



# SUBAKO

す ば 祝

西奈中ときめき感謝祭



平成27年3月1日 第96号  
〈編集発行〉  
静岡市立西奈中学校PTA広報委員会

## 「巣箱」の由来

西奈中学校では以前、遠足の折、竜爪山に自分たちが作った巣箱を小鳥のために取りつけてきました。巣箱は、まさに愛の心の象徴であり、安らぎの場でもあります。

心身ともに変化の激しい中学生にとって、私たちの家庭1軒1軒が巣箱でありたいという願いのもとに発行されました。

名付け親は元PTA会長の望月吉正氏、図案作成者は粉奈康夫先生です。

## —CONTENTS—

広報誌 表紙&インタビュー	2
成人教育 「身の回りの物を利用した応急救護」	3
西奈祭	4-5
ときめき感謝祭	6-7
合唱祭	8-9
PTA活動報告・編集後記	10





# 祝「巣箱」6年連続最優秀賞 受賞



本誌「巣箱」は平成16年から連続して日P連、県P連で表彰されています。

昨年度発行の巣箱94号も、市No.1「最優秀賞」、県No.1「優秀賞」を受賞し、ダブル受賞となりました。

◀ 11月22日(土) 第12回静岡市PTA大会にて表彰

受賞 広報誌「巣箱」94号作成をとりまとめた  
前副会長(広報担当) 大村さん喜びの声

巣箱の受賞、大変嬉しいのです。  
毎回楽しく作らせてもらいました。頑張ったことを評価していただけるのはとても幸せなことです。  
同時に昨年度一緒に編集作業をお手伝いいただいた広報委員の皆様、この場をお借りしてお礼を申し上げます。ありがとうございました。

もう一つの自慢・・・西奈中PTA 広報誌電子版 e-SUBAKO  
HPアクセス 60万件突破!

西奈中で  
検索!

直撃!!

## 縁の下のかもち e-SUBAKO 管理人 大野さんインタビュー

### 質問1 西奈中HPを立ち上げたきっかけは?

私が、初めてPTA役員(部活動委員長)になった平成14年、西奈中野球部が全日本少年軟式野球全国大会(横浜スタジアム)でベスト8に輝きました。募金活動を担当した私は、地域の中をお願いに回りましたが、全国大会出場はおろか、意外に西奈中のことを知らない方が多いことに気づかされました。

「地域で子供を育てる」を標榜するPTAにとって、それはまずい。まずは地域の皆さんに西奈中生徒の活躍やPTA活動を知ってもらい、必要があると思われ、大会終了後の11月から、PTA広報紙である「巣箱」の電子版として、ホームページ(HP)を立ち上げました。最初の記事はもちろん「西奈中野球部全国ベスト8」でした。

当時は、HPのはしりの頃で、学校HPはもとより、PTA単独で持っている学校はほとんどなく、他県からも問い合わせが数多くありました。その後、雨後の筍のように、次々とPTAのHPが増えましたが、いまだに続いているのは西奈中だけではないでしょうか。

そして、うれしいことに、平成18年度には、このHPやPTA活動が評価され、県内でただ一校、文部科学大臣賞を受賞しました。

### 質問2 今までにいちばん心に残っている記事

いちばん力を入れているのが中体連特集です。この12年間、毎年、全部活の試合取材し、記事にしてきました。ピークの7月上旬には、何部活も掛け持ちになり、移動のために、原付バイクも買ったくらいです。校長先生と張り合うくらい回ってますよ。(笑)

心に残っているのは、全国大会出場の翌年、全国には行けませんでした、県内無敵を誇った平成15年の野球部ですね。ほとんど勝てなかったチームが中体連で逆転につく逆転で勝ち進んだ平成16年の女バス、県大会まで後一步に迫った女バレー、中体連地区大会でそろって優勝した男バスと野球部も懐かしいですね。

最近では、今年度の県大会で3位になった野球部。勝った試合よりも、その前年・秋の会長杯の準決勝、1点リードで迎えた5回、突如降り出した雨にコントロールが定まらず四球を連発し、逆にコールド負け、悔し涙にくれたナインが印象深いですね。

### 質問3 今後の西奈中生に期待すること。

西奈中生は、とてもやさしい、礼儀正しいと思います。反面、おとなしすぎるとも言えます。部活の試合を見ている、大きな声を出して、喜び、悔しがるということがなく、勝負に対する執念に欠けているような気がしますね。

もっと気持ちを前面に出してほしい、あきらめないでほしい、自信をもってほしいと思います。そして西奈中に誇りを持ってほしいですね。



大野野彦  
S31.1.13生 浜松市出身

### ■自己PR

妻と二人の子供は西奈中OBですが、私は生まれも、育ちも浜松です。結婚してこの地に住み始め30年。平成15・16年とPTA会長を務めことがきっかけで、「西奈中が大好きです」を合い言葉に、学校評議員やPTA-OB会活動を続けています。

私の自慢は、PTAのHP、西奈祭での親子対抗綱引き、PTA資源回収、そしてPTA-OB会を始めたことです。特に、HPは、多くの生徒・保護者の皆さんをはじめ、地域や他校の皆さんにも見てもらっていて、多い日には1,000件を越すアクセスがあります。

この一月に59歳になり、体力・気力も衰えてきましたが、元気なうちはやめられないと思っています。

学校や試合会場で、カメラとメモ帳を持った坊主頭のおじさんを見かけたら、「HP見てるよ」と声をかけてくださるとうれしいですね。これからも地域から西奈中を応援し続けていきます。



## 成人教育講習会

# ～身の回りの物を利用した応急救護～

平成26年12月13日(土)に、静岡徳州会病院の講師の先生3名をお迎えし、身の回りの物を利用した応急救護の講習会が開催されました。

### ☆救急蘇生法

道路に倒れている人を発見した際に行うべき事は

- 1.人を呼ぶこと(人と物を利用する)
- 2.効果的な心臓マッサージ
- 3.効果的な気道確保と喚起
- 4.AED



この4項目をいかに発見と同時に行うかで、蘇生率は大きく変わります。



### 一時救命のアルゴリズム

倒れている人を発見  
周囲の安全確認(二次災害予防、感染対策)  
意識の確認「大丈夫ですか?わかりますか?」

↓  
1.反応なし

大声で応援を要請する  
「誰か来て下さい!!119番、救急車を呼んで下さい!!  
AEDを持ってきて下さい!!必ず戻って来て下さい!!」

↓  
2.呼吸

頭部後屈、頭先挙上  
5秒以上10秒以内に確認!

↓  
3.呼吸なし

4.CPR(胸骨圧迫・人工呼吸)  
ただちに胸骨圧迫を開始  
30:2で胸骨圧迫・人工呼吸を加える  
絶え間ない胸骨圧迫を!!

※人工呼吸ができない場合は胸骨圧迫のみで可

↓  
5.AED

↓  
6

6.心電図解析・評価  
電気ショックは必要か?  
心停止は不整脈が原因かどうかの評価

必要あり

必要なし

7.ショック1回  
ショック後ただちに胸骨圧迫から  
CPRを再開(2分間)

8.ただちに胸骨圧から  
CPR再開(2分間)

### ☆身の回りの物を利用した応急救護

#### ◎骨折

用意する物…雑誌1冊、フェイスタオル2枚、  
スーパー袋(大きめ)

- ①骨折している箇所を雑誌で挟む
- ②タオル2本で固定する
- ③スーパー袋の片方を裂き、  
腕を入れ首にかける



#### ◎指を挟んだ時

用意する物…割り箸1本、タオル

- ①割り箸を横にして半分に折る
- ②指の付け根より少し下から指に当てる
- ③タオルで固定する



#### ◎動脈が切れている場合

用意する物…ベルト

- ①心臓より高めの位置でベルトをきつく巻く  
※病院で止血時間を伝えられる様に、  
止血開始時間を見ておく。







スローガン発案者 小澤寧々(102HR)  
シンボル発案者 山内あみん(301HR)

# 西奈祭 2014.9.

**見せろ 団結 勝ちとれ 勝利  
力の限り 全力で**



校長先生



リレーメンバー



中郷浩







青組団旗



赤組団旗

## 青組団長

## 中嶋直也

「青組優勝！」正直嬉しいですね。振り返ってみると、夏休みの前から応援の事で頭がいっぱいでした。日がたつごとに団長の大変さを知り、嫌になる事もありました。ですが、こうして西奈祭を無事に終える事が出来たのは、先生方、応援団、青組の皆の支えがあったからだと思います。結局皆に助けられていると言う形で終わってしまいました。

私は応援団長を経験し、多くの事を学ぶ事が出来ました。特に前に立つ人以外の人の大切さがわかりました。今後も前に立ててくれる人が沢山いると思います。そんな時は、今回の経験を生かし全力でサポートしたいと思っています。

最後にこうして総合優勝を取る事が出来たのは、一人一人が全力で応援し、競技も懸命にやり、勝ちにこだわってくれたからだだと思います。西奈祭に携わって頂いた皆さん、本当にありがとうございました。

## 赤組団長

## 鍋田京佑

僕は赤組の応援団長をさせて頂き素晴らしい経験が出来ました。総合優勝は逃したものの、最高の経験ができました。何より応援合戦での勝利は思い出すだけで熱いものがこみ上げてきます。

僕は応援団長として気をつけた事があります。それは前に出て指示する事だけでは無く競技中も全力で応援し全員と心を通わせて温かい雰囲気をつくるという事です。

僕は赤組らしい応援をする為皆の意見をとりいれたいと思っていました。結果、先生方や応援団員を筆頭に沢山の意見をもらう事ができました。だからこそ赤色の応援で染める事ができました。1年生の元気な声、2年生の全力で取り組む姿勢、3年生のキレのある動きと響く声、これらに助けられ最高の感動を味わう事ができました。赤組の団長が出来て幸せでした。

## 青組副団長

## 山口岳也

「ありがとう。本当に申し訳なかった。」西奈祭終了後に僕が率直に抱いた思いだ。

この思いには勿論誤りがある。まずは総合優勝。しかし応援優勝は赤組。これは赤組応援団の方が僕たち青組応援団よりチームへ与えた影響が大きかったという事。総合優勝は青組みんなの努力の結晶だと思う。だからといって青組の応援の努力が足りなかった訳ではない。

西奈祭前日には団長が体調不良を押しての努力を見せてくれた。そんな中で僕が団長と同じように勝利への執念を持って取り組む事が出来たか？団長のようには出来ないと言う気持ちが勝っていた。改めて考えなおすと、逃げ腰な自分がいたのだ。本当に申し訳なかった。だからこそ二度とこんな思いをしないよう、自分自身成長したい。それでも総合優勝出来たのは青組の皆さんのおかげだと思う。こんな僕に勝利をありがとう。

## 赤組副団長

## 望月 道

僕は赤組の応援団になって良かったと思います。応援団は夏休みを返し、多くの準備をしてきました。それを応援団が覚え、赤組の生徒に教えるのは大変な事でした。

はじめての全体練習では、上手く指示が通りませんでした。最後には一人一人が確実に動きを把握してくれました。西奈祭当日の青組の応援は、声も大きく、演舞もかっこよかったと思います。

我が赤組は青組に負けまいと声をだしました。結果、総合優勝は逃したものの、応援では優勝する事ができました。今年の西奈祭が3年間で一番良い思い出になりました。



青組

優	勝	青組
団旗優勝		両者
応援優勝		赤組



実行委員



新会長





陸上部



美術部



女子テニス部



多くの人で賑わいました。

# とさめき

## 10月19日(日)

2年に一度の大イベントは、天気にも恵まれバザー委員をはじめ、PTA、先生方、地域の皆さまの協力もあり、とても盛り上がりました。



男子バレー部



男子卓球部



西奈中 OB ペペサーレのパフォーマンス



余暇活動部

西奈南小



竜爪中



西奈中ちゃっP会



皆様 友情出店





今年も  
くす玉でスタート!



吹奏楽部



大好評のバザー会場



# 感謝祭 (バザー)

男子バスケット部



女子バスケット部



野球部



女子バレー部



生徒会



先生方



ありがとうございました!



# 合唱祭

## 2014.10.29

# 心に届け！僕

### 〈曲 目〉

101HR 旅立ちの時	201HR 親知らず子知らず	特別支援学級 フェニックス	304HR 信じる	「学年合唱」
102HR 変わらないもの	202HR COSMOS	301HR 流浪の民	305HR 絆	1年 大切なもの
103HR 未来へのステップ	203HR 虹	302HR はじまり		2年 時の旅人
104HR マイバラード	204HR 走る川	303HR 決意		3年 大地賛頌

### 合唱祭実行委員長として

合唱祭を成功させることができ、私はとても嬉しく思っています。委員長という立場は初めてで、慣れないことがたくさんありました。でも合唱祭実行委員を中心に各学年、クラスがスローガンに向かってまとまってくれたから、感動できる合唱祭をつくることができました。

迷った時には、先生方にアドバイスをしていただき、当日には、保護者や地域の方々に温かい応援をしていただき、たくさんの人に支えられて合唱祭をできたことにとても感謝しています。

結果、賞をとれたクラス、おしくもとれなかったクラスとありますが、どのクラスも素晴らしい合唱だったと思います。そして、そこまでの練習の過程はいろいろあったと思いますが、このことを生かしてほしいと思います。

4月から新しいクラスになり、西奈祭、合唱祭などで深めた絆をこれからも大切にして、たくさんの思い出を作っていきたいです。

本当にありがとうございました。

### 3年3組 伊東 紗央子



先生方の合唱 「いい日旅立ち」



生徒たちは先生の歌声に笑顔♪



トーンチャイムの素敵な音色♪



3年 学年合唱



ランチタイム  
緊張がほぐれて笑顔いっぱい♪





# らの音色と笑顔

*in AOI*

## 〈受賞結果〉

全校最優秀賞	301HR	指揮者賞	101HR	山下 葵	伴奏者賞	102HR	牧野 明日香
学年最優秀賞	102HR		202HR	梅野 月菜		202HR	川口 将太
	201HR		305HR	牧野 康平		303HR	伊東 紗央子
	301HR						

### 目標を達成すること

私は、吹奏楽部に所属していたので、音楽で良い結果をのこすというのは難しいことだと誰よりも理解していたつもりでした。実際、夏のコンクールでは「絶対金賞」と目標をたて練習を積み重ねましたが、結果「銀賞」でした。その時、私たちの努力が足りなかったと真っ先に思ったことを覚えています。301では、西奈祭前から「二冠を取ろう」という声が上がっていて、クラスのみんなも私たち実行委員も担任の丸山先生も合唱祭に懸けていました。本番の一ヶ月前から本格的な練習が始まり本番を迎えました。

301が歌った「流浪の民」は、学年最優秀賞・学校最優秀賞の二冠を達成しました。「私はいままで自分の立てた目標を達成したことがありませんでしたが、今回果たすことができ気が付いたことがあります。目標を持ち、その目標を達成するまでの過程で、どれだけのことができるかを考え、実行できたかが大切だということです。」

最後の合唱祭、とても良い思い出になりました。301ありがとうございました。

### 3年1組 赤堀 李音



102HR



201HR



特別審査委員／安東中 鈴木恒裕先生



♪ 受賞 おめでとう ♪





# PTA活動報告

盛り上がりました!!大人の部活動!?

## バルーンバレーボール

8/23



8月23日(土) 市P連第10回第3ブロック  
バルーンバレーボール大会にて(於:北部体育館)

**大健闘 3位入賞!**



11/3



11月3日(日・祝)  
静岡バルーンバレーボール協会主催  
バルーンバレーボール大会にて(於:草薙体育館)



怪我なく  
楽しくを  
モットーに  
盛り上がって  
います

11/30

## 恒例の西奈南小PTA行事「わくわくパラダイス」に友情出店

11月30日(日)、今年も西奈南小「わくわくパラダイス」が開催され、西奈中PTAは2年連続ベビーカーを振る舞いました。



朝6時30分から2500個を作り続けるも  
未来の西奈中生の喜ぶ顔に元気をもらい、無事終了!

巢箱 第九十六号  
二〇一五年三月一日発行  
発行 静岡市立西奈中学校  
PTA広報委員会  
生徒数 四〇〇名  
家庭数 三七二

## 編集後記



楽しく読んでいただく為に、  
楽しく取材・作成しました。  
ご多忙中、原稿・取材にご  
協力くださった方々、どうもあ  
りがとうございました。

広報担当副会長

加藤 奈美子

広報委員長

望月 道世

3年3組

萩原 好美

3年1組

亀井 夏実

2年4組

森下 佳代

2年3組

三橋小夜子

2年3組

福世奈緒子

1年4組

工藤佐智子

1年3組

久末めぐみ

1年3組

大橋ゆきえ