

学友会コーナー

生徒活動紹介のコーナーです

清水ヶ丘便り

県大会・全国大会の結果

将棋部

2014年長野県高等学校新人将棋選手権大会
男子個人戦(A級)5位 平野直登
男子団体戦 優勝

文学部

第15回長野県高等学校文芸コンクール
散文部門最優秀賞 1-4 河西悠 作品名「声」

古典ギター部

2014年全国高等学校ギター・マンドリン音楽コンクール 努力賞
全国高等学校ギター・マンドリン音楽コンクール長野県予選 優秀賞
(2015年全国大会出場決定)

ダンス部

平成26年度長野県高等学校総合文化祭
第10回長野県高等学校ダンスフェスティバル 7位入賞

剣道部

平成26年度長野県高等学校新人体育大会
男子団体(河西・澤井・高橋・堀江・赤羽) 2回戦敗退
女子団体(後藤・藤森・畠山) 初戦敗退
男子個人戦(堀江) 2回戦敗退

ソフトテニス部

平成26年度全国高等学校総合体育大会
個人戦 1回戦 小池・花原組 2-4 健大高崎(群馬)

男子硬式テニス部

国体長野県予選
少年男子シングルス1回戦 伊藤良将 4-8 東海第三
平成26年度長野県高等学校新人体育大会
団体2回戦 清陵 1-4 市立長野
個人A級シングルス1回戦 中川 5-7 上田
平島昌太 5-7 中野西
伊藤良将 6-2 市立長野
2回戦 伊藤良将 0-6 松商学園
個人A級ダブルス 1回戦 平島・伊藤 6-3 松本県ヶ丘
2回戦 平島・伊藤 1-6 松商学園
個人B級シングルス1回戦 上原 4-6 長野日大
全日本ジュニア選抜室内
1回戦 伊藤良将 4-6 須坂
平島昌太 7-6 市立長野
2回戦 平島昌太 2-6 松商学園

女子硬式テニス部

平成26年度長野県高等学校新人体育大会テニス競技大会兼第37回全国選抜高校テニス大会長野県大会
1回戦 清陵 1-4 上田染谷丘
平成26年度長野県高等学校秋季テニス選手権大会
個人戦シングルス 1回戦 征矢愛耶乃 6-0 松代
2回戦 征矢愛耶乃 6-4 松本第一
3回戦 征矢愛耶乃 4-6 須坂
団体戦ダブルス 1回戦 征矢・大和 6-3 長野日大
2回戦 征矢・大和 0-6 松商学園

ハンドボール部

平成26年度長野県高等学校新人体育大会
2回戦 清陵 40-15 上田千曲
準々決勝 清陵 18-15 上田
準決勝 清陵 13-29 屋代
総合3位 全国選抜大会長野県予選大会出場権獲得

バドミントン部

国民体育大会長野県予選会(少年の部)
男子ダブルス1回戦 清陵(両角・板橋) 0-2 上田千曲
女子ダブルス1回戦 清陵(立木・小松) 0-2 野沢南
男子シングルス1回戦 板橋皓海 0-2 北部
女子シングルス1回戦 立木満理奈 2-0 丸子
女子シングルス2回戦 立木満理奈 0-2 松商学園
全日本ジュニア選手権大会長野県予選会
男子ダブルス1回戦 清陵(板橋・両角) 0-2 伊那中
男子シングルス1回戦 板橋皓海 0-2 臼田
女子シングルス1回戦 立木満理奈 0-2 飯田東中

長野県高等学校新人体育大会
男子学校対抗1回戦 清陵 1-3 松本深志
女子シングルス1回戦 立木満理奈 0-2 松本県ヶ丘

水泳部

第47回北信越高等学校選手権水泳競技大会
男子50m自由形 12位 松澤亘希
女子100mバタフライ 26位 橋原愛夏
女子200mバタフライ 21位 橋原愛夏
長野県高等学校新人水泳競技大会
男子50m自由形決勝 4位 松澤亘希
男子100m自由形決勝 3位 松澤亘希
女子50mバタフライ決勝 7位 橋原愛夏
女子100mバタフライ決勝 3位 橋原愛夏

サッカー部

全国高校サッカー選手権大会長野県大会
2回戦 清陵 0-2 赤穂
高円宮杯U-18サッカーリーグ長野県3部グループB 7位(4勝4敗3分)
新人戦県大会 1回戦 清陵 0-3 松本第一

端艇部

平成26年度全国高等学校総合体育大会(山梨県河口湖漕艇場)
女子シングルスカル 3位 高橋沙恵
女子ダブルスカル 準々決勝4位 落合・青木
男子クオドルブル 準々決勝3位 荻須・入江・小林・名取・小川
平成26年度長野県高等学校総合体育大会新人戦(下諏訪漕艇場)
女子シングルスカル 1位 落合ゆき
女子ダブルスカル 2位 青木・今井
女子クオドルブル 2位 吉江・小川・進藤・佐藤・大槻
男子シングルスカル 2位 名取穂高
男子ダブルスカル 1位 堀川・小坂
2位 林・飯田
男子クオドルブル 1位 岡本・伊藤・入江・下島・大塚
第28回中部高校選抜漕艇競技大会(愛知県愛知池漕艇場)
女子シングルスカル 4位 落合ゆき 全国高校選抜出場
女子ダブルスカル 敗者復活戦4位 青木・今井
女子クオドルブル 6位 吉江・小川・進藤・佐藤・大槻
男子シングルスカル 敗者復活戦4位 名取穂高
男子ダブルスカル 6位 堀川・小坂 全国高校選抜出場
敗者復活戦6位 林・飯田
男子クオドルブル 2位 岡本・伊藤・入江・下島・大塚 全国高校選抜出場

野球部

第96回全国高等学校野球選手権長野大会
1回戦 清陵 6-1 須坂商業
2回戦 清陵 7-0 松本蠟ヶ崎
3回戦 清陵 6-3 丸子修学館
4回戦 清陵 0-2 長野商業
第131回北信越地区高等学校野球長野県大会
1回戦 清陵 12-0 松本県ヶ丘
2回戦 清陵 0-9 長野日大

クラブ紹介 34

男子バスケットボール部

こんにちは! 男子バスケットボール部です。私たちは選手14人、マネージャー2人の計16人で活動しています。今年度は総体、新人戦ともに県大会進出を決めています。先輩・後輩関係なく、自分の力を存分に発揮できる部活です。



【発行・編集】

長野県諏訪清陵高等学校・附属中学校 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

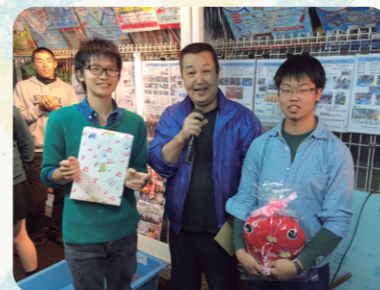
研修旅行

2学年は11月4日~7日、奈良・京都を中心に研修旅行へ行ってきました。全日程を通して天候にも恵まれ、事故もなく充実した旅行となりました。初日はクラス別に、伊勢神宮、彦根城・琵琶湖の滋賀方面、名古屋・伊賀上野方面、比叡山延暦寺・琵琶湖・大和郡山方面、名古屋・京都方面へ行きました。見学地の学習だけでなく、忍者体験や金魚すくい、抹茶など体験的な内容を盛り込み、昼食は松坂牛のステーキ、琵琶湖を一望するレストランでバイキングを食べたりなど、各クラスで特徴を出し個性的な旅行を計画しました。2日目からは班別行動です。今年は大阪へ行った班がたくさんありました。広島や神戸、天橋立まで足を伸ばした班もありました。班ごとに手作りの旅行プランに沿って、仲間と回る旅は本当に楽しかったようです。電車を乗り間違えたり、歩き過ぎて疲れたり、大変なこともあったようですが、高校時代の大切な思い出になっていくことと思います。

研修旅行は本校伝統の「自治」の精神によって今回も運営されました。旅行委員会主導で規律ある4日間を過ごすことができたのは、これからの高校生活への大きな自信につながっていくものと思います。



奈良県の大和郡山市は金魚が名産です。5部は見学後、金魚すくい大会を行いました。



3部は桜田門外の変で有名な井伊直弼の居城・彦根城へ行きました。「ひこにゃん」に会うこともできました。

行事報告

端艇大会(9月1日 下諏訪漕艇場)

今年も朝から雨模様。一時は中止も検討されましたが、時折の強い雨に負けず決勝レースまでやり切りました。各クラス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)が出場し、500メートル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24日)

降雨に加えての低温により一日延期され、「第101回諏訪湖一周マラソン」は10月24日(金)に行われました。前日とは打って変わっての穏やかな青空の下、今年も中学生も加わって諏訪湖畔を走り抜けました。走り終えてのりんごの味は今年も格別でした。

これからの行事予定

1月	7~9日	第4回定期考査(1・2年生)
2月	7日	SSH 課題探究発表会
	24~27日	第5回定期考査(1・2年生)
3月	2~7日	SSH 海外科学セミナー
	7日	卒業式
	11日	後期選抜(学力検査)
	24日	終業式・離任式



スーパーサイエンスハイスクール (SSH)

文部科学省の指定と科学技術振興機構 (JST) の支援を受けて、将来の科学技術系人材の育成のために、独自のカリキュラムによる授業 (スーパーサイエンス・理数課題研究・科学英語入門・SSH情報等) や、大学・研究機関などとの連携、海外科学研修 (アラスカ大学フェアバンクス校)、地域の特色を生かした課題探究など様々な取り組みを積極的に行っています。

連携講座 科学セミナー (東京大学・EPSON・信州大学・諏訪東京理科大学・アラスカ大学など)

☆信州大学ヒト環境科学研究支援センター

生命科学分野遺伝子実験部門「遺伝子操作実習」(8月上旬)
本校で「クラゲのGFP遺伝子の形質導入実験」を実施した後、大学で「DNAのクローニング、PCR法、DNAの分離・抽出」等の実習を一泊二日で受講します。

☆東京大学木曾観測所 天文学講座 (6月上旬・下旬)

「宇宙の年齢を観測データから求める」という実習に取り組みます。本校で講義を受講の後、一泊二日の日程で観測所を訪問し実習を行います。

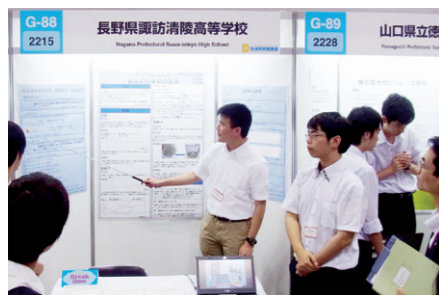
☆セイコーエプソン (株) 「コンピューターのしくみ」、「分析技術体験実習」、「プリンターのしくみ」の講座 (6月、7月、12月)

分析技術体験実習では、走査型電子顕微鏡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を体験します。

☆諏訪東京理科大学、信州大学理学部による「数学講座」、国立極地研による「オーロラ講座」、そして、アラスカ大学による「海外科学セミナー」などを実施しています。外国人講師による「科学英語セミナー」や「清陵サイエンスフォーラム21」も、企画運営しています。



SSH 全国生徒研究発表会 科学技術振興機構理事長賞受賞 パシフィコ横浜にて



スーパーサイエンスハイスクール (SSH) 生徒研究発表会が毎年8月上旬パシフィコ横浜 (神奈川県横浜市) において開催されます。

本年度は、化学部とSSHの生徒が継続研究している『セリウムによるBZ反応の振動の復活』を発表ブースでポスター発表、特設ステージ上でも来訪者の前でプレゼンテーションしました。

その結果、平成22、23、25、26年度指定校発表作品の中で最高賞である科学技術振興機構理事長賞を受賞しました。

SSH コース生及び科学系クラブ生徒が各種コンテストで活躍

長野県学生科学賞

- 「セリウムによるBZ反応の振動の分離とその解析」
- 「諏訪清陵校内におけるコケ植物の分布とクマムシの生態」
- 「カラスはなぜ上諏訪駅をめぐらとするのか」
- 「全日本鳥フォトコンテストJBF2014」環境部門 化学グランプリ2014
- 附属中学校科学部「科学の甲子園ジュニア全国大会」総合9位

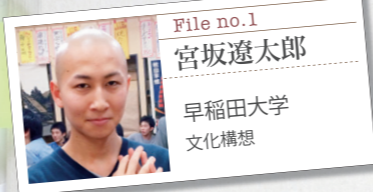
- SSHコース及び化学部が**県教育委員会賞**受賞
- 竹内朝香 (SSH)、河西宏樹 (生物部) が**優良賞**受賞
- 生物部が**優良賞**受賞
- 河西宏樹 (生物部) が**グランプリ (環境大臣賞)** 受賞
- 吉江凜平 (SSH、化学部) が**東海支部奨励賞**受賞
- 実技部門②**全国第2位**受賞

長野県学生科学賞で入賞した3点のうち、「セリウムによるBZ反応の振動の分離とその解析」と「コケ植物の分布とクマムシの生態」は、現3年生がSSHコーススーパーサイエンス課題探究で行った研究を、今年度改めてSSHコース生徒と科学系クラブ生徒が再検討のうえまとめたものです。また、カラスの研究で生物部員が撮影した写真が、上記コンテストでグランプリ (環境大臣賞) を受賞しました。さらに高校生が全国規模で化学の実力を競う化学グランプリでは、本校3年生が中部地区で好成績をおさめて奨励賞を受賞しました。SSH対象の附属中学校科学部も、科学の甲子園ジュニア全国大会に出場し、活躍しました。

卒業生の言葉

一 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



File no.1
宮坂遼太郎
早稲田大学
文化構想

初めまして・オア・お久しぶりです。OBとしてこういった原稿を書かせて頂くのは一つの夢だったので、感慨の雨の中筆を執る次第です。さて、上京初日に新居最寄り駅にて吐瀉物を踏み東京の恐ろしさを痛感してから8ヶ月。私は元気です。始めのうちは二回連続で洗濯に失敗して自分は洗濯一つまともにも出来ないのかと落ち込んだり、(ちょっと詳しいつもりでいた)音楽について入部した軽音の先輩と話してみたら全然ついていけず井の中の蛙ぶりを情けなく思ったりもしましたが、慣れていくにつれてダメな現状を見つめつつ抗っていく姿勢で居られるようになりました。今になってもこの環境は全てが刺激的で、嘗てない速度で広がる世界とがっぶり四つの毎日ですが、汚いけれど減茶苦茶に面白いこの都市の上でエキセントリックな割に人間の出来た愉快極まりない人々に囲まれて、とてとても楽しく過ごしています。

さてさて、皆さんお元気でしょうか。受験真只中の三年生は辛い毎日を送っているかもしれません。かく言う私も昨年の今頃はE判定の嵐の中現実逃避の為に「ハチミツとクロバー」を読み返しては涙を流す鬱屈とした日々を送っていたので心中お察しどころの騒ぎではありません。当時を追懐して一つだけ、「いつ何時も前向きなマインドを保つ」ということを強くオススメします。不安を誘う要素に塗れた受験生活ですが、心が折れそうになっても「もうダメかも…」なんて思っはけません。本当にダメになります。何があっても「受かる気はしない!合格證書しか見えない!もし俺を落とすようなら大学側に問題がある!」くらいポジティブな姿勢でいるのが丁度良いです。無論口だけなのはアウトですが、背中を丸めているのと胸を張っているのではモチベーションも心の余裕も雲泥の差ですし、前が向ければ本番も良いテンションで臨めます。私が重い冬を乗り越えられたのは常に斯くの如き思考回路を維持出来た為です。皆さんなら大丈夫なので、気持ちはいつも空を凌いで下さい。

最後になります。大学生活は確かに楽しいですが、清陵での生活の楽しさとは全く別モノでした。清陵での日々は、出たら最後二度と味わい返せぬ唯一無二の代物です。まだまだ満中の一、二年生はもちろん、残り僅かの三年生も骨の髄まで清陵をしゃぶりつくしてから卒業して行ってほしいです。どうしゃぶるかは皆さん次第。一番楽しいしゃぶり方、見つけて下さいね。ではでは、体に気をつけて。



File no.2
三ツ井夏月
信州大学
人文

こんにちは。私は昨年清陵高校を卒業し、現在は信州大学人文学部で学んでいます。同じ分野に興味を持つ友達と議論をしたり、サークル活動をしたりと、楽しい生活を送っています。さて現在私は信大生ですが、これは前期試験で第一志望校を受験して落ち、後期試験で信州大学を受験し合格した結果です。これから受験を迎える皆さんに、私の体験と、そこで痛感したことを伝えたいと思います。私が前期試験で落ちた最大の原因はセンター試験での得点不足です。努力不足で全体の点数を伸ばすことができず、更に得意科目の難易度が上がり、点数は過去最低に近いものでした。第一志望の大学も第二志望の信州大学もE判定になってしまいましたが、志望校は変えず前期試験を受験して予想通り落ち、後期試験で信州大学を受験しました。センター試験では科目は絞らず5教科7科目全てを受験したので、後期試験でも科目数では困りませんでした。そして問題形式が突然変更されたことなどもあり、なんとか合格することができました。

以上の体験を通じて、これから受験を迎える皆さんに伝えたいことがあります。一つ目は「自信を持てるような勉強をすること」です。これから皆さんは模試ではなく本番の試験を受けることになります。センター試験、二次試験、私大の試験等の本番には大きなプレッシャーがかかります。そのとき頼ることができるのは自分の頭の中にあるものだけです。大きなプレッシャーを背負って戦うとき、自分を信じることはできないのはとても苦しいことです。しかし、本番まで自分で積み上げてきたものは、その分だけは確実に力になっているはず。本番で自信を持って戦えるような勉強をしてください。二つ目は、「最後まで諦めないこと」です。これが最も大切でしょう。もし今、これまでの自分の勉強に自信を持っていないとしても、まだ諦めたり弱気になったりする時ではありません。まだまだやれることはあります。苦手な範囲が残っているとしても、今すぐに向き合えば克服する時間は十分にあります。勉強は試験開始の直前まで、あがくことは試験終了の合図までです。何があっても最後まで諦めないでください。

私は今、信大生としての学生生活を満喫しています。志望校を変えずに第一志望に落ちたことは後悔していませんが、結果を出すだけの十分な努力ができなかったことへの後悔は消えません。悔いを残さないよう、全力で戦い抜いてください。

1学年進路係より

今年の入学式は、2回行われるなどいつもとは違っていました。今年度より附属中学校がスタートしたのです。2クラス80名の制服を着た生徒たちが、誇らしげに体育館に入場してくる姿は、清陵の歴史に新たな1ページを加えるのに相応しいものとなりました。そのためからか、高校に入学してきた新1年生も、例年とどこか違うように見えたのは、我々学年団だけでしょうか。

さて、この学年の新たな取り組みをいくつか紹介しましょう。初めは4月のオリエンテーションです。実は、オリエンテーション自体は毎年行っていることですが、「学ぶ」という大きなテーマを2日間かけて考え、クラスで意見をまとめて発表する形式は初めてではないかと思えます。グループワークでまずは少人数で意見を出し合い、クラスの半数程の中で出された意見をまとめ、最終的にはクラスとしてまとめてステージでプレゼンテーションを行いました。答えを出すことが目的ではなくその過程を重要視したこの活動では、意見を出す者、まとめる者、発表する者など、それぞれの場面で活躍する者が出て、自然とクラス内での役割を見出していました。中でも自分の意見をしっかりと持っている者が多く、プレゼン終了後には清陵名物の談論会が行われ、30分の時間では収まらないほどの論者がステージで持論を唱えていました。

夏には2泊3日の日程で、1学年全員参加の学習合宿を行いました。志賀高原のホテルを貸切で、朝から晩までとにかく勉強、勉強…。我々が意図

した「10時間以上勉強する体験」は十分に体験してもらえたが、あまりの勉強の量に戸惑った者もいれば、帰りのバスの中で英単語帳を開いている者もいたり、様々な姿が見られました。これにより、クラブ活動と学習活動の両立も考えるきっかけにもなったのではないのでしょうか。

最後に紹介したいのは、習熟度別の講座編成です。前期の成績をもとに、後期の講座を再編成する試みを、この学年よりスタートしました。3回の試験を元に、教科単独ではなく、5教科の総合点を判断材料として、アドバンス講座とスタンダード講座に分かれて授業を受けています。今日現在で、講座再編して2か月が過ぎようとしています。結果を語る段階ではありませんが、中には、新たな講座の雰囲気を感じ取り、競争意識を高める生徒もいれば、自分の教科バランスの悪さに目を向けて、苦手教科を克服しようとしている生徒もいて、こちらが意図したことが少しずつ出てきているように感じます。

その他にも様々な活動を行っていますが、生徒たちは、それぞれに意図を考え、素直に取り組んでいる姿が見られます。その貪欲に取り組むことで、新たなステージへ挑戦しようとする意識を、できるだけ多くの生徒がお互いに感じあい、確かめあい、そして挑戦しえるような仲間づくりを、今後とも続けていきたいと思えます。