Hidaka High School(Wakayama Prefecture)

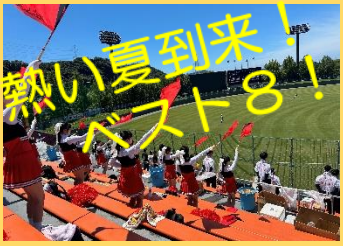
和歌山県立日高高等学校
マンスリータイムズ

令和６年７月号

１学期終業式を行いました。

７月１９日（金）１学期の終業式を行いました。山本校長は、式辞の中で１学期を振り返るとともに夏休み期間が充実したものとなるよう「睡眠」と「ひとり言」について紹介しました。野球の大谷翔平選手や将棋の藤井聡太七冠が、１日10時間の長時間睡眠の実践者で知られることを挙げ、起きている間のトレーニングで脳や身体を極限まで追い込むことで、眠っている間に、脳や運動神経、筋肉の急激な成長を促しているという睡眠の効果を話すとともに、脳内科医の加藤俊徳先生が自著の中で、「ひとり言」で集中力や記憶力が増すという実験結果や「ひとり言」を発することで「長期記憶」として残したり、長期記憶を呼び覚ますことができたりすることを紹介していることを話し、「ひとり言で自分に言い聞かせながら、何かをとことんやる。そしてしっかり寝る」ということをこの夏の過ごし方の参考にしてくれればと締めくくりました。

第１０６回全国高校野球選手権和歌山大会



本校野球部は順調に勝ち上がり、７月２５日、ベスト４をかけ智弁和歌山と対戦しました。全員野球で戦いましたが、残念ながら勝利を逃しました。

３年生の生徒にとっては最後の夏になりましたが、精一杯ベストを尽くしました。

１回戦	日高	５－１	粉河
２回戦	日高	４－２	紀央館
３回戦	日高	５－１	日高中津
準々決勝	日高	０－１２	智弁和歌山

近畿大会・野球部壮行会を行いました。

７月２日（火）期末考査修了後に、近畿大会出場クラブと全国高等学校野球選手権大会和歌山大会に出場する野球部を激励する壮行会を行いました。

山本校長からの激励があり、各クラブから大会に臨む意気込みが語られたあと、阪本生徒会長からの激励の言葉で会を締めくくりました。

野球部の活躍は上記の通りですが、近畿大会に出場した各クラブ共に健闘しました。