

清水ヶ丘便り

学友会コーナー 生徒活動紹介のコーナーです

SUWA SEIRYO GAKUYUKAI

「県大会・全国大会の結果」

書道部

- 全国高等学校総合文化祭富山大会
小林 美早紀…特別賞
(北信越ブロック最高賞に匹敵)
- 長野県書道展 小口 聡美…金賞 ほか
- 信州書道展 団体…最優秀校/個人…味澤 香苗 全日本書道連盟賞 ほか



古典ギター部

- 第42回長野県高校ギター・マンドリンフェスティバル…優秀賞
- 第42回全国高校ギター・マンドリンフェスティバル…優秀賞

文学部

- 第19回長野県高等学校総合文化祭文芸コンクール
植松 ゆぎ…優秀賞/中村 建…佳作

かるた部

- 第19回長野県高等学校総合文化祭
上段の部…2位 井澤 優佳
- 第27回霜月かるた大会
有段者の部…3位 三ツ井 夏月/上段の部…優勝 雨宮 葵
- 全国高等学校小倉百人一首かるた選手権大会
近江大会 団体戦…ベスト8/個人戦…3位 井澤 優佳
北國大会 個人戦…準優勝 長谷川 恵子
…3位 井澤 優佳

ダンス部

- 第19回長野県高等学校総合文化祭出場

演劇部

- 第29回長野県高等学校演劇合同発表会
岸田国土原作 諏訪清陵高校演劇部潤色「命を弄ぶ男ふたり」…優良賞

フォークソング部

- 第19回長野県高等学校総合文化祭出場

イングリッシュ部

- 長野県高校生英語ディベート大会
清陵A The Beauties(小澤、宮坂、坂口、秀島)…2位 →全国大会へ
清陵B Kang Fu Ninja Dx(山本、小島、大久保、中畑、宮田) 予選リーグ…17位
清陵C Salad(大槻、菊島、沢村、太田、川上、篠原) 予選リーグ…25位
ベストディベーター賞 秀島 真奈…2位/大槻 聡志…6位

バドミントン部

- 第67回国民体育大会長野県予選 女子ダブルス(岩波、前平)…出場
- 全日本ジュニア選手権長野県大会 女子ダブルス(岩波、前平)…出場

男子ハンドボール部

- 長野県高等学校新人体育大会 男子ハンドボール競技会…出場

卓球部

- 長野県高等学校新人体育大会卓球競技会
女子シングルス 山下 未玖…出場

野球部

- 第94回全国高等学校野球選手権長野大会
2回戦…諏訪清陵 3-0 北佐久農業
3回戦…諏訪清陵 2-0 松商学園
4回戦…諏訪清陵 3-5 伊那北
- 第127回北信越地区高等学校野球長野大会
1回戦…諏訪清陵 4-3 飯山北
準々決勝…諏訪清陵 1-11 佐久長聖

男子女子硬式テニス部

- 長野県高等学校新人体育大会テニス競技会兼
第35回全国選抜高校テニス大会長野県大会
男子団体 1回戦…諏訪清陵 4-1 篠ノ井
2回戦…諏訪清陵 2-3 松本第一
- 長野県高等学校秋季テニス選手権
個人戦出場
A級シングルス 中村 和明、平島 俊太、秋山 奈穂、五味 夏海
A級ダブルス 中村 和明・平島 俊太組、宮木 遼太郎・松田 理央組
B級シングルス 成松 雄一郎、茅野 理子、蘆川 彩瑛
- 全日本ジュニア選抜室内テニス選手権大会長野県予選
県大会出場 中村 和明、秋山 奈穂

陸上部

- 長野県高等学校新人体育大会 18名県大会出場
男子走幅跳 窪田 章吾…2位/男子棒高跳 倉橋 由宇…3位
女子棒高跳 田中 優奈…3位/女子砲丸投 笠原 美奈代…7位
- 北信越高等学校新人体育大会
男子走幅跳 窪田 章吾…3位/男子棒高跳 倉橋 由宇…8位

端艇部

- 第67回国民体育大会ボート競技会
女子クオドルブル
関 杏利紗・今井 綾乃県選抜チームで出場…総合8位
- 第26回中部高等学校選抜競漕大会兼
第24回全国高等学校選抜競漕大会
男子クオドルブル 大内・宮下・両角・小林・中野 決勝…5位
女子クオドルブル 土屋・入江・鴨居・小林・小口 準決勝B組…4位
男子ダブルスカル 小松・山本 準決勝B組…5位
女子ダブルスカル 準決勝B組…4位
女子シングルスカル 小池 決勝…5位/藤澤 敗者復活戦B組…4位

男子バスケットボール部

- 長野県高等学校新人体育大会 ベスト16
1回戦 諏訪清陵:須坂東 59:57
2回戦 諏訪清陵:佐久長聖 45:83

クラブ紹介²⁸ 将棋部

私たち将棋部は毎日放課後に活動しています。やや少人数ではありますが、一日に二局くらい指しています。対局後にはなるべく互いの考えを言うことで部員全員の棋力が向上すると考え、日々努力しています。部活内の雰囲気はとても和気藹々としていますが、やはり勝つとうれしいのでみんなが勝ちを目指して対局しています。たまにですが他校の生徒と対局する機会もあり、様々な経験をしながら年二回ある大きな大会に備えています。少しでも好成績を残せるように毎日部活をしていますが、部員が少ないので暇な人は是非来てみてください。 将棋部部長 増澤 雄大



今年の
新人戦成績

B級 優勝、準優勝、四位、六位
グループA 三勝二敗
グループB 二勝三敗

端艇大会

今年の端艇大会は、強風のため9月3日4日の両日にわたり開催されました。会場の下諏訪漕艇場では、各クラス選出の4チーム(男子ナックルフォア、女子ナックルフォア、混成ナックルフォア2)が500メートルの直線コースでタイムを競い合いました。



湖周マラソン

10月25日、青空の下で第99回諏訪湖一周マラソン大会が行われました。石彫公園をスタートした生徒、OBたちは、難所の「うしまさ坂」を駆け上り、19.4キロメートルを走り抜きました。



2年研修旅行

京都・奈良へ

楽しい思い出
つくれたかな?



室生寺



法然院



談山神社

2年生は11月6日から3泊4日のスケジュールで、京都・奈良に研修旅行に出かけました。訪問する場所はクラスごと、さらには班ごとで異なります。日本史の授業で紹介された神社・仏閣をコースに入れたり、自分たちで調べて訪れたい場所を探し、分刻みの予定表を作るなど、現地に行く前に入念な下調べをし、それぞれのクラスや班が計画を立てました。晴天に恵まれた4日間、生徒たちは思い思いに古都の秋を満喫しました。自分たちが立てた綿密な計画を自ら実施するという今回の経験は、3年生になったとき必ずや生きてくることでしょう。

これからの行事予定

1月	9~11日	第4回定期考査(1・2年生)
2月	17日	SSH 課題探究発表会
	26~1日	第5回定期考査(1・2年生)
3月	2日	卒業式
	4~9日	SSH 海外科学セミナー
	12日	後期選抜
	25日	終業式

発行・編集 長野県諏訪清陵高等学校 教務係

〒392-8548 長野県諏訪市清水 1-10-1 TEL. 0266-52-0201 FAX. 0266-57-2426

http://www.nagano-c.ed.jp/seiryohs/ e-mail:seiryohs@nagano-c.ed.jp



スーパーサイエンスハイスクール (SSH)

未来を担う科学系人材育成のために先進的な理科教育を行う文部科学省の指定校です。本校は平成14年度に指定され、今年で11年目を迎えました。

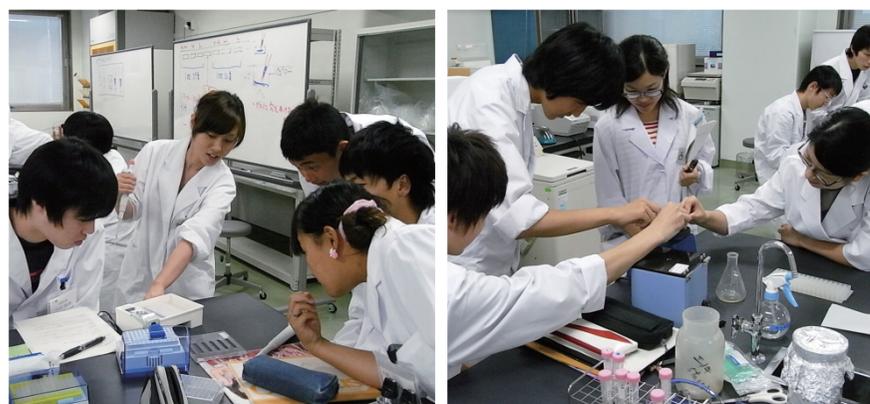
分析技術体験実習

7月31日から3日間、セイコーエプソン株式会社富士見事業所において、分析技術体験実習を行いました。

1日に10人が、5人ずつ2班に分かれ、走査型電子顕微鏡(×1000~×50000)による物体表面の形状観察とフーリエ変換型赤外分光装置による有機化合物分析という内容を、午前と午後で交代して行いました。電子顕微鏡で見えるものの構造に驚いたり、含まれる元素やその割合が短時間で分析できることに生徒は感心していました。



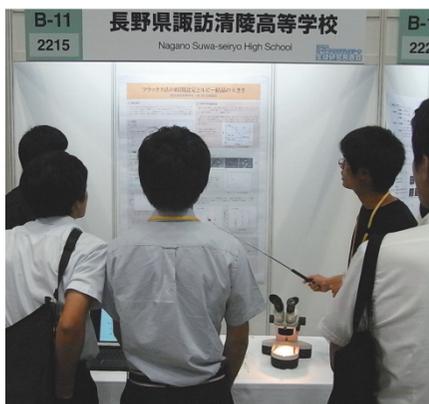
遺伝子操作実習



8月8日9日の2日間、信州大学繊維学部において、遺伝子操作実習を行いました。例年、事前に「オワンクラゲのGFP遺伝子の形質導入実験」を本校で実施した後、信州大学で「大腸菌プラスミドのクローニングと制限酵素による切断」「口内粘膜細胞DNAのPCR法による増幅」の実験に参加しています。全員が興味関心を持ち、探究心をもって講義、実習に取り組めたと、実施後のアンケートに答えています。

SSH全国大会

8月7日から9日まで、全国178のSSH指定校、海外から招聘した15校、教員や保護者、一般参加者など約3,000人がパシフィコ横浜を会場に集まり、SSH生徒研究発表会が行われました。本校からは、3年S講座の石城陽太君が課題探究として取り組んだ「フラックス法による時間設定とルビー結晶の大きさ」について研究成果を発表しました。



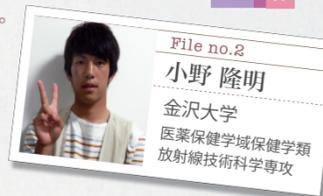
卒業生の言葉

昨年度卒業生から清陵の思い出、大学の様子などを聞かせてもらいました。

進路

肌寒い季節となり、受験生の皆さんはそろそろラストスパートをかけ始める頃だと思いますが、体調は万全ですか。私は、高校生活のはじめの一年半を部活動に、その後の一年を学友会に費やし、三年の夏から受験勉強を始めました。こんな私から受験生の皆さんにひとつアドバイスさせてもらおうと、受験勉強は出来るだけ楽しくやりましょう。何事も、負の感情を持っているものに対しての作業効率は非常に低いものです。受験ですから、日数があとわずかしかなのに点数が伸びないと焦ってしまう人も多いと思います。しかし、勉強中は落ち着いて全てを忘れて目の前の情報を頭に叩き込むことに集中してみてください。焦るのは勉強していない時だけで十分です。そして、最後まで自分を信じて頑張ってください。

さて、私の大学生活ですが、まず、環境の変化に慣れるまで時間がかかりました。大学は高校と違っててんでばらばらの人達が通っています。出身、方言、考え方の全てが違って、その空間に違和感を覚えるほどです。また一人暮らしだったので、それも大変でした。家事、自炊、全てをひとりでやらなくてはならないので慣れるまでは大忙しです。しかし、逆に言えば全ての生活リズムを自分主体で変えることができるので自由で素晴らしいものです。ぜひ一人暮らしを体験してみてください。最後に、清陵で当たり前であることが、大学ではそう簡単にはできない場合があります。友達とある話題について真剣に討論したり、全力でばかなことをしたり。今しか出来ない貴重な経験を大切にしてください。



File no.2

小野 隆明

金沢大学
医薬保健学域保健学類
放射線技術科学専攻

こんにちは。今年の3月に諏訪清陵高校を卒業した小野といいます。なぜかこの話が来たのかわかりませんが、頼まれた以上は書いてみようと思います。在学中は野球部に所属していたので部活に追われる日々で、本格的に勉強を始めたのは夏休み後半くらいからでした。現在の金沢大学保健学類という進路を決定したのも、確か夏休みが終わってからだったと思います。在学中は受験のための勉強が自分の将来に活きるのかと疑問に思い、投げ出したくなったことも多くありました(というか実際によく投げ出していました)。ただ、大学に来て思ったことは高校の勉強ができていなければ専門的な勉強なんてなにと進まないということです。それに社会に出てからも勉強することはたくさんあるでしょう。だから、今はその勉強する習慣をつけるためにも頑張ってください。

大学に入ってから生活は高校までよりもさらに世界が広がり、とても楽しく毎日が充実しています。同じ学部の中に北海道や鹿児島の方がいたり、取りたい授業は自分で決めることができたり、自動車学校に通って免許がとれたり、国内だけでなく国外に旅行に行ったり、アルバイトをして思いがけない人脈が広がったり、高校まででは体験できなかった数多くのことが待っています。今はつらいと思いますが、頑張ってください。楽しい大学生活がきっと待っています。



File no.1

山本 采

首都大学東京
都市教養学部
生命科学コース

1学年進路係より

進路指導の最終目標は「進路希望の実現」です。そのために、1学年では目標の設定と2年からの文理選択へ向けて「自己を見つめ、将来を考える」、2学年になると目標の具体化と受験準備に向けて「志望大学研究」、3学年では難関突破の実力を養成して「進路希望の実現」と、3年間の進路計画を立てています。特に1学年としては、学習習慣の確立と意欲の高い学習集団の形成が重要と考えています。また、本学年が3年になる年に中高一貫の初年度生が入学してくるということで、新たな伝統のスタートにふさわしい最上級生となるべく、自覚を促し、期待しています。

4月、高校での学習法を経験する学習オリエンテーションのなかで、高校での生活態度や学習、将来へ向けての目標や決意などについて、いくつかのテーマを設けて討論しました。1日目はグループ討論、グループ代表者によるクラス内での発表。2日目には諏訪市文化センターのホールをお借りし、生徒自らの運営で、クラス代表による発表を行いました。寸劇を交えて工夫を凝らした発表などもあり、非常に意欲的で意識の高いスタートとなりました。8月の進路指導係企画の大学見学会(主に

2年生対象)にも、多くの1年生が参加し、2年から始まるSSHコースには、力のある生徒が多く希望しています。先日行われた難関大学受験研究会には50名を超える生徒が出席しました。



分野別進路講話(分科会)

本年度も残すところ僅かとなり、2年での文理選択へ向けて大詰めです。11月10日には分野別進路講話で、各希望分科会に分かれて、大学の先生方による出前講義を受けました。講義内容の専門的な疑問から進路相談まで、生徒たちは積極的に質問をし、真剣に取り組んでいました。しかし、いくら意欲があっても実力が伴わなければどうにもなりません。冬期は力を蓄え、熟成させる大切な時期です。本年度を振り返り、総まとめや弱点の克服を計画的に進めていくなかで、自主的・自発的な学習の確立をさらに期待したいと思います。