

鍛えよう 若き日を

令和4年度 No.2



掛西だより

静岡県立掛川西高等学校

進路にまつわる話



副校長 伊藤 裕 啓

十一月から十二月にかけて二年生の面談を行った。生徒が進路に対する志望理由を話し、われわれがあれこれとアドバイスする。二年生のこの時期にこのような面談を行うのは、この時期から受験に対する意識を強く持つてもらいたいという意図があるのだが、そういうことは抜きにして、私にとって生徒と話をすることの時間は非常に有意義な時間である。普段あまり生徒と接する機会がない役職のため、生徒の生の声が聴けるのは非常に貴重だ。もつと単純に言ってしまうと、楽しいのだ。本校の生徒は非常に聡明で、人に気遣いができ、話をしているところらが清々しい気持ちになる。副校長などという仕事をしている、このような時間がかけがえないものと思えてくる。

今から十年以上前、西高で担任をしていた時、私は理系のクラス担任だった。二年生の夏の三者面談のことだ。吹奏楽部で打楽器を担当していた男子生徒は面談で突然「医者になりたい」と言った。御存知のとおり医学部は難関ではない。その生徒はそれまで吹奏

楽に打ち込んできたからか、それほど目立つ存在ではなく、成績も中の上といったところだった。私はその言葉を聞き、生徒と保護者にはつきり言った。「今のままでは医学部には入れません。生活を一変させて、必死に勉強して、それでも追いつくかどうか」。その面談は八月の上旬だったと思うが、その後、夏休みをその生徒がどう過ごしたかは知らない。だが、二学期以降その生徒は明らかに変わっていた。当時、英語はウイークリーテスト、数学は確認テストを行っていたが、毎週、ほぼ満点を取るようになった。それまであまり目立たなかったその生徒は、二学期以降、クラスの中でも急に目立つ存在になった。二学期、三学期、三年生と進むにつれ、模試の成績もどんどん上がる。医学部合格も現実味を帯びてきた。その生徒はその後、一度も成績が下がることなく医学部に合格した。

三年生の冬になっても自分の進路志望が定まらなかつた生徒がいる。医療関係に行きたいという漠然とした志望はあるが、医療関係にも職種はいくつもある。ある時は放射線技師と言ったり、ある時は保健師と言ったりして、その口から出る職種はいつも変わった。

センター試験が終わわり、結果が出たが、その生徒の実力からするとやや不本意な成績だった。すぐに三者面談を行い、受験校を決めようとした。寒中、夜の七時頃に面談をしたのを覚えている。どうするかを三者とも決めあぐねていた。私は生徒と母親の顔を見ながら「医療関係で学科を決めることは、職業を決めることだからね。出願までの二、三日で決めないと」と言った。母親もそれに頷いた。しかし、その生徒はその言葉を聞いていたのかいなかったのか、「わたしここを受けます」と言った。それは長野県にある国立大学の看護学部だった。「えっ」私と母親はびっくりした。確かに、看護師という道もその生徒の口から聞いたことはあったが、それが本意だとは思えなかった。彼女にとっては不本意なセンターの結果だったが、その大学なら悠々合格圏内だ。彼女は二次試験を経て合格し、その大学に進学した。

その年の八月頃だったと思う。その生徒から私に電話が来た。「先生、私、大学受け直します」。私は意外には思わなかった。あり得る話だと思った。学校に来てもらい、詳しく話を聞く。「今、大学は休学しているが戻る気はない。親も了承している。家で勉強して来年、医学部を受験する」ということだった。私はそれを聞いて、高校のころの彼女の言動がようやく理解できた。

結果的に彼女は二年浪人した。そして残念ながら彼女は医学部合格を果たすことはできなかった。しかし、悔いはないと言っている。自分が必死で勉強した二年間は貴重な体験だったという。彼女は県内の薬学部に入學し、今は薬剤師として活躍している。

その生徒は帰国子女だった。当然英語は堪能である。文法は苦手だと言っていたが、それでも英語の成績は抜群だった。数学が何より好きで、時間を忘れて数学の問題を解く。だから、英数の模試の成績は抜群だった。それに比して国語は苦しかった。小学生のころにアメリカで過ごしたらしいが、言語能力の形成時期に外国で過ごす、母国語の能力の成長を阻害するのではないかと思えるほどだった。国語は私の担当だったが、いつも頭を抱えていた。

彼は一風変わった男であり、周りの目などは全く気にしない。周囲が何をしようと自分独自の道を行く。それでいてプライドは非常に高い。そんな厄介な奴だった。センターが終わわり、やはり国語は駄目だった。二百点の配点のうち九十点に満たない点数だった。彼は愛知県にある旧帝大の理学部を志望していた。英数は頑張ったが、国語が足を引っ張り、総合点で合格圏内には入っていなかった。業者の判定もCかDだった。三者面談の時、私はこう言った。「お前はプライドの高い男だから、他の大学の話をしても鼻で笑うだけだろう。だからここを受けろ。ただし、二次までの間、必死に勉強をしろ」。すると、にやりと笑って奴はこう言った。「先生、俺のこと、わかっているじゃん」。

彼は合格した。私のクラスから。彼の大学に五人合格したが、彼だけは合格しても私に感謝の言葉はなかった。これらのエピソードから何を感じ取るかは、各人で違う。だからあえて、教訓めいたことは書かない。何かを感じてもらえればいい。それだけである。

## 遺伝子のスイッチをオン!



教務課長  
山崎 一憲

ヒトとは何か。我々ヒトをヒトたらしめているものはいったい何だろうか? このような問いに、ギリシャの哲学者アリストテレスは「理性」を挙げました。また、宗教的な見方からすると「人は神によって創造された存在」、人類学では「文化をもつ動物」、「文明をつくる動物」と表現されることもあります。

本年度のノーベル医学生理学賞を受賞したスウェーデンのスバンテ・ペーボ博士はDNAをもとに「我々はどこから来たのか」という問いに迫りました。彼によると、約20万年前にアフリカ大陸で誕生した我々の祖先は、その13万年後にアフリカを出てヨーロッパ、アジアへと旅ゆく道中で、ある者はネアンデルタール人と出会い恋に落ち、ある者はデニソワ人と恋に落ち、子孫を残しました。その後、ネアンデルタール人とデニソワ人は絶滅しましたが、現代の我々の体内にDNAとしてネアンデルタール人やデニソワ人は受け継がれ生き続けているのです(ネアン

デルタールル人のDNAを受け継いだ子孫は新型コロナウイルスに感染しても重症化にくいという研究結果が出ているそうです)。

生物学的にみると、ヒトとは「直立二足歩行をし発達した脳をもつ存在」ということができます。遺伝子解析技術が発達した現代では、ペーボ博士とは異なる切り口として、ゲノムDNAの塩基配列や遺伝子においてヒトとチンパンジーの違いを比較しヒトとは何かとの答えを見いだそうと試みられました。するとヒトとチンパンジーは、ともにゲノムDNAの塩基対の数は約30億対と共通しており、その並び方の違いはたったの1.2%しかないそうです(生物基礎の授業で学びましたね)。この1.2%の違いが、ヒトを人たらしめている要因の一つということもできます。ヒトの遺伝子の数は約2万個ですが、このうち使われているのはたったの5%程度であり、約95%は使われていないと考えられています。例えば、ヒトの皮膚の細胞には皮膚を作るのに必要のない遺伝子も含め、受精卵と同じようにヒトとしての全ての遺伝子が含まれているのですが、皮膚では皮膚に必要な遺伝子だけがオンになっておりその他の遺伝子はオフになっています。私たちの体の

中には眠っている遺伝子がたくさんあるのです。

さて、私が大学生時代に受けた講義で印象に残っている一つとして村上和雄教授の講義があります。先生は高血圧研究の世界的第一人者で、当時日本で最もノーベル賞に近い研究者の一人と言われていました。専門的な内容だけでなく、遺伝子に対する持論を展開するユニークな講義でした。心惹かれた私は、さっそく先生の著書「生命(いのち)の暗号・あなたの遺伝子が目覚めるとき」を購入しました。その中で、遺伝子のオンとオフの話が出てきます。生物学的な難しい遺伝子の話ばかりではなく、心のあり方で遺伝子のはたらきが違ってくるといった内容を含みます。例えば、「病は気から」というように心で何をどう考えているかが遺伝子に影響を与え病気になるったり健康になったりするといった具合です。また、次著「人生の暗号」では、「全遺伝子のうちにはたらくているのは5〜10%に過ぎないのだから潜在能力は大きい。自分の中の都合の良い遺伝子にどんどん目覚めてはたらくてもいい。自分の都合の悪い遺伝子は眠っててもらっているのがベスト」と述べています。「笑っている」と免疫力が高まる」も良い遺伝子が目覚めて

いる一例だと思いませんか。

自分の中で眠っている遺伝子のオンとオフで、私にはこのような経験があります。今の私はカタツムリが好きで仕方がありませんが、思い起こせば、二十歳を超えるまではカタツムリには興味がありませんでした。それが大学院生の時に臨海実習で深海の微小貝を採集し観察した際に、1cm以下の小さな貝に刻まれる彫刻と色彩の美しさに心打たれ、微小貝に魅せられたことをきっかけにカタツムリにまで心を奪われてしまいました。幼少の頃からカタツムリを目にしてはきたのですが、私の「カタツムリ好き遺伝子」のスイッチがオンになったのは大学院生の時なのです。それまでは自分の中にそのような遺伝子が存在していることに気付きませんでした。自分の中で新たな遺伝子のスイッチ「カタツムリ好き遺伝子のスイッチ」がオンになって人生の視野が大きく変わり、エンジヨイした日々を送ることができています。自分を自分たらしめているものはいったい何なのでしょう。自分の中にはまだまだ自分の知らない、まだ見ぬ私が存在している可能性があります。そのまだ見ぬ私を見たいと思いませんか。自分はどういう可能性がある

秘めたヒトなのでしょう。自分の中に眠っている遺伝子のスイッチをオンしてみたいと思いませんか。どうやるかですって? こうやって自分の中の何かの遺伝子スイッチがオンになるんじゃないかなあ。試して

みるのもいいんじゃないかなあ。でも、「一目惚れ」のように、突然の偶然の出会いが遺伝子のスイッチをオンにするきっかけもあるよなあ。さて、どうしたら自分の中の遺伝子のスイッチをオンにできるのでしょうか。

## 「生活の中に図書館を」



図書課長  
浜浦麻里子

図書館の良いところとして、どんな点が挙げられるでしょうか。偶然出会った本に感銘を受けたときに、その前後の棚を見れば、同様のテーマを扱った本が並んでいる点もその一つです。多くの図書館と同様に本校の図書館も「日本十進分類法」に基づいて、テーマごとに本が配架されているので、「こんな本があるんだ」「これ読んでみたい」など偶然の出会いから関連する書籍を読み比べることで、

学びを広め深めることができます。本の良いところについては、いかがでしょうか。全国学校図書館協議会の学校読書調査によると、電子書籍の読書経験がある小中高生は紙の方が読みやすいと感じる傾向にあることがわかりました。酒井邦嘉東大教授（言語脳科学）は、紙の本が選ばれる理由として、しつかりと内容を追う読書には紙の本が適していることがあると分析しています。（読売新聞2022年10月28日）確かに電子書籍だと目が滑ってしまったり同じところを何度も読み返してしまったりよく聞きます。限られた時間内で大量の情報処理していくには画面のスクロールは大変便利ですが、想像力を働かせて、じっくり時間をかけて考えるのに丁度よいスピードを紙のページをめくるというアナログな作業が与えてくれるのかもしれない。

高校生の読書離れに対する懸念は以前からありましたが、生涯読書（一生の間に読む本）の観点からすると、高校時代は読書時間が激減してしまう傾向にあるようです。一つの指標として、本校生徒一人当たりの昨年度の平均貸出冊数を見ると、0.8冊でした。確かに、高校生になると、たくさんの勉強量をこなさなければなら

ないし、やりたいこともいっぱいある。とても読書まで手が廻らない。そんな時間はないと言う。本校の生徒たちも文武両道を目指して勉強に部活に全力投球である。時間のかかる日々の優先事項がたぐさんあり、本を手取る時間をなかなか捻出できないでいる。読書の楽しさや大切さは十分理解しながらも、たくさん読みたいと思っている生徒も多いはず。図書館を頻繁に利用してくれている生徒がいます。その多くは、始業前や昼休みなどいたいと同じ時間帯に現れ、同じ場所で勉強したり読書したりしています。心地の良い定位置があるようで、その席に座るとスイッチが入ったかのように集中し始めます。場所と時間を固定して、忙しい高校生活の中に意図的に読書時間を組み込んでみるのも方法の一つです。自分の興味関心の幅を広げるために、ぜひ図書館を活用してください。本校の図書委員会では、図書館の有効活用を図り多くの生徒に本に親しんでもらえるように、年間を通じて様々な企画を進めています。

**古本市**  
本を通して社会貢献を行うことができます。開催が再開されて2年目となり、本年度も約1500冊の本を用意しました。来場された保護者の方々の善意やご協力のおかげもあり、今年の売上高は33192円となりました。すべて掛川市社会福祉協議会に寄付しました。

**読書会**  
数年前からビブリオバトル（書評合戦）形式で年2回6月・11月、生徒中心で運営されています。発表時間は一人4分。各々が厳選した本を紹介し、グループ予選後、決勝を行います。チャンプ本発表者には賞状と景品が授与されます。単なる本の紹介ではなくて、「その本を読んでみたい」と聞き手に思わせる発表が求められます。「参加経験をいかして本選びや発表内容にこだわりました」「好きな本をどのように発表しようかと考えている時間が楽しい」など、好評でした。

**選書ツアー**  
参加者をあらかじめ募り、平日の放課後掛川市内にある書店に赴

き、各々が図書館に入りたい本を選ぶ企画です。購入代金はすべて学校持ちですので、本好きには絶好の機会です。

**新春かるた会**  
昨年度は2年ぶりの開催となりました。久しぶりの開催でしたが、こちらの心配をよそに大変盛り上がりしました。本年度は1月6日・10日の放課後、冀北会館にて各クラス代表者4人による対抗戦を行います。入賞チームには賞状と景品が送られます。

**図書館報の発行**  
3月の完成に向けて、原稿や挿絵の依頼、構成や内容の改善を図るなど、担当生徒たちは奮闘しています。ご期待ください。

**『時短』が良い？**

近頃の高校生は、ニュースをテレビで見たり、ラジオで聞いたりすることは減ってきているのでしょうか。テレビやラジオから流れてくる情報は、興味のあるものもないものも混ざっています。知りたいことがあった時、たくさん情報の中から取捨選択するよりは、インターネットで検索したほうが速くて無駄もないかもしれません。検索の仕方によっては自分の興味のあるものについては、様々なサイトから幅広く調べるとも比較的簡単にできます。しかも「時短」になります。

でも、あえて「時短」を選ばない時があっても良いのではないかなと思う事があります。

調理実習で「混合だし」をとりました。五〇分で調理から片付けまで終わらせたいと考えれば、水に溶かせばできる「顆粒だし」などはとても便利な調味料です。それこそ「時短」です。が、今回は昆布と鰹節を使ってだしをとりました。すると、少し時間はかかりませんが、昆布やかつお節の良い香りが教室いっぱいに広がり、それだけでちょっぴり幸せな気分になれるのではないのでしょうか。「あー、いい匂い！」という声があちこちであがりました。「混合だしを取るのが面倒くさい」と思っていたけど、意外と簡単だった。」という感想も聞かれます。効率よく、時短で済ませたいことがあるとは思いますが、無駄だと思われることにも、小さな幸せは隠れているのかもしれない。

知りたい情報だけに目を向けて、興味ないから、必要ないからと



教育相談  
福田れい子

き、各々が図書館に入りたい本を選ぶ企画です。購入代金はすべて学校持ちですので、本好きには絶好の機会です。

思つて、見ずに捨てた情報の中に、自分の人生をより豊かにし、世界を広げていくためのヒントがあるかもしれない。たまには時短でない方を選んでみては？

人間関係も同じことだと思いません。自分と違う考え方を持つ人の話も一度は聞いてみる。時間もかかるし、手間もかかるかもしれないけれど、「そういうことなんだ。気づかなかつた」という新たな発見ができ、自分の世界が広がるのではないかと思えます。

最近ではダイバーシティや共生社会などがキーワードとして取り上げられることも多く、テレビ番組の中にもそのような内容のものに出会うことも多くなりました。

「ファーストデイ2」というドラマは、トランスジェンダーのハナが、性別に悩み葛藤しながら、学校生活の中でどう生きていくか、友人や先生、家族と関わり合いながら一歩を踏み出していく物語です。ハナは「制服選択制」を導入したいと全校集会で話をします。すると「トランスジェンダーだからって特別だと思ってる？」別の生徒には「私は制服変えたくない」と言われます。

「みんなは一部の生徒の問題だと思ってるんだと思う。でもそれは違う。自分が今のままでいいと思

しても、違う制服を着るのを認めない理由にはならない。その人たちには大事なことです。自分にとっては何の問題もないようなことでも、関心を持つことはできる。話を聞いて、学んで、寄り添える。」と答えます。

相談室の役割は、皆さんの話や気持ちや悩みを聞かせてもらい、一緒に考えたり、整理したりする場所です。人にはそれぞれ抱えている思いや悩みがあります。抱えている悩みに、大きい小さいも、重い軽いもありません。ぶつかった問題に出した答えが、正しいか間違いか、ということもありません。その時その時で、より良いと思うものを一緒に探して、答えを選んでいけたらよいなと思っています。

自立とは、自分の力でしっかりと生活を送り、人生の様々な場面での選択を自分でしていくこと。でも、自分一人だけでは生きていくことはできない、助けたり助けられたりするものだ、と知っていることだと思えます。

皆さんの成長のための力になればと思います。

ハナはプライド・クラブを立ち上げました。そして新しい活動をはじめます。「ヒルビュー・プライド・アライアンス」誰もが安心して立ち寄れる居場所。みんなそれぞれに

悩みがある。それを話せる場所にしたい。話したいときに。相談室もそんな場所でありたいと思います。

### 「コスパのいい人生」



3年副主任  
佐野正裕

コストパフォーマンスが重視されているようです。「コスト」とは商品の生産に必要な費用のこと、金銭以外に時間や労力などを含めていうこともあります。「パフォーマンス」とはビジネスで使う場合は、成果や性能を表します。「コスパがいい」とは、得るために出した金銭（時間、労力）よりも価値がある状態のことです。少ないコストで大きなパフォーマンスが得られることが良いとされています。

#### 【コスパのいい受験】

短時間の勉強で楽々合格できます。いかに少ないエネルギーで合格を勝ち取れるかが勝負になります。とにかく目指す大学の試験に出ることだけをピンポイントで押さえます。できるだけ小さな努力で済ませたいところです。

#### 【コスパのいい学校】

無駄なことは一切しません。行

事もあります。個々の生徒に本当に必要な最小限の学習だけを提供します。時間は短縮できるし費用も縮小できます。

#### 【コスパのいい食事】

早い安い旨いのがそろっています。究極的には錠剤を1つ食べれば素敵な味で栄養素もすべて賄えるようになります。一瞬で食事が終わります。

#### 【コスパのいい友人】

そんな友人はいるのでしょうか。友人関係は無駄な時間と労力を使うだけです。友人はコスパが悪いです。

#### 【コスパのいい部活】

短い練習時間なのに試合や大会で素晴らしい結果がでます。チームで一緒にいる時間も短くなるので人間関係のいざこざも減少します。

#### 【コスパのいい研究】

素晴らしい結果が得られる研究だけに絞って行われます。研究費用も少額で研究時間も短いものに限られます。

#### 【コスパのいい趣味】

費用も時間も少しだけで、大きな満足が得られます。読書は速読法で、映画や音楽は2倍速でさつさと終わらせましょう。残った時間は仕事に充てることが出来ます。

#### 【コスパのいい人生】

お金も時間もそれほどかけずに一生を終えることができます。お得です。

### 「受験勉強すると何が変わる？」



2年副主任  
多々良昌輝

発行されるのは終業式だった気がする。この時期になると、三年生はいよいよ大事な共通テスト、二次試験が目前に迫っている。二年生は三年生0学期とか言われて受験生になっている頃、一年生は学校にすっかり慣れて高校生らしくなってきた頃だろう。

私の好きな名言に

「心が変われば行動が変わる。

行動が変われば習慣が変わる。

習慣が変われば人格が変わる。

人格が変われば運命が変わる。」という言葉がある。

受験勉強強つて自分の運命を左右すると思う。それは、第一志望に合格するかどうかではなく、受験勉強を通して人格が変わるからだ。やらなきゃと思つても、嫌いな勉強を続けるのはしんどい。でもそれを習慣化すると、今とは違った自分になるはずだ。毎日受験勉強

するのが当たり前になって三年生はそろそろ人格が変わるかもしれない。

「数学を毎日一時間やろう」二年生は四月の学年集会でこの言葉が刺さり、やってみようと思気込んでいた人が多かったと思う。半年以上経った今はどうだろう？ 毎日の一時間を積み重ねてそれが日常になっていく人もいれば、三日坊主で終わって継続できず学習習慣が身につかなかったという人もいるかもしれない。

四月から頑張ろうと思つて毎日一時間を継続している人は、きつと半年前とは別人になっているはずだ。

勉強を継続することは結構大変だ。好きでもないことを続けなきゃいけない上に、思いもよらない予定が入ってきたり、体調を崩したりする。できなかった理由を探せば沢山あって、ついつい言い訳をしてしまう。でも毎日一時間を年間通して続けた人と、三日で終わってテスト前だけ勉強した人とはすごい差がついている。

毎日だけでなく毎週の英語の小テストもそうだ。毎回上位者に載っている人はそれなりの努力を毎週している。何も勉強せずに毎回受けている人は少しでいい、始めてほしい。毎日難しくても、

この曜日はこれをやるでもいい。ぜひ行動を起こしてほしい。

勉強するのが習慣化されている人は友人との会話の内容も少しずつ変わってくるはずだ。一年生の頃は休み時間に勉強の話をする人は少ないが、三年生では結構な数いるはずだ。

そんな三年生ももうすぐ受験本番を迎える。もちろん頑張つて第一志望校合格という目標を叶えてほしい。しかし、合格できなければすべてが無駄になるわけでもない。私も大学受験では第一志望の学校には合格しなかった。当時、自分の受験番号を何度も探したが見つからず、不合格を受け入れるのに一週間くらいかかった。でも、今は逆に不合格だったことに感謝している。

受験勉強をしているとき、自分に余裕がなく少しのことで親や周囲の友人に強く当たってしまうことがあった。受験の結果以上に今は後悔している。でも、そのおかげで自分あまり余裕がなくても高校生の頃よりは周囲に思いやりを持つて接することができている。受験の結果は、合格か不合格しかない。でもそこに行きつく過程は人それぞれにドラマがあるはずだ。そこで得た経験は必ず人生の糧になる。受験を通して人格や運

命を良い方向に変えてほしい。最後の最後まで頑張つてくれ。

### 恩師の言葉



1年副主任  
楠屋 真行

成功は苦境の日に始まり、失敗は得意の時に原因がある  
高い目標を完遂する過程を通じて人間は成長する  
不足を言うな、足りないのは己の知恵と行動力だ  
時間を蓄積することはできない  
一日、一時間、一分をどのように活かすかが人生勝敗の別れ道  
厳しさなくして執念なし、行動なくして成果なし  
研究心、行動力、継続力なき者に成功なし  
根性なき者は去れ

これは、高校時代の水泳部顧問の恩師に頂いた言葉であり、教員となった今でも何かに躓いた時や悩んだ時、目標を達成した時などあらゆる場面で自分自身を顧みる時にこの言葉を思い出すようにしている。今の自分は教員として成長を遂げているのか、仕事に対して文句ばかり言つて自分の行動

を棚に上げていないか、時間を無駄にせず自己研鑽できているか、自分を律し目標に向かって突き進んでいるか、無計画に物事を進めていないかなど、一つ一つの言葉と自分がどう向き合っているのかを確かめることがある。

ただ、恩師に頂いた言葉だと偉そうに言っているが、高校生の自分がこの言葉を理解していたかという、自信を持って言葉の重みを感じていたかと言いたい。それだけ中途半端な学校生活だったからである。

その一つは勉強面である。この言葉を受験勉強や日々の勉強に当てはめてみると如何に自分が手を抜いていたかがよくわかる。

第一志望の大学に向けて机に向かい合格を目指す日々、どこかに慢心はないか、小テスト、定期テストにも真摯に向き合い志を高く持つて挑むことができているか、成績が伸びていないことを何かのせいにしていないか、時間を無駄にしていないか、目標に向かって邁進しているか、ただ勉強をするだけではなく自分に合った勉強方法を確立しているかなど、ここかしこに日々の勉強と向き合うきっかけがこの言葉にはあり、自分はその日から目を背けていたと思う。それは部活動も同じであり、中途

半端な取り組みでは大きな成長を遂げることもできなければ、自己肯定感を最大限高めることもできない。そう言った意味では、勉強も部活ももつと必死にやっておけばよかったと今でも後悔することがある。

だからこそ皆さんにもいまだ度学校生活を振り返つてもらいたい。掛川西高生の最終的な目標である第一志望大学合格に向け、勉強時間を積み重ねることができていますか？ それと同時に部活動も一生懸命取り組みますか？ 大半が身を置いている部活動と勉強の両立、文武両道が中途半端になっていませんか？ 課題をこなす毎日高い目標を完遂する過程を見失っていませんか？

もちろん、人間誰しも頑張りが続けることはできない。時には休息も必要です。しかし、高校生活は本当にすぐに終わってしまう。そのあつという間の高校生活の中に自分を高めるきっかけが沢山ある。取り組むのは自分であり、どう立ち向かうかも自分である。もつとやっておけばよかった、あの時こうしておけばよかったとならないよう、いまでできること、やるべきことと向き合い、自分自身を高めてほしい。

# 修学旅行記



## 修学旅行

21HR 大房 洸介  
 今までの行事のほとんどはコロナウィルスの影響を受け、本来とは異なった形での実施となりました。実際、今回の修学旅行も予定されていた沖繩には行けませんでしたが、先生方が目的地を四国・関西に変更し、ホテルの手配や計画を立ててくださったことで、とても充実した、三泊四日の修学旅行になりました。一番思い出に残っているのはユニバです。班の友達とキャラクターの帽子をかぶって、ユニバの世界に入り込んで、アトラクションにたくさん乗りました。久しぶりの絶叫系だったので、刺激的でとても楽しかったです。ユニバ以外にもたくさん場所に行けてとても楽しかったです。最高の思い出を作ることができました。

## 修学旅行

22HR 宮本 源一朗  
 私達の学年は四国・近畿地方を三泊四日かけて旅行しました。姫路城・観潮船、ユニバーサルスタジオジャパンなど、楽しい思い出が数多くあり今回はその中から一つ、私が一番印象に残った思い出を皆さんに紹介したいと思います。私が一番印象に残った思い出は副担任の神村先生にクラス一同で結婚式祝いをサプライズで行ったことです。私達は担任である土屋先生と修学旅行中にサプライズを実行しました。私達は砂浜に「先生結婚おめでとうございます」と書いてお祝いをしました。結果は、先生に喜んでもらえたのでよかったです。さらに先生から結婚の様子を撮ったムービーを見

せてもらい、とても嬉しかったです。

## 関西満喫

23HR 若松 詩葉  
 私にとっては初めての関西方面旅行だった。コロナ禍ということもあって、終始バスでの移動となったが、23HRのバスでは、実行委員の二人が企画してくれたバトン大会を往路・復路で行い、全員が持ち寄った景品を目掛けて奮闘した。クラス別研修では、朝から渦潮を見て自然に圧倒された後、金比羅山と倉敷美観地区を訪れた。ユニバや班別研修では、賑やかで活気のある大阪を楽しんだ。このハードスケジュールですが3日目が終わる頃には疲れも見え始めたが、コロナ禍に4日間たつぷり関西方面を満喫できるプランを考えて下さった旅行会社、先生方に感謝したい。天候にも恵まれ、クラスの間と絆を深めることのできた充実した4日間であった。

## 修学旅行の一コマ

24HR 黒 濟 楓香  
 4日間とも天候に恵まれ安全に修学旅行を満喫することができました。とくに印象に残ったのは三日目と四日目です。  
 三日目は姫路城に行きました。同じ日に見学に来ていた小学生の子たちのガイドをしている人がいて、私たちと一緒に説明を盗み聞きして、姫路城の秘密を知ることができて楽しかったです。  
 四日目は大阪散策をしました。芸人さんがよく食べに来るたこ焼き屋さんで初めて塩味があることを知りました。美味しい物をたくさん食べ、満足して帰ることができました。  
 この四日間、どこを切り取って

## また行きたいな

25HR 青島 良樹  
 修学旅行は最高に楽しかったです。特に楽しかった思い出は3つあります。  
 一つ目はユニバーサルスタジオジャパンです。フライングダイナソーは速すぎてはや無かったです。僕が買ったスヌーピーの帽子は被ってみたら違和感がなくて驚きました。とても楽しい時間を過ごすことができました。  
 二つ目は渦潮です。渦潮はとても雄大で、うっとりしました。ついでに渦潮Tシャツも買いました。買った直後は後悔したけれど、今考えるといい思い出です。  
 三つ目はホテルです。特に、二日目のホテルは大部屋で楽しかったです。この経験を経て、仲間との絆が深まりました。

## 修学旅行の思い出

26HR 小野 澤みのり  
 十月十一日から三泊四日、修学旅行に行きました。バスで五時間、兵庫、四国、大阪を巡る盛りだくさんの旅行でした。一日目は海の見える素敵なホテルで、二日目のホテルはご飯がとても美味しかったです。意外な子が最後まで食事会場に残っていました。お風呂あがりだと大笑いした友達がお風呂あがりだと大笑いしたのも良い思い出です。三日間とも朝なかなか起きない子がいたりU SJの帰りにみんなでダッシュしたり、ずっと笑いが絶えませんでした。修学旅行を通してクラスメイトの意外な一面を沢山見ました。この旅行が最高の時間になったのは26HR

Rのみんなと行けたことが大きいと思います。とても充実した貴重な時間を過ごすことができました。

## 味カレーと修学旅行

27HR 阿部 湊  
 人生三度目の修学旅行。そして人生最長の旅行でもありました。去年の例もあり、本当に行けるのかと不安になる事もありましたが、結局は特に大きなトラブルもなくすばらしい旅行となったと思います。この旅行で記憶に残っていることは、バスガイドさんと、味カレーです。バスガイドさんは、話の上手な人で、いつもバスの中は笑いに包まれていました。その中でも、僕はけっこういじられたと思います。バスガイドの人が別の方だったら、ここまで楽しい旅行にはならなかったでしょう。一つ目の味カレーはちよつとよく分からないでしょう。これは副担任の大石先生がいつの間にか買っていたおかしです。夕食の後でのおじの景品でした。そんなイベントもあって、とても楽しかったです。この思い出と共に、このクラスと共に、受験に向かってがんばっていききたいと思えます。

## 修学旅行

28HR 溝口 蘭々  
 「今って何県？」こんな言葉が何度か飛び交うほど毎日いくつもの場所を行ったり来たり、たくさん笑って毎日笑って過ごすことができました。中学生のときは修学旅行に行けなかったからこそ、より心に残る思い出を作れたのだと思います。また仲の良い友達と行く旅行の楽しさを改めて感じました。この旅行を通してクラスメイトとの絆も深まったと思うので、今後の学校生

活や行事も一緒に乗り越えていきたいです。最後に、四日間色々な場所を紹介してくださったガイドさん、一緒に行動してくれた班員みんな、引率の先生方、朝が弱い私を毎日起こしてくれた友達など、たくさんの人に感謝したいです。



## HR DAYの思い出

### 11HR 【1だけの森】

私たちはフォレストアドベンチャー新城に行ってきました。私には行ったことがなかったので若干不安に思っていました。しかし、実際にやってみると、ガタガタ揺れるボルダリングや、着地がやたらと難しいジップラインなどがありとても楽しかったです。この機会のおかげでクラスの距離感が少し縮まった気がします。

### 12HR 【ホームルーム体験記】

私たち一二ホームルームは、浜



# 部活動状況

## 【野球部】

第104回全国高等学校野球選手権静岡大会  
 1回戦 掛川西8-1 御殿場南  
 (7回コールド)

2回戦 掛川西6-1 焼津水産  
 3回戦 掛川西1-0 浜松工業  
 4回戦 掛川西9-2 東海大静岡翔洋  
 (7回コールド)

準々決勝 掛川西3-1 静岡  
 準決勝 掛川西3-4 日大三高  
 (延長13回タイブレーク)

第75回秋季東海地区高等学校野球静岡県西部地区大会  
 2回戦 掛川西6-0 浜松江之島  
 決定戦 掛川西8-1 磐田南  
 (7回コールド)

勝者戦 掛川西4-3 磐田東  
 (9回サヨナラ)

※西部地区上位4校として県大会に出場

第75回秋季東海地区高等学校野球静岡県大会  
 2回戦 掛川西14-1 静岡市立  
 3回戦 掛川西4-8 御殿場西  
 (7回コールド)

【卓球部】  
 全日本卓球選手権大会  
 ジュニアの部 西部地区予選  
 男子シングルス ベスト16  
 花村俊輔 ベスト16

静岡県高等学校新人体育大会  
 卓球競技 西部地区予選  
 男子学校対抗

2回戦 本校3-0 袋井  
 3回戦 本校3-1 浜松湖南  
 4回戦 本校0-3 浜松商業  
 5位決定1回戦 本校2-3 浜松市立

7位決定戦

本校1-3 浜松工業  
 西部8位で県大会出場  
 (ベスト8により記録上は5位)

女子学校対抗  
 1回戦 本校3-0 天竜二俣  
 2回戦 本校0-3 浜松学芸  
 9位決定1回戦 本校2-3 磐田北

男子シングルス  
 松村涼太 ベスト16  
 小杉要輔 ベスト24  
 花村俊輔 ベスト32

第62回東海卓球選手権大会  
 ジュニア男子シングルスの部  
 花村俊輔 出場

【美術部】  
 第46回全国高等学校総合文化祭  
 東京大会出場  
 3年 原田芽衣奈

第70回静岡県高等学校美術・工芸展  
 第53回西部展  
 奨励賞  
 2年 豊里 莉仁 [自滅]  
 1年 大矢 湖々 [脳幹]

入選  
 2年 川崎 萌 [懐古]  
 2年 工藤 朱夏 [Fate]  
 2年 鈴木 一花 [覗きこむ]  
 2年 松浦 千洋 [真夜中]  
 2年 中野 惺太 [未来を映して]

1年 酒井 美怜 [お母さんの花壇……]  
 1年 越後 百絵 [ひとときのやすらぎ]  
 1年 横山 歩風 [表裏一体]

## 【演劇部】

八月五日  
 夏の演劇フェスティバル公演  
 ▼岩下 晴香 作  
 「神様に古く」上演

一〇月二日  
 第六二回静岡県西部地区高等学校演劇協議会発表会  
 ▼越智 優作 作  
 「夏芙蓉」上演 特別賞受賞

（今後の予定）  
 二月一二日  
 三校合同演劇公演  
 （小笠・常葉菊川・掛川西）  
 於 美感ホール

▼杉山 羽鶴(本校演劇部員) 作  
 「はじめまして」を何度でも」  
 上演予定

【音楽部】  
 第89回 NHK全国学校音楽コンクール静岡県コンクール  
 金賞  
 東海北陸ブロックコンクール出場  
 第77回関東合唱コンクール静岡県大会  
 金賞  
 関東支部大会出場  
 第26回高校生コーラスフェスタ  
 教育長賞  
 令和5年度全国高等学校総合文化祭  
 鹿児島大会 静岡県代表

## 令和4年度 行事予定 (3学期)

1月				2月				3月			
日	曜	行事		日	曜	行事		日	曜	行事	
1	日	元日 (期前)		1	水	3年家庭学習・2月講座開始	6 C	1	水	特別日課(テスト返却) 学校等準備	
2	月	振替休日		2	木		6 H	2	木	入学希望校 [生徒家庭学習]	
3	火			3	金		6 H	3	金	入学希望校 [生徒家庭学習]	
4	水	高ブレテスト(希望者)		4	土	2年共通テスト前期対策模試		4	土		
5	木	高ブレテスト(希望者)		5	日			5	日		
6	金	始業式 新春かるた会① 1・2年実力養成テスト 3年授業①②③	始業式 テ H 3 H	6	月		7 7	6	月	入学希望校 [生徒家庭学習]	
7	土	土曜講座①		7	火	理数科課題研究発表会(審査)	6 F	7	火	特別日課(テスト返却) 1年個人写真撮影	
8	日			8	水	3年登校日	6 C	8	水	40分授業①②③④ 2年個人写真撮影	4 4
9	月	成人の日		9	木	第2回PTA役員会 学校保健委員会 3年学年会計監査	6 H	9	木	40分授業①②③④	4 4
10	火	月曜日課 新春かるた会②	7 7 7	10	金		6 6	10	金	40分授業①②③④ 立会演説会	4 4
11	水		6 C	11	土	建国記念の日		11	土		
12	木	3年共通テスト直前指導	6 H	12	日			12	日		
13	金		6 6	13	月	40分授業×7	7 7	13	月	40分授業①②③④ 出欠帳×4	4 4
14	土	大学入学共通テスト 1・2年ベネッセ総合模試	6 6 3 H	14	火		6 F	14	火	合格者発表 [生徒家庭学習]	
15	日			15	水	指導40分①②③④ 探究発表会(1・2年合同)	4 ZC	15	水	40分授業①②③④	4 4
16	月	共通テスト自己採点	7 7	16	木		6 C	16	木	球技大会① 1・2学年会計監査	
17	火	授業①②③④⑤⑥⑦⑧ 3年特別時間割	6 F	17	金		6 C	17	金	球技大会②	
18	水		6 C	18	土	土曜講座②		18	土		
19	木	地域一斉街頭指導	6 H	19	日			19	日		
20	金	科学技術・数学特別講座③	6 6 4	20	月		7 7	20	月	終業式・大掃除 合格体験談(2年)	終業式 H 2H
21	土	出願検討会(国公立)		21	火	学年末テスト		21	火	春分の日	
22	日			22	水			22	水		
23	月	授業①②③④⑤⑥⑦⑧⑨	7 7 4	23	木	天皇誕生日		23	木	進路試験	
24	火		6 F	24	金	卒業式準備		24	金		
25	水		6 C	25	土			25	土		
26	木	大学教員出張授業(1年理数科)	6 H	26	日			26	日		
27	金	授業①②③④⑤⑥⑦⑧⑨	6 6 4	27	月	2・3年卒業式予行 同窓会入会式		27	月		
28	土	1・2年観台模試(希望者)		28	火	卒業式	卒 H	28	火		
29	日			29	水			29	水		
30	月		7 7 4	30	木			30	木	履任式	
31	火	授業①②③④⑤⑥⑦⑧⑨	6 F	31	金			31	金		

