万年企業を目指して
中里耳鼻科 花粉
管理センター ☎000-0077

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）
2月 25日 火曜日
Ver.77
発行所 さいたま市浦和区元町1丁目28番17号 ☎(048)886−2151

冬季も終わり・・・
いよいよ、シーズンに向けての練習に

まだまだ気温が低い日が続いてるが、本格的に学年末考査1週間前から全体練習。昨日よりお休み。昨日、シーズンが終わったあと、リフレッシュ期間を経て、ここまで冬季練習を重ねてきた短距離陣。駅伝シーズを終えた長距離陣。過程はそれぞれだが、ここからの目標は、学総シリーズ。まずは、心身共にリフレッシュを図り、次の段階への準備をしていくこととなる。今年のインターハイは、広島で開催されるのか？何種目出るのか？

再開！『市高生　こんにちは』のコーナー
第9弾　中距離パート長　宮脇くん

第9弾は、中距離パート長の宮脇くん。知らず知らずに速くなっています。
Q1.彼女いますか　A1.いるように見える？いません。
Q2.彼氏はいますか？　A2.いるわけ
Q3.なんで腹痛くなるんですか　A3.永遠の謎です。
Q4.なんで奇声あげるんですか　A4.ｱｱｯ？
Q5.なんで初の800mで56秒で通過したんですか？
A5.村賀に憧れちゃった。
Q6.陸部女子で付き合うなら誰ですか
A6.選び難いですね
Q7.コンタクトにしてからいいことありました？
A7.めっちゃ走りやすいのと第一印象が陰キャにならないこと
Q8.なんで4600mでやめちゃったんですか
A8.腹痛かったから
Q9.好きな木はなんですか
A9.バオバブ
Q10.伊藤くんは柳くんに似てると思いますか
A10.似てないって言ったら傷ついちゃうからノーコメントで
Q11.堀江先生の好きなところは？
A11.チャーミングな笑顔
Q12.尾村に一言
A12.足治せ
Q13.次期部長は尾村以外ですか？
A13.言うまでもない
Q14.尾村が部長になったら部は
　どうなりますか？
A14.ｼ、ｼｺｰ
Q15.彼女作るコツは？
A15.知ってたら苦労しないよね
Q16.陽キャになる秘訣は？
A16.知ってたら苦労しないよね
Q17.彼女は何人ですか
A17.0
Q18.おむらとむらがは同じですか？
A18.似て非なる生物
Q19.なんで町田先生に好かれてるんですか？
A19.俺が知りたいよ
Q20.なんでグループにショウリュウケンの動画送ったんですか？
A20.罰ゲームです
Q21.次期部長は幕田ですよね？
A21.来年の一年生に期待
Q22.市高陸上部の良いところ　A22.真面目なところ
Q23.陸部のみんなに一言
A23.いつもありがとう。これからもよろしく。
Q24.学総の目標は？　A24.関東へ行く
顧問より:新人戦では、マイルまで走って、県のファイナリストになりました。今後、腹痛で練習を休まなければ、目標にたどり着くかも･･･。

「市高はこんなとこ＆おススメ勉強法」

入試直前の今回は、1年生の男子2名です。
Fくん:「市高ってこんなとこ:個性豊かな人達とのたくさんの出会いがあります。みんな全力で様々なことを頑張って、かつ楽しんでいます。 おすすめ勉強法:もうここまできたら勉強法というより本番の気持ちの入れ方。席について開始前の待機時間、目をつぶって胸に手を当て、支えてくれた人を思い浮かべ、感謝を心の中で唱えてゆっくりと深呼吸しましょう。きっと自信が湧いてきます。」
Mくん:「市高はこんなとこ:それぞれが部活と勉強の両立に努めていてお互いに高め合える環境のある学校です。 おすすめ勉強法:8時間は寝て早く起きて勉強することです。」

再開！『市高生　こんにちは』のコーナー
第10弾　short sprintパート長　岡くん

第9弾は、short sprintパート長の岡くん。高い意識で冬季を過ごし、学総の活躍が楽しみな選手です。
Q1.植竹の誇りありますか？
A1.高田くんよりはあると思います。
Q2.なんで坂で一番うしろにいたんですか？
A2.醜いものみんなに見せたくなかったんです。
Q3.市高陸上部のいいところ
A3.みんな真面目で一生懸命なところ。まじですごい
Q4.どこの筋肉が好きですか？
A4.三角筋から大胸筋にかけての造形美がとても良いです
Q5.ベンチの目標は？　A5.100行きます
Q6.MBTI何ですか　A6.ESFP
Q7.陸部の思い出は？　A7.すき焼き原スメントですかね
Q8.骨格何ですか？　A8.骨格マッチョ
Q9.彼氏いますか？　A9.〇本かよこ先生です。
Q10.ハードルでないんですか？
A10.110H21秒、、、
Q11.芳川と岡どっちが強いですか？
A11.流石に芳川さんには勝てないですね
Q12.筋肉と彼女どっちが大事ですか？
A12.どちらも裏切りたくありません。
Q13.何で静かになったんですか？
A13.高2の夏休みに何かを悟りました
Q14.好きなプロテインの味は？
A14.ZAVASのリッチショコラしか勝たん
Q15.dmを送るコツは？
A15.想いを文章に込めることです。
Q16.どうやったら恋人できますか？
A16.パッション
Q17.生産性の高い一日を送るコツは？
A17.1回スマホを壊してみましょう
Q18.愛ってなんだと思いますか？
A18.TRUE LOVEです
Q19.愛とお金どっちが大事ですか。
A19.見えないものを大事にしたいので愛で
Q20.岡はコスプレしないんですか？
A20.26日にやります
Q21.好きな走り込みのメニューは？
A21. 1番体痛めつけれる300×10です
Q22.好きなバンドは？　A22.バンプと過労キティ
Q23.どうやって落としたんですか？
A23.まじでこれ系の質問多すぎるって
Q24.布に穴を開けるコツは？
A24.筋肉を愛情をもって育ててあげることです。
Q25.学総の目標は？　A25.支えてくれた人に結果で報いる
顧問より:ここまでは能力を発揮しきれていない部分もあり、それが冬季で開花しつつあります。あれ、考査明けに400mHの練習するって伝えてなかったっけ？

二月二十六日（水）	○学力検査
	○生徒臨時休業
二月二十七日（木）〜三月三日（月）	○生徒臨時休業
三月四日（火）	○学年末考査1日目
三月五日（水）	○生徒臨時休業
三月六日（木）〜十日（月）	○学年末考査2〜4日目
三月十一日（火）〜十四日（金）	○午前授業
三月十五日（土）	○卒業式
三月十七日（月）	○球技大会1日目
三月十八日（火）	○大掃除・HR
	○入学許可候補者説明会
三月十九日（水）	○球技大会2日目