石巻専修大学高大連携授業
石巻専修大学で自動車科2年
3・2名最新施設実習体験行う
10月26日（木）～27日（金）
県高校新人大会卓球競技
男子団体優勝 専修大学北上高等学校
（14年連続31度目の優勝）

団体・ダブルス・シングルス3冠達成

福沢昇悟選手（上田中出身）

女子団体準優勝
高大接続研究事業特別講義「総合科目Ⅰ」11月2日（水）
石巻専修大学理工学部機械工学科亀谷裕敬教授
「機械屋のしごとと新製品開発」
岩手日野自動車株式会社から
先進技術を搭載したディーゼルエンジン
N04C本校自動車科へ贈呈されました

11月2日（木）午後1時30分から自動車科実習工場で
エンジン贈呈式が行われました
専修大学北上高等学校吹奏楽部 第52回定期演奏会
専修大学北上高等学校吹奏楽部
第52回定期演奏会

The 52nd REGULAR CONCERT

専修大学北上高等学校
https://www.senbun-u-kitasami.ed.jp
メディア委員会：吹奏楽部
メディア委員会連絡
藤原伸・谷口多聞・吉田健

11月3日（金）
専修大学北上高等学校吹奏楽部
第52回定期演奏会

The 52nd REGULAR CONCERT
専修大学北上高等学校吹奏楽部
第52回定期演奏会

11月3日（金）
2017年度専修大学エクステンションセンター
法科大学院主催模擬法廷本校生徒も参加し研鑽を積む
専修大学附属高校・専修大学松戸高校・専修大学北上高校
2017年度専修大学エクステンションセンター
法科大学院主催模擬法廷本校生徒も参加し研鑽を積む
専修大学附属高校・専修大学松戸高校・専修大学北上高校
第63回岩手県新人バスケットボール大会
男子バスケットボール部県大会出場

北海道地区新人バスケットボール大会・江戸川体育館
（札幌市江別区愛宕平160）
自動車科2年32名花壇自動車大学校でエアブラシを使った塗装体験
スーパーカーNSX／フランボルギーニポルシェ／フェラーリ同乗を体験

11月7日（火）学校法人角川学園 富山高専 坂道自動車大学校で体験
（宮城県仙台市青葉区花街3番1号）
情報大学北上高等学校
メディア委員会
2017年（平成29年）11月9日（木） 第2835号

専大北上ニュース

2017年度県私学教育表彰式
【団体の部受賞】情報大学北上高等学校

情報大学北上高等学校
http://www.senbu-khsa.eu.jp
メディア委員会

11月8日（水）2017年度県私学教育表彰式が福岡市で行われ、情報大学北上高等学校の団体の部賞を受賞した。表彰式では、情報大学北上高等学校の団体の部受賞を受賞した団体が表彰され、表彰式の後、受賞者に表彰状が贈られた。
第17回マルチングコンサート
北上総合体育館大アリーナで開催
専修大学北上高等学校吹奏楽部
II部 ステージドリル
第17回マーチングコンサート
北上総合体育館大アリーナで開催
専修大学北上高等学校吹奏楽部
Ⅱ部 ステージドリル
第17回マーチングコンサート
北上総合体育館大アリーナで開催
専修大学北上高等学校吹奏楽部
Ⅲ部 パレード＆マーチング
第17回マーチングコンサート
北上総合体育館大アリーナで開催
専修大学北上高等学校吹奏楽部
専修大学文学部 平田大輔教授
「トップアスリートに学ぶ こころを鍛える方法」

ゾーンに導くための心理的技法
「さがり」をあげる方法

サイキングアップ

スポーツにかかわる状況において、ある種の心理的技術を用いて、リハビリテーションを進めることが重要である。この技術は、整形外科の医師が日常的に使用しているもので、特別な訓練が必要なわけではない。

1. 無意識の思考
2. 自我監視
3. 実践的行動
4. 目標設定
5. 定期的に評価
6. 反復的練習

Q&A

Q: あなたの考え方が、どのようにアスリートに影響を与えていますか？

A: 私の考え方は、アスリートの心理的状態を改善し、より良いパフォーマンスを発揮できるようにするのに役立つ。特に、緊張やストレスを軽減するのに有効である。

Q: あなたの考え方は、どのようなアスリートに最も効果的ですか？

A: それはアスリートの個々の特性に依存する。しかし、一般的には、パフォーマンスに影響を及ぼすストレスや不安を軽減するのに役立つと考えることができます。
北上市立鬼柳小学校 P T A 文化事業
「親子でマーチング鑑賞会」
専修大学北上高等学校 吹奏楽部出演
北上市立鬼柳小学校ＰＴＡ文化事業「親子でマーチング鑑賞会」
専修大学北上高等学校吹奏楽部出演
北上市立東陵中学校「芸術鑑賞」
専修大学北上高等学校吹奏楽部演奏披露
11月15日（水）
北上市立東陵中学校「芸術鑑賞」11月15日（水）
専修大学北上高等学校吹奏楽部マーチング披露

1部 専修大学北上高等学校吹奏楽部と東陵中学校吹奏楽部の芸術鑑賞が披露されました

II部 マーチング披露を披露しました
北上市立東陵中学校「芸術鑑賞」
11月15日（水）
専修大学北上高等学校吹奏楽部マーチング披露

部会　専修大学北上高等学校吹奏楽部の仲間で「皆さん、おさんぽ」東陵中学校130名（全員）で合唱しました。

東陵中学校から感謝の花束をいただきました「ありがとうございました」
新人県大会サッカー競技
準優勝専修大学北上高等学校
第76回関・盛岡間駅伝競走大会
高校の部：北上～盛岡（49.2km）
第2位 専修大学北上高等学校 2時間37分34秒
第76回一関・盛岡間駅伝競走大会
高校の部：北上～盛岡（49.2km）
第2位 専修大学北上高等学校 2時間37分34秒
第21回全日本自動車整備技能競技大会
学園自動車整備工場の佐々木準先生
岩手県12支部の県代表として全国大会出場

杉田辻さんも出場
（株）丸片石油
車検センター勤務

マツハラ車検の中

手分けが明確な３人の
選手がその機能を

1月の関東にある

手分けが明確な３人の
選手がその機能を