静 岡 県 立 伊豆伊東高等学校 定時制の課程	定時制便り	令和７年３月 26 日 発　行 第　４　号

３学期始業（１月７日）





　新年となり、気持ちを新たに登校したことと思います。思えば一年前の始業式では、能登半島での地震や、羽田空港での事故、心がざわつく１年の始まりとなりました。その１年も数日前に終わり、また新たな年が始まりました。１年前の記憶は薄れていくのに、能登半島の復興は、１年を経過した今でもあまり進んでいない現実、時の経過は何か残酷な気もします。

　校長先生は、始業式のお話の中で、“一月往ぬる（行く）”　”二月逃げる”　”三月去る”
という慣用句を紹介されました。これは、正月から三月までは行事が多く、あっという間に過ぎてしまうことを説いています。この３か月で何ができるのか、よく考えてみてくださいね。また、セルフケアの重要性についてもお話になりました。厚生労働省のホームページには、心と体のセルフケアについて説明しているサイトがあります。〝自分のできる範囲で自分の面倒を見る〟こと。これが「セルフケア」の基本。セルフケアは、体はもちろん、こころが疲れたときも、とっても有効な手段。しかも早めにやると、とっても効果があると、そのサイトには書いてありました。ちょっと疲れた時、「セルフケア」してみてください。
（“心と体のセルフケア”で検索すると厚生労働省のサイトがヒットします。）

魚のおろし方教室（１月17日）







昨年度再開した「魚のおろし方教室」、本年度も開催することができました。とはいえ、当日はインフルエンザが流行していたこともあり、その場で食べるのではなく、持ち帰ることになりました。出来立てを食べることができず、少し残念でしたね。しかしながら、立派なサバを一人１本おろす体験は、貴重な機会です。皆が真剣に、そして楽しそうに体験する姿を見て、開催できてよかったと思いました。また、指導してくださった講師の方々に感謝申し上げます。

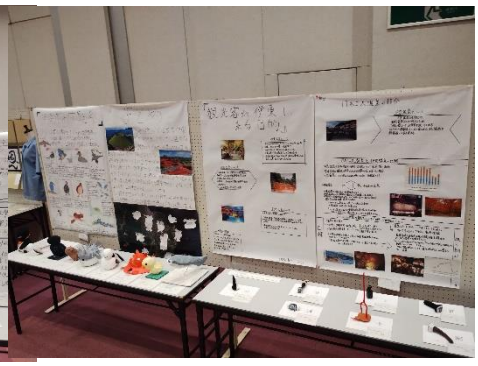







静岡県東部高等学校定時制生徒合同文化祭（１月１８日）





今年も、東部合同文化祭を無事に開催することができました。バスで伊豆長岡のアクシスかつらぎまで行き、東部の定時制高校７校（下田、伊豆伊東、沼津工業、三島長陵、小山、富士、富士宮東）の展示発表やステージ発表を見ました。本校からもたくさんの展示物を出品し、ステージでも、バンド部の発表がありました。

なお、参加者による投票の結果、本校の展示部門では、最優秀賞に、４年梅原瑠菜さん、優秀賞に、生徒会が選出されました。素晴らしい作品を出品してくれた皆さん、ありがとうございました。

令和７年度　伊豆伊東高校定時制 前期生徒会選挙（２月４日）

２月４日に行われた生徒会選挙には、会長、副会長に立候補したそれぞれ１名が演説を行い、その後すぐに投票となりました。

【選挙の結果】
生徒会会長　　山田　遥人　さん
生徒会副会長　山中　　響　　さん
以上両候補者とも信任されました。

二人は、生徒会の経験も豊富であり、令和７年度前期の生徒会を盛り上げてくれるものと期待しています。





卒業生を送る会（２月２８日）









卒業式前日に生徒会主催で卒業生を送る会が催されました。
４年生の今までを記録したフォトムービーを上映しました。一人前の大人へ成長していく過程がわかり、その成長に感動しました。また、飯泉さんの在校生に対するメッセージも、実体験に基づくもので、在校生に伝えたいことをわかりやすく、熱意をもって伝えてもらい、在校生の心にも響いたものと思います。

卒業式（3月1日）













卒業生一人ひとりに校長先生から卒業証書が手渡されました。皆緊張しながらも立派に式に臨み、最後まで厳粛な卒業式となりました。

４年間の努力がまさに結実した日。自らの誇りとして下さい。

卒業おめでとうございます。

卒業生表彰

全国高等学校定時制通信制教育振興会会長賞　梅原　瑠菜

伊東商工会議所会頭賞　宮下　若菜

本校定時制教育振興会会長賞

特別賞　飯泉　翔太

４年間精勤賞

4か年精勤賞　4年　宮下　若菜



1年間皆勤賞・精勤賞

種別	学年	氏　　名
皆勤賞	1	明石　勝真
〃	2	古橋　悠
精勤賞	1	髙橋　夢愛
〃	〃	沼澤　日向
〃	2	中村　光汰
〃	〃	野﨑　徠矢
〃	3	山田　遥人

来年度当初の予定

４月　７（月）　始業式・新任式
　　８（火）　入学式(2～4年家庭学習日)
　　９（水）　個人写真撮影・身体測定
　　～16(水) 面接週間(短縮日課)
　　15（火）　対面式・1年生初期指導

令和7年度卒業生答辞

厳しい寒さも和らぎ、春の訪れを感じられる今日、私たちは卒業を迎えることができました。本日、お忙しい中、私たちのためにご臨席くださいました皆様、誠にありがとうございます。校長先生をはじめ、ご来賓の皆様からお祝いの言葉をいただき、心からお礼申し上げます。私たち卒業生一同は、皆様のお言葉を深く心に留め、明日から新しい一歩を踏み出します。

思い返せば４年前、私たちは期待と不安を抱えながら伊東高校に入学しました。1 年生のときは、授業の時間がとても静かでした。まだお互いを知ることができず、慣れない環境に恥ずかしさと不安で授業に積極的に参加出来ませんでした。クラスでも、1 年生から 2 年生にかけては、まとまりがなく、このまま高校生活を終えてしまうのではないかと不安に思うこともありました。ですが、４年生になった今では、クラスにまとまりができ、お互いの関わりがとても増えました。さらに、先生方とクラスメイトと作る笑顔の絶えない授業が私の大切な時間になりました。

４年生からは、新しい仲間を迎え、さらに信頼と友情を築くことができました。テスト前になると、苦手な科目やわからない箇所をお互い教え合い、テストを乗り越えてきたこと。みんなで誕生日会を計画し、お互いの友情を高めあったこと。この４年間仲間と共に過ごした日々が、この先も一生私の宝物になります。

私の４年間の高校生活で、学校と同じくらいたくさんの時間を過ごしたのがアルバイトの時間です。学業とアルバイトの両立は、とても大変でした。学校もアルバイトも休みたいと考えてしまうときが何度もありました。

ですが、大変な日々の中で学んだことがあります。私は、アルバイトを通して、責任感を持つことと信頼を得ることを学びました。決まった時間に出勤すること、任された仕事をしっかりとすること。私の行動全てがアルバイト先で関わっている方々との信頼を築くために大切なことだと気づきました。私は、４月からホテルで働きます。４年間のアルバイトで学んだ、責任感を持つこと、信頼を得ることは、この先も大切にして、働いていきたいと思います。

そして４年間、両立して過ごすことが出来たのは、先生方の支えのおかげです。本当に先生方には、たくさんのご迷惑をかけてしまいました。私が授業中疲れて寝てしまったときも、叱るのではなく、心配の言葉をかけてくださいました。そんな先生方の優しさに甘えてしまうときもありました。ですが、先生方の優しさのおかげで、しんどいとき、疲れているとき、そんなときこそ頼れる先生方のいる学校に行こうと思うことができました。

大好きな先生方に、私たちの卒業を見届けてもらうことができて、とても幸せです。この４年間、私たち一人一人に寄り添って、卒業まで支えていただき、ありがとうございました。先生方のおかげで、私たちは、無事に卒業を迎えることが出来ました。

もしも、この先私たちが前を向けなくなってしまったとき、先生方から教えていただいた授業、そして経験は、私たちが前を向くための力になります。

私たちも先生方のように、人に前を向く力を与えられる人になりたいです。４年間お世話になりました。本当にありがとうございました。

後輩の皆さんにも伝えておきたいことがあります。高校生活でたくさんの経験をしてください。高校生活でしかできない経験がたくさんあります。

皆さんが今受けている授業も、今行っている生活も、卒業してしまえば、きっともう二度と同じ生活を送ることはありません。ひとつひとつの授業、そしてクラスメイトとの時間を大切に過ごしてください。

今、アルバイトに従事している人も多くいると思います。ときにアルバイト後に学校に来ることがめんどくさいと思ってしまうことも絶対にあります。自分の時間を割いて、朝どれだけ寝ていたいと思っていても、起き上がってアルバイトに行き、好きなことばかり、楽しいことばかり、ではないと思います。

ですが、そんな皆さんの頑張りを見てくれている人は、必ずいます。安心して失敗して、転んで立ち上がってください。もし立ち上がれないときは、先生方やクラスメイトが助けてくれます。失敗も努力も、たくさんの経験をして、皆さんが頑張った、やりきったという事実は、必ず未来の皆さんの糧になります。

今、高校生活を思い返すと、４年間が本当にあっという間でした。皆さんもたくさんの経験をして、残りの高校生活をどうか大切に過ごしてください。

最後になりますが、多くの方々からのご支援があり、今日、私たちは卒業式を迎えることができました。この場をお借りし、お世話になった先生方、家族、そして私たちを応援してくださった全ての方々にお礼申し上げます。私たちが作りあげてきた伝統を受け継ぎつつ、新たな歴史を作りあげていってください。

４月からの伊豆伊東高校の発展と在校生の皆様のますますのご活躍をお祈りし、答辞とさせていただきます。

令和七年 三月一日

卒業生代表　梅原　瑠菜

記事内容等及び定時制について、御意見、御要望等は担当（教頭）まで。
担当　教頭　瀧口　崇
電話　0557-44-0020（定時制）