

平成28年度野沢南高等学校同窓会開催

～137名参加の下、盛会のうちに

充実の同窓会総会が終了～

と き 6月11日（土曜日）13時30分～18時、
ところ 野沢会館1階 多目的ホール
出席者 137名

I 総会行事

進行) 岡本とも子副会長

1 開会の言葉

(箕輪なつ江副会長)

2 挨拶

◎ 中島同窓会長

緑の美しいこの季節に、大勢の会員が心を寄せ合って同窓会総会を開催できることは、大変嬉しいことです。ご来賓の方々にもご多用をお差し繰りの上、ご光彩を添えていただき、感謝の気持ちで一杯です。

5月発行の同窓会報は「読み応えがある」「戦後70年特集など、読み返したくなる頁が多い」など、反響を頂いています。順次、活動協力金や記念誌購入などのご協力も頂きありがとうございます。その会報で、私は、「魅力ある同窓会にしたい」旨、述べております。そのひとつとして、声掛けや互いのつながりを大事にしていきたいと思ひます。

本日は、総会后、荒牧麻子先生の実践や学びから生み出されたご講演があります。フロアからも感想や質問をだし、楽しく深め合いが出来れば幸いに存じます。教育実習生6名と生徒20名も参加しています。良いつながりができて、嬉しいことです。皆で、意義深い総会にしましょう。



◎ 宮本学校長

就任2年目。同窓会には色々ご支援ありがとうございます。学校の生徒の姿は卒業式で評価できるとも言われています。全日制は、話される方の方をさっと向いて聞くことができ良い子ども達だと思ひました。定時制では、卒業生の率直な一言、一言が胸に詰まる思ひでした。

昨年11月に「発展させる会」があり、色々要望が出たので、どんな所に力をいれていくか、4点ホームページに載せました。①環境整備 ②学力向上 ③安心・安全 ④地域との交流。すでに野沢小吹奏楽部との交流が始まり、生徒が指導を行っています。環境面でも堀田みさ子同窓会理事から寄贈された「千曲川秋色」、高柳先生の「朝の教室」の油絵が飾られて良い雰囲気となっています。

今年度の入学希望者が多く1.21倍で佐久管内から709名が通学しています。佐久長聖高校が900名で本校は佐久で生徒数が2番目に多い学校です。

部活動はほとんどが県大会に出場しています。その中で弓道で3年生の菊原さんが準優勝しました。鈴蘭祭に向けて合唱コンクールの練習を各クラス頑張っています。学校に歌声が響くのはよいものです。同窓会も展示品のご協力をお願いします。

◎ 来賓紹介

(春原晃夫副会長)

◎ 物故者黙祷

(佐藤三恵副会長)

前会長岩岡孝さん他67名の皆様のご冥福をお祈りしましょう。

3 議長選出・挨拶

倉澤純子理事、高見沢正洋理事

4 協議事項

- (1) 平成 27 年度事業・決算・監査報告 (小金沢事務局長)
- (2) 平成 28 年度事業計画・予算計画報告・審議 (小金沢事務局長)
- (3) 平成 28 年度役員紹介 (役員一覧表による) (中島瑞枝会長)
退任者代表挨拶 (篠原敬子監事)
- (4) その他
- ① 会則の 1 部改正について (別紙参照) (中島瑞枝会長)
・ 入学時の同窓会入学金について・・・値上げを検討中。
・ 転退職員記念品代について・・・変更を検討中。
2 点については来年度の総会に報告したい。
- ② 名簿作成について (中島瑞枝会長)
精査した名簿を作る為、サラトより確認や調査等のハガキが届くと思
う。作成に協力願いたい。サラト以外からののはがき等による依頼や問
い合わせは、無視してほしい。(H 30 年 1 月発行予定)
- ③ 鈴蘭祭について (佐藤三恵副会長)
7 月 4～5 日同窓会コーナーへの出品協力をお願い
- ④ 平成 28 年度 地区総会について (秋山加奈枝副会長)
内山地区総会 (5.14) 岩村田地区総会 (7.10)
野沢地区総会 (10.15) 白田地区総会 (3.19)

II 講演会

進行) 神津克彦副会長

◎演題

「食生活と味覚教育」 0 歳から高齢者まで
管理栄養士・食卓プロデューサー 荒牧麻子氏 (高 21)

◎講演要旨

- ・ 長野県は長寿県である。それを維持することがこれからの課題であり、そのために 3 R 運動を実践したい。

環境と関わりのある 3 R 運動の重要性

| | |
|-------------------|----------------|
| 1 REDUSE (リデュース) | 節約・・・必要以上を求めない |
| 2 RECYCLE (リサイクル) | 再生利用、経済 |
| 3 REUSE (リユース) | 再利用、使い直し |

- ・ 環境の 3 R に関連づけて、食料に対する無駄・無理解・無関心な食べ方が招く過剰・片寄・勝手な結果、食が原因の一つとなる生活習慣病もある。
- ・ 私たちが問題にすべきは「食べる物」ではなく「食べ方」である。
- ・ 美味しく食べ、元気に過ごすことは、健康上大切なことであり、医療費の削減にもなる。
- ・ 経済を維持しながら環境を良くしようという関心と知識が必要。
- ・ 統計によると、1 人当たり年間 20 万円無駄が出ると言われているが、カロリーのとり過ぎは生活習慣病を招く等の弊害がある。健康面・資源面から考えても 3 R 運動が大切。
- ・ 健康のため、黒いパン、黒い砂糖、米・粉等も精製されていない物が支持されてきている。
- ・ 長野県はお茶を飲む習慣がありとても良い。
- ・ 減塩して漬け物を食べ、よくお茶を飲むことは熱中症の予防にもなる。
- ・ 「体の為に良さそうだ」「元気がでそうだ」「体の成長に良い」など食事は期待感を以て食べることが大切。
- ・ 人生で一番エネルギーを必要とするときは女性は中 3 まで、男性は高校～20 歳まで。食べ盛りの高校生より沢山食べるとメタボになる。

- ・長野県は豚肉、卵、豚肉、魚がしっかりとれているし、果物、野菜も豊富だから良いと言われている。タンパク質を良く噛んで食べることは長生きの秘訣である。
- ・食べて「おいしい」だけでなく「甘い」「カレーの香りがする」「すっぱい」などの五感を働かせる習慣が大切。
- ・味覚教育は脳の発達とほぼ同じ。

◎ 講演後は同窓生の方々や本校に3週間の教育実習に来ていた卒業生から質問ができました。



パワーポイントを
駆使して講演する
荒牧氏



「今、孤食が社会問題になっていますが、どのように思いますか？」
「味覚教育は具体的にどのようなようにすれば良いですか」などと質問する教育実習生。

III 生徒発表

進行) 副会長 (齋藤龍聖君)

- ◎ 生徒会執行部による発表・・・日々の生徒会活動と鈴蘭祭の案内 (日程紹介)
- ◎ 新体操部・・・個人、団体競技の発表



会長 (前嶋祐基君) 挨拶と
生徒会執行部と新体操部による
現校歌斉唱



新体操部による発表 躍動感溢れる演技に希望と元気をもらった！と同窓生は感謝と喜びを語っていた。

IV 懇親会

進行) 懇親会係

- ※ 会場：野沢会館 多目的ホール
- ※ 会費：2,000円
- ※ 参加者：65名

同窓生、教育実習生、学校長をはじめ先生方65名が参加し、旧交を温めたり親交を深めたりした。「飲食を共にしながら、先生方や先輩たちと直接語り合いが出来て嬉しいです。」と教育実習生もこのような懇親会を大切に感じてくれ、最後の片付けまで行動を共にしていた。