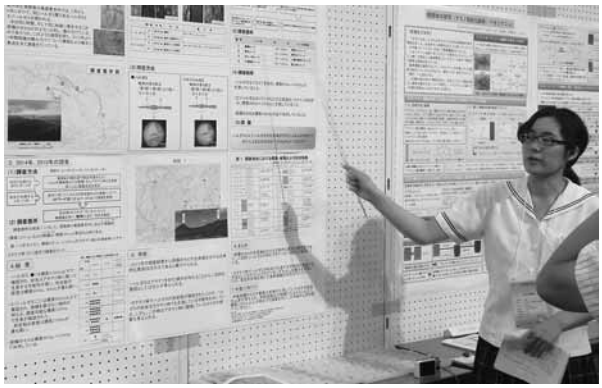
上田西高の教育

硬式野球部　選手権全国大会出場

軟式野球部　選手権全国大会出場

陸上部　北信越高校駅伝出場



日本学生科学賞受賞　坂井美穂

第 60 号　2016.3.5発行

西高には続きがある……桜　井　達　雄　2
百聞は一見に如かず……水　野　一　成　4
西高生の活躍……桜　井　達　雄　7
2015年の「大坂夏の陣」……原　　公　彦　12
「長男's」奮闘の全国ベスト4……矢　澤　龍　一　15
北信越高校駅伝初出場……帯　刀　秀　幸　18
台湾修学旅行を終えて……原　　茂　昭　21
立志高級中学との交流とホームステイ……山　口　裕　恵　23
ハルゼミとエゾハルゼミの分布域……坂　井　美　穂　25
進路決定状況……進 路 指 導 係　28

上田西高等学校

西高には続きがある

学校長　桜井達雄

平成二十七年度、この一年は西高生の活躍が目立った年でした。

まずは何と言っても二年ぶり二度目の甲子園出場と念願の甲子園初勝利を果した硬式野球部の活躍です。県大会初戦の豊科戦から甲子園2回戦の作新学院戦まで約一ヶ月の暑く熱い夏でした。今回の栄冠は、全ての野球部員が、普段の基礎練習から公式戦まで、またグランド整備やスタンド応援を含めてそれぞれの場面でそれぞれの役割を果たし、それらがジグソーパズルのようにかみ合って得られた結果だと思っています。そしてこの甲子園出場で学校全体が一つになり元気をもらいました。選手は、全試合でおごることなく、また大舞台を恐れることなく普段通りの野球をしていたという印象で、これがこのチームの強さであり魅力なのだと感じました。その清々しい姿は多くの方々の心を動かし、今でも全国から賞賛の便りが学校に届いています。甲子園を去る選手を乗せたバスの中、三年生の労をねぎらいながらも新チームの練習試合を手配する監督・部長の姿に、今後への大いなる期待に胸が膨らみました。西高の甲子園にはまだまだ続きがあります。

そして軟式野球部の活躍。四回目の北信越大会優勝で全国大会での悲願の初勝利のみならず全国ベスト4という素晴らしい成績を収めてくれました。和歌山で開催された国体にも選出され、いつもよりずっと長いシーズンを過ごすことができました。リヤカーに道具を積んで練習グランドと学校を往復する選手たち、また真っ暗なグランドの隅で隠れるかのようにティーバッティングに励む選手の姿、「派手さはないが辛抱強くコツコツと練習に励むチーム」という監督・部長の評価がそのまま結果に表れてくれました。この意味でも本校の誇りであり、部活動の見本でもあります。

このように硬式、軟式の野球部アベックでの全国出場という本校初の二重の喜びを味わいましたが、社会にとって若者はかけがえのないが存在で、そんな若者が何かに真剣に打ち込む姿は周囲に感動を与えてくれる、これが高校野球の魅力だと改めて感じた次第です。

文化系の活躍にも触れたいと思います。まずは、三年の坂井美穂さんの「ハルゼミとエゾハルゼミの分布域」というテーマの研究についてです。本校在籍の三年間、彼女はこの研究にコツコツと地道に取り組み、集大成である本年度、全国総文祭自然科学部門で奨励賞、県学生科学賞で県知事賞、日本学生科学賞で入選3等という輝かしい評価を頂きました。ひたむきな彼女の研究意欲には頭が下がる思いであると同時に、このような高度な研究の指導に対応できる土壌が本校に整っていることに自信を持てた思いです。

国語科が中心になって長年、取り組んできた短歌や俳句の制作活動を、校内から出て地域的な活動として広めようと、上田女子短期大学と連携して「うえだ七夕文学賞」を創設しました。全国の中学生・高校生・大学生また一般の方々からの俳句・短歌・自由詩の応募を呼び掛けたところ、本校生の作品も含めて三千九百点を超える応募をいただきました。九月に開催した表彰式は、幅広い年齢層の人々が一緒に文学的空気を味わうという、他の企画にない素敵な時間を過ごすことができました。次年度以降、さらに発展させた取り組みにしていきたいと思っています。高校生の部で最優秀賞を受賞した本校2年陸上部の柳沢華穂さんの作品を紹介します。

練習後　グランド見れば足跡が　今日の頑張り明日への自信

前向きに部活動に取り組む本校生の真面目さが表れた若々しい作品で、とても気に入っています。

つぎに国際交流についてです。昭和六十三年のアメリカ留学生の受け入れという小さな蕾から始まったこの取り組みは、二十八年の歳月を経てますます充実したものになってきています。生徒集会のたびに国際交流の報告や発表があり、またその進行を生徒が英語で進めるのも極めて自然な雰囲気で行われており、このような例は県内でもあまりないのではないかと思います。

国際教育は本校の大きな特色となっており、留学や国際交流を求めて本校に志願してくる生徒も増えてきているようです。姉妹校であるオーストラリアのＣＣＧＳとの交流では例年の交換留学事業に加えて相手校の音楽ホール落成祈念式典に本校水野理事長はじめ生徒代表も招待されて列席させていただき、例年以上の交流を深める機会となりました。同じくオーストラリアのＢＤカレッジのオーケストラクラブが初めて来校し、これを機会に今後も定期的な交流事業に発展できればと望んでいるところです。また今年もグアムのサイモンサンチェス高校、続いてマレーシアのインサムムリア高校との交流事業など国際交流を積極的に受け入れたところです。

さて、本校建学の精神には、「従来の学校教育に鑑み、正常な教育を施し、真の人間教育を行う所にあります。この精神に基づいて、心身ともに健全で、将来のよき社会人として自立し、十分に活躍し得る人間の育成を目標とし、個性を十分に伸ばし明朗真摯で創造性豊かな、幅広い全人教育に努めることを方針としています」と記され、また本校の校訓として次の四点を掲げています。

一　己れを尊び　自主性を確立しよう
一　他人を尊び　社会性を養おう
一　質実剛健な人になろう
一　明朗闊達な人になろう

創設以来、大切に守られてきたこれらの本校の教育方針をベースに、差し迫る厳しい少子化という社会状況を踏まえて、改めて本校が長・中期的に目指す学校像として、次のように四つのステージと三つの土台を掲げています。

◎　スペシャリストが活躍する四つのステージを提供する学校
（一）　進路実現に繋がる学力向上
（二）　やりがいを感じるクラブ活動
（三）　魅力ある生徒会活動
（四）　語学力を高め　異文化理解を深める国際教育

学力向上、クラブ活動、生徒会、国際交流。これらの領域を、生徒が活躍する舞台という意味で「ステージ」と呼び、そして生徒一人ひとりに四つのステージのうちでどれか一つには全力で取り組むことを求め、その環境を提供する学校像を描いた訳です。「一つことに全力で打ち込む」という意味で、生徒を「スペシャリスト」と表しています。ここでいうスペシャリストとは、全日本レベルの選手になれとか、他人を打ち負かせという意味ではなく、何かに全力で取り組める人という意味で、その評価は、どれだけ頑張れたか、どれだけ力が伸びたか、という伸び代だと考えています。そしてそのステージを展開するための指導の在り方として次の三つの土台を大切にします。

（一）　きめ細かな指導体制
（二）　個人のニーズに応える指導（困っている生徒を救う仕組みづくり）
（三）　異なる目標を持った生徒が集い認め合う校風づくり

この四つのステージと三つの土台は、本校の伝統的な教育と同一線上にある新たな前進を目指したものです。換言すれば、生徒に「スペシャリストであれ」と求めることは、一つのことに頑張れる自分を発見することで自尊心が高まり他の領域でも頑張れること、また他領域で頑張る友人を認め合うことができる、という相乗効果を確信しているからであって、この相乗効果は、前述の教育方針や校訓に通じるものと理解しています。

このステージと土台のスローガンに則って、教科指導の強化のためのカリキュラム研究やＩＣＴを活用した授業改善（電子黒板やタブレット端末教材活用）や課題解決型学習の導入（ステージ週間）、クラブ活動の更なる充実のために強化指定部の設定、語学検定を目指す講座設定など、様々な教育改革に積極的に臨んでいます。その成果は今後を待たなければなりませんが、地域に信頼され、また魅力を感じていただけるような学校づくり、人づくりを目指して、更なる挑戦を続けてまいります。

百聞は一見に如かず

理事長　水野一成

上田西高校の特色ある取り組みの一つに、国際交流教育がある。「世界は広い、しかし狭い。そして益々近くなるのだから、もっともっと学ばなければならない島国の子ども達がこのことに気付くのは早い方が良い。」海外からの優秀な大学生を支援したり、ネパールに小学校を創る活動をしていたロータリークラブに熱心に関わった水野春海元理事長の信念で、一九九五年太平洋戦争終結五〇年の節目の年に、西高は初めてシンガポールへの修学旅行を実施した。長野県内ではまだあまり海外修学旅行が行われていない頃だった。費用・日程などの点で課題はあろうが、個人で計画するより遥かに安く、有意義な旅行ができる。

以来、毎年二年生全体で海外へ行き、詳細な事前学習、平和教育、現地の学校訪問、日本文化の紹介など、修学旅行ならではの貴重な体験をする。そして学校全体の意識の高まりとともに、クラブや学年単位でも外国の高校との交流が行われるようになった。

個人留学に関しては、更に遡って一九八八年、アメリカからのロータリー交換留学生の受け入れに始まり、二八年間で海外へ派遣した西高生は、短期・長期あわせて五一二名、受け入れた留学生は三二九名にも及ぶ（二〇一六年一月末現在）。語学習得のみならず、自立して考え行動しなければならない環境におかれ、どの生徒もひと回り大きく成長し、学習へのモチベーションを高めて帰ってくる。

主に英語圏の十四ヵ国（米・加・英・仏・葡・豪・新西蘭・韓・中・台・香・新嘉坡・馬・比）との交流実績は、まさに「西高の宝」と言っても過言ではない。中でもオーストラリアのセントラル・コースト・グラマースクール（ＣＣＧＳ）とは一九九五年に姉妹校として正式に提携し、二〇年間で築き上げた両校の深い信頼と友情は何物にも換え難い財産である。

年々世界は狭くなる一方で、国際紛争や異文化の対立が痛ましいテロ事件を引き起こしている昨今、安心して生徒達を送り出せる留学先に恵まれていることは誠に有り難い。その点はＣＣＧＳにとっても同様で、日本の治安の良さや穏やかな国民性に安心感と親近感を抱いてもらっている。

ＣＣＧＳのウィリアム・ロー校長先生は、海外留学をするなら、アメリカやヨーロッパではなく、まず日本に行くようにと生徒に薦めるそうだ。

「欧米の生活や文化はオーストラリアとあまり変わらない。ところが日本へ行けばアジアの異文化を体験できる。同じアジアの一員として貴重な経験となるし、日本は他のどこよりも清潔で秩序がある。例えば東京駅。あれほど多くの人々が忙しく移動しても混乱なく、怒鳴り声ひとつ聞こえないのは賞賛に値する。ＣＣＧＳの生徒達には、ぜひ日本で多くのことを学んでほ

しい。

西高生には、ＣＣＧＳで安心して楽しく学べるよう約束するので、オーストラリアで様々な体験をしてほしい」と、二〇一四年四月西高を訪問された時に言っていただいた。そして昨年六月、ＣＣＧＳ創立三十周年記念コンサートに招待して下さったので、希望者の中から選ばれた生徒六名と引率教諭、私ども夫婦の九名が渡豪することになった。

ＣＣＧＳはシドニーから車で二時間ほどのゴスフォード市に隣接する郊外の私立学校である。全校生徒数一二四〇名（五才～一八才）、教職員数一五〇名、敷地面積はなんと十七万㎡！本校は六万六千㎡で全国有数を誇っているが、その二・五倍以上、さすがオーストラリアは大きい。なだらかな丘の高低差を利用した校舎は平屋建て。緑の絨毯を敷き詰めたような広大なグランドの周囲には、林があり池がある。その広大な敷地内に創立三〇周年記念事業の一環として『パフォーミングアートセンター』というホールが建設され、竣工記念コンサートが開催されるのだ。

到着した日はＣＣＧＳの集会に参加し、スピーチさせていただく機会を得た。いつも西高生を温かく迎えてくださる全ての皆さんに、学校を代表して深い感謝をお伝えした。日本の古い文化や二〇二〇年の東京オリンピックのことなどに触れ、日本に興味を持ってもらえるよう話したが、引率の山口先生に翻訳してもらいながらのスピーチは二倍の時間がかかってしまった。

前の方の幼い生徒には気の毒だったが、ロー校長先生は「マナーを学ぶ良い機会です」と全く意に介しない。生徒達に一〇歳以上の年齢差がありながら、大変落ち着いた雰囲気が保たれている。そういえば、美しい弦楽器の演奏で始まった集会には「起立！礼！」のようなマイクを通した号令はなかった。小さい生徒が演台で発表する時は、年長の生徒が踏み台をソッと置いて、顔が見えるようにしてあげる。幼い生徒達も一生懸命立派に振る舞おうとしている姿が印象的だ。そして会の終わりに、会場が割れるほどの全員のコールがあり、それまでの静寂と緊張から一瞬で解放された。とびきりの大きな声を揃えて一言。私の英語力では何と言ったのか分からなかったのが残念だが、会場を出た生徒たちは明るく元気一杯、手を振りながら私達を追い越して行った。

二日目は、ゆっくり時間をかけて校内を見学させていただいた。洗練されたデザインや工夫があちこちで見つけられ楽しい時間であった。理科室の入り口に、アインシュタイン博士の顔と業績のパネル。その教室の名前は、アインシュタインルームだそうだ。教室ごとに偉大な科学者の名前をつけて顕彰している。

自然光を充分に取り入れた明るい図書室に入るとすぐ、階段横の白い壁の真っ赤なポスターが目に飛び込んできた。大きめの正方形に、いくつかの英

単語が縦・横に白く染め抜かれている。中央にcreate、その周りに、READ, inquire, reason, question, ENJOY, share, inspire, CONNECT, reflect, imagine, explore（大文字・小文字そのまま）。並べ替えれば文章になるのかもしれない。壁には他に貼り紙など一切ない。床に年齢層によって色分けされた線が引いてあり、入口からその色を辿っていけば、お目当てを探すことができる。洗練されたメッセージとインフォメーションだ。

校内の空調やプロジェクター、コンピューターなど、設備はほとんどすべて日本製だ。学校スタッフには留学など日本滞在経験者や「妻は日本人です」という人も少なくない。日豪の距離は思っていたよりずっと近い。

その夜コンサートが行われるパフォーミングアートセンターの外壁は、遠くから見るとピアノの鍵盤を思わせる白と黒の縦長の線がリズミカルにデザインされている。客席数七六〇席ほどのホールの舞台裏には、スタジオルーム、アンサンブルルーム、レッスンルーム、レコーディングルームまで完備されている。それぞれの部屋のドアには資金提供者であろうか、proudly supported by ～と個人名が記されたパネルがはめ込まれていた。このように立派な学校や関連施設から成る教育環境を、三〇年で整えるのは魔法のようだと不思議でならなかったが、このproudly supportの精神のおかげなのかもしれない。

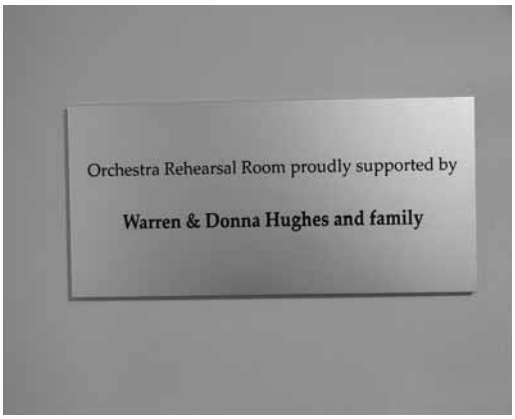
記念コンサートは夜七時半から始まった。プログラムはどれもレベルが高く本格的。生徒と指導者の日頃の努力に感嘆するばかりだった。素晴らしいホールで才能あふれるパフォーマンスが次々と…その驚きと賞賛をとてもここに書ききれない。西高から参加した六名の生徒達の年度末の報告と感想を楽しみにしている。

帰国後、メルボルン出身のオーストラリア人と、日豪の製造業について話した時聞いた言葉が忘れられない。

「日本のビッグビジネスはトヨタかもしれないが、オーストラリアの一番大事な事業は目に見えないものだ。それは教育だ。」

百聞は一見に如かず。CCGS訪問前だったら、うっかり聞き流したかもしれない。CCGSに限らずオーストラリアの人々の教育に対する意識の高さを表す言葉と理解した。

CCGSでは、様々なアイディアで生徒の能力を最大限に引き出す努力を惜しまない。日本の教育はどうか？西高の実践は十分か？まだまだやるべきことが沢山あると痛感した初めての渡豪・CCGS表敬訪問であった。



西高生の活躍

校長　桜井達雄

運動部

〈硬式野球部〉
選手権全国大会　ベスト32
選手権長野大会　優勝
春季北信越大会　ベスト8
春季県大会　準優勝
秋季県大会　ベスト8

〈男子バレーボール部〉
高校総体県大会　出場
全国私学大会北信越ブロック大会　ベスト16
選手権県大会　出場
新人県大会　出場

〈女子バレーボール部〉
高校総体県大会　ベスト8
選手権県大会　ベスト8
新人県大会　ベスト8

〈男子バスケットボール部〉
高校総体県大会　ベスト16
選抜大会県大会　出場
新人戦県大会　出場

〈女子バスケットボール部〉
高校総体県大会　出場

〈卓球部〉
高校総体県大会　学校対抗：女子出場
男子シングルス：箱山梓　出場
女子シングルス：関谷静香　出場
女子ダブルス：関谷静香・田口稀菜ペア3回戦敗退
中部日本ジュニア選手権大会　男子シングルス：箱山梓出場
女子シングルス：関谷静香出場
新人戦県大会　学校対抗：男子出場　女子ベスト16
男子シングルス；箱山梓2回戦敗退
女子シングルス：関谷静香ベスト16、高杉里奈、田口稀菜1回戦敗退
長野県ジュニア選手権　男子シングルス：箱山梓4回戦敗退
北信越高等学校選抜卓球大会　女子シングルス：関谷静香出ベスト8

〈男子硬式テニス部〉
高校総体　県大会　団体ベスト16／個人　有吉玲雄ベスト32
新人戦　県大会　出場
長野県秋季テニス選手権大会　有吉玲雄ベスト16
長野県1年生チーム対抗戦　4位

〈女子硬式テニス部〉
高校総体県大会　団体ベスト16　倉島佳那①ベスト32
竹内③・柴崎②ベスト32倉島①・塩川①ベスト32三井③・堀内②ベスト32
2015全日本ジュニアテニス選手権U18　シングルス竹内未沙③ベスト64
18歳以下　シングルス堀内舞香②ベスト32　ダブルス竹内③・柴崎②ベスト32
16歳以下　シングルス塩川由菜①ベスト16　倉島佳那①ベスト16
16歳以下　ダブルス塩川①・倉島①4位
国民体育大会テニス競技　長野県予選　塩川由菜①初戦敗退
倉島佳那①ブロックベスト4

新人戦県大会　団体ベスト8
2015全日本ジュニア選抜室内テニス選手権大会長野県予選
シングルス　堀内舞香②ベスト64　塩川由菜①ベスト32倉島佳那①ベスト32
平成27年度長野県高等学校秋季テニス選手権大会
女子A級シングルス
堀内舞香②ベスト32　柴崎玲奈②ベスト64　倉島佳那①ベスト32
塩川由菜①ベスト32
女子A級ダブルス　倉島佳那①・塩川由菜①ベスト16
女子B級シングルス角田千美①ベスト32
ダブルス　角田千美①・滝澤寿梨①ベスト16
長野県高等学校1年生チーム対抗戦　団体優勝（上田・佐久長聖合同）
YONEX Xmas Cup 2015　団体3位

〈剣道部〉

高校総体県大会　男子団体戦　予選リーグ敗退
女子個人戦　青木舞海　2回戦敗退
女子団体戦　予選リーグ敗退
新人戦県大会　男子団体戦　2回戦敗退
女子個人戦　柘植映結　2回戦敗退
女子団体戦　初戦敗退
選抜長野県予選　男子団体戦　初戦敗退
女子団体戦　初戦敗退

〈サッカー部（男子）〉

東信体育大会　優勝
高校総体長野県大会　ベスト32
第94回全国高校サッカー選手権大会長野県大会　ベスト32
新人体育大会東信大会　優勝
新人体育大会長野県大会　準優勝
U-18プリンスリーグ長野県1部　第3位／8チーム
U-18プリンスリーグ長野県3部グループB　第3位／8チーム
U-18プリンスリーグ長野県4部東信　第4位／13チーム

〈サッカー部（女子）〉

高校総体長野県大会　1回戦
第24回全日本高等学校女子サッカー選手権大会長野県大会　1回戦
秋季高等学校女子サッカー大会長野県大会（新人戦）第4位
女子サッカーリーグ長野県大会　第12位／14チーム※
（※野沢南高校、小諸商業高校、FC上田UNITEDとの合同チームで参戦）

〈バドミントン部〉

国民体育大会　男子ダブルスの部：甲田大河・志津田涼矢ペア、中村優希・青木康太ペア出場
女子ダブルスの部：大谷咲也香・滝澤英里ペア出場
第18回長野県ジュニア選手権大会　男子シングルスの部：坂口怜也出場
女子ダブルスの部：大谷咲也香・滝澤英里ペア出場
新人戦県大会　学校対抗の部：男女ともに出場、シングルスの部：青木康太出場

〈陸上部〉

高校総体長野県予選　3000m障害　2位　西村涼太②
100mH　6位
400mH　6位　田中祐里②
高校総体北信越予選　3000m障害　7位　西村涼太②
長野県高校新人大会　100mH　3位　高橋うらら①
5位　田中祐里②
400mH　1位　高橋うらら①
4位　田中祐里②
1500m　6位　児玉天晴②
3000m障害　2位　西村涼太②
5000m　5位　甘利大祐①
女子4×100mR　3位（田中・柳沢・高橋・白石）
女子4×400mR　3位（田中・柳沢・高橋・白石）
北信越高校新人大会　400mH　5位　高橋うらら①
長野県高校駅伝　男子　3位
北信越高校駅伝　男子　6位

〈山岳部〉

高校総体県大会　女子団体5位　男子団体7位

高校総体北信越大会　女子団体出場

第6回全国高等学校選抜クライミング選手権

個人　小山萌美77位　熊倉良美83位

団体　上田西高校20位

〈レスリング部〉

高校総体県大会　団体戦　2位

個人戦　男子　小島裕紀　60kg級　優勝

赤羽　薫　84kg級　優勝

花岡明登　120kg級　優勝

佐藤剛大　50kg級　2位

竹内祐斗　66kg級　2位

田口伊織　84kg級　3位

女子　斎藤朱里　49kg級　優勝

井出千晴　56kg級　優勝

高校総体北信越大会　団体戦　1回戦敗退

個人戦　男子　小島裕紀　60kg級　優勝

赤羽　薫　84kg級　3位

佐藤剛大　50kg級　1回戦敗退

竹内祐斗　66kg級　1回戦敗退

花岡明登　120kg級　1回戦敗退

女子　斎藤朱里　49kg級　優勝

井出千晴　56kg級　優勝

高校総体　個人戦　男子　小島裕紀　60kg級　ベスト16

赤羽　薫　84kg級　1回戦敗退

花岡明登　120kg級　1回戦敗退

全国グレコローマン選手権　個人戦　小島裕紀　60kg級　2位

竹内祐斗　66kg級　1回戦敗退

赤羽　薫　84kg級　1回戦敗退

田口伊織　84kg級　1回戦敗退

花岡明登　120kg級　1回戦敗退

国民体育大会　個人戦　男子　小島裕紀　60kg級　5位

竹内祐斗　66kg級　1回戦敗退

田口伊織　84kg級　1回戦敗退

高校総体県新人戦　団体戦　2位

個人戦　男子　田口伊織　84kg級　優勝

花岡明登　120kg級　優勝

竹内祐斗　66kg級　2位

赤羽　薫　74kg級　2位

北信越選抜大会　団体戦　1回戦敗退

個人戦　男子　竹内祐斗　66kg級　2位

赤羽　薫　74kg級　2位

田口伊織　84kg級　2位

花岡明登　120kg級　2位

〈フットサル部〉

長野県　2015U18フットサルリーグ　総合3位

〈軟式野球部〉

選手権全国大会　ベスト4

選手権北信越大会　優勝

春季北信越大会　ベスト4

秋季北信越大会　準優勝

春季県大会　優勝

秋季県大会　優勝

〈チアリーダー部〉

各行事、大会にて応援参加

運動部県大会壮行会

野球部全国高等学校野球選手権長野大会全試合

硬式・軟式野球部全国大会壮行会

全国高等学校野球選手権大会

全国高等学校軟式野球選手権大会

〈スキー部〉

大塚 匠

第38回長野県スキー大会週間

第68回長野県高等学校総合体育大会スキー競技選手権大会

男子ＳＬ　29位　／　男子ＧＳ　37位

第71回国民体育大会冬季スキー競技会　長野県予選会（少年の部）

男子ＧＳ　45位

文化部

〈書道部〉

第44回　四国大学全国書道展

準特選　3年　林真奈未

池田有紀

近藤みなみ

堀内麗子

2年　渡邉真悠

1年　羽毛田紗恵

第68回長野県書道展　高校生の部

特選　3年　堀内麗子（仮名）

金賞　3年　池田有紀

銀賞　林真奈未

近藤みなみ

堀内麗子（漢字）

2年　渡邊真悠

銅賞　3年　笹井杏佑子

入選　3年　飯島千瑛

1年　羽毛田紗恵

小林祐穂

第31回　高文連　長野県高等学校書道展　出品

高文連　東信地区高等学校書道展　出品

〈美術部〉

第7回全国理容美容学生技術大会・信越北陸地区大会　ヘアデザイン画部門

平成30年度全国総文祭ながの大会イメージカラー・シンボルマーク選定ワークショップ

東信地区美術クラブ実技講習会

東御市現代彫刻展　石彫群鑑賞ツアーとシンポジュウム

下塩尻地区「秋の文化祭」

第34回上塩尻文化祭

第43回東信美術展　3年5組古川朱海「Ｍｓ．Ｋ」Ｆ50号　奨励賞

第40回上小地区七高校美術クラブ合同作品展「七高展」

第37回長野県高等学校美術展

トリックアート「戦国絵巻街道ＩＮ海野町」　3年6組飯島千瑛　作品採用

〈華道部〉

西高祭展示　展示部門優秀賞

小原流研究会・展示会

オーストラリア、インドネシア、台湾留学生との文化交流

〈家庭科部〉

第51回西高祭ファッションショー　ステージ部門優秀賞

〈ＪＲＣ部〉

ネパール地震義援金募金（生徒会合同）

カンボジア支援企画（ＥＣＣ合同）

施設ボランティア（夏期休業）

24時間テレビ募金

しいのみ療護園・室賀の里合同秋桜祭

大雨災害義援金募金（生徒会合同）

赤い羽根共同募金

独居高齢者プレゼント配布

チョコ募金ボランティア（生徒会合同）

フィリピン歯科医療ボランティア

施設ボランティア（春期休業）

〈軽音楽部〉
第11回長野県高等学校軽音楽系クラブ合同演奏会　県大会（ＰＯＷＥＲ ＬＩＶＥ ２０１５Ｋ）
ＦｌｕｏｒｉｔＥ（京原亜美、羽毛田果歩、三井わかな）
第23回長野県高文連軽音楽専門部県フェスティバル（ＰＯＷＥＲ ＬＩＶＥ２０１５ＫＦ）

〈ＥＣＣ〉
長野県高校生英語キャンプ及びプレゼンテーションコンテスト参加
インドネシアＳＡＩＭ高校　受け入れ歓迎会　観光案内
香港大学生との交流（上田紬と蚕）
西高祭　カンボジア　アンコールワットとシルクの展示（ＪＲＣと共同）
グアムＳＳＨＳ高校　受け入れ歓迎会　交流　観光案内
ＣＣＧＳ交換留学生、歓迎会、交流会、スキー
オーストラリアＢＤＣオーケストラ歓迎集会　交流　観光案内
グアムＳＳＨＳ留学生との交流
ＡＬＴ・留学生との交流・英語に親しむ

〈Ｄプロジェクト部〉
西上田駅南口広場　合同花壇整備
西高祭屋台発表
上田わっしょい下塩尻連参加
第13回緑のフェスティバル～西上田～
南口広場クリスマスイルミネーション装飾
通年　西上田駅駅前清掃

〈文芸部〉
第１回　七夕文学賞　自由詩部門佳作　中村　響
第29回　東洋大学全国学生百人一首入選　望月柚莉
第６回　フォト×俳句選手権ジュニア部門入選　中村　響、柳原　あい

〈吹奏楽部〉
硬式野球部　選手権長野県大会・全国大会応援
軟式野球部　選手権全国大会応援
長野県アンサンブルコンテスト東信地区大会
木管五重奏　銀賞
金管六重奏　銀賞

その他

〈オートバイ１５０ccクラス〉
村瀬 健琉
アジアロードレース選手権　スズキアジアチャレンジ　参加国９か国
年間総合成績　３位　ポイントランキング２位
ハルナノブアツ杯２０１５
年間総合成績　ルーキーズクラス　チャンピオン

〈個人研究〉
坂井美穂
「ハルゼミとエゾハルゼミの分布域～標高か、植生か、両種の生息域を分ける要因とは～」
第39回全国高等学校総合文化祭【２０１５滋賀びわこ総文】
自然科学部門ポスター発表、奨励賞受賞（出展総数43作品）
第59回長野県学生科学賞　県知事賞受賞
第59回日本学生科学賞　入選３等

〈数学〉
第９回数学甲子園予選　出場　佐藤七恵、小林優矢、長崎晶子、羽毛田泰志

2015年の「大坂夏の陣」
～400年ぶりの躍動～

硬式野球部監督　原　公彦

まずは2回目の甲子園出場に際して、多くの方々の応援・激励・寄付・配慮を頂き、そういったものがなければ、実現できなかったであろうことに心から感謝したい。何不自由なく野球ができることが高校球児とその関係者の一番の幸せである。

期待に対する責任の大きさを痛感するとともに、卒業生の方々が母校を誇りに思える活躍をこれからも見せて行くことが恩返しである。環境に甘んじず、さらなる飛躍を目指して日々練習に取り組みたい。

高校野球の監督に就任してから、いろんな現場の先輩方に、勝つことと負けることのどちらが得るものが大きいのかを聞いて回った。その答えは、どちらも得られるものがある、という無難なものが多かったが、甲子園に何度も出場している監督は一様に「勝つことがいいに決まっている」であった。もちろん多くの苦い敗戦を経験してきたからこそ出てくる言葉ではあろうが、実績のある指導者たちの執念が感じ取れる。

この夏、上田西高校硬式野球部は、運よく甲子園での「勝ち」と「負け」を体験することができた。2年前は片方しか体験できなかったが、両方の体験から得られるものは何かを研究しておかなければ、全国大会に出た意味はない。

◎真面目で頑固な長野県人

全国大会の1回戦は、宮崎代表の宮崎日大高校であった。九州のチームとの対戦は、当然のことながら1度もない。宮崎大会の準決勝と決勝のビデオを記録員と一緒に見た。相手の投手は140km／hをコンスタントにたたき出す剛腕投手で、敗れた2チームともほぼ完ぺきに抑えられていた。打線も力のある打者が何人もいて、甲子園に出場するにふさわしいチームであった。全国に出てくるチームだから、弱点を探すのはなかなか難しい。

そこで、まず長野県民と宮崎県民の違いを調べてみようと思った。気質が違えば、何かに取り組むスタイルも変わるはずである。長野県の県民性は真面目で、冗談も通じない堅物。頑固で融通が利かない。理屈っぽく議論好きで、何事にも裏付けを求める合理的人間。

それに対して宮崎県の県民性は、気候も温暖でおっとりした性格。とにかく温和で素朴、人の良いのんびり屋が多く、積極さに欠けるきらいはあるが、誠実で楽天的なので付き合いやすい。細かなことにはこだわらず、大雑把。まさに180。違うタイプの気質である。

これも踏まえて上田西高校の優位性を探し、そこから試合に勝つためのヒントを得ることにした。上田西が、宮崎日大に勝っているところはどこか。それは機動力や打線の力などの具体的な戦力ではなく、大舞台に動じない強いメンタルと春から一貫して言い続けてき

た「エースが投げれば負けない」という信念であった。メンタル面の強さは、メンタルトレーニングが着実にチームに定着している成果である。夏の長野大会を通じて、エラーや四死球で自滅するシーンは全くなかった。エラーがあってもそのあとをカバーする姿勢が徹底されていた。だから開会式の後の第三試合、といわれてもメンタル面の調整には、大きな自信をもっていた。宮崎日大は18年ぶりの甲子園出場、監督も元プロ野球選手とはいえ、就任1年目で甲子園未経験である。公式戦での場数を踏んでいるのは間違いなく上田西高校の方である。

また、宮崎日大はほぼ2投手の継投で勝ち進んできた。複数投手制の良い点は、エースの負担を軽減できるところにあるが、1人でも調子の悪かった投手がいれば、失点する可能性がある。そのあたりに隙が生まれるかもしれないと考えていた。

試合前のミーティングで確認したことは、とにかく「初回がすべて」という言葉だった。

「積極性に欠ける」県民性が真実だとすれば、自分たちのペースで試合が運べる。技術的なことをいろいろ確認するのは生徒同士でやるべきこと。一番いい試合は、監督がサインを出すこともなく、選手たちが監督の想定の中で、自分たちで考え、躍動する試合。監督はベンチから笑顔で迎えてやればいい。県大会決勝の時と同じように、「俺はお前たちの邪魔はしないから、甲子園の試合を楽しんできてください」と言っただけ。

1回戦を勝利したことで、世界が少し広がった。勝利校の校歌が、あれほど素晴らしい気持ちで聞けることは、経験しなければわからないし、甲子園に初出場しなければ、甲子園独特の雰囲気もわからない。その経験が初勝利につながっていることは間違いのない事実だ。スタンドも初出場時とは全く違ったはずだ。応援の声が地鳴りのように甲子園に響くことは、前回の時にはなかったのだから。勝つことでしか得られないものは、本当に貴重な財産である。

◎「心」が動いたとき

作新学院との対戦までに5日間の間があった。全国ベスト8に入るだけの力を持った強豪である。これも準決勝、決勝とビデオを見たが、投手力に若干の弱さを感じるものの、打線は長野県には見られない力強さと正確性を備えている。勝つ可能性があるとすれば、エースが5点以内に抑え、6点取る試合をやる必要があった。県民性も調べてみたが、長野県と同じような粘り強さと慎重さを持っているようだ。

優位性があるとすれば49代表中最後に出場することの調整の難しさと、既に1試合消化し、こちらには勢いがある点と、エースが前回並みの投球ができれば5点以内の試合ができる可能性のある点だ。試合前の調整はうまくいったと思う。調子のいい選手と悪い選手の見極めはできたし、エースも休養をしっかりとって試合に臨めた。

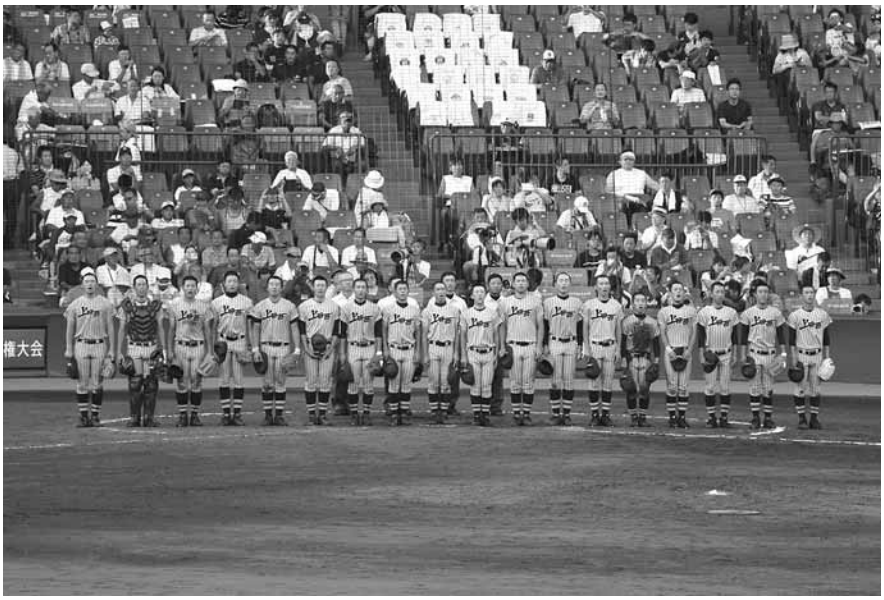
ところが、試合は思うようには進まなかった。初回は無難に切り抜けたが、2回から相手打線につかまり始めた。特に2回の8番打者に打たれたタイムリーヒットは、ベンチから見ていると、打たれるはずのないボールを痛打された感覚であった。これはエースも動揺した。「なんで打たれたの?」という感情が表情に出てしまった。継投も、ピンチを最少失点で切り抜けるために、

練習で非常に調子のよかった3年生を起用したが、1アウトもとれずに降板。流れをつかむことはできなかった。最終的には反撃し、10－6のスコアまで追い上げたが、5点以内という勝負ラインを割った7回の時点で、逆転するのは難しかったのかもしれない。勝たなければ見えないものは、負けることによって鮮明になる。このあたりは表裏一体なのだ。前回出場時と、今回で2回の負けを経験できた。その共通点はどこにあったのか。それはどちらの試合も「選手の心の動き」を見逃さない強豪校の集中力と、心が動く隙を作った上田西の弱さであった。前回出場時は、エースが4回にランナーで出塁し、牽制でアウトになった動揺を引きずったままマウンドに上がり、1イニングに7点を奪われて試合を決められてしまった。今回も、エースのちょっとした心の動きを見逃さず、自分のペースに戻れないまま、失点を重ねてしまった。甲子園でコンスタントに勝つためには、一つ上のメンタルの強さが求められることがわかった。今やっているメンタルトレーニングで、チーム全体のメンタルの強さを引きあげられることは実証されている。あとは特に投手のメンタルトレーニングをどうやって一つ上のレベルで実践させるのかが課題になる。

◎「太郎山」を登るがごとく「富士山」を登る

高校野球は思い通りにならないことの積み重ねで成り立っていると思う。思い通りにならないことを、いかに味方につけるかで、「チーム力」が上がっていく。決して打てるから、すごいピッチャーがいるから、勝てるわけではないと思っている。これが高校野球の面白さであり、難しさでもある。思い通りにならないことを味方につける方法はその学校によってさまざまだ。

野球の技術的に向上させなければいけないことは、いろんな雑誌に書かれているし、他の学校も同じようにやっているに違いない。有名な高校野球の監督の話のなかで、「山の登り方は人によって違うのだから、強豪校とは違う方法で山に登ることを考えなさい」とアドバイスされたことが心に残っている。技術で山を登る人がいても、メンタルで山を登る人がいてもいい。既成概念や思い込みにとらわれず、上田西高校を「一つ上のレベルの学校に引き上げる」ことに今後とも全力を尽くしたい。



「長男's」奮闘の全国ベスト4

～長野県勢23年ぶりの快挙～

軟式野球部監督　矢澤　龍一

まずはじめに、これまで軟式野球部に携わって下さった全ての皆様、学校関係者ならびに支援していただいた関係団体の皆様、そして今年の軟式野球部を支えて下さった保護者会をはじめとする全ての方々に感謝申し上げます。ありがとうございました。本年度の軟式野球部はこれまでの歴史を次々と塗り替え、全国大会ベスト4、そして国民体育大会出場を果たすなど、大躍進を遂げる1年となりました。これもひとえに支えて下さった皆様のお蔭と、スタッフ一同心より深く感謝いたしております。今後も益々精進して参ります。何卒、より一層のご支援を賜りますようお願い申し上げます。

「弱いと言われ続けた世代」

『このチームは弱い』。何度言われた言葉だろうか。彼らは軟式野球部11期生となる。おそらく史上最弱の世代であっただろう。11期生の彼らは、スピードもない、パワーもない、精神的にも弱い、そして野球の技術もない。そんな世代である。彼らのことを「長男's」と呼んでいた。彼らが2年次のある日の練習試合。当時の3年生、1年生とのあまりの気質の違いに疑問を持った。1、3年生はやんちゃでよく話をし、積極性があって明るい。負けん気も強かった。反面、精神的にムラがあったように感じた。自分の調子が良い時は乗るがダメなときはダメ。我慢しきれないタイプが多かった。一方、2年生は「石橋を叩いても渡らない」ような慎重派ばかり。頑固で堅物、職人肌のようなタイプが多い。飛び抜けて明るい性格の子はおらず基本的に無口。感情表現も上手ではなくコミュニケーションを取ることも苦手。試合後のミーティングで各学年に聞いた。「長男の人?」「次男の人?」。すると1・3年生は次男、三男の割合が多かった。そして2年生は全員が長男であった。一概には言えないが長男、次男では性格が異なるそうだ。ある書物によると、長男は「真面目で責任感は強いけど控え目」であり、次男は「自由奔放、ずる賢い、要領が良い」そうだ。選手全員が長男、そして部長・監督・顧問も長男であったため、11期生は「長男's」と呼ばれるようになった。そんな「長男's」の彼らが唯一持ち合わせていたもの、それはやはり「真面目さ」であった。それもクソがつくほどの真面目さ。そんな彼らが、最後に見事な大輪を咲かせてくれたことは、非常に感慨深いものがあった。

「チーム作りにおいて」

長男'sに対して盛んに使っていた言葉が二つある。一つ目は「腹をくくれ」。覚悟を決め、いかなる状況にも怯まないという意味だ。前述の通り、石橋を叩いても渡らない彼らは非常に憶病であった。特に試合中、失敗することが頭をよぎり思い切ったプレーができないことが多かった。こちらがサインを出しても失敗を恐れて実行できない。「なるようにしかならない。練習通りやれば良い。こっち(監督)が腹をくくってサインを出しているのだからその通り思い切ってやってくれ」。迷いがあると100%の力は発揮できない。戦術やチームのコン

セプトは出来る限りシンプルにし、迷いなく覚悟を決めてプレーできる環境作りを意識した。二つ目は「地に足をつけて冷静に戦おう」。高校スポーツにおいてメンタルは勝敗を大きく左右する要素であると言える。チャンスでもピンチでも、常に目の前のやるべきこと、自分の成すべきことに集中する習慣をつける。弱いチームであったからこそ欲張らずにこの2点に注力できた。

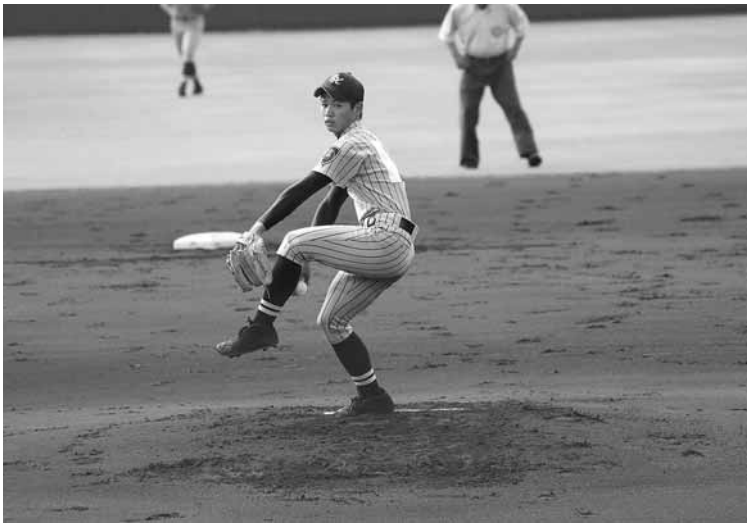
選手権県大会の初戦こそ7－0の完勝であったが、その後の代表決定戦は1－0の辛勝。北信越大会でも準決勝4－0、決勝戦は4－2と苦戦が続いた。エースが辛うじて踏ん張り、相手の拙攻にも助けられて何とか勝ち取った全国の切符であった。だが、試合展開が厳しいものになっても大きく焦ることなく比較的冷静に、こちらの流れで試合運びが出来ていたようにも感じた。長男sがもう一つ持ち合わせていたものがある。それは「全国大会」という舞台での『経験』だ。全国を決めてからどのような調整をして大会に臨むのか、試合会場の雰囲気等のイメージを持つことができる。また、高校軟式野球では情報量が圧倒的に少ないので相手チームのデータ入手は非常に困難である。昨年は曖昧な情報を鵜呑みにして敗れただけに同じ轍は踏まないとできる限りの準備をすることをチームとして心掛けた。

「初戦の相手は鹿児島実業高校」

初戦の相手は南部九州代表鹿児島実業に決まった。私の頭の中にあった「当たってはいけない4校」には含まれていなかったものの、格上であることには変わらない。ここ数年、九州勢の力は安定しており、過去3年で全国ベスト4に2度入るほどであった。相手チームに関して入手した情報では、①1試合当たりの失点数が出場16校中最多。②投手は2枚だがエースは安定感に欠き、早々に降板することがある。③攻撃のコンセプトはたたき（安打の半数ほどが内野安打）、の3点だ。そこで対策は2つ。一つ目は、相手投手陣が不安定なので、序盤に2・3点取り主導権を掴むこと。二つ目は、たたきの対策として内野陣の守備位置を普段より浅くし、内野安打を許さないこと。勝機は十分にあると思ったがやはり格上。「男のロマンは強い奴を倒すこと」と覚悟を決めた。試合は、相手のたたきをほぼ封じて散発3安打無失点。相手投手は、安定感のある2番手が先発し、序盤に得点して主導権、というプランが崩れ手を焼いたが、終盤にエースが登場し予想通り不安定な投球。我々が勝機を逃さず冷静なプレーで得点を重ね、2－0と快勝、西高軟式野球部として全国大会初勝利を飾った。データを入手し、対策を立てることの大切さ、そして試合の勝負所をチームが感じ取り、冷静なプレーでものにできたかどうかが勝敗を分けたと感じた。

「名門・新田高校」

元々、初戦を突破すると中京高校 - 新田高校の勝者と対戦することは決まっていた。どちらにしても高校軟式球界の横綱。「何とか1つ勝ってベスト8で散ろう」と大会前から話をしていた。中京高校が勝ち上がるだろうと予想していたが、3－0で新田高校の勝利、しかもノーヒットノーランというオマケ付きであった。そして新田高校は前述した「当たってはいけない4校」に含まれる。試合前日のミーティングでは「新田高校はこの大会で優勝する学校だ。そんな相手と試合ができることは幸せだ」と、完全に白旗を揚げた状態であった。しかし、新田高校に生まれる僅かな隙を探すならば「完璧な試合をした後」だということ。恐らく、新田高校は中京高校を破るための準備をしてきたはず。そして、完璧な形で中京高校を破り、チームに



はある一定の達成感や満足感があるのではないか。そこに付け入るしかないと考えた。案の定、新田高校のウォーミングアップ、試合前ノックは「一体感」を欠いていた。試合開始前、「イケそうな気がするのは俺だけか?」と選手に問うと「いいや、イケそうです」と言わんばかりの頼もしい表情が返ってきた。選手たちは、相手チームの状況を冷静に見極められるほど落ち着いていた。「とにかく冷静に、地に足をつけて戦おう。我慢して粘り強く、必ず勝機は来る」と。5回を終了して0－0。スコア上は上出来であったが試合内容、特に攻撃陣は不甲斐なかった。そこで「コンパクトに持って叩くこと」と指示はシンプルに。6回、先頭打者が安打で出塁。大きくリードを取りバッテリーにプレッシャーをかけると、相手投手が牽制を悪送球。無死2塁のチャンス。次打者が送りバントを失敗し、1死2塁。流れを手放したかに見えたが、2塁走者がノーサインで三盗。このワンプレーで流れが来たことを感じた。1死3塁から3本のヒットを集め一気に4点を先制し、結局4－0で完勝。ベスト4進出を決めた。勝敗を分けたのはあの盗塁。勝負所と相手の隙を冷静に見極め、腹をくくった勇気あるプレーであった。「心に生まれた隙」はなかなか修正することはできない。それも隙が生まれる要素は無数にある。技術は劣っていても精神的には上回っていたことを感じた勝利であった。

「準決勝・能代高校」

ここまで勝ち上がることは想定外であった。従って準備は何もしていない。能代高校の試合を見る機会もなかった。しかし5年前の全国制覇を含め優勝2度、準優勝3度の名門、格上だ。ただ、これまで対戦した2校とは異なり大味な野球をするとのこと。対策は取れなかった。曖昧な情報では失敗する。試合中に感じたことを織り交ぜれば良い、そう思った。試合は常にこちらが主導権を握っていた。負ける要素は見当たらなかった。ほぼ完璧な試合をした。大会を通して成長するとはこういうことなのか…完全に指導者の手を離れたな…そう感じた。選手のポテンシャルは向こうが上。試合を支配しているのはこちら。不思議な試合であった。勝機はあった。しかし取り切れなかった。自力で勝る相手に踏ん張られた。12回が終了し、一度試合が切られ、タイブレークに突入した。同時に良い流れも途切れた。タイブレークでは常に後手に回る展開となった。そして、悪い流れの中、勝負を決めたプレーはミス。それも何でもない凡ミス。普段であれば誰にでも出来るであろうプレーが出来なかった。我々が掲げた「地に足をつけて冷静に戦おう」が勝負所で出来なかった。必然の負けであった。

「可能性の大きさ」

長男が始動した直後は、県大会を勝ち上がれるかどうかという技術レベルであった。そんな彼らが目の前にあるすべてのことと真面目に向き合い努力を積み重ね、悔しさを力に変え、精神的にも大きく成長したことで素晴らしい結果を残してくれた。高校生の可能性の大きさは無限大であるということを再認識させられた。私は「悔しさが人間を成長させる」と考えている。彼らが、あと少しで届きそうだった決勝戦を逃した悔しさを忘れずに、ずっと胸に刻んでこれからの人生をどう歩んでくれるのか、また残された下級生がこの悔しさを次の夏の選手権にどうぶつけてくれるのか、非常に楽しみである。高校生の可能性は無限大なのだ。

「北信越高校駅伝初出場」

陸上部顧問　帯刀秀幸

平成二七年十一月一日に大町市で行われた長野県高校駅伝大会において上田西高校の男子チームが三位に入り念願だった北信越大会への出場を決めました。過去三年連続で五位という結果で毎年北信越大会出場（県大会三位以内）に届かずに長い間悔しい思いをしてきたので、北信越大会出場を決めた瞬間は本当に嬉しかったのを覚えています。

【県高校駅伝での戦い】

陸上部の今年度の目標は「個人で全国大会出場と駅伝で北信越大会出場」でした。個人では三年前から高校総体予選、新人戦と連続して北信越大会に出場してきているので、今年はその上の全国大会出場を目指していました。六月の北信越高校総体では全国大会に行けるチャンスがあったのですが、三千メートル障害に出場した西村涼太（二年生）が全国大会まであと一歩の七位という結果で全国出場（北信越大会六位以内）を逃してしまいました。全国大会を目標に私も西村も練習をしてきていたので、全国を逃した時のショックはとても大きかったのを覚えています。試合後の彼のサブトラックで見せた涙は本気で全国を狙った者だからこそ流れた涙だと思います。西村とは今回の悔しさを忘れずに、来年は全国大会に出場することだけではなく全国大会での入賞を目指していくことを約束しました。また、次は駅伝に切り替えてチームとして頑張っていこうと決めました。個人での全国大会出場という目標が達成できませんでしたが、チームもすぐに目標を切り替え、二つ目の目標である「駅伝での北信越大会出場」に向け夏以降練習に取り組んできました。駅伝前の秋の県高校新人大会では、女子の４００ｍハードルで優勝、女子の４×１００ｍリレーと４×４００ｍリレーの両種目で３位に入り北信越大会に出場するなど様々な種目で活躍をしてくれました。他種目の活躍がその後の駅伝に大きく影響したことは間違いありません。駅伝は長距離種目ですが、種目の枠を越えて、チーム一丸となって戦っていたと感じています。県駅伝の前評判では佐久長聖が頭一つ跳びぬけていて、その後に長野日大、東海大三、上田西、上伊那農業が続き、北信越の枠を争うとされていました。レースは佐久長聖と長野日大が一区の段階で抜け出し、その後を上田西と東海大三と上伊那農業などが追う展開となりました。一区を走ったエースの児玉天晴（二年）が区間三位の絶好の位置でタスキをつなぎチームに良い流れを作ってくれました。三区の西村涼太（二年）と四区の甘利大祐（一年）は大会直前の記録会で五千メートルを十四分台で走っていて力もあり安定感もある選手で、駅伝でも後続のチームを引き離す見事な走りをして三位をキープしました。後半の五区、六区で後続のチームに差をつめられることもありましたが、七区アンカーを務めた柳沢充保（三年）が粘りの走りをして逃げ切り、北信越出場圏内の三位でゴールし、念願だった北信越大会への切符を手に入れました。今年のチームは長距離部員十人と少ないながらも例年よりも力がありまとまりのあるチームとなりました。一、二年生に力のある選手がいてチームの主力として活躍してくれましたが、何より三年生で唯一残ってチームを引っ張ってくれた柳沢充保の存在が大きかったと感じています。また、走った七名の選手だけではなく、今回は補欠にまわった三名も大会当日は選手のサポートに回り献身的に働いてくれました。また、駅伝に同行した短距離陣も同じようにそれぞれに与えられた役割をしっかりと果たしてチームに貢献してくれました。

今回の結果はチーム全員が「駅伝で北信越大会出場」という目標の本に一丸となって駅伝に臨んだ結果だと思います。実際、柳沢がフィニッシュした際には、ゴールで待ち構えていた多くの部員が柳沢に駆け寄り、共に喜び、そして多くの者が涙を流したということです。私は中継所で審判をしていてゴールには立ち会えませんでしたが、ゴールでの様子を後から聞いて、選手、補欠、付き添い全員が同じ気持ちで戦っていたのだと思い胸が熱くなる思いでした。このチーム力があったからこそ栄光を掴めたのだと思います。

【陸上部の歩み】

私が上田西高校に勤務して今年で七年目になりますが、ここに至るまでの道のりは決して平坦なものではありませんでした。赴任当時は陸上部員が八名ほどしかいなくて、その内長距離部員が三名という厳しいチーム状況の中でのスタートでした。その頃の部員は試合に対する意識が低く、県大会に出場できれば満足といったレベルの選手ばかりでした。私自身、大学、実業団と競技を続けてきて強くなるために必要な練習のノウハウは持っていたつもりですが、実際に指導する立場になってみて初めて指導する難しさを知りました。

私がまずチームで行ったことは選手の意識改革でした。当時の選手達も強くなりたいとは思っていたと思います。ですが行動が伴っていませんでした。どの競技にも共通することですが、練習だけやっていれば強くなるというものではありません。競技に必要な心技体の「心」を鍛えていかなければ強くなれるはずがありません。私は、まず選手たちに部活動での挨拶の徹底、練習前や練習後のグラウンドの整備や道具の準備や片付け、毎日の練習日誌や練習後の選手同士のミーティングによる自らの振り返り、毎日の朝練習で早寝早起の生活のリズムを整えるなど、競技者としてやるべきことを教えてきました。陸上競技は体一つで戦う競技で誤魔化しがきかず、地道に毎日コツコツ積み重ねていくことでしか強くなる近道はありません。これまでの地道な取り組みが選手たちの意識を変えていき、チームとして成熟してきたのだと思います。初めは県大会に出場して終わりだったものが、県大会で戦えるチームになり、北信越大会に連続出場をするようになってからは、全国大会を目指すチームへと変わっていきました。心が変われば態度が変わり、態度が変われば行動が変わり、行動が変われば結果が変わり、結果が変われば夢が変わりました。今はチームが同じ方向を向いて進んでいると感じています。

【北信越高校駅伝での戦い】

長野県高校駅伝が終わって三週間後の十一月二十二日に新潟県の弥彦村で北信越高校駅伝が行われました。十二月に京都で行われる全国高校駅伝大会には各県予選で一位のチームが出場できるため県高校駅伝で優勝した佐久長聖高校が全国の出場を決めました。今年度の全国高校駅伝大会は、京都で開催をしてから百年という節目の大会のため、記念大会ということで各県一位を除く北信越大会最上位校に北信越枠が与えられ、全国大会に出場できるチャンスがありました。都道府県予選のランキングでは気象状況やコースの違いはありますが、各県一位の高校以外では長野日大についで二番目に上田西がつけていたので、私自身必ずチャンスはあると思っていましたし、選手たちも皆全国大会出場を本気で狙っていました。試合は一区で六位発進し、前を行く長野日大を追いかけ、四区終了時には一八秒差まで迫りましたが、五区、六区、七区で長野日大に差を広げられてしまい、結果、長野日大は四位となり北信越枠で全国大会出場を決め、上田西は一分三〇秒差の六位で全国大会出場はなりませんでした。初めての北信越大会での六位は立派な成績で

すが、全国大会を本気で目指していたので悔しさも残る結果でもありました。ですが、北信越大会に出場したことだけに満足せず、全国大会を本気で狙っていったことはこれからチームにとって大きな財産になるはずです。

【夢の全国へ】

私は常日頃、陸上部の選手に「夢は叶えようと思わなければ叶わない。夢は自分から近付いてきてはくれないし努力しない者には夢は叶えられないよ」と言っています。まずしっかりと目標設定をし、次に目標に向っての段階的な計画を立て、一つ一つ確実に実行していくことで目標や夢に近付いていけるのだと思います。今年度の駅伝での北信越大会出場を経て、チームの目標は「個人で全国大会出場と駅伝でも全国大会出場」へと変わりました。全国大会出場への道のりはまだまだ遠いものですが、夢に向かって一歩ずつ着実に進んでいきたいと思います。最後に、北信越大会出場にあたり多くの方々から応援をいただきましたことと心より感謝申し上げます。本当にありがとうございました。陸上部として更なる高見を目指して頑張っていきたいと思います。応援よろしくお願いします。

～西高がもっと近くに～

スマートフォンアプリ「上田西高News」リリース！

上田西高校の情報をリアルタイムに受け取ることができるiPhone/Android用のスマートフォンアプリ「上田西高News」が、今年2月29日にリリースされました。簡単な設定で，西高の「ほしい情報」の更新がスマートフォンにプッシュ通知されます。在校生はもちろん、ご家族や卒業生の皆様にも活用していただきたいアプリです。詳しくは本校HPをご覧ください。（登録不要の無料アプリです。）

台湾修学旅行を終えて

二学年主任　原　茂昭

1　学年主任として

昨年度から行先がグァムから台湾に変更された。保護者も含めてグァムを待望する声もあったが昨年学年の総括を見て、とても満足した姿が見受けられ自信をもってすすめられた、しかも基本3年間は継続するという方針があったため、1年の1学期から生徒・保護者にも台湾修学旅行になることをアピールした。そして何かプラスα深められることができればと考えた。

○　修学旅行の目的

目的の四項目は継続しつつ「台湾」になった一つの意義として長野県との関係があげられる。日本は産業構造として製造業空洞化しサービス業が増加している。そして観光立国も掲げている。そんな中ここ数年外国人観光客の増加がみられ2015年の流行語大賞に「爆買」が決まった。これは主に中国大陸から来る外国人観光客による爆発的な買いあさりの姿が強く印象に残ったことがあげられる。さて昨年9月に長野県観光局が発表した平成26年外国人延べ宿泊者数の調査によれば中国大陸（香港を除く）が3万4千人余り、オーストラリアが7万4千人余りそして台湾が第1位で15万人余であった。圧倒的に台湾のみなさんが長野県を選んで宿泊していることがわかる。そういう意味からも長野県の高校生も台湾理解のために修学旅行の目的地として選ぶことが大きな意味を持ち絶好の機会といえる。

○　隣人「台湾」をもっと理解しよう

ここ数年台湾では劇的な変化が見られている。今の2年生が本校に入学する直前の3月18日ひまわり学生運動が起こった。当時国民党の馬政権が中国大陸との「サービス分野の市場開放」政策を進め、それに反対しての運動で台湾の国会を学生が占拠した。それは市場を自由化すれば一部の大企業は潤うが多くの製造業を中心に中国大陸に飲

み込まれてしまうという恐れからだ。しかしそれは暴動で終わらず先日の議会・総統選挙に強い影響を与え、8年ぶりに政権交代が成立している。私個人の接点から見ると子どものころは台湾バナナしか関わりがなかったように思うが、ここ数年BENQ、ASUS、ACER、HTSなど台湾のパソコン・スマホの先進電子メーカーのお世話になり、今日本の家電メーカー「シャープ」を鴻海精密工業という台湾の巨大企業が飲み込もうとしている。外国人である私たちから見ると素晴らしい発展と見えるのだが、今年1月16日の総選挙で台湾市民は一部の富裕層が恩恵を被っているだけだと「NO」を突きつけた結果だ。

隣人である私たちも5月からスタートする民進党の蔡総統の女性としての手腕も含めて関心を持ちたい。

○ 修学旅行としての付加価値

台湾旅行は社会人にも人気があり、この1年見ても多くのテレビ番組で台湾の観光地としての食文化・文化遺産などが特集されている。そして沖縄とそんなに距離が変わらないので手軽に安い料金で行くことができる。私たちは生徒だけで300名を超える団体として旅行を企画運営している。自治の精神を重んずる「ルーム長会」中心の自主規律の確立と運営。歴史や平和を願う学習も当然ながら、国際交流や異文化体験としてより深い体験を求め実施したホームステイなど本校の目的に沿って実施された。また昨年のから始まったB&Sプログラムも日本語を勉強している地元大学生による班ごとの自主行動であり個人差はあるが流暢な日本語で台北の街を地下鉄などに乗って案内していただいた。プログラムに参加している大学生は日本へ何回か訪れている人も多く、日本文化を知り、リスペクトしていただいた。私たち日本人も言語の習得は難しいけれど台湾の歴史地理文化を知りまた相手をリスペクト出来る姿勢が自ずと生まれ発展していくことを希望している。これらの企画は商業的な観光旅行ではなかなか得られない体験であり、16～17歳のこの時期に体験することはかけがえのないものだと思う。こうした付加価値を大切にしたい。そして生徒諸君の世代からより平和的な周辺諸国との新しい関係創造の担い手になっていってほしい。そうした願いを込め、残りの文面は学年の旅行係であり本校の留学センターとして高雄の高校と関わった山口先生にお預けすることとします。

立志高級中学との交流とホームステイ

山口　裕恵

【はじめに】

二学年では、本校の修学旅行の4つの目的のうち、「国際交流」は最も大切な柱の一つだと考えている。海外で、修学旅行で、そして本校でしかできないような経験を生徒達にさせたい、そしてその経験を自分や社会の将来に活かしてもらいたいという気持ちで、学校交流そしてホームステイを準備してきました。

【交流校紹介】

立志高級中学は台湾南部高雄市の私立高校で普通科だけでなく食物、情報、美容などの実業系コースを持ち、生徒約８０００名が学んでいる。長野県観光部の紹介で本校との交流があり、昨年度から今年度にかけて二度の訪問と一度の受け入れをしている。

【事前交流】

昨年同様、事前交流として自分のペアと二度の手紙交換を行った。最初は本当に返事が来るのか半信半疑だった生徒達も、返事がくると一生懸命読み、相手を想像して盛り上がっていた。交流リーダー同士の手紙交換もできた。３００人以上のペアを用意していただいた立志高中の先生方にはご苦労いただいたが、手紙交換は効果的だったと感じた。

【交流当日】

北京から高雄に新幹線移動し、左営駅から交流校に向かうバスでは、ちょっとした緊張と興奮が入り混じっていた。到着しクラスごとに案内の生徒に着いて学校に入ると、マーチングバンドで盛大に出迎え。気恥ずかしく思ったのか下を向いている生徒もいた。気温は30度を超え暑かったが、それ以上の熱気を感じた。

【歓迎セレモニー】

歓迎セレモニーの会場座席には、背もたれに生徒の名前が印刷されたステッカーが貼ってあり、ペアと隣同士で座った。ステージは、代表挨拶の他、現地からは、太鼓や学生軍隊のドリル披露、本校からは、R長会の学校紹介ビデオとダンス（マルモリ）があった。R長会が作成したビデオは、「自主性を感じる」と評判だった。

【クラス別交流】

簡単な昼食をペアと一緒に取ると、クラス別交流の時間となった。双方の持ち寄りで文化交流企画を考えた。西高では、しっぽとり、おりがみなどを準備したクラスが多かった。立志高中では、調理実習、電流の実験、小物制作、ネイルペイント、パーティーゲームなどの企画があった。一番にぎやかに盛り上がっていたのは、リンボーダンスとかスプーンリレーなどのゲームだ。

どのクラスでも、ペアと言葉を交わし、写真を撮る姿が見られた。戸惑いながらも、異国の同年代と心を通わす体験は貴重な財産となった。交流の最後には、メールアドレスの交換が盛んに行われ、ペアとの出会いから友達へと発展していくことが予想された。唯一残念だったのは、

時間や場所の制約で西高側の企画を実行できなかったクラスがあったことだ。来年はそのようなことがないように調整したい。

【ホームステイ】

―ホームステイ実施まで

本年度は、本校修学旅行史上初めて、希望者のホームステイを取り入れた。県内高校でも台湾でホームステイをしている実績があることから、県の担当者に薦めていただいたのだった。とても魅力的な企画に思えたが、今年に入ってから企画したので、行程の大枠に影響のないよう調整し、保護者の意見や学年会の意見を集約することが難しかった。最終的には学校側で強くサポートしていただいたことで実施に踏み切ることができた。

夏休み明け、希望者を募ると学年で32名の応募があった。事前には、希望者のみ集め、承諾書や自己紹介書の作成、持ち物、緊急連絡の方法を確認した。生徒も教員も、今までの本校のホームステイプログラムから、ノウハウをベースとして持っていたことは大きな助けとなった。

―ホームステイ当日

学校交流が終わるとホームステイの生徒が壇上に呼ばれ、一組ごとにステイ先の生徒の紹介があった。一家庭に二人一組でステイする予定が、急遽、こちらの都合で、一人でホームステイしなければならない生徒が二名出た。一人でホームステイする生徒は少し不安気な表情だったので、励まして送り出した。その他の生徒達は、ステイ先の生徒とその友人も一緒に数人のグループで賑やかに帰宅していく姿もあった。バスで帰る生徒もいたし、学校まで車でお迎えに来てくれている家庭もあった。大きな高級車のお迎えもあった。

夕方、本隊は台北に向かったが、引率二名とガイドさんは高雄に残った。タクシーで高雄の観光地を巡ってみると、高雄は思いの他見どころが多く、景色や人の雰囲気が台北と少し違い、本隊が一泊しても良いほどだった。

次に生徒達に会ったのは、早朝の左営駅。集合時間の六時半には、朝食やお土産を両手いっぱい抱えてきた生徒が多かった。引率の私達を発見すると、口ぐちに「すごいよ!感動した。」など報告してくれた。聞けば、デパートや観光（ビーチ?）、食事など、どこの家庭でも生徒が楽しめるように工夫をしてくれたようだ。夜みんなで集まり居間でダンスをしている動画を見せてくれた生徒もいた。家によっては、四階建てのエレベーター付き一戸建てなどもあったと聞くから驚きだ。

―ホームステイまとめ

「一晩で台湾のイメージが全く変わった。本当にみんな優しかった。もっといたい。また来たい。」などの声を聴きながら、新幹線で台北に戻った。ホームステイ組で撮ったその朝の集合写真を見返すと、達成感で誇らしげな笑顔が見られる。後日のアンケートでは、ほぼ全員がホームステイ体験を「良かった」と評価した。良いホームステイになったのは、受け入れ先が良かったことに加え、生徒達一人ひとりが「友好関係を築きたい」という気持ちを持って臨んだことが大きかったと思う。

【おわりに】

学校交流やホームステイで、文化の違いや言葉の壁を目の当たりにし、それを乗り越えお互いのことを理解し、笑いあえると実感できた。その体験が、参加者の将来の選択肢の中で活かされ、また、平和について考える一助になると期待している。

３００人を超える旅行団を受け入れ、大歓迎してくれた立志高級中学、調整をしていただいた長野県観光課、日本旅行様、協力していただいた学年の先生方、そして、R長会と交流係を始めとする生徒の皆さんに感謝します。

ハルゼミとエゾハルゼミの分布域

―標高と植生の調査から見えてきた両種の分布を分ける要因とは―

〈第59回日本学生科学賞（主催：読売新聞社）要旨〉

上田西高等学校3年　坂井美穂

1．研究背景

私の住む長野県小県郡青木村では、5月から6月にかけて、同じハルゼミ属であるハルゼミとエゾハルゼミが現われる。ほぼ同じ時期、そして同じ地域に発生するこの両種のセミはどのように分布し、棲み分けているのであろうか。このような疑問を持ち、2013年より3年間両種の棲み分けについて標高および植生に焦点を当て調査を行っている。2013年はラインセンサス法[※1]による脱皮殻と鳴き声の調査、2014年はコドラート法[※2]により標高差と植生ごとに脱皮殻調査を実施した。

※1　ラインセンサス法…定めたコースに沿って調査をする。

※2　コドラート法…正方形の区画をつくってその中を調査する。

2．抜け殻の同定

ハルゼミとエゾハルゼミの脱皮殻は、形態、大きさもほぼ同じで区別が難しいため、宮武（1992）に従い、ミクロメーターをセットした実体顕微鏡を用いて同定を行なった。ハルゼミとエゾハルゼミでは、両種とも触角は7節（基部から1節2節3節…と数える）からなるが、ハルゼミでは触角の第4節は第3節と第5節を足したものより長いのに対し、エゾハルゼミでは触角の第4節は第3節と第5節を足したものより短いことで比較した。また、林正美（青木淳一 編著（1999）P841）の、触角第4節と第3節の長さの対比による方法を併用した。（ハルゼミの第4節は第3節の約2・5倍、エゾハルゼミの第4節は第3節の約4倍）

3．研究方法

(1)　調査地周辺の概観

ハルゼミとエゾハルゼミの成虫が出つくした時期である6月に、長野県小県郡青木村当郷地区（以下「当郷」という）で調査を実施した。当郷は浦野川の支流である阿鳥川（あとりがわ）が斜面を南東に流れ下り、急峻な谷地形を形成している。浦野川は上田市下塩尻付近で千曲川に合流する。谷の奥西側に子檀嶺（こまゆみだけ）嶽（標高1233m）、谷の北中央に飯綱山（いいづなやま）（標高930m）がそびえている。

(2)　標高および樹種による脱皮殻の分布調査（2015年）

2014年の調査で脱皮殻を確認できなかった4地点の再調査を昨年同様コドラード法で実施した。調査地点に10m四方の縄を貼り、内部の樹木に残された脱皮殻数を調べるとともに、樹種、本数、直径等を調査記録した。再調査地点は標高900m、1000mのアカマツ林、600m、800mの広葉樹林の4地点（表1⑦⑤⑮⑩）である。両種の同定については、ほぼ肉眼でできるようになったが、正確を期すため実体顕微鏡で確認した。

(3)　カラマツ林における脱皮殻調査（2015年）

幼虫期のハルゼミがカラマツ林に生息する可能性を探るため調査を計画した。2014年にハルゼミの脱皮殻を確認したカラマツ林[※3]は面積（1900

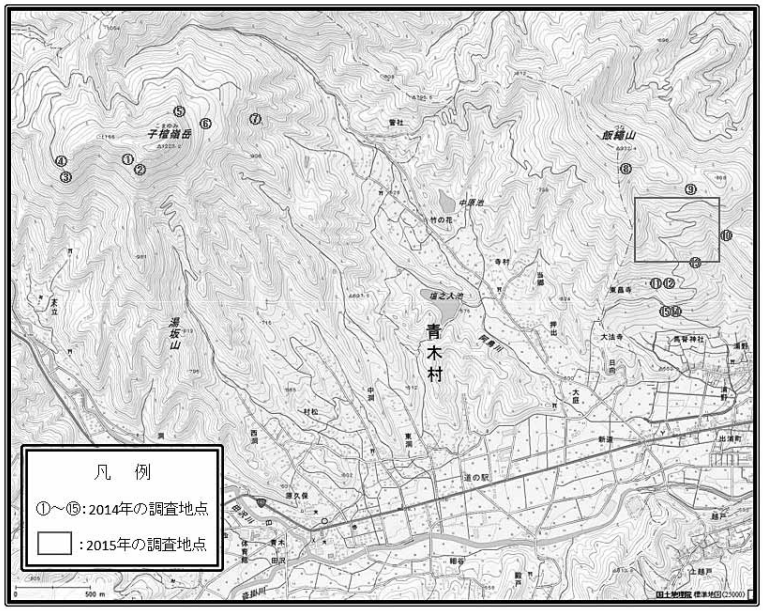


図1　2014年・2015年の調査を行った地点を示す図

㎡）が狭く、周りのアカマツ林などの樹林の影響も考えられることから、1haを超える範囲のカラマツ林でも脱皮殻を調査することによって、その可能性を検証する方法を考えた。まず、ハルゼミのみが生息する標高800mの山林において、ある程度の広さを持つカラマツ林を選定した。そのカラマツ林の面積と形状をGPSの測量機能を用いて計測、図化した。調査はカラマツ林内の樹木すべてを目視により脱皮殻を探した。発見した脱皮殻はGPSに落とし、パソコン上でその地点を図に表示した。（図2）

調査地であるカラマツ林は、飯綱山の南東500mに位置する（図1）。調査地点の周辺の地形と植生は、北側はアカマツ林、尾根を挟んでクリ・コナラ林となる。東側は尾根・谷を挟みアカマツ林となる。西側は谷でスギ林が続く、南側は傾斜地でアカマツ、スギ等の林である。調査地点の状況は標高758m～841mの南側に傾斜するカラマツ林である。カラマツ林の面積は約3ha、樹種は直径約30cmのカラマツを主体とし、林内にはアカマツが密集する面積18000㎡、45㎡の2箇所が存在する。調査日は平成27年6月6、13、20日である。

表 1 調査地点における標高・樹種及び抜け殻数

標高(m)	番号	主体樹木	個体数	樹木種類(本数)	備考
1,200	①	混交	○○	・オオカメノキ(1) ・コメツガ(1) ・アカマツ(3) ・ハウチワカエデ(3) ・ミズナラ(3) ・ミツデカエデ(3)	・アカマツ・ミズナラ：直径50 cm程度 ・他の樹種：20 cm程度
	②	アカマツ	○○	・アカマツ(8) ・ウルシ(1) ・ミズナラ(1) ・ウリハダカエデ(1) ・ミツデカエデ(2)	・アカマツ：直径40 cm程度 他の樹種：直径20 cm程度
1,100	③	アカマツ	●●●	・アカマツ(12) ・ミズナラ(1) ・リョウブ(1)	・アカマツ:直径30 cm程度 ・尾根上
	④	ミズナラ	○○○○○ ○○	・ミズナラ(7) ・ハウチワカエデ(3) ・オオカメノキ(1) ・ヤマザクラ(1) ・カラマツ(1)	・ミズナラ：直径20 cm ・カラマツ：直径30 cm ・ハウチワカエデ：直径15 cm
1000	⑤	アカマツ	● ○	・アカマツ(3) ・ウリハダカエデ(3) ・リョウブ(2) ・ヤマザクラ(1) ・オオカメノキ(2)・ヤマモミジ(1)	・アカマツ：直径30 cm ・他の樹木：直径 2 cm程度 ・周囲を他の樹種の林で囲まれる
	⑥	ミズナラ	○○○○○ ○	・ミズナラ(4) ・ヤマボウシ(3) ・ヤマモミジ(2) ・ウリハダカエデ(1)	・ミズナラ：直径20～30 cm ・ウリハダカエデ：直径 10 cm ・ヤマモミジ：直径 20 cm
900	⑦	アカマツ	●●●●● ●●●●●	・アカマツ(15) ・ミズナラ(7) ・アオダモ(13)	・アカマツ：直径20～35 cm ・ミズナラ：直径5～10 cm ・アオダモ：2 cm程度
	⑧	コナラ	○○○○○	・コナラ(7) ・ヤマザクラ(3) ・ウリハダカエデ(2) ・ダンコウバイ(1)	・コナラ：直径30 cm程度 ・隣接してアカマツ林
800	⑨	アカマツ	●●●●● ●●●●● ●●●●●	・アカマツ(10) ・ヤマザクラ(4) ・ウリハダカエデ(1) ・クヌギ(1) ・ホウ(1)	・アカマツ：直径30 cm程度 ・他の樹種：5 cm程度の幼木
	⑩	コナラ		・コナラ(6) ・アオダモ(2) ・ソヨゴ(1)	・コナラ：直径30 cm程度 ・他の樹木：直径 5 cm ・尾根を挟みアカマツ林と隣接
700	⑪	アカマツ	●●●●● ●●●●	・アカマツ(11) ・サクラ(3)	・アカマツ：直径は30 cm程度 ・⑫のカラマツ林に隣接
	⑫	カラマツ	●	・カラマツ(13) ・サクラ(2) ・ミツデカエデ(1)	・カラマツ:直径30 cm程度 ・⑪のアカマツ林に隣接 ※3
	⑬	混交	●●●●	・アオダモ(10) ・ヤマザクラ(3) ・クヌギ(1) ・カラマツ(2) ・ダンコウバイ(3) ・スギ(1)	・アオダモ：直径5 cm ・ヤマザクラ：直径20 cm ・カラマツ：直径30 cm ・周囲はアカマツ、カラマツ、スギの林(1,200㎡)
600	⑭	アカマツ	●●●●● ●●●●● ●●	・アカマツ(13)	・アカマツ：直径20 cm
	⑮	コナラ		・コナラ(12) ・クヌギ(1) ・ヤマザクラ(1)	・コナラ、アカマツ：直径20 cm ・⑭の縁辺部

●ハルゼミ ○エゾハルゼミ ①～⑮の番号は図1の番号と一致し、調査地点を示す。
2014年の調査地点
2015年の調査地点

4．結果とまとめ

(1) 標高および樹種による脱皮殻の分布

再調査の4地点の結果は、1000mのアカマツ林において、ハルゼミとエゾハルゼミの抜け殻各1個体採集し、900mのアカマツ林ではハルゼミ10個体を採集した。2ヵ年の調査結果を表1に示した。ハルゼミの脱皮殻は標高1100m以下で確認され、幼虫はアカマツ林に限定的に生息する可能性が高いことがわかる。エゾハルゼミは標高900m以上で確認され、樹種を選ばない傾向が伺える。また、調査可能な標高1200mで生息が確認されている。両種のセミは900m～1100mで共存しているが、幼虫は植生により生息域を異にしている。

(2) 幼虫期のハルゼミはカラマツ林に生息するか

調査地点、標高800m、面積3haのカラマツ林（図2）において、22本の樹木に付く、25個体の脱皮殻を採集した。全てハルゼミの脱皮殻であった

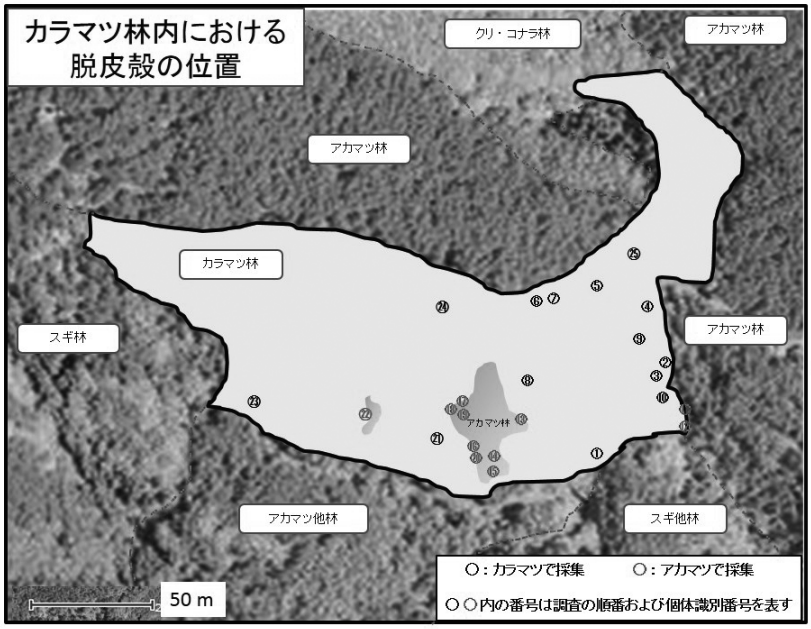


図 2 カラマツ林内における脱皮殻の位置を示す図

（図2）。樹種ごとの脱皮殻数は、カラマツ14個体、アカマツ11個体であった。面積の割合からするとアカマツでの採集割合が高く、アカマツ林の方が発生する密度が高い。しかし、アカマツ林に限定的と考えられていたハルゼミの幼虫がカラマツ林においても生息している可能性が強まった。

参考文献：青木淳一 編著（1999）日本産土壌動物 ― 分類のための図解検索 東海大学出版
宮武頼夫・加納康嗣（1992）『検索入門 セミ・バッタ』保育社
林 正美・税所 康正（2011）日本産セミ科図鑑 誠文堂新光社

坂井さんの探究心と情熱

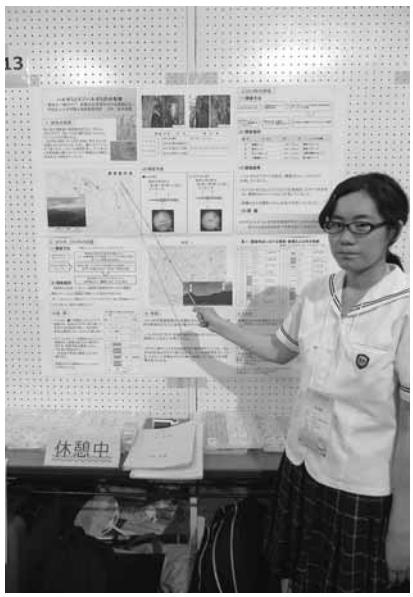
理科 土屋 勇満

生物は、生態的地位が近い場合、生態的地位を変えて共存をしている場合がある。生息場所や活動時間帯を変えて共存する場合を特に「棲み分け」と呼ぶ。

坂井美穂さんは自宅の青木村近くの山林をフィールドにして、セミの棲み分けを研究してきた。坂井さんとセミとの出会いは小学生の頃で、「夕陽に照らされたヒグラシの脱皮殻の美しさ」に魅了され、この研究に進んだという。そして、彼女の高校3年間の研究の集大成は、次の2つの科学展で発表された。3年間の研究でのセミの脱皮殻の習得数は100個体を越える

平成27年度7月末、滋賀県で開催されたびわこ総合文化祭、自然科学部門ポスター発表に出展し、奨励賞を受賞した。本部門では、最優秀賞1点、優秀賞2点、奨励賞5点が選ばれた。総出展数は43展であった。審査員からは、フィールドを大切にして、単独で多くのデータを収集した点について評価を受けた。各校グループでの研究がほとんどで、単独で行った研究での受賞は坂井さんのみであった。

また、11月の長野県学生科学賞では、長野県知事賞を受賞し、日本学生科学賞（読売新聞社主催）への出展の機会を得た。長野県学生科学賞では、「自分の足を使った地道な研究」を評価頂き、さらに、ハルゼミが幼虫期にアカマツとカラマツのどちらから栄養分を得ているのか、安定同位体による分析法に期待をして頂いた。そして、本展では、入選3等を受賞した。審査員からは、「ハルゼミとエゾハルゼミの生態について地道にかつ丹念に調査された信頼できる研究報告であり、また、ハルゼミがアカマツを好む（副次的に標高も含む）という点は新知見である」と評価を頂いた。その上で、ハルゼミの幼虫期を過ごす樹種の特定に安定同位体を使わない（高校生らしい）別のアプローチの示唆も頂いた。



私は坂井さんの自然科学研究への情熱を称賛する。身近な自然の中に未解明なことがたくさん存在する。改めて、理科の素晴らしさを彼女に教えてもらった。特に生物研究では、若者を引き付ける題材が身の回りに多数存在していると思う。坂井さんを継ぐ次の若い研究者が出てきて欲しいと思う。本校の立地環境は、自然の宝庫であり、生徒達の自然を探究する心を刺激する教材がそろっている。これを生かす手はないと考える。

平成27年度　上田西高校進路合格実績一覧（平成28年2月24日現在）

国公立大学 ※前期, 後期日程の合格者は含みません。

大学名	学部	人数
信州大学	教育学部	1
	繊維学部	1
	経法学部	1
高崎経済大学	地域政策学部	1
新潟県立大学	国際地域学部	1
合　計		5

私立大学

大学名	学部	人数
愛知学院大学	心身科学部	1
愛知工業大学	工学部	1
麻布大学	生命環境学部	1
足利工業大学	工学部	1
大阪大谷大学	教育学部	1
大妻女子大学	比較文化学部	1
	人間関係学部	1
桜美林大学	リベラルアーツ学群	1
神奈川大学	経済学部	1
	法学部	1
	工学部	1
	理学部	3
金沢学院大学	法学部	1
	人間健康学部	1
金沢工業大学	工学部	1
	情報フロンティア学部	1
岐阜女子大学	家政学部	1
杏林大学	外国語学部	1
群馬パース大学	保健科学部	1
健康科学大学	健康科学部	2
工学院大学	工学部	1
国士舘大学	経営学部	1
	法学部	3
駒澤大学	法学部	3
	医療保健科学部	1
	経営学部	1
佐久大学	看護学部	3
産業能率大学	経営学部	1
芝浦工業大学	工学部	1
実践女子大学	文学部	1
十文字学園女子大学	人間生活学部	1
秀明大学	学校教師学部	1
淑徳大学	総合福祉学部	1
	経営学部	1
城西大学	現代政策学部	1
	薬学部	1
上武大学	情報ビジネス学部	1
昭和女子大学	人間社会学部	1
駿河台大学	経済経営学部	2
	法学部	1
	メディア情報学部	1
諏訪東京理科大学	工学部	1
清泉女学院大学	人間学部	1
西武文理大学	サービス経営学部	2
専修大学	経営学部	1
	ネットワーク情報学部	1
	経済学部	2
	文学部	1
創価大学	経済学部	3
	経営学部	2
	教育学部	2
	法学部	2
	文学部	2
大東文化大学	文学部	3
	国際関係学部	2
	外国語学部	2
	経済学部	1
高崎健康福祉大学	健康福祉学部	1
拓殖大学	政経学部	2
	国際学部	2
玉川大学	農学部	1
千葉商科大学	人間社会学部	1
帝京科学大学	医療科学部	1
帝京平成大学	地域医療学部	1
東海大学	文学部	1
東京工科大学	コンピュータサイエンス学部	1
東京電機大学	工学部	1
中央大学	法学部	1
	商学部	1
つくば国際大学	医療保健学部	1
津田塾大学	学芸学部	1
東京経済大学	経営学部	1
東京女子大学	現代教養学部	2
東京福祉大学	社会福祉学部	1
東京理科大学	経営学部	1
同志社大学	社会学部	1
東洋大学	社会学部	1
	国際地域学部	1
	ライフデザイン学部	1
常葉大学	教育学部	1
	保健医療学部	1
長野大学	社会福祉学部	6
	企業情報学部	4
名古屋経済大学	人間生活科学部	1
新潟医療福祉大学	医療技術学部	2
	健康科学部	3
新潟経営大学	経営情報学部	1
新潟リハビリテーション大学	医療学部	1
日本女子大学	理学部	1
日本大学	生産工学部	2
	工学部	1
	理工学部	2
日本体育大学	保健医療学部	1
梅花女子大学	心理こども学部	1
文京学院大学	保健医療技術学部	1
文教大学	情報学部	1
法政大学	法学部	1
	社会学部	1
	経済学部	1
北陸大学	薬学部	1
松本大学	総合経営学部	4
武蔵野大学	人間科学部	1
	経済学部	2
	法学部	1
明治学院大学	社会学部	2
	法学部	1
	経済学部	1
明星大学	経済学部	1
ものつくり大学	技能工芸学部	1
山梨学院大学	法学部	9
立正大学	地球環境科学部	2
目白大学	保健医療学部	2
DALLAS BAPTIST UNIVERSITY		1
合　計		166

※過年度生を含みます。

短期大学(公立)

大学名	学　科	人数
長野県短期大学	生活科学科	1
	多文化コミュニケーション学科	2
大月短期大学	経済学科	4
岐阜市立女子短期大学	英語英文学科	1
合　計		8

短期大学(私立)

大学名	学　科	人数
青山学院女子短期大学	現代教養学科	1
上田女子短期大学	幼児教育学科	1
	総合文化学科	1
大妻女子大学短期大学部	家政学科	1
群馬医療科学大学短期大学部	医療福祉学科	1
上智大学短期大学部	英語学科	1
湘北短期大学	生活プロデュース学科	1
女子美術大学短期大学部	造形学科	1
清泉女学院短期大学	国際コミュニケーション学科	3
	幼児教育学科	1
長野女子短期大学	生活科学科	2
目白大学短期大学部	生活科学科	1
	製菓学科	1
合　計		16

専門学校

学校名	人数
HAL東京	1
上田看護専門学校	1
上田敬愛学院	1
上田情報ビジネス専門学校	10
エコール辻東京	1
太田医療技術専門学校	1
大原スポーツ･公務員専門学校	8
大宮医療秘書専門学校	2
岡学園トータルデザインアカデミー	1
神田外語学院	1
北里大学保健衛生専門学院	1
北多摩看護専門学校	1
近畿医療専門学校	1
国際動物専門学校	1
小諸看護専門学校	2
埼玉自動車大学校	1
佐久総合病院看護専門学校	4
信州医療福祉専門学校	2
信州上田医療センター附属看護学校	1
新東京歯科技工士学校	1
聖マリアンナ医科大学看護専門学校	1
東京工学院専門学校	1
東京コミュニケーションアート専門学校	1
東京スクールオブミュージック	1
東京電子専門学校	1
東京ネットウエイブ	1
東京バイオテクノロジー専門学校	1
東京マックス美容専門学校	1
東京モード学園専門学校	1
東洋美術専門学校	1
長野救命医療専門学校	2
長野外語カレッジ	1
長野県工科短期大学校	1
長野県農業大学校	1
長野調理製菓専門学校	3
長野理容美容専門学校	3
新潟デザイン専門学校	1
日本工学院専門学校八王子校	3
日本ホテルスクール	2
服部栄養専門学校	1
文化学園長野専門学校	1
文化服装学院	1
松本技術専門校	1
松本調理師製菓師専門学校	2
真野美容専門学校	1
合　計	76

就職

企業名	人数
株式会社戸田屋	1
小諸厚生病院	1
日東工業株式会社	2
株式会社岡田組	1
コトヒラ工業株式会社	1
プリンスホテル	1
上燃株式会社	1
野村ユニソン株式会社	1
中野市岳南広域消防	1
栗林製作所	1
(株)小諸村田製作所	2
小林脳神経外科･神経内科病院	1
アディダスファクトリー	1
株式会社東信えぼし	1
合　計	16