あざみ沢通信

第24号

H25年度第２号
長野県野沢北
高等学校
PTA広報委員会

「文武両道」

平成25年度ＰＴＡ会長　上原　幸久

本年度ＰＴＡ会長を務めさせて頂いております上原と申します。よろしくお願いします。

北高ＰＴＡは、本年度東信地区の幹事校ということで、東信地域をまとめるという仕事を受け持っています。これに加え、私には県・北信越研究大会での発表という大役も頂く事となりました。応援練習によって新入生には本校の一員となる自覚が生まれること、班活動加入率が９７．８％に達していること、短時間の練習で県大会、北信越大会、そして全国大会を目指していること、加藤貴昭さんのＰＴＡ講演会で学生の進路にしっかりとした目標を持てるようになってもらったこと、油井亀美也さんがどのようにして宇宙飛行士になっていったのか等、学校の様々な取り組みとＰＴＡ活動について発表して参りました。校長先生、教頭先生、ＰＴＡ係の先生のご協力により、大役を無事に果たせたこと、心から感謝しております。

学習と班活動を両立させようという取り組みの中で、陸上班二年の山我さんが大分で行われたインターハイに出場し（北高女子陸上班全国大会出場は17年ぶりと聞いている）、予選を突破し、決勝において12位になりました。素晴らしいことだと思っています。これからの活躍に大いに期待したいと思います。

私は高校生活の中で頭でっかちの手の動かない学生を育ててはいけないと考えています。体を動かし鍛えることで脳を活性化させ、学習に取り組む。まさに文武両道が叶ってこそ、社会の中で貢献でき、自らも誇りを持って生活できる人材を育てていけるものだと思っています。ＰＴＡは学生の心身共に健全な発達を陰ながら支えていく存在でありたいと考えています。どうか会員の皆様のご協力をお願い申し上げます。

歴史に残る　顕著な進学実績

長野県野沢北高校校長　青柳　淳

日ごろＰＴＡ会員の皆様には、さまざまな面でご協力をいただき感謝申し上げます。

一学期は、体育祭・東信大会・県大会・日輪祭と行事が目白押しでした。教師も生徒も大変忙しく、かつ充実した毎日を過ごしてまいりました。

本校は、東信の公立進学校として、生徒の進学の希望をかなえることを、地域の皆様から期待されております。今春の進学において、本校卒業生は、東大理Ⅰや医学科など難関大学への進学、現役国公立大学合格率４３．８％など、歴史に残る新しい実績を刻んでくれました。この現役合格率は、長野高校に次いで県下の高校の中で２番目の成績となります。これらの背景となるのは、学習を積み重ね、班活動に熱中し、生徒会活動を通して自主性を養うという、日々の学びの実践にほかなりません。こういった中から、宇宙飛行士の油井亀美也さん、アニメ作家の新海誠さんなど、日本の最先端で活躍する人材を生み出しているというのも、本校教育の有している幅広さと奥深さを端的に表現しているものと思います。

去る８月２１日、東大・信大（医）・信大（教）・県看護大・埼玉大へ進学した５人の卒業生が、１年生対象に学習、進路選択、大学のことなどを語ってくれました。予習を必ず行い、授業を大切にしたこと、班活に熱中しやり切ったことなど、１年生には非常に参考になる内容でした。

本校の先生たちが丁寧に生徒を指導し、生徒もそれに応えて学校を信頼しながら学んできた様子が推察され、心温まるとともに、在校生にとっては有益なひとときとなりました。

実りの秋のこの時期、生徒たちの活動もさまざまな面で内容の一層の充実を示してきております。ＰＴＡ会員の皆様のさらなるご支援とご鞭撻をお願いいたします。

PTA講演会「先　見」

PTA施設広報委員長　波多野　裕

平成25年5月25日（土）、慶應義塾大学環境情報学部　准教授　加藤貴昭氏をお招きし『先見』という演題でご講演いただきました。

加藤氏は地元中学出身で野沢北高等学校の卒業生とのことで今では慶應義塾大学の准教授と言う肩書きをお持ちです。講演会に際して在校生及び保護者の皆様は講演内容に対して卒業生から後輩への有意義なお話が伺えるかと期待も大きかったと思います。

その期待に違わず大変内容の濃いビジュアルも駆使したさすがに大学の教壇での講義に慣れた、受講者を話に引き込む話力にも優れ時間の経つのが早く感じられました。在校生にとっては今後の将来像を決め目標設定を定め受験に対する姿勢を確認でき、更に勉学・部活に励むことの出来る講演ではなかったかと私は思います。

講演のなかで特に私の印象に残ったのは野球をずっと続けてこられた上で指定校推薦に外れながらもAO入試にて慶応大学に入学が決まり、かつ現在准教授としてご活躍されていることそのものでした。失礼ながらAO入試からそのような道も開けるのだと思ってもいなかったからです。受験に対して認識不足でした。

我家は現在校生で3人この野沢北高等学校にお世話になっておりますがこれまで自営業の関係上一番忙しい週末の講演会開催には参加できませんでした。今回初めて参加し大変有意義な時間が過ごせました。野沢北高等学校は進学に対して意識が高くほとんどの生徒さんが大学進学を目指していますが、自らの将来像を描く事で、漫然と大学に入る事だけが目標のこれまでとは違い大学の選定方法に変化をもたらすかもしれません。我家の子供達も大学に入る事が目標で将来どのような職業に就くのかなどは後回しでしたが、現在就職活動に接している中で自分自身に疑問符が生じたりしている事も事実です。

ぜひ今回の講演で得た将来像の目標設定の方法を試行錯誤しながら、保護者・在校生がより高い目標に向かって邁進すれば結果良い方向に向かうと期待します。

平成25年度 PTA総会講演会 保護者アンケート結果

《アンケート項目と回答》

①講演会はいかがでしたか？

大変良かった	49.6%
良かった	46.2%
まあまあだった	3.4%
もの足りなかった	0.8%
悪かった	0%

《具体的な感想》

＊参加型の講演会だったので聞いていておもしろかった。視点の実験の映像を見たり、好きなものについての視線の話を聞いたり、興味がわいた。視野を広くして、先のことまで考えるということが重要だとわかった。

＊メンタル部分で新しい知識が得られた。

＊すごく興味が持てるお話だったし、聞いていておもしろかった。なんとなく生活するのではなくて、先を見通して自分の夢を実現できるように努力したい。

＊スポーツについて大切なことだったり、考えすぎるのはよくないだとか、ためになることが多くあった。班活がもう終わりなので、その前にこの話を聞いていたら何か変わったのかなと少し残念だった。目標設定が大切なんだなと思ったので、自分も明確な目標を持つようにしたいなと思った。

＊生徒にも保護者にも興味深い内容を楽しくお話いただけて良かった。現役バリバリなので、話題にも共感をおぼえる。野沢北高OBで活躍されている方ということで身近に感じられた。後半の話をもっと聞きたかった。

＊比較的若いOBは身近に感じられ、体験談を交えたお話は楽しかったです。
研究されていることに関したお話“身体は頭より早く反応している”など興味深かったです。

＊難しすぎず、飽きることもなく、生徒にとっては具体的で目標設定の仕方も意識できて充実した講演会でした。

＊もっと先を見据えることと、考えすぎないことの大切さが良く分った。

＊難しすぎる話ではなく、参加できる講話で楽しかった。好きと意識する前に目で追ったり、涙が出てから悲しいと意識したり、相手の動きがスローに見えるなど、共感したり納得できる話がたくさんあって面白かった。

PTA講演会講師のご希望はありますか？

＊油井亀美也さん（宇宙飛行士）　＊新海誠さん
＊池上彰さん　＊林修さん
＊結城匡啓さん（信大教授）　＊清水宏保さん
＊小平奈緒さん　＊井出孫六さん　＊三四郎さん
＊斉藤孝さん（明治大学教育学部）
＊松岡修造さん　＊古田貴之さん（千葉工業大学）

PTA教養委員会主催行事のお知らせ「ジャザサイズ」

43年前にアメリカの女性によって生み出されたダンスフィットネスです。現在、全米50州及びカナダ、オーストラリア、イタリア、イギリス、日本など29の国々で展開されています。4半世紀以上にわたり、1300万人も人々に、ダンスを基本としたエネルギッシュなプログラムの効用をもたらし続けているエクササイズの一種であり、県内では、上田市、千曲市、佐久市で行われているようです。

＜ジャザサイズのもたらす効果＞

☆心臓血管を強くする　☆新陳代謝を向上させる　☆エネルギーを増やす
☆筋肉を強くし、整える　☆健康を増進させる　（ジャザサイズホームページより）

昨年度好評だったジャザサイズを今年度も企画致しました。
佐久市在住のジャザサイズインストラクター相米友紀氏を講師としてお迎え致します。下記の日程で開催致しますので奮ってご参加下さい。詳細は学校から生徒経由で通知を致します。

1．日時　平成25年11月16日（土）午後1時30分～3時30分
2．場所　野沢北高校小体育館
3．講師　ジャザサイズインストラクター　相米　友紀　氏

昨年の風景

新しく北高にお見えになった先生方のご紹介

国語
柳澤博文先生

再任用で再びお世話になることになりました。二十年前とは幾分違って生徒諸君は大人しめ。諸活動に励む姿は不変でした。陰から支えたいと思います。

地歴公民
入沢昌基先生

坂城高校から参りました入沢昌基です。佐久は10年ぶり二度目の赴任となり、縁を感じます。礼儀正しい素晴らしい生徒達と切磋琢磨できることを期待しております。

地歴公民
嶋崎　稔先生

友人や知人の近況を知るにつけ、「誠実に生きる」清々しさと強さを再確認しています。野沢北の生徒諸君と誠実に向き合える時間を大切にしたいと思います。

数学
小嶋千教先生

5年ぶりに佐久に戻り、母校の教壇に立つ喜びに浸っています。生徒の潜在能力を伸ばせるような授業（数学）を行うことを心掛け頑張りたいと思います。

数学
島﨑邦明先生

富山県出身で上田市に住んでいますが、妻と義理の妹は北高の卒業生です。クラブでは卓球を教えています。

理科
石田賢志先生

縁あって母校に勤めさせて頂くことになりました。15年前の私より、よっぽどしっかりとした生徒達に日々感心しながら共に学ばせて頂いています。

理科
北村秀夫先生

天地真理のLP、買っていました。忌野清志郎のライブに行った。AKBとモー娘の違いが分かりません…。今、神永学と流星香を読んでいます。北アで夢枕獏に会いました。

保健体育
北澤　萌先生

4月から保健体育科に参りました。いつも明るく笑顔の絶えない北高生と過ごすことができ、とても楽しい毎日です。私も生徒の皆さんとともに成長していきたいと思います。

保健体育
滝澤光明先生

信条として「正直に、腹を立てずに、撓まず励め」。正直さと励むことは何とかできそうなのですが、立腹だけは修正できません。修行の場として北高で精進いたしたい。

芸術
半田英人先生

美術を担当しています。北高は筑波大名誉教授の山本文彦先生をはじめ多くの美術家を輩出していると聞きました。あとに続く在校生の指導に微力を尽くしたいと思います。

英語
木内美穂先生

母校の教壇に立てて本当に嬉しいです。伸びやかで骨太な野沢北の伝統に繊細な思いやりが加わった生徒の姿に感動しています。貴重な出会いに心より感謝申し上げます。

英語
駒込清太郎先生

今年度よりお世話になります英語科の駒込です。皆さんと一緒に充実した日々の中で成長できたらと思います。よろしくお願いします。

英語
ファライ・ヴィヤムチャローシャワ先生

Hello, my name is Farai Shawa. I came from Canada earlier this year. I graduated from the University of Manitoba with a degree in linguistics. I look forward to more learning here at Nazawakita!

養護
小林明子先生

初めまして。養護教諭の小林です。生徒さんたちの明るく真剣に何事にも取り組む姿に、さすが北高生と感じています。安心して学校生活を送ってもらえるよう頑張ります。

事務室
岡田明久さん

事務を担当しています。地域を代表する本校で、生徒の皆さんが勉学・クラブ活動に専念できるよう支援したいと思っています。

事務室
仲沢志保子さん

皆様、初めまして。事務の仕事に励み、新米なりに一生懸命対応しますので、任期中は皆様のご支援とご協力をよろしくお願い致します。

学校行事や班活動の様子

上半期に行われた学校行事および班活動における生徒達の様子をお伝えします。
学校行事では、1学年が夏休みに行った学習合宿について、班活動では長野県代表として活躍した生徒達をご紹介します。

学習合宿を通して

1年6組　茂原　啓浩

夏休み初めの三日間、私たち一学年は菅平へ学習合宿に行きました。

まずホテルに到着してすぐの本格的に合宿が始まる前に、諏訪東京理科大学の篠原菊紀教授による野沢北高一年のためだけの講演会がありました。内容は脳科学の観点から考える学習方法といったものでした。特に印象に残ったのは、従来言われてきた記憶法が案外正しいと言うことです。イメージしながら、身振りを加えながら記憶したり、覚えたらすぐ寝たりと言うことが脳的に見ても良いようです。篠原教授も仰っていたように、この時代に生まれてきたからには、色んな研究結果を積極的に試して、自分なりの学習の仕方、記憶法を確立していきたいです。

学習合宿と言うからには学習時間もばっちり設けられていて、三日間合計で二十時間以上にも及ぶほどでした。日程もハードで、学習が終わって食事を摂ったらまた学習時間というわらせ、苦手も徐々に克服していくことで、学習への意欲が湧いていきました。また常にクラスメート、学年のみんなが一緒に学習しているんだと言う良い緊張感があり、頑張れました。

今回の合宿で長時間集中することの大切さを学びました。これからも苦手などに対して諦めずに根気よく勉学に励みたいと思います。

新たな仲間

音楽班　3年6組　小泉　譲己

私達音楽班は8月4日に長崎県佐世保市で開かれた全国総合文化祭合唱部門に、長野県代表東信リーダーズコールの一員として参加してきました。

東信リーダーズコールは東信地区にある高校8校から集まった総勢44名の合唱好きな高校生と各校の先生方によって構成される合唱団です。

総文祭にむけた練習が始まったのは今年でした。今回歌ったのは「爽やかな五月に」と「どんぐりのコマ」の2曲で、どちらも難曲でしたが、週末に小諸高校

に集まり練習を重ねました。普段は10人前後の合唱しかできない私達にとって、50人を超える数で合唱ができる事はとても幸せで、貴重な体験となりました。

そして迎えた本番、今までで一番大きなホールだったので緊張もしましたが、歌を楽しんで発表してくる事ができました。ご指導いただいた小諸高校高木房雄先生からも120点の評価を頂き、短い間ではありましたが、仲良くなった他校の友達と最高の思い出を作ることができました。今回の総文祭を通して、やはり音楽は人を繋ぐということを再確認しました。そしてたくさんの仲間と出会えた事、その仲間と最高の音楽ができたことに感謝しています。音楽の素晴らしさを改めて知る、そんな経験になりました。

陸上班

全国大会で活躍

2年4組の山我杏寿実さんは、全国高校総体（インターハイ）に長野県代表として走り高跳び競技に出場しました。長野県大会、北信越大会を勝ち抜いての全国大会出場でした。インターハイでは予選を通過し、決勝では全国12位という結果を残しました。まだ2年生です。今後の更なるご活躍を祈念します。

また1年5組の金田華実さんは、長野県代表選手として、来たる10月4日から東京都調布市の味の素スタジアムで行われる国民体育大会に出場します。出場種目は、少年女子200m、共通女子4×100mリレーです。ご健闘をお祈り致します。

将棋班

全国の舞台へ再び

3年3組の市村絵梨さん、3年5組の殿岡新菜さんは、7月31日・8月1日に長崎県で行われた全国高等学校総合文化祭の将棋部門に出場しました。2人は昨年度春の大会でも全国大会に勝ち進んだ経験があります。総文祭では、予選突破はなりませんでしたが、予選リーグではともに2勝を挙げる結果を残しました。

女子ハンドボール

長野県代表選手として北信越国体に出場

3年6組の土屋理子さんは、少年女子ハンドボールの長野県代表選手として8月23日から新潟県で行われた北信越国体に出場しました。本国体出場はなりませんでしたが、長野県の代表としての出場、大変お疲れさまでした。

校外活動での活躍

野沢北高校の生徒のみなさんは、スポーツや文化活動において、長野県内や日本国内だけでなく世界の舞台で活躍しています。

アメリカでの取材体験

2年4組　赤岡あずみ

皆さんが夏休みの補習授業に参加していた間、私は信濃毎日新聞の学生派遣記者として、アメリカ東部のワシントンDCとニューヨークへ取材体験に行っていました。取材先は連邦議会議事堂や共同通信、国連本部などです。

取材先で見聞きしたことは、私が今まで漠然と捉えてきた事柄の細部を新たに知ることができるものばかりでした。また、取材を通して新たな知識を得たのはもちろんのこと、私たちが普段触れるメディアだけでは分からない、話し手の表情、声の抑揚、その場の雰囲気など、相手と向き合って話を聞かなければ伝わってこないものも多く感じ取ることが出来たと思います。そして、記者としてだけでなく、

これから進路を決めていく一人の学生として、大きな一歩を踏み出すきっかけにもなりました。

今回私たちが観てきたアメリカは大国のほんの一部分に過ぎませんが、その限られた中からでも大変多くのことを知ることができた上、日本とは違う文化や歴史に触れたことで世界の広さというものを実感することができました。

スキー、モーグル競技

3年1組の荻原京さんは、フリースタイルスキー モーグル競技の全日本ナショナルチームのジュニアメンバーに選出され、多くの大会で活躍中です。今シーズンの主な成績を紹介します。これからスキーシーズンがやってきます。益々の活躍を祈念します。

＊JOC ジュニアオリンピックカップ 2013
全日本ジュニアスキー選手権大会
フリースタイル競技　モーグル　準優勝
＊第32回北海道スキー選手権大会フリースタイル
競技　モーグル　準優勝

班活動の大会結果（長野県大会の結果を中心に紹介します）

運動班

◆野球

＜選手権大会長野県大会＞
2回戦　対坂城　14－1
3回戦　対飯山北　5－2
4回戦　対上田千曲　1－10

◆陸上

(男子)
伊藤400H、三田400、石井100、柳沢800出場
上原　110H　第2位、400H出場
400R（上原・石井・伊藤・三田）出場
1600R（三田・碓氷・伊藤・柳沢）出場

(女子)
高野　やり投　第3位
山我　走高跳　第2位
金田　100　第4位、200　第7位
三浦　100H,400H出場、木下　400H出場
400R（金田・木下・三浦・山我）出場
1600R（木下・土屋・三浦・山我）出場

＜北信越高校総体＞
(男子)
上原大知　110H　出場

(女子)
高野希恵　やり投　出場
金田華実　100　出場
山我杏寿実　走高跳　優勝

＜全国高校総体（インターハイ）＞
(女子)
山我杏寿実　走高跳　1m62　第12位

◆剣道

(女子)
団体戦　出場
個人戦　井出初音　出場

◆ソフトテニス

(男子)
団体戦　対屋代　3－0
　　対都市大塩尻　0－2　ベスト16
個人戦　木内・土屋　対上伊那農業　1－4

(女子)
団体戦　対長野　1－2
個人戦　佐々木・佐塚　対須坂東　2－4
　　依田・市川　対東海大三　1－4
　　村上・須田　対飯田風越　2－4

◆テニス

(女子)
団体戦　2回戦　対伊那弥生　0－2　ベスト8
個人戦シングルス　2回戦　対松商学園　0－8
個人戦ダブルス　1回戦　対伊那弥生　6－7

◆バスケットボール

(男子)
1回戦　対赤穂　93－75
2回戦　対長野俊英　73－54
3回戦　対松本第一　50－112　ベスト8

(女子)
1回戦　対塩尻志学館　69－85

◆バレーボール

(男子)
1回戦　対篠ノ井　1－2

◆ハンドボール

(男子)
1回戦　対小海　26－21
2回戦　対諏訪清陵　28－13
3回戦　対長野南　21－25
3位決定戦　対屋代20－21　第4位

(女子)
11回戦　対松本蟻ヶ崎　34－7
2回戦　対屋代　19－14
3回戦　対上田染谷丘　31－21
3位決定戦　対上田　16－13　第4位

◆卓球

(男子)
団体戦　1回戦　対塩尻志学館　3－2
　　2回戦　対長野商業　0－3　ベスト16
個人戦ダブルス　鈴木・池田　ベスト16
　　久保・市川　出場
個人戦シングルス　鈴木　出場

(女子)
団体戦　1回戦　対須坂商業　0－3
個人戦ダブルス　大森・風間　ベスト16
個人戦シングルス　大森、風間　出場

◆バドミントン

(男子)
団体戦　1回戦　対長野　0－3
個人戦シングルス　井出　ベスト16

(女子)
団体戦　1回戦　対飯田女子　1－3
個人戦ダブルス　丸山・塩田　出場

◆弓道

(男子)
団体戦　決勝トーナメント
対伊那弥生ヶ丘13－12　ベスト8

◆水泳

(男子)
磯田　100m平泳ぎ　第1位
　　200m平泳ぎ　第1位
井上　100m自由形・200m自由形　出場
野中　100m背泳ぎ・200m背泳ぎ　出場
油井　200m自由形・100m平泳ぎ　出場
茂原　200m個人メドレー　出場
400mリレー・400mメドレーリレー　出場

(女子)
寺西　200m自由形・100m背泳ぎ　出場
池添　50m自由形・100m自由形　出場

《高校総体北信越大会》
磯田涼太　100m平泳ぎ　第4位
　　200m平泳ぎ　第4位

◆空手

(女子)
団体戦　形　1回戦　対松商学園　0－5
　　組手　1回戦　対松商学園　0－5
個人戦　形　小林、松本、相馬、勝俣　出場
　　組手　小林、松本、相馬、勝俣　出場

◆山岳

女子チーム　出場

文化班

◆将棋

(女子)
団体戦　野沢北B　準優勝、野沢北A　第3位
個人戦　殿岡新菜　優勝、市村絵梨　準優勝

《全国高校総合文化祭》
女子個人戦　殿岡新菜、市村絵梨　出場

◆吹奏楽

B編成　銀賞　第6位

自転車、トライアル競技

3年2組の甘利大斗くんは、JCF（日本自転車競技連盟）トライアルの強化指定選手に選ばれ、多くの大会で活躍しています。このトライアル競技は、岩場等の障害物を自転車に乗ったまま足を着けない様に越えて行く競技です。甘利くんが出場した大会成績の一部を紹介します。今後の益々の活躍を祈念します。

＊JFC第2回全日本選手権トライアルin新城
準優勝
＊JBTA　Jシリーズトライアル#1
関東大会　優勝
＊JBTA　Jシリーズトライアル#2
中部大会　準優勝

日輪祭

対面式

応援練習

編集後記

平成25年度の上半期に行われた学校行事の紹介を中心にあざみ沢通信をつくりました。多くの方々のご協力、ありがとうございました。

あれほど暑かった夏が嘘のように、涼しい秋風が吹いています。実りの秋を迎え、野沢北高校の生徒の皆さんと保護者の方々が益々ご活躍していくことを祈念申し上げます。

班活紹介