万年企業を目指して
中里テスト 難関
管理センター ☎000-0074
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
2025年（令和7年）
1月 24日 金曜日
Ver.74
発行所 さいたま市浦和区元町1丁目28番17号 ☎(048)886−2151

今が一番厳しい季節

駅伝や遠征で、練習にメリハリを

3学期も始まり、共通テストは本格的なスタート。受験生は、長距離が駅・駅伝シーズンへ向かう。2年生は、1年生から練習時間も多くなり、練習量も最多。短距離の練習、そして本番。厳しい環境での冬季練習となる。長距離は、駅伝を目標にしての練習。

再開！『市高生　こんにちは』のコーナー
第5弾　伝統の障害ブロック　石隨さん

第4弾は、上位大会や県の入賞など、近年の伝統ブロック、『障害ブロック』石隨さん。学総では、やってくれます。

Q1 本名はせきずいちかで合ってますか？
A1 いしずえちかです。よろしくお願いします。
Q2 骨髄のずいですか？ A2 もうひらがなで書いてください
Q3 MBTIなんですか A3 E計画性のないENTP-Aです
Q4 好きな食べ物は？
A4 プリンです。硬め派なので同志いたら語りましょう
Q5 内進生の誇りありますか？
A5 あります。緑ジャージがその証です
Q6 数学得意ですか A6 バチバチに得意です。
Q7 宿題ちゃんとやってますか
A7 もちろんです!!マジやらないとかありえないですよね!!!
Q8 テストの意義教えてください A8 ありません
Q9 どんな男がタイプですか A9 石隨語を理解してくれる人
Q10 どんな男はいやですか
A10 一緒に映画観てて楽しくない人はちょっと…
Q11 おすすめのデートスポットは？
A11 映画館です。相手の思わぬ一面がわかるかも
Q12 付き合うとき重視することは？(ガチ)
A12 会いたい頻度が合致すること(ガチ)
Q13 陸部女子で付き合うなら？ A13 中学から芳川一筋です♡
Q14 前髪を切るときのポイントは？
A14 全力で引っ張ったときのいい感じの長さで切ります。曲がった所を揃えれば素敵なぱっつんの完成です。
Q15 誕プレ選びのポイントは
A15 必ず相手の手持ちと被らないか確認しましょう(泣)
Q16 アーバンのいいところは？
A16 たびたび遅延するところです。
Q17 陸部じゃなかったら何部でしたか
A17 水泳部あったらやってみたかったです
Q18 ずいチャレのとき記憶ありますか A18 混濁してます
Q19 本人目線のずいチャレはどんな感じ？
A19 眠くて楽しくてみんなが遊んでくれる時間
Q20 将来お酒飲んだらチャレンジ発動しますか
A20 二十歳になったら一緒に飲もうね
Q21 好きな走り込みは？
A21 500m+300m+200mの300mです
Q22 二年男子で勝てそうなのは？
A22 佐藤くんです。
Q23 市高陸上部のいいところは？
A23 個性が殴り合ってるところです
Q24 陸部のみんなに一言
A24 おかげで毎日楽しいですいつもありがとう!!
Q25 学総の目標は A25 関東行きます。

顧問より：中学から指導に関わっています。最後は顧問を驚かすような走りを期待しています。300mがいいなら、500mの前に1本加えようか？

「市高はこんなとこ＆おススメ勉強法」

今回も、2年生の男子と女子に伝えてもらいます。

2年男子：「市高はこんなとこ：市浦は勉強をしながら青春謳歌できる唯一無二の高校だと思います(その分忙しい…) おすすめの勉強法：僕は国語が悪すぎたのですが、過去問と北辰の過去問の国語を全部やりました。本番は甲斐あって落ち着いて解くことが出来ました。過去問を解くのが1番です。」

2年女子：「市高はこんなとこ：それぞれが好きなことに打ち込み、互いに影響し合いながら高めあえる学校です！行事などでは全員が全力で取り組み、最高の思い出作りができます。 おすすめ勉強法：早寝早起き朝ごはんの生活リズムを崩さず、睡眠時間を確保することが集中力を高めるために大切です。」

再開！『市高生　こんにちは』のコーナー
第6弾　最後は笑う　姉崎さん

第6弾は、学総の秘密兵器、姉崎さん。練習も見るからによくなっています。

Q1.彼氏はいますか？ A1.いますん。
Q2.双子でよかったことは？
A2.テレパシーで会話出来ることです。
Q3.何分差で産まれましたか？ A3.1分お姉ちゃんです✨
Q4.好きな科目は？ A4.算数です。
Q5.好きなタイプは？
A5.私と妹を絶対に間違わない人です。
Q6.双子で入れ替わって学校来た事ありますか？
A6.それは無いけど入国審(以下略)
Q7.双子あるあるを教えてください。
A7.1週間おきに同じ美容院に行ったら髪伸びるの速っ！と言われました。
Q8.人生で1度は本気で怒ったことありますか。
A8.毎日妹に2回キレてます。私は3回キレられます。
Q9.なんでそんなに心が広いんですか？
A9.多分いちばん身近に強烈な人がいるからです。
Q10.テストの最低点は？
A10.結構やべえ素数です。
Q11.どんな男子は嫌いですか？
A11.くちゃらー。
Q12.長谷先生の好きなところは？
A12.通りすがりのチワワに心を奪われているところです。
Q13.うどんはどのくらい好きですか？
A13.お鍋の〆に3玉食べられるくらい好きです。
Q14.好きな木は？
A14.ほりえまさあき
Q15.うどんを鼻から食べた感想を教えてください。
A15.むせたら口から出てきました。
Q16.長距離男子のO君についてどう思ってますか？
A16.早く怪我治してください。
Q17.ムードメーカーは誰ですか？
A17.水野さんです。
Q18.好きな人誰ですか？
A18.だーかーらー、私と妹を間違えな(以下略)
Q19.陸部男子で付き合うなら誰ですか？
A19.新1年生に期待したいと思います。
Q20.双子で好きな人がかぶったらどうしますか？
A20.両親は妹の方が身を引くと言います。そんなことないし。
Q21.男子次期部長は誰だと思いますか？ A21.O君かなあ
Q22.mbtiなんですか？ A22.INFJ-Tです。
Q23.陸部で1番の思い出は？ A23.関東大会を決めた駅伝です！
Q24.陸部のみんなに一言お願いします。
A24.いつもありがとうねこれからもがんばろうね
Q25.学総の目標をどうぞ
A25.自己ベスト、県大会！

顧問より：もともとダイナミックな動きが出来るので、それがはまれば、とても楽しみです。キレられたら、キレ返しましょう。

一月二十五日（土）	○土曜公開授業
	○3年家庭研修
一月二十八日（火）	○ロードレース大会
	於：埼スタ
一月二十八日（火）	○ロードレース大会予備
二月二日（日）	○埼玉県駅伝
二月八日（土）	○土曜公開授業
二月十日（月）	○南部地区新人駅伝
	於：彩湖
二月十一日（火）	○12年模試
二月十六日（日）	○短距離遠征予定
	○建国記念の日
二月二十二日（土）	○土曜公開授業
二月二十三日（日）	○天皇誕生日