

# 北陽だより

北海道千歳北陽高等学校  
P T A 総務委員会

令和7年12月22日発行  
第225号

千歳市北陽2丁目10番53号  
Tel : 0123-24-2819  
<http://www.chitosehokuyou.hokkaido-c.ed.jp>



## 225号内容

- 校長より
- 学校祭 ● 体育祭
- 高P連 全道・全国大会
- 見学旅行 ● 学校行事報告
- 部活動報告 ● 各年次より

# Think Different

北海道千歳北陽高等学校長 吉 田 拓 二



保護者の皆さま、いつも本校の教育活動に温かいご理解とご協力をいただき、心より感謝申し上げます。新年度が始まり、生徒たちが少し緊張した表情の中にも、学校生活への期待を胸に毎日登校してくる姿を見ると、私も自然と明るい気持ちになります。

今年度、私は生徒たちに「Think Different」という言葉をたびたび伝えています。「視点を変えてみよう」「いつもと違う角度から見てみよう」というシンプルなメッセージですが、今の時代の変化を考えると、とても大事な姿勢だと思っています。

ここ数年、世界ではさまざまな大きな動きがありました。人工知能（AI）の進化はさらに加速し、最近では文章を作ったり、画像を生み出したりするAIが日常のニュースになるほど身近な存在になっています。宇宙開発では、2025年3月に日本の民間企業が開発した月面探査車「YAOKI」が米着陸船に搭載され、月面着陸を成し遂げるという快挙が大きな話題となりました。「今までできなかったことができるようになる」瞬間が、私たちの周りで次々と生まれています。

そして千歳市でも、ラピダスの工場建設が大きく進展し、多くの人材が集まり、街の未来への期待が一段と高まっています。半導体は、スマートフォンや車、家電だけでなく、AIや宇宙技術にも欠かせない、まさに「現代の基盤」ともいえる存在です。その最先端の技術が、ここ千歳で生まれようとしているのですから、生徒たちにとっても大きな刺激やチャンスとなるはずです。

このように、技術も社会も驚くほど速いスピードで変わっていきます。だからこそ、「決まった考え方」にとらわれず、新しい視点をもつことが大切です。

たとえば、うまくいかなかったときに「やっぱり自分には無理だ」と思うのではなく、「どこを変えればいいのか」「別のやり方はないかな」と考えてみる。友達との行き違いがあったとき、「自分の考えだけが正しい」ではなく、「相手はどう感じているのかな」と想像してみる。こうした少しの視点の転換が、問題を解決したり、人間関係を良くしたり、成長につながるきっかけになります。

最近、スポーツの世界でも、若い選手たちが積極的に新しいトレーニング方法を取り入れ、まったく新しい発想で結果を出しています。固定観念に縛られず、柔軟な思考で挑戦する姿勢が、どの分野でも求められているのだと感じます。

高校時代は、人生の中でも特に感性が豊かで、吸収力の高い時期です。「Think Different」という言葉は、単に奇抜なことをするという意味ではありません。「自分らしい視点を持つ」「これまでの自分を少し越えてみる」——そんな前向きな姿勢のことです。本校の総合学科では、多様な選択科目や探究活動を通して、生徒一人ひとりが自分の興味関心に合わせた学びを深められるよう工夫しています。さまざまな経験が、新しい視点や考え方を育てていくことにつながるはずです。

保護者の皆さまには、どうか日々の小さな変化や挑戦を、温かく見守っていただければと思います。結果だけで判断するのではなく、「どんな工夫をしたの?」「どう考えたの?」と声をかけていただくことで、お子さまの中に「考える力」や「自分なりの視点」が育まれていきます。

北陽高校は「北の太陽となるべく」と名付けられた学校です。生徒一人ひとりが、自分らしい光を見つけて輝けるよう、そしてその光が周囲に温かさを届けられるよう、今年度も教職員一同全力でサポートしてまいります。

引き続き、本校の教育活動にご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。



### 第50回北陽祭を開催

生徒会担当：岡田 朝英

7月10日、11日の日程で50回目となる北陽祭を開催しました。

内容は例年同様、初日は学内でクラス展示、ステンドグラス展示、部局展示があり、各クラス部局が趣向を凝らした展示を行っていました。キッチンカーも8台そろい、生徒たちはおいしそうに食事を楽しんでいました。2日目は、千歳市民文化センターでの「ステージ発表」でした。北陽祭のメインイベントとして、生徒たちは連日教室で練習を重ねてきました。照明、音響などが整ったステージで気持ちよく発表ができたと思います。エンディングは吹奏楽局と先生方のコラボで数曲演奏し、最後は「怪獣の花唄」を生徒たちが熱唱し、まさしく青春がはじけた北陽祭でした。今年度もPTA活動の一環で巡回・見守り活動でのべ83名の保護者・学校運営協議会の皆様方にご協力をいただきました。多くの方々に支えてもらって、安全・安心な北陽祭が行えていることを生徒たちにも感じ取ってもらえたらうれしいと思います。来年もよろしくお願いたします。



### 令和7年度 学校祭 総合成績



総合優勝

第2位 3年1組

3年2組

第3位 3年4組



### 総合優勝

「全員でつかんだ最高の瞬間」 3年2組 沼田 悠伸

今年の北陽祭では、私たちのクラスが力を合わせて挑んだ結果、見事に総合優勝を果たすことができました。ステージ発表では、全員が意見を出し合いながら演出を工夫し、放課後も何度も集まって練習を重ねました。本番では、これまでの努力が形となり、審査員の方々から高い評価をいただいて第一位を獲得しました。さらに、クラス展示やステンドグラス制作、HRビデオの部門でも上位に入賞することができ、どの分野でも一人ひとりが自分の役割を果たし、全力で取り組みました。

準備の段階では、意見が食い違ったり、時間に追われたりすることもありましたが、互いに支え合い、最後まで諦めずにやり遂げることができました。その過程で、仲間との絆がより深まり、クラスとしての団結力の強さを実感しました。北陽祭を通して、努力を重ねることの大切さや、仲間と目標を共有する喜びを学ぶことができました。今回の経験は、私たちにとってかけがえない思い出であり、これからの学校生活をより前向きに過ごす力になると思います。これからも互いを思いやりながら、さらに良いクラスを築いていきたいです。そしてこの経験を次につなげ、また新たな挑戦に全力で取り組みます。



### 準優勝

3年1組 佐藤 大夢

私たち3年1組はクラス展示で「ドン・キホーテ」をテーマに、巨大ジェンガを企画しました。準備期間中は意見がまとまらなかったり、時間に追われたりと苦労もありましたが、クラス展示班全員で協力し、最後までやり遂げることができました。

ステンドグラスは、「懐かしいキャラクター」をテーマにして小学校時代に流行ったキャラクターをデザインし、ありがたいことにステンドグラス部門で一位を取ることができました。

HRビデオでは安保君がリーダーとして動画撮影から編集まで全てをこなし、面白くも1組らしい動画を作ってくれました。その甲斐もあってHRビデオ部門でも一位を取ることができました。

ステージ発表では、バラエティに富んだ色々なダンスを踊り、最後にはクラス全員でのダンスをこなし、最高の舞台を作り上げました。

今回の文化祭を通して、協力することの大切さや、一つの目標に向かって努力する喜びを学びました。この経験を大切なものにし、今後の生活にも活かしていきたいです。支えてくださった先生方、協力してくれた仲間へ心から感謝します。本当に楽しい二日間をありがとうございました。



### 体育祭が行われました

生徒会担当：岡田 朝英

9月19日(金)、22日(月)の両日体育祭が行われました。土日をまたいだ開催は運営が大変だった面もありますが、生徒会執行部と体育委員が中心となり、やりきることができました。体育館でのバレー、卓球、グラウンドでのドッジボール、クラス対抗リレーなど例年通りの競技と今年は新たに「借り人競争」を加え、秋空のもと熱のこもった試合が繰り広げられました。また今年から千歳リハビリテーション大学の理学療法専攻の1年生が救護ボランティアとして、生徒の怪我等の対応にあたってくれました。新たな取り組みを加えつつ、楽しく安心・安全な行事運営を目指します。



### 令和7年度 体育祭 総合成績



総合優勝

2年4組



第2位

3年1組



第3位

3年4組



### 総合優勝

2年4組 西原 蒼太

新しいクラスになって初めての体育祭が実施されました。すべての競技でとても楽しく参加することが出来ました。クラス全員がふざけることなく、真剣に取り組めたことが良かったと感じています。特に盛り上がったのは卓球です。富塚君を筆頭に、メンバー全員が頑張っていました。決勝戦では素晴らしい接戦になったのですが、何とか勝利して優勝を決めた瞬間はクラスのみならず喜びました。

そして、何故かそのまま総合優勝を勝ち取ることが出来ました。卓球以外では優勝は出来なかったのですが、すべての競技で準優勝か3位になっていたのも、総合得点が多かったからでした。表彰式で発表されたときは驚いてしまいました。これは競技に出ている人や応援してくれた人、事前に準備をしてくれた人などクラス全員の頑張りの結果だと思えます。みんな、本当にお疲れ様でした。

この体育祭を通して、大きな目標も達成できるという自信ができました。この経験を大切に、これからの学校生活も楽しんでいきたいです。



### 準優勝

3年1組 高井 真翔

今年の体育祭は3年間の中でも思い出に残る2日間でした。私は男子バレーやクラス対抗リレーなどのいろいろな競技に参加しましたが正直勝てるのか、楽しめるのかとても心配でしたが、準優勝というとても良い結果で終わることができたので良かった。

バレーボールでは最初の試合は少し緊張していましたが、大人数に囲まれしっかりとコートでプレーしたことがなかったのでミスが多かったのですが一つ一つに集中し励まし合うことで減らしていきました。決勝戦に近づくにつれて苦しい場面がありましたがバレー部や上手い子が大事なところで決めてくれたり、諦めずにボールを追いかけ、得点につなげ見事優勝することができました。優勝が決まった瞬間は、チームメイトや応援してくれた仲間と抱き合って喜びました。その感動は今も忘れていません。

リレーでは、アンカーとしての責任をとっても感じていました。走順も自分で考え、始まるギリギリまで緊張していましたが、みんなの声掛けや応援、バトンを繋いでくれている姿を見て、とてもやる気が出ました。バトンが回ってきたときは二位で、全力で走った結果逆転勝利することができました。みんなで勝利を掴み取ることができたのも印象に残っています。胸上げしてもらったのも思い出です。

準優勝という結果は一見悔しいように見えますが、仲間と協力する大切さを実感することができました。高校生活の中で特に思い出に残る最後の体育祭でした。

# 高P連 全道・全国大会

## 開かれたPTA活動

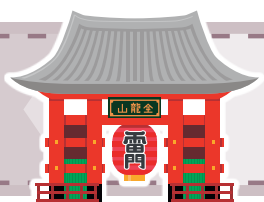
PTA副会長 榊 剛徳

中学・高校への進学時は希望や期待に満ち溢れていた半面、これから経験する学校生活や顔と名前が一致しないクラスメイトなど不安な気持ちもあったと思う。しかしそんな不安は仲良くなった友達により簡単に払拭されたものである。私は自分の子供が幼稚園の頃からPTA役員として様々な活動に参加してきた。何故こんなに長く続ける事ができたのかというと純粋に楽しかったからである。なぜ楽しかったのか？担任や教職員はもちろん、クラスや学年を超えた保護者と知り合い交流できた事で学校へ行くのが楽しくなったのが要因であろう。親も子供も同じで知り合い（友達）が増えると学校へ行く足が軽くなると思う。PTA活動は見返りを求めない究極の奉仕活動であるが、その一方で時代に合わないとか自分の時間をPTAに使いたくないなどネガティブなイメージも未だ根深い。

しかし、実際のところPTA活動自体たいしたことはしていないし、仕事の合間で参加出来たりと結構融通がきいている。何より教職員や他の保護者との交流が楽しいのだ。PTA活動に懐疑的な意見が多いのは、何をしているか分からないという要因もあると思うが、保護者の方が学校行事に気軽に参加でき、開かれた活動を見て雰囲気を感じてもらえれば、そのようなマイナスイメージは払拭出来ると確信している。

今年度、私は第74回北海道高等学校PTA連合会大会（道南大会）と第74回全国高等学校PTA連合会大会（三重大会）にそれぞれ参加し、様々な地域や多種多様な職業のPTAの方々と交流する機会を得た。各学校によって問題形態は様々だが、前述したPTA活動自体に苦勞しているPTAも少なくはない。PTA活動をより知ってもらうには学校行事自体への参加を踏まえつつ、PTA役員と学校が綿密に連携し、先行的かつ、きめ細やかな部外広報を行い、たくさんの保護者の方の心に届く活動を実施していく必要があると感じた。





# 見学旅行



2年次主任 坂下 佳子

10月2日～5日の3泊4日の日程で、関西方面への見学旅行を実施しました。生徒たちは北海道とは気候も文化も異なる地域に行き、歴史を学び、景色に感動し、友人との貴重な時間を楽しんだようです。

1日目は、青空の中に白く輝く姫路城を見学した後、神戸でクルーズ船に乗って夜景を見ながらビュッフェディナーをいただきました。2日目に行った大阪・関西万博は、朝一番に入場しても、あっという間に人でいっぱいになるほど人気でした。大きな大屋根リングの木組みの美しさに感動し、世界各国のパビリオンの雰囲気を楽しむ今年ならではの見学地となりました。その後、京都に移り、金閣寺を見学し、嵐山で夕食。3日目は班ごとの自主研修として京都の清水寺・八坂神社・伏見稲荷大社、大阪の道頓堀・海遊館・USJなど思い思いの場所へ出かけていき、人の多さと交通機関の複雑さに苦労しつつも、みんなで協力しながら無事一日を過ごし、笑顔でホテルに戻ってきました。最終日は、奈良に移動し、薬師寺・東大寺・奈良公園を見学し、全員無事に千歳に帰ってくることができました。

たった4日ではありますが、子供たちにとっては長い4日間だったと思います。個人旅行とは違い大人数で行動する大変さ、計画の大切さ、実物を肌で感じる貴重な体験などたくさんのことを学び、思い出深い旅行になったことと思います。



## 見学旅行の思い出①

2年3組 菊地 柊妃

私の班の自主研修では、大阪で歴史人物の墓とユニバーサルスタジオジャパンに行き、京都で京都水族館と祇園の順で回るように計画していました。回る順番や時間配分、乗る駅、ご飯を食べるところなど事前にたくさん調べていきました。ですが、私がそれらをまとめた計画表をホテルに置いていってしまったため、ふんわりした時間で行動することになりました。今後はそのようなことがないようにしていきたいと考えています。

現地に行ってまず思ったことは、北海道とは比べものにならないほど人が多いということです。そのうち5分の3ほどを外国人が占めていました。1日目の神戸や2日目の万博も同様でしたが、特に夜の祇園は簡単に人とはぐれてしまうほどの混雑ぶりでした。また、ユニバーサルスタジオジャパンでは、店員さんが購入する商品を見て話を振ってくれたり、建物一つ一つの再現度がとても高かったりで、とても感動しました。

色々ありましたが、みんなのおかげで無事時間通り帰ることができたので良かったと思います。今後この経験を活かしていけるようにしたいです。

## 見学旅行の思い出②

2年2組 笹川 咲斗

僕たち6人は、自主研修で関西の美味しいものを食べようと計画しました。最初に大阪道頓堀に行きました。大阪のたこ焼きは中がトロツとしていて、タコがゴロツと大きくてとっても美味でした。次に通天閣の展望台に上ろうとしましたが、混雑して1時間半待ちだったので諦めて近くの串カツ屋さんを覗くことにしました。肉だけでなく野菜やデザート系の串もあり、バナナのデザートと言えばチョコバナナくらいしか知らない僕らは「バナナ串」が存在することに驚きました。

次は京都に戻り、二年坂へ行きました。ここでは京都らしく抹茶を飲んだり、みたらし団子を食べました。京都の抹茶はとても濃く香りが豊かで美味でした。それ以上に美味しかったのはみたらし団子で、5本も食べちゃいました。

次に坂を上り、清水寺に行きました。本堂入口付近には「弁慶の鉄下駄と錫杖(しゃくじょう)」が置かれており、錫杖を持ち上げると御利益があると言われています。弁慶の鉄下駄は片足約12kgあるみたいですが、片手で持ち上げることができました。次に錫杖(しゃくじょう)を持とうとしましたが、とても重くて持ち上げることができません。屈強な外国人数名で持ち上げようとしていましたがびくともしませんでした。「弁慶すごいな」と思いました。(ちなみに弁慶の錫杖の重さは約96kgあるそうです。)

そうこうしているうちに空腹になり、お好み焼き屋さんに行きました。僕は豚玉お好み焼きとお茶漬けとサイコロステーキを注文しました。ステーキはとても大きくて美味しく満足していたところ、ホテルへの帰着時間が迫っていることに気づきました。清水坂で19時45分。慌ててタクシーを探しましたがなかなか捕まらず、やっと捕まえたのが4人乗りタクシーでした。僕とくんは乗車せず、ホテルまでの3.6kmを走りました。無事に20時半までに帰着が間に合い、僕らのグルメ研修が終了しました。

大阪でも京都でも美味しいものにたくさん出会えました。また、夕暮れの京都は石畳に瓦屋根の建物が続き、情緒豊かでとても綺麗でした。北海道にはない風景が広がり、胃だけではなく心もいっぱいになりました。



# 進学未来ビュー

9月11日



## キャリア体験学習での学び

1年次担任 キャリア推進部 森尾 聡

「産業社会と人間」のキャリア教育の一環として、9月11日に札幌市東区のとどーむで行われた「マイナビ未来ビュー」に、本校の1年次生と参加してきました。この日は朝からバスで札幌に向けて出発。遠足的なワクワク感を胸に会場に到着すると、既にバスも数十台駐車しており、札幌市内および近郊から多くの高校生が参加していました。ドームの中では、企業や大学・専門学校のブースが多数展開しており、作業をしたり、ものを組み立てたり、VRに挑戦する体験型ブースや進学後の学習内容や入試方法などを聞く説明型ブースが存在し、生徒たちは事前学習において調べた企業や学校だけでなく、興味関心を引くブースにも積極的に真剣な表情で参加していました。

入学して半年が経過した1年次生にとって、ここでの見聞は、自己の進路について考えるよいきっかけになったと思います。ここをスタート地点として、自らの将来を切り開く力を身につけることを期待しています。



## マイナビ未来ビューに参加して

1年3組 岩淵 茉央

9月11日に、私たち一年次生は「マイナビ進学ライブ・未来ビュー」に参加してきました。私たち北陽生の他にも同じように沢山の学生が来ていたにも関わらず、会場スタッフやブースに居た方々は、懇切丁寧にご案内してくださいました。

想像していたよりも広い会場で少し迷ってしまいましたが、事前にお話を伺いたい学校を決め、先に手身近な情報を調べていたため、時間内に沢山のブースを回ることが出来ました。

また、どのブースの方々もしっかりと目を合わせてお話をしてくださり、質問にも一つ一つ丁寧に回答してくださいました。事前に下調べしていたことを褒めてくださった方もいらっしゃり、嬉しい気持ちになると同時に、下準備の重要性を学ぶことも出来ました。

沢山の学校の魅力を知って、自分がこの先どこに行きたいのか迷ってしまうこともあると思いますが、学校での活動以外でも積極的にオープンキャンパス等に参加して、進路についてしっかり考えて向き合いたいと思います。

## 校外清掃



1年理科担当 永喜多 千春

千歳北陽高校では、毎年1年次によるボランティア清掃を実施しています。各クラスの清掃班に教員が1名ずつ同行し、通学路のごみを拾います。地域の方からの感謝の声が嬉しいものです。

春～夏～秋とクラス順に実施しますが、季節を問わずしっかりごみがあります。「ボランティア清掃の日だから拾うのではなく、日ごろから拾いましょう。大谷選手はごみを拾うのではなく運を拾っているそうです。」by 岩谷先生



# 1日防災学校

9月12日



## 「1日防災学校」について

教頭（防災委員長） 古主 信

本校では2回目の実施となる「1日防災学校」を9月12日（金）に実施しました。この日は、朝SHRの「シェイクアウト訓練」から始まりました。訓練では、姿勢を低くし落下物から頭や首を守り、揺れが収まるまで動かないという地震発生時の動作を実践しました。

続いて1年次は1～4校時、千歳市防災学習交流センター「そなえる」に移動して地震や煙避難等の体験学習を行いました。当日は、千歳市総合防災訓練が実施された後ということで、施設内には市が保有する備蓄品等が展示されており、生徒は興味深そうに見学していました。

生徒からは、「災害についての危険性が再確認できたから、備蓄品の補充など、いつ災害が起こってもいいように準備を心がけようと思った。」といった声が聞かれました。

2年次は3校時、千歳市防災・危機対策係の担当者様2名を講師にお迎えして「段ボールベッド」や「感染対策用パーテーション」の組立体験学習を行いました。

生徒からは、「段ボールが柔らかくて、寝心地が良かったのが驚きました。」といった声が聞かれました。

同時間3年次は、担任が講師となり、本校体育館が避難所になったことを想定して避難所運営のシミュレーション学習を行いました。ここでは、さまざまな方が避難してくることを想定して、避難所のどのスペースに誘導することが適切なのかについてグループで話し合いを行いました。

4校時は、体育館にて2・3年次合同で避難所運営体験を実施しました。ここでは、2年次が「避難者役」、前時でシミュレーション学習を終えた3年次が「運営・誘導役」となり、避難者の特性を踏まえて適切な場所に誘導する実践形式の学習を行いました。今年度から導入しているSEL-8C（社会性と情動の学習）のプログラム「困っている人への声かけ」を事前学習した3年次生からは、「誘導の際、避難者への適切な声かけ方法が役立ちました。」との声が聞かれました。

6校時に全校で行った避難訓練は、春の避難訓練の反省を生かしてスムーズな避難ができました。その後、陸上自衛隊員の皆様を講師にお迎えして、傷病者を安全に搬送する「救難・搬送訓練」を実施しました。ここでは、隊員の指導の下、各クラスの代表者が「傷病者役」と「救急員役」のペアになり、傷病者を安全かつ心身に負担なく救出・搬送するための方法について学習・実践しました。

生徒からは、「正しく人を持ち上げないと、体を痛めるくらい人が重いことを知りました。それに倒れてる人は脱力していますから体感はもっと重いと思うので、正しいフォームで救助を行わなければいけないことも学びました。私もあのような場面に出くわした時に、救助したいと思いました。」といった感想が聞かれました。

最後に、当学習プログラムを実施するに当たり、ご理解とご協力をいただきました関係機関の皆様にご心から感謝申し上げます。大変お世話になりました。誠にありがとうございました。



# 健康教育 「いのち」と「未来」を考える二つの講話

5 月 29 日  
10 月 29 日

保健室と保健体育科では、生徒たちが自らの心身の健康と、自分と他者の「いのち」の大切さに向き合う機会として、2つの講演会を実施いたしました。



養護教諭 古瀬 あかり

## ① 「いのちの講話」

5月29日：1・2年次



札幌市の助産院あさ助産師の吉裕子様をお招きし、「自分のこころとからだを守る生と性の話～高校生に伝えたいこと～」をテーマに講話をしていただきました。

妊娠や出産、正しい避妊法といった基本的な知識に加え、高校生にとって身近な問題であるデートDV、性的同意、友人

への相談の乗り方など、幅広いテーマを扱っていただきました。

講師の先生の「信頼があるからNOが言える」「自分の人生を自分で選んで」という、生徒の自主性を重んじる言葉が特に印象的でした。

当日は数名の保護者の方にもご観覧いただきました。本講話は毎年実施しております。時代とともに変化する性に関する指導を、生徒たちと共に学んでいただける貴重な機会となりますので、来年度もぜひご参加をご検討ください。

### 生徒の感想（抜粋）

- 自分は知識があると思っていましたが、先生のお話を聞いて、正しい情報と間違った情報の区別がつかうようになり良かったです。
- 自分の体や性格は個性があって、みんな違ってみんないいと改めて思えるようになりました。『あなたはあなたらしくあること』というのを聞いて感動した。少し自信がもてました。
- 大切な命を守るためには、無理やりに性行為を求めない、自分の意見をはっきりと言うようにしたいです。
- 『1人でも楽しい。2人ならもっと楽しい』という対等な関係を築ける大人になりたいです。

## ② 「がん教育講話」

10月29日：1年次



手稲溪仁会病院から緩和ケア認定看護師の成田佳永様をお招きし、「がんについて知ろう～あなたとあなたの大切な人のために～」と題して講話をしていただきました。

ご自身の看護、介護、そして闘病と、様々な立場での経験談を交えながら、がんという病気を正しく理解することの重要性、自分を大切に生活、緩和ケアなどについてお話されました。結びには「思いやりの気持ち、感謝の気持ちをもって、色々なことにチャレンジしてほしい」という温かいメッセージをいただきました。

### 生徒の感想（抜粋）

- がんになると、自分の体が少しずつ変わっていくのがこんなにも怖くなるのかと知った。体だけでなく、心も弱ってしまうこともわかり、身近な病気だからこそ早期発見を心がけたいです。
- ウイルスでかかるがんがあることや、二人に一人がかかる病気だと聞き、より一層、適切な生活を送りたいと思った。受動喫煙でもがんになる可能性があるを知って、タバコの危険性について深く理解できました。
- がんになった方も関係なく、周りの目を気にすることのない空間をつくるのが大切。ひとりひとりが優しい気持ちをもって生活していくことが大事だと思いました。
- 『出かけた先で、誰かが発したなにげない言葉が自分のことを言われているように感じた』という話が強く印象に残った。悪意がなかったとしても、聞いた人が嫌な気持ちになるなら良くない。相手のことをよく考えて発言しようと思いました。

保健の授業と外部講師による講話を通して、自分自身の健康や他者との関わりについて深く考える機会となったことが窺えます。生徒が学校で学んだ健康教育の内容について、ぜひご家庭で話題にしていたけると幸いです。

# 部活動紹介

## インターハイ出場報告



### 水泳部

#### 全国総体報告

顧問 三好 紳午

令和7年度全国高等学校総合体育大会が8月16日(土)～19日(火)の日程で開催されました。本校からは3年生の吉野君がエントリーしました。大会2日目、レース当日は34℃の気温で、うだるような暑さの中、ひろしんビッグウェーブ(会場)にて熱い戦いが繰り広げられました。吉野君は第6部：男子200m平泳ぎ第1レースに出場です。このレースは3名でのレースでした。

吉野君は、このレースで最初から飛び出す積極的な攻め

の作戦を展開し、150mまではトップの位置にありましたが、残り40m付近で並ばれ、最後は力尽き、3着でレースを終えました。自分でレースを仕掛けた展開に本人も納得がいったようで、レース後の爽やかな笑顔が印象的でした。

最後に、水泳部員のインターハイ出場にあたり、ご支援、ご協力いただいた皆様に感謝申し上げます。今後とも水泳部の応援をよろしく願います。

#### 最初で最後のインターハイ

3年1組 吉野 圭祐

私の高校生活、最初で最後のインターハイは、「ひろしんビッグウェーブ」で行われました。気温は非常に高く、体調管理がとても難しかったです。この大会は4日間日程でしたが、私は1種目(200m平泳ぎ予選)に出場しました。

結果はベストタイムには届かず、練習環境の違いやレベルの高さを痛感しました。なれない試合会場の中でも個人のベストタイムや新記録をたたき出してくる選手は本当にすごいなと感じました。個人的にはベストタイムが出せず悔しかったです。ですが、ずっと憧れていた夢の舞台に

立てて、精一杯泳げたことがとてもうれしかったです。

この経験を生かして、これからも自分の夢に向かって頑張っていきたいと思えます。最後に顧問の先生方、大会を運営してくださった委員の方々、日頃練習等支えてくださった方々本当にありがとうございました。



### レスリング部

#### 全国の舞台で健闘！上中屋敷選手がベスト8入賞

顧問 屋敷 宗寿

7月27日から30日にかけて島根県雲南市で開催された「第72回全国高等学校レスリング選手権大会(インターハイ)」に、本校レスリング部から4名の選手が出場しました。男子92kg級の若狭選手、男子125kg級の上中屋敷選手、女子53kg級の木村選手、女子68kg級の三明選手が全国の強豪相手に堂々とした試合を見せました。

中でも男子125kg級の上中屋敷選手は、力強い攻めと粘り強いディフェンスで勝ち進み、見事ベスト8入りを果たしました。個人戦でのインターハイ入賞は、令和元年以来2回目の快挙となり

ます。惜しくもメダルには届きませんでしたが、全国の舞台で堂々と戦い抜いた姿は、後輩たちに大きな刺激を与えました。

また、他の3選手も初戦から果敢に挑み、それぞれがこれまでの練習の成果を発揮しました。全国の壁の厚さを実感しながらも、次への課題と目標を見つける貴重な経験となりました。

これからもレスリング部は「挑戦」を合言葉に、日々の練習に励み、さらなる高みを目指していきます。



#### インターハイに出場して〈三年間を振り返って〉

レスリング部 部長 上中屋敷 航太

僕はこの3年間、レスリング部で本当に多くのことを学びました。北陽高校に入ってからレスリングを始めた自分にとって、この高校生活はまさにレスリング中心の日々だったと言っても過言ではありません。

1年生のときは右も左もわからない状態でしたが、毎日が新しい学びの連続でした。2年生になると、少しずつ自分なりにレスリングを理解できるようになり、大会での経験を通して多くを感じ取ることができました。緊張することは減りましたが、思うような結果を残すことはなかなかできませんでした。

3年生では部の最高学年として後輩が増え、自分にとっても忘

れられない一年となりました。全国大会では初めて準々決勝に進出し、全力で試合に臨むことができました。勝利はつかめませんでしたが、これまでになく多くのことを感じ、学ぶ貴重な経験になりました。

そして10月には、これまで出場できなかった国民スポーツ大会にも3年生として出場することができました。この3年間で、努力を続けることの大切さや仲間と支え合う喜びを実感し、何よりレスリングと出会えたことに心から感謝しています。



# 各年次より

## 1 年次より

1 年次主任 高木 吉実

北陽高校総合学科 4 期生は、個性豊かな生徒たちが集まりました。クラス毎にも個性があり、昼休み、全員で大きな輪を作ってお弁当を食べているクラスもあれば、全員が前を向いて、黙食を徹底しているクラスもありました。また、昼休みの過ごし方や、台湾の高校生との交流会でのおもてなし方法などについて、各クラスの委員長や文化委員が中心となって話し合い、主体的に進めていくたのしい姿を見ることができました。その他にも、体育祭では、卓球部門の決勝まで進み、優勝まであと一歩まで迫った 1 年生ペアがいました。部活動では、1 年生ながら演劇部の演者・裏方として活躍し、全道大会参加を果たしました。生徒会執行部・吹奏楽・ボランティア同好会は多くのイベントでボランティア活動を行い、地域に貢献しました。一人一人が個性を活かし、様々な場面で活躍するとともに、互いの多様性を認め合い、協力しながら学校生活を送っています。2 年後には立派な社会人、学生として巣立っていけるよう、成長を支えていきたいと思ひます。保護者の皆様には、日頃から本校の教育活動にご理解とご協力いただき、誠にありがとうございます。今後ともお子様の成長のために、サポートいただけますようお願い申し上げます。



## 2 年次を振り返って

2 年次主任 坂下 佳子

今年は去年に比べ、早く過ぎていったように感じます。春から総合的な探究の時間に「千歳学」と題して、自分たちが過ごしている千歳市について調べ、良いところ・課題点を見つけ、自分たちなりの仮説を立てて新たな提言をしていくという活動を行ってきました。「観光」「産業」「空港」「自然」「市の課題」「自衛隊」の 6 つのカテゴリーに分かれて半年かけてまとめてきたものを、先日、年次内で発表し代表を決めました。1 月に釧路で行われる総合学科の全道発表会に参加することになります。10 月で見学旅行も終わり、これからはよいよ進路に向けて動き出す時期です。将来の自分に胸を張れるように、ここから 1 年間全力で取り組んでいってほしいと願っています。保護者の皆様のご協力をよろしくお願ひいたします。



## 3 年次を振り返り

3 年次主任 林川 弘嗣

卒業までの登校日が残り少なくなり、3 年次生の一人一人が今までの高校生活を振り返り、次の進路を意識し、高校生から大人に変わろうとしています。小中学校と新型コロナに多くの影響を受けたこの年次ですが、見学旅行を始め多くの高校生活の思い出を作ることができたのであれば、一人の教員としてうれしく思ひます。今年は、何はななくとも「進路」の一年でした。進学、就職、人生を決める大きな決断をしなければいけない年次でした。生徒それぞれが春休みから積極的に進路活動を行い、多くの生徒が、内定・合格をいただく事ができました。これから、決定する生徒もいますし、未定の生徒もいます。悔いの無い選択ができるよう、考え・行動し・挑戦し続けてほしいと思ひています。明るい笑顔で、3 月 1 日の卒業式を迎えましょう。

