが、これもひとりひとりが意識してやらないと達成できないことです。

この意識こそが体育祭をよりよいものにしていくのだと思います。これからも頑張って続けていきましょう！

最後におまけ。

昼休憩には下グラウンドの一角で、高3の生徒たちがクラス単位でおこなう「45人46脚」の練習に励んでいました。



◀ Tag 日常, K.K.

[詳細を見る](#)

## 今週のスリムクラブ と アウトリガカヌー

2012年09月13日

毎週木曜日6時間目は高1 I P 講座です。15講座に分かれて活動しております。

### <スリムクラブ>

そのうちの1つである「スリムクラブ」という講座を毎週紹介しております。スリムクラブでは、人間の体のしくみを実践することによって学び、どうすれば痩せるのか、そうすればムキムキになれるのかを考え行動できることを目標としております。



今週のスリムクラブは、以前チャレンジした「宮島まで泳ごう！」がテーマです。40分で宮島口から宮島までの最短距離である1.7kmを泳ぎきろうというのが目標です。教員も含めた16人がチャレンジしました。16人で挑戦しましたが、見事1.7kmをクリアしたのは1名！それでも平均は1.15kmとよく頑張ったと思います。

さて、結果ですが…

**体重は平均300g減少**

**体脂肪率平均0.4%増加**

水泳後の疲労感に比べてこの減少量だと、さすがにへこみます…。次回からは、しばらく腹筋を鍛え上げます。

来週もお楽しみに！

### <アウトリガカヌー>

今日は6人乗り2艇で10人全員が海へ出ました。



準備…舟を出すのもだんだん手際良くなりました。



ナイスパドリング！…力を入れるコツをつかんできたようです。



沖へ出て…海に飛び込み艇に乗る練習です。（競技カヌーでは3mの波の中を飛び乗って漕ぎ手が交代します）



秋の気配…日差しも少し夏と違ってきました。

Tag I.L., スリムクラブ

[詳細を見る](#)

### 体育祭テーマ発表

2012年09月13日

毎週木曜日は中高別朝礼ですが、本日は全校朝礼となり生徒会より体育祭の連絡がありました。



まずは、体育委員長のN君より今年の体育祭テーマの発表がありました。

今年のテーマは、「**一翔懸命**」です。

次に、各クラスのTシャツが発表されました。今年のTシャツはテーマに合わせて、羽のついたものを描きました。

A組はにわとり。B組は勝利の女神ニケ、C組はタカ、D組は龍。どれも高2の生徒がデザインしたものです。





体育祭まであと2週間と少しです。みんなでいい体育祭にしましょう！

Tag 日常, I.L.

[詳細を見る](#)

### 高3 I Pの授業にて

2012年09月12日

今日の高3のI Pの授業では、アイドル神父様（上智大学准教授）をお招きして、「生きる意味について」という内容のお話をさせていただきました。アイドル先生は、哲学の重要性について話され、特にオーストリアの思想家のV. フランクル（日本では著書の『夜と霧』が有名）をとりあげて、フランクルが第二次世界大戦中に経験した収容所体験から、「人間にとって生きる希望がいかに大切であるか」ということを悟ったことなどについて熱く語られました。高3の生徒にとっては少し抽象的な話だったかもしれませんが、時には人生について哲学的に考えてみる機会が必要だと思いました。授業を聞きに行き特に印象に残ったのが、アイドル先生が生徒たちに問われた「人間が元気に生きるために一番必要な物・事は何か？」という問いでした。みなさんもこの問いに対する自分の答えを考えてみてはいかがでしょうか。



Tag 日常, M.Y.

[詳細を見る](#)

### 体育祭のかほり

2012年09月11日

体育祭までまだ2週間以上ありますが、生徒たちの準備は少しずつ活発になってきました。



ブラスバンド部が開会式での行進練習を開始しました。賀茂先生の指導にも熱が入ります！



(左) 謎の行進軍団が前庭をぐるぐると行進しています。まだまだ腕の振りが甘いですが…いつ登場するかは、当日のお楽しみということで。

(右) A組オブジェ係の作品です。4クラスともまだ完成度は50%くらいでしょうか。当日までに間に合うのか？！



(左) D組応援団が作戦会議中です。当日はカッコイイダンスを見せてくれるのでしょうか？！

(右) 謎のチャンバラ軍団…おっと、こちらは剣道部の練習風景でした。

Tag 日常, I.I.

[詳細を見る](#)

### お昼休みの外

2012年09月11日

お昼休みに遊んでいる姿を紹介します。  
前庭です。手前のボール遊びは中1でしょうか。奥の側ではバスケットボールをしていますね。



下グラウンドではサッカーです。朝も、昼も、放課後も、熱心に遊び・練習をしています。



上グラウンドでは、キャッチボールやバッティングの練習をしています。  
この後…いい当たりでした。



◀ Tag 日常, I.N.

[詳細を見る](#)

## A Nuclear Free Future

2012年09月10日



At today's morning assembly, Principal Maehiro talked about our approach and conceptions about nuclear power. Being a school in Hiroshima, the students and staff can appreciate the worldwide movement to rid the planet of nuclear weapons. However, how should we feel about nuclear power? This question must be asked after the events of March 11, 2011. A book titled 「傷つられた世界を癒すために」 (or "Healing a Wounded World") takes a look at how we can create a world where we have an ecological balance and no fear of nuclear mishaps. The collection of articles from leading catholic thinkers in Japan was produced by Jesuit Social Center in order to shed light on critical problems that Japan faces.



◁ Tag 日常

[詳細を見る](#)

## 地学セミナー

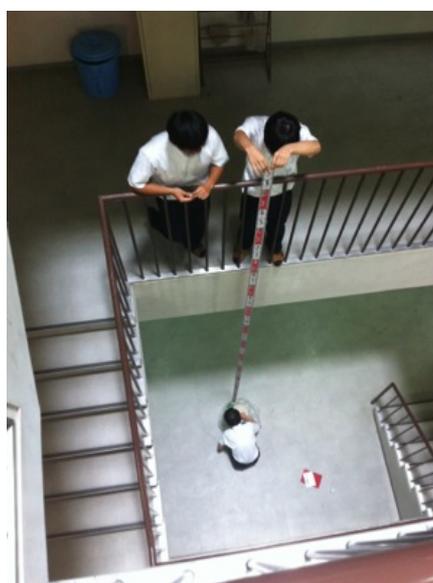
2012年09月09日

昨日8日と今日9日の2日間、主に高1 I P 講座のメンバー十数名を対象に、「高校生地学セミナー」を行いました。秋田大学から先生をお招きして地学を題材に、さまざまな角度から自然科学をみつめるこのセミナー、昨日は岩石や鉱物の鑑定などがありました。

今日は気象学や惑星科学を題材とした実験を行いました。写真は海陸風の生成過程を、液体を用いて再現する実験。



こちらは惑星科学分野の実験。球を落とす高さと、落ちたときにできるクレーターの直径との関係を考察します。エネルギーとクレーターの大きさの関係について生徒自身が仮説をたて、検証の実験を行いました。



実験のデータをもとに考察し、プレゼン用の資料をつくります。



最後に各班、みんなの前で発表します。まとめるには短い時間でしたが、がんばりました。  
最後に先生から、理系のプレゼンに必要な能力とはなにか、海外の学会発表で求められるものはなにかなど、興味深いお話をいただきセミナーは終了しました。



◀ Tag 行事・イベント

[詳細を見る](#)

### 体育祭に向けて。

2012年09月07日

体育祭まであと3週間となりました。

あちこちで体育祭の準備が進められている中、体育の授業でも体育祭に向けて練習が行われているということで、今日はその様子をのぞいてみました。

グラウンドに降り立ってさっそく、中2が並ぶ練習をしている場面に遭遇。



9月に入っても昼間はまだまだ少し歩いただけで汗をかくほどの暑さですが、その中でも熱心に先生の指示を聞いている姿が印象的でした。

そしてもう少しグラウンドを見渡してみると、中2の後ろで高1が練習している姿も発見しました。



どうやらこちらは体育祭の名物の一つでもあるリレーの練習中のようです。仲間たちが見守る中、次の走者に少しでも早くバトンを渡すために懸命に走っていました。

体育祭本番ではどんな熱戦を繰り広げてくれるのか、今から楽しみです！

ところかわって、こちらは中2の昼食風景。このクラスでは、教育実習生の先生と楽しくお弁当を食べているようです。



賑やかなクラスの雰囲気、先生からも生徒からも笑顔がたくさんこぼれていました。

しっかり勉強して、しっかり汗をかいた後のお弁当の味は別格ですね！

◀ Tag 日常, K.K.

[詳細を見る](#)

## アウトリガカヌー と 今週のスリムクラブ

2012年09月07日

【高1 I P 講座より】

### <アウトリガカヌー>

今日は大気が不安定で…海上もかなりの波…

雷の心配がなくなるまでしばらく浜で様子を見て、太田川放水路へ庚午橋折り返しのコースでした。



帰りが遅くなってみなさんにご心配をおかけしました。  
夏休みのブランクを感じさせないから強い“漕ぎ”でしたよ。  
カヌークラブの皆さん、いつもありがとうございます。



**<スリムクラブ>**

「腹筋を6つに割りたい！」

そんな生徒の要望に応じて、今週は腹筋を1000回行いました。50分で1000回行うので計算すると、1回あたり2秒で、それを50回20セット（セット間30秒）チャレンジしました。



初めの1セット目は楽しげでしたが、5セット目あたりからフロアにうめき声が…  
途中参戦した保健室の先生方もいつの間にやら退散…10セットをこえたあたりではほとんどの生徒、教員が首の運動に変わっていきました。



それでも20セット目になると、全員が突然元気になり最後は笑顔で終わることができました。  
さて結果は…

**今週のスリムクラブ結果**

9月6日						
ABS 1000						
体重			体脂肪率			
	before	after	before	after		
①	62.8	62.5	-0.3	14.4	12.5	-1.9
②	63.5	62.8	-0.8	7.5	8.3	0.8
③	55.4	55.1	-0.4	5.0	5.0	0.0
④	57.3	57.1	-0.2	11.0	9.5	-1.5
⑤	58.1	57.8	-0.3	15.0	15.1	0.1
⑥	62.5	62.4	-0.1	18.9	20.7	1.8
⑦	58.1	57.8	-0.4	7.2	7.6	0.4
⑧	58.5	58.1	-0.4	11.4	11.2	-0.2
⑨	57.6	57.2	-0.3	6.5	6.1	-0.4
⑩	67.3	67.0	-0.3	11.8	12.8	1.0
⑪	58.7	58.4	-0.3			0.0
⑫	63.8	63.5	-0.3	13.2	13.8	0.6
⑬	62.5	62.2	-0.3	18.3	19.3	1.0
⑭	64.1	63.7	-0.4	6.2	6.2	0.0
⑮	86.0	85.5	-0.5	28.9	28.6	-0.3
⑯	89.9	89.6	-0.3	26.3	26.4	0.1
平均値			<b>-0.3</b>			0.1

体重 300g 減  
体脂肪率 0.1% 増

来週をお楽しみに！

Tag I.I., スリムクラブ

[詳細を見る](#)

結果：2学期は腹筋を6つに割ることを目的にスタートした。今日は、腹筋上部をしぼる運動を1000回行った。50回(2秒/回)行い、30秒休憩。これを20セット行った。1セット目は軽なクリアしたが、2セット目から様子が変わった。5セット目を終えた時点でフロアにうめき声が出る。なんとか1000回をクリアしたが、十分に腹筋に刺激を与えられたかという疑問が残ってしまう。やはり、同じ運動を速いペースで1000回行うのは効率が悪いと思われるが、体重は平均で300g減少したので、1学期と同じような効果はあったのではないかなと思う。

それぞれの放課後～9月初旬～

2012年09月06日

放課後の学院をブラリとまわってみました。  
まずは売店です。



予想通りの大盛況です。



自動販売機前も、混雑中。

図書室の様子です。



本を読んだり、自習をしたり、静かな雰囲気です。



大人気の無人探査機はやぶさコーナー。

続いては、月末の体育祭に向けた活動です。



パネル作業は講堂下にて下絵段階。



合併室での応援団の練習。

どちらも、当日へ向け期待が高まります。

さらに、上グラでは中学野球部が練習中でした。



中1は声を揃えてランニングの練習中。



中2は「炎の」走塁練習中！！

他の運動部も負けてはいません。



中1テニス部はカントリー走を疾走！



講堂では高校卓球部が蒸し暑いなか練習中です。

そして最後は、高3の自習風景です。



黙々と、問題と向き合う生徒たちもいれば…。



仲間同士で知恵を出して問題に向き合う姿も。

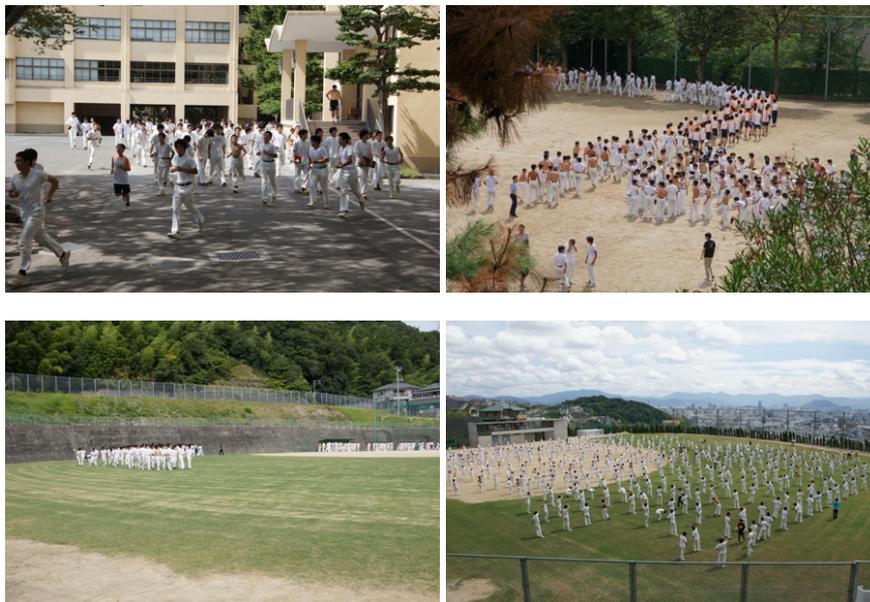
9月初旬の「いつもの学院」の姿がそこにはありました。

[Tag](#) 日常, K.F.[詳細を見る](#)

## 2学期最初の中間体操

2012年09月05日

2学期最初の中間体操がありました。9月になっても相変わらずの暑さの中、生徒は元気よく体操をしていました。



今日の中間体操には、夏休み中で学校に遊びに来ていた49期生（大学生）が2人、飛び入りで参加していました。最初は「体操を覚えているかな？」と自信なさげでしたが、体操の音楽が流れるとすぐに体が反応し、きちんと体操をしていました（写真右前）。



今日は途中で雨が降ったりして不安定な天気でしたが、体育祭に向けて高2の生徒が一生懸命、絵を描いていました（写真は高2D組のオブジェ係の生徒です）。



◀ Tag 日常, M.Y.

[詳細を見る](#)

### 風景

2012年09月04日

2学期の授業が始まって2日目の9月4日、中間体操が行われれば、その様子をお見せしようと思ったのですが…

グラウンドの状態が悪いためか、中間体操はありませんでした。

日常を少しだけご紹介します。

休憩時間の中3の様子です。



掃除の時間の中1の様子です。



これはきれいですね！



◀ Tag 日常, I.N.

[詳細を見る](#)

[次のページへ](#)

▲ [ページの先頭へ戻る](#)



広島学院中学校・高等学校

〒733-0875 広島市西区古江上1-630 TEL:082-271-0241 / FAX:082-271-6784

[サイトマップ](#) [サイトポリシー](#) [プライバシーポリシー](#) [アクセス](#) [お問い合わせ](#) [リンク集](#)

Copyright (C)学校法人上智学院 広島学院中学校・高等学校, .All Rights Reserved.