万年企業を目指して
中里衣服店 洒落
管理センター ☎000-0071

本格的な冬季へ
市高生こんにちは
市高はこんなとこ
今後の予定

THE YUUOU MAISIN

勇往邁進

2024年（令和6年）
12月 16日 月曜日
Ver.71
発行所 さいたま市浦和区元町1丁目28番17号 ☎(048)886－2151

再開！『市高生　こんにちは』のコーナー
第1弾　このチームの大黒柱　佐藤くん

再会第1弾は、チームの主将、佐藤くん。チームの大黒柱です。

Q1 彼女いますか　A1いません
Q2 彼氏いますか　A2秘密です
Q3 自分のチャームポイントは？　A3 性格です
Q4 新座って何があるんですか
A4 にんじんとほうれん草あります
Q5 市高陸上部の魅力を教えてください　A5 仲の良さ一択です
Q6 モテるんですか？　A6 モテます
Q7 MBTI教えてください　A7 ENFP-Tです
Q8 体育祭の思い出教えてください
A8 色んな人と写真撮ったことです
Q9 どういう子がタイプですか　A9 上品で優美な人です
Q10 三角関数分かりますか？　A10 あんま難しいこと言わないで
Q11 文系ですか？理系ですか？　A11 生涯文系です
Q12 毎日のルーティーンは？
A12 縛られずに生きています
Q13 朝ごはんはパン派ですかご飯派ですか　A13 米です
Q14 陸部じゃなかったら何部に入ってましたか
A14 バトン部です
Q15 好きな陸上選手は
A15 自分です
Q16 陸部で無人島に連れて行くなら誰ですか
A16 芳川さんです。虫を退治してもらいます
Q17 なんのプリキュアが好きですか
A17 フォーゼが好きです
Q18 樽角とはどんな関係ですか？
A18 仲間です
Q19 つりけんとはどんな関係ですか？
A19 知人です
Q20 調子乗ってますよね？
A20 まさか笑笑
Q21 前部長にひとこと
A21 勉強しすぎっす
Q22 1年男子で恋人にするなら誰ですか
A22 全員👌
Q23 陸部のみんなに一言
A23 愛してる
Q24 陸部で1番の思い出は？
A24 今年の県新人です
Q25 来シーズンの目標は？
A25 205cm以上、インハイ決勝に進みます

顧問より：今年は、学総も新人も、県大会で入賞しました。しかし、そこが終着点ではありませんね。来年は、好きな陸上選手を聞かれたときに、『佐藤選手』と答えられるような活躍を！バトン部ばりに踊っている動画を公開してください。

「市高はこんなとこ＆おススメ勉強法」

こちらも、再開企画です。市高の良さを知ってもらうことと、おすすめの勉強法をアウトプットするのが目的です。今回は、2年生の男子2名に伝えてもらいます。

Oくん：市高のいいところ「メリハリがあるところだと思います。行事は全力で楽しむけど勉強しないと行けないときはちゃんとするなどメリハリがしっかりあるのがいいところです。」 おすすめの勉強方：「1つの参考書を極めることです。そうすれば絶対頭よくなれます。」

Mくん：市高はこんなとこ！「勉強はもちろんのこと、部活動にも力を入れる文武両道の生徒が多い共学の高校です。多くの青春が詰め込まれたハッピーセットです。」 おすすめ勉強法「自分の「苦手」を無くしてい来ましょう。全てが「得意」もしくは「大丈夫」に変わるまでひたすら苦手なところを重点的に勉強していきましょう。」

本格的な冬季へ
ここからは学総へ直結

期末考査も終わり、ようやく冬らしくなってきた。シーズン後の、総括やリフレッシュ期間も終わり、ここからが本格的な冬季練習となる。この2ケ月から2ケ月半が、来年の学総の結果を大きく左右する。最も重要なことは、練習を継続すること。厳しい環境や、練習が増える中、ケガもせず、体調も崩さずに練習が出来た選手から、納得のいく競技をする権利を獲得することとなる。一人一人の自覚が必要となる。市高は冬を越え、必ず栄光を掴みとる。

『市高生　こんにちは』のコーナー
第2弾　期待値最大　村賀くん

Q1.陸部男子で付き合うなら？
A1.花火に誘ってくれそうな偉綸で
Q2.好きな陸上選手は？
A2.競歩の高田弘成。まじもう一回やってほしい
Q3.疲労骨折を治すコツはなんですか
A3.パッションでなんとかする
Q4.スリーサイズは
A4.宮脇君そんなに知りたいの？♡
Q5.彼氏いますか？　A5.ヘイホーが彼氏です。
Q6.MBTI教えてください
A6.たぶんESTP
Q7.好きな女優は？　A7.桜田ひより
Q8.1番面白い先生は？
A8.藤森先生かふかさわてつや
Q9.陸部男子で無人島に連れていくなら誰ですか？
A9.宮脇なら人間以外とも喋れそうだから宮脇で
Q10.長谷先生の好きなところは？
A10.話が長いところ
Q11.長谷先生と堀江先生どっち派ですか？
A11.笑顔が可愛い堀江先生♡
Q12.800、1500じゃなかったらなにやりますか？　A12.5000
Q13.お姉ちゃんとは仲良いですか？
A13.今は普通だけど昔はずっと喧嘩して負けてました
Q14.1番眠い教科はなんですか？
A14.〇表の〇〇〇ボイスはえぐい
Q15.自分のチャームポイントは？　A15.低い声
Q16.なんでお母さんのBeReal追加しないんですか？
A16.見てみたいけど俺の見られたくないから。
ユーザー名yokommmmなんで誰か追加してみてください
Q17.なんでそんな声低いんですか
A17.ミセス憧れてたら低くなりました
Q18.今沼っていることはなんですか
A18.ピカチュウになりきること
Q19.陸部に入ってよかったことは？
A19.足速くなった代わりに球技が下手くそになったこと。
サッカー以外まじなんもできない
Q20.パーソナルカラーは何ですか？
A20.パーソナルカラーってなんですか
Q21.好きなスポーツメーカーはどこですか？
A21.強いて言うならNIKE
Q22.好きな木は？　A22.柚木
Q23.陸部で1番の思い出は
A23.冬合宿でずっと1人で歩いてたこと
Q24.陸部のみんなに一言
A24.マジ怪我ばっかですみません
Q25.来シーズンの目標をお願いします　A25.インターハイ行きます

顧問より：ポテンシャルも記録も、チームでぴかいち。目標はインターハイ出場ではなくて、最低でも入賞です。パッションでは、ケガも体調も良くならないような…気はしません。800mで日本記録だしたら5000mの練習やらせます

十二月二十日（金）
○予餞会

十二月二十一日（土）
○学校説明会
○土曜公開授業

十二月二十四日（火）
○終業式

十二月二十五日（水）～二十七日（金）
○冬合宿
於：茨城県東海村

十二月三十日（月）
○練習おさめ

一月三日（金）
○練習はじめ

一月八日（水）
○始業式
○実力テスト（１２年）

一月九日（木）
○実力テスト（１２年）

一月十一日（土）
○中学適性検査１次