

# 上田西高の教育



長野県大会優勝後の記念撮影（サッカー部 男子）

## 第 69 号 2025.2.28 発行

慈雨に恵まれて	学校法人上田学園 理事長	水野 一成	2
教室はまちがうところだ	学校長	佐藤 純也	4
高大連携に向けて	特進指導部	原 公彦	6
一学年探究学習	一学年探究担当	小林 棱弥	7
台湾修学旅行実施報告	二学年修学旅行係	矢澤 龍一	8
生徒とともに作る学年	三学年主任	山口 裕恵	11
能登半島地震被災地支援 生徒会一年間の取り組み	生徒会主任	森下 晓	12
国際教育の取り組み	国際教育係主任	山岸 真由子	16
フィリピン エンデラン大学語学留学報告	国際教育係	増田 桜子	18
奇跡のチーム【ミツバチ軍団】！	サッカー部男子顧問	白尾 秀人	20
美術部 第四十八回全国高等学校 総合文化祭参加報告	美術部顧問	安部 さくら	22
最優秀賞を獲得して	新聞委員会顧問	山浦 天	23
西高生の活躍（トピックス）	各部活動顧問		24

## 慈雨に恵まれて

学校法人上田学園 理事長 水野一成

上田西高校を一本の樹木に例えたことがあります。毎年しっかりと年輪を重ねながら成長する木のイメージに学園の成長を重ねてみました。古い記憶の底に、県内のある食品メーカーの経営理念が大変印象深く残っていたからかもしれません。記憶に間違いなければ、それは確か「年輪経営」といわれ、幸運に恵まれブームに遭遇しても、決してブームに踊らされてはいけない。樹木のように、たとえ数ミリでも前年より少しづつ成長して年輪を重ね根を張れば、やがて立派な大樹となることができる——というものだったと思います。学園に置き換えますと、一時的な人気や少子化による生徒数の増減に一喜一憂せず、しっかりとハードソフト両面の教育環境を整え年輪を重ねることで成長できるということでありましょう。嬉しいことに学園の成長は、更に一番大事な「生徒達の活躍」という花を咲かせ、実をつけることができました。上田西高校は六四年目の年輪を重ねました。西高生は毎年美しい花・可憐な花・香り豊かな花など個性豊かな花を次々に咲かせてくれます。直近ではサッカー部が第一〇三回全国高等学校サッカー選手権大会でベスト8という誠にあっぱれな花も見事に咲かせてみせてくれました。

さて上田西高校が一本の木ならば、土作りは非常に重要な仕事であります。かつて木を植えるための土地探しに奔走した先人達に敬意を表し、学園創立と移転・校地拡張の経緯を振り返つてみました。

まず六四年前の学園創立に先立ち、理事会は資金・建築・土地の三委員会を設けて事業を推進しました。土地に関する詳しい資料が残っていないのは残念ですが、予定地上田市上田原味方ヶ原は農地（四四四六坪）で二十二人の地権者の土地だつたようです。この広い土地の多くの地権者との交渉は簡単ではなかつたと想像します。特に農業に従事する方々は先祖からの田畠に強い愛着があると聞きますから、短期間で取得が成し遂げられたのは、地域の方々が学校設立へ理解と協力を示してくれた賜物に他なりません。私立高校設立計画書によりますと、土地代予算は五〇〇万円だけでした。

それから三十年近く経過し、上田原はその利便性から急速に宅地化が進み、校地周辺も長閑な田園地帯から住宅密集地になり始めました。理事会は生徒達がのびのびと活動するための校地拡張と老朽化施設改善のために、広い土地が得られる新しい場所へ移転する策が最適と判断しました。記録によると大屋方面・塩田平なども有力視されました。条件分析したところ、交通問題・通学圏問題・資金面の問題があり、土地探しは大変難航したようでした。

しかしながらちょうどその頃、上田西高校にとつて二つの大変幸運なことが重なりました。ひとつは上田市下塩尻の「長野県上田蚕業試験場」が松本試験場へ統合されることになったのです。この蚕業試験場は上田地方が養蚕業が盛んであること、信大織維学部があることなど、好条件に恵まれていることから長野市から上田へ昭和四十三年に移転してきた施設でした。広大な敷地を有し蚕の人工飼料、病気防除法の研究、品種改良、機械化養蚕などの研究を進めていましたが、それからわずか十七年で県内産業構造が激変し、松本試験場へ統合されることになりました。養蚕業の衰退による「上田蚕業試験場が松本へ統合」の新聞報道は、広い工場敷地を求める上田の工業界へも大きな波紋を広げました。それをとらぬよう水野春海元理事長と花岡久元校長は、早速長野県知事はじめ県行政関係部署へヒアリングと陳情を開始し、上田市行政および関係自治会へ学園の実情理解と協力をお願いして回りました。

もうひとつ幸運は、上田原周辺の宅地化がもたらした周辺土地の地価高騰です。周辺地域の急速な宅地化のために移転を余儀なくされたわけですが、創立予算書通りならば五〇〇万円で取得した土地が、ずっと広い新しい土地の取得価格を上回る価格に高騰したことでした。そして県有地の払い下げは

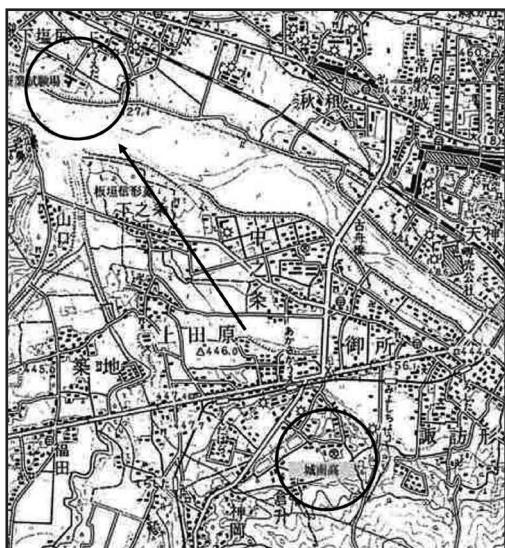


移転前の校地(昭和50年11月)

民間企業へといふより、公教育に携わる上田西高校が少しばかり有利であつたかもしれません。有難いことに昭和六十一年十二月長野県管財課より「県有地譲渡処分案」一二〇〇〇坪が提示され、翌年七月県総務部の斡旋で土地と既存建物に関する合意を得ることができました。学園は直ちに「学校移転期成同盟会」を組織し、新校舎建設とグランド整備に着手、約六ヶ月で新校舎建設・移転を完了しました。この短期間の建築・移転事業に関わった人々の数の多さと、そのご苦労は想像以上のものであつたに違ひありません。特に引越しに関する資料には「教頭を中心としたプロジェクトチームをつくり、図書・教具・備品・諸帳簿等、運搬するすべての物に番号札をつけ、スムーズに移転した」とたつた二行ですが、改めまして当時の現場の先生方と同窓会・保護者会等、尽力されたすべての方々のご苦労に頭が下がります。

さて昨年度は甲子園へ、今年度はサッカー選手権へと大活躍する上田西高運動部のグランドですが、学園移転以来四回校地拡張をしています。最も広い土地を取得できたのは平成十五年の約五五〇〇坪でした。資金的に慎重な

理事の反対意見を説得できたのは、サッカー部員達が早朝から夕方遅くま



上田畜業試験場跡地へ移転(参考:昭和55年地図)

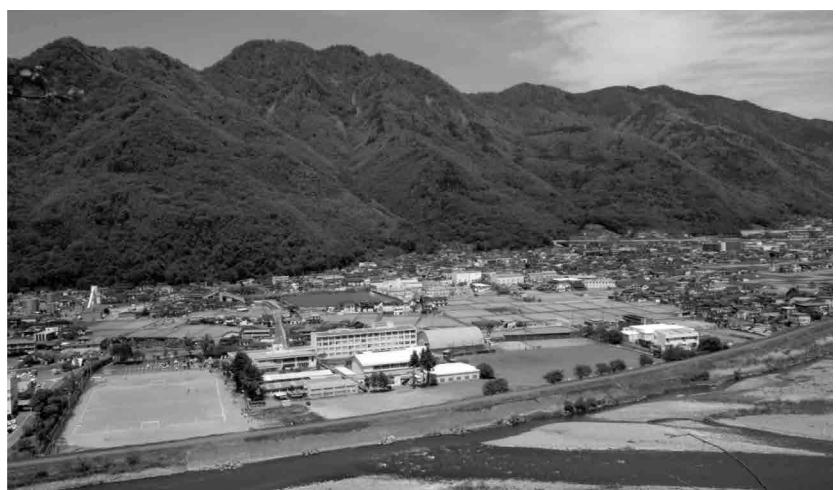
で懸命に練習する姿でした。フル規格サッカー場は第八十四回高四〇〇mトラックが完成した翌年の平成十七年にサッカー部は第八十四回高等学校サッカー選手権大会へ初出場を果たし学園の期待に応えてくれました。そしてついに平成二十九年には二度目の全国出場で準決勝進出を果たし全国三位に輝きました。この快進撃には大変多くの市民の皆さんのが驚き、大喜びで応援に駆けつけてくれました。

かつてこの土地に暮らした人々や土地探しに奔

走した方々は、このような生徒たちの汗と涙の大活躍を想像したでしょうか?この土地には図面上通称「赤道」と呼ばれる細道が複雑に入りくんでき、当時庶務を担当した私はいくつもの細道の所有を確定するべく書類を整えました。耕作地への通路や千曲川の漁業関係の敷地だったのでしょうか。平らに整地されたグランドからは想像できない、かつての人々の暮らしが見えてきそうな図面でした。

校地の取得に關し思いつくままに資料や記憶を振り返りました。上田西高校は多くの幸運に恵まれたこと、地域の人々の教育への熱意に支えられてきたこと、教職員の努力によって愛される学園に成長できたことに改めて深く感謝致します。そしてこれからも地域の方々の信頼を裏切ることなく、愛される学園であり続けなければならぬと肝に銘じました。

適地を求めて土地を耕し土作りをし、どんな良木を植えても慈雨に恵まれなければ立派な大樹には育ちません。静かに降り注ぐ慈雨に恵まれるよう、学園が多くの方々に愛され応援していただけたことが、上田西高校の生徒達の安定感と、未来に向かって挑戦する力を大きく成長させてくれると信じています。



南側からの上田西高等学校(撮影:令和5年5月)

教室はまちがうところだ

学校長  
佐藤純也

学びの本質を突いた詩があります。

「教室はまちがうところだ  
みんなしどし手を上げて まちがつ  
た意見を言おうじゃないか まちがうことをおそれちゃいけない まち  
がつたものをワラッちやいけない まちがつた意見を まちがつた答えを  
ああじゃないか こうじゃないかと みんなで出し合い言い合うなかでだ  
んだんほんとのものを 見つけていくのだ そうしてみんなで伸びていく  
のだ・・・（以下続く）・・・」

この詩は、静岡県の中学校教員だった故蒔田晋治さんが六十年近く前に、子どもの背中を押そうと作ったものです。〈まちがった意見を言おうじゃないか〉〈おそれちゃいけない〉と呼びかけ、出された答えを〈ああじゃないか こうじやないか〉とみんなで言い合う中で、本当のことが見つけられるとして明言しています。正しい答えでなければならないと思つてはダメだと語り、教室で小さくなつて黙りこくるようになると注意をします。そして〈はじめから答えがあたるはずないんだ〉〈間違うことは恥ずかしいことでも笑われることでもないんだ〉と優しく話し掛けます。

藤田さんは当初、作った詩を教え子の学級新聞につづりました。つづった詩に共感した同僚が、教員の全国大会の会場に張り出すと、参加者が次々と書き写し始めたそうです。その後、二〇〇四年（平成十六年）に絵本として出版されて全国に広がり、多くの学校で読み聞かせなどで活用されています。本校では、この詩のように、意見を言い合ったり、失敗を恐れず努力を重ねた結果、今年度も多くの生徒の活躍が見られました。

サッカー部は、第一〇三回全国高校サッカー選手権長野県大会において七年ぶり三回目の優勝を果たし、全国大会の出場権を獲得しました。市立長野高校との決勝戦は、前半二点先行するものの後半追いつかれる苦しい展開の中、延長戦でも決着がつかずPK戦の末勝利しました。目の前のプレーに、常に全力を尽くす選手の姿は、私たちに勇気と感動を与えてくれました。そ



## 優勝メンバーと大応援団

して素晴らしいのが応援でした。サッカー部員に加え、野球部、チアリーダー部、吹奏楽部、一般生徒も多くの駆け付け、そこに保護者や卒業生も加わり一体となつた大応援でした。試合前から「うえーだにし校」が力強くサンプロアルワインに響き渡り、選手たちも大いに励まされたはずです。サッカーに限らず、このように頑張る仲間を一生懸命に応援する姿は、見ていて気持ちのいいものですし、本校の素晴らしい点のひとつだと思います。

全国高校サッカー選手権大会が開幕しました。誰が上田西高校の快進撃を予想したでしょうか。私は、初戦となる前々日の十二月二十九日に、長野県教育委員会事務局スポーツ振興課の北村指導主事と現地に入りました。北村指導主事から、二十九日にはスタッフに、翌三十日には選手に対して力強い激励をしていただき、選手の士気が高まるのが感じられました。そして迎えた初戦となる二回戦、地元からは小澤隆幸上田市副市長や武田さち上田市議会議員らが応援に駆けつけてくれました。選手たちはのびのびと自分たちのサッカーを展開し、監督の好采配もあり見事勝利を飾り、一生の想い出となる大みそかになりました。年が明け一月二日には大観衆が詰めかける中、三回戦が行われました。この矢板中央高校との試合を見ていて、私は生徒を誇りに思いました。それは、試合に勝つたからではなく、選手のピッチ内外での「立ち振る舞い」が素晴らしいからです。相手チームは、レフエリーのジャッジに対して両手を広げてアピールする光景も見られましたが、本校の選手にはそんな姿はみじんもなくサッカー部のモットーである「正々堂々」としたプレーで、常に全力で臨む大きな声を出し、そこに吹奏楽部とチアリーダー部が加わり、迫力ある応援

で選手を力強くあと押ししました。頑張る仲間を精一杯応援するという姿を目にし、たいへん誇らしく思いました。準々決勝では敗れたものの、プレーも立ち振る舞いも応援も、ベスト八にふさわしいものであったと思っています。全国高校サッカー選手権大会で長野県勢が勝利したのは五大会ぶりとなります。十一月九日の長野県大会決勝で勝利し、全国大会出場権を得ましたが、これに満足することなくチームの底上げに励み、結果、チームが県大会より大きく成長したことがこの度の成績につながったと思っています。今大会に参加するにあたりまして、ご支援をいただいた関係の皆様方に感謝するとともに、サッカー部のさらなる飛躍を期待するところです。

ほかにも、全国高等学校総合体育大会（インターハイ）には、今年もレスリングとアーチェリーが出場しました。レスリング個人対抗戦では、九十二kg級で浅野志郎君が第三位、同じく六十kg級で依田晴樹君が第五位に入賞しました。二人は佐賀県で行われた国民スポーツ大会にも長野県代表として出場し、浅野君が準優勝、依田君は五位に入賞しました。全国高等学校総合文化祭（清流の国ぎふ総文二〇二四）には、美術部の内田花埜子さんの作品『優しさ』が美術・工芸部門に、新聞委員会の金井茉優さんと塚田礼さんが新聞部門に長野県代表として出場しました。

新聞委員会は、秋に行われた第八回長野県高等学校新聞コンクールで念願の最優秀賞を獲得し、次年度の全国総文祭への出場を決めました。書道部は、全日本高等学校書道パフォーマンスグランプリ東海大会で第一位に輝き全国大会に出場、吹奏楽部は、ジャパンカップ二〇二四全国高等学校マーチングバンド選抜大会で七位となりました。このように、従来の運動部に加え、文化部の活躍が年々見られるようになつてきたことは、学校にしましたが、その陰には保護者をはじめ生徒を支える方々や、顧問の先生方をはじめ、「指揮者」的な存在の方々に感謝するところです。



内田花埜子さんの『優しさ』

指揮者と言えば、長野県に馴染みがあり、「セイジ・オザワ松本フェスティバル」や「長野県名譽県民栄誉賞の第一号を受賞」で知られる小澤征爾さんが二〇二四年二月に亡くなりました。中学時代の小澤さんは、ピアノを習う一方で、ラグビーに夢中で泥んこの練習着のままで鍵盤に向かうこともあります。ある日のラグビーの試合で、両手の人さし指を骨折してしまいました。ピアノはもう無理だ、とショーゲーと先生が教えてくれました。「指揮者」というのがあるー。これが指揮者の始まりとなりました。小澤さんは、桐朋学園に進み、外国の音楽をやるなら、その土地と人を知ろうと考えました。海外渡航が難しい時代であります。小さなスクーターとギターを供に貨物船でフランスに渡りました。一九五九年の二月、二十三歳の武者修行が幕を開けました。言葉は通じず、懐も寂しい。度胸をすえてブザンソン国際指揮者コンクールに出演しました。誰にでも伝わる身ぶりや表情で大胆に棒を振りました。観客も演奏者も「ブラボー」と叫び拍手喝采、無名の日本人が頂点に立ちました。小澤さんの快進撃は続きます。カラヤンやバーンストインら巨匠の教えを受け、ボストン交響楽団やウイーン国立歌劇場といった名門を率いました。抜きんでた実力と温かな人間性により「世界のオザワ」の名声が定着しました。小澤さんは、華やかな活動の陰で、努力を惜しみませんでした。楽譜を見ながらの指揮は演奏家に目が行き届かないとして、数時間に及ぶオペラの楽譜もすべて暗譜するなど楽譜を徹底的に読み込みつつ、〈柔軟で鋭敏で、しかもエネルギッシュな体〉を作りました。さらに優れた教育者であった師の斎藤秀雄さんの志を継ぎ、音楽塾などを主宰して若手演奏家の育成に力を注ぐなど後進の育成にも情熱を傾けました。小澤さんの自伝に「僕はもつともと深く、音楽を知りたい」とあります。含蓄のある言葉です。

サッカー部をはじめ、生徒諸君の活躍に勇気づけられた年となりましたが、前述の故藤田晋治さんの学びに対する考え方や小澤征爾さんの生き方を大いに参考にすることで、本校の教育活動をさらに前に進めていければと考えています。

# 高大連携に向けて

特進指導部 原 公 彦

本校の進学改革プラン二〇二四では、国公立大学への合格者を三十名以上に増加させることが目標となっている。しかし、同時に、上田西高校が地域唯一の私立高校としての存在価値を高めていくためには、「地域・地元に貢献できる人材育成」が必要なのではないか、と考えている。長野県内には国公立大学の信州大学と、公立大学の四大学（長野・長野県立・長野県看護・諏訪東京理科）がある。過去、信州大学への進学者は一定数出していたが、信州大学以外の地元公立大学への進学を推進し、「地域に貢献できる人材を育成する」目標を実現させるため、長野県内公立大学プロジェクトを発足した。

令和三年頃から進学コースの学力が上昇し、進学コースから国公立大学への進学を希望する生徒が増加傾向にあり、そういう状況に対応する必要性もあつたことも理由である。また、令和四年入学の生徒から「総合的な探究の時間」が単位化され、総合型入試や学校推薦入試と探究課題をリンクさせて大学入試に挑戦できる状況が作られたこともこの試みの後押しとなつていて。

## 主な活動内容

県内国公立大学プロジェクトでは、年間を通して以下のような活動を行つてている。

- 一月 全体説明会
- 二月 大学説明会（アドミッション・ポリシーを中心とした説明会）
- 三月 卒業生進路講和
- 六月 大学入試説明会（総合型・学校推薦を中心とした説明会）
- 七月 面接指導会
- 八月（九月） 出願指導
- 十月（十一月） 入試対策（小論文・面接指導）

## 今後の展望

プロジェクトが三年間経過したところで、次のステップにつなげる総括をしておきたい。下の表は令和二年からの前半入試（総合型・学校推薦）の受験者数・合格者数の推移である。受験者・合格者ともに増加しているが、進学コースからの合格者の増加は顕著である。平成年間は進学コースから国公立大学に合格すること自体がほんなかつたため、令和に入つてからの状況は、進学コース上位者の選択肢に、国公立大学への進学が入つてきたことを裏付けるものである。また、プロジェクトの活動は主に県内四公立大学にターゲットを絞っているが、特に長野大学は志願者も多く距離的に近いものもあつて、入試に関して協力関係を築かせて頂いている。この活動を発展させて将来的に県内の国公立大学と高大連携を実施し、探究活動の出口としての大学進学先を確保したりすることで、より充実した教育活動を進めていくことが可能になる。

現在は先進校視察の段階でとどまつているが、将来的にはこの活動を本格的な高大連携に結び付けることが特進指導部に課された使命である。

	令和2年	令和3年	令和4年	令和5年	令和6年
国公立大総合型出願者	6	11	13	9	11
国公立大学校推薦出願者	13	19	22	16	30
前半入試県内4公立大出願者	12	16	18	17	20
前半入試国公立大学合格者	9	15	10	12	15
進学コース合格者	2	8	5	6	5
特進コース合格者	7	7	5	6	10
合格率	47%	50%	28%	48%	36%
合格率（県内4公立大）	66%	56%	36%	53%	46%

# 一学年探究学習

一学年探究担当 小林稜弥

今年度で「総合的な探究の時間」の学習が本校カリキュラムに盛り込まれ、三年目を迎えることとなりました。また今年度からは三学年が同時に開講、これまで地歴・公民科が中心を担つてきた体制が変更され、全教員体制で生徒の指導に当たるという形式へと変化をして迎える「総合的な探究の時間」でありました。探究学習の担当者として様々に研修会・研究会で各校の実践例を聞く中での本校の活動の振り返りたいと思います。

「総合的な探究の時間」を考えるうえで重要なのが学校としてのグランドデザインであると考えます。学校としてどのような生徒像を育成したいのか。また、教育の目標であるが、本校でいえば「建学の精神」がそれにあたるであり、本校では四つの校訓を掲げています。一、己を尊び、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。上記の精神を育成することが本校の教育目的であり、「総合的な探究の時間」の学習もこうした生徒像に寄与するものに近づけられたらと考えています。

本校では木曜四限目の「LHR」とも親和性、相互性を持たせた形を取るために同じく木曜日五時限目に一、二、三学年が一齊に『総合的な探究の時間』を設定しており、一年では今年度、長野大学企業情報学部教授、メディア環境研究の前川道博先生にご教示いただきながらより密接な地域探究学習に取り組んで参りました。

一年度より一年前半は「ナゾ解明型」と題し、身近な地域に潜む「ナゾ」について探究してまいりましたが、今年度は前川教授のご指導の下、一年二組、五組、七組がそれぞれに上塩尻地区、西部地区、下塩尻地区を探究の場として選択し、五月二十九日の「全校学年行事」に際しては前川教授をはじめ、西部まちづくりの会、猫瓦の会、前川ゼミナールの学生にご協力をいただきながら上塩尻地域、西部地域、下塩尻地域に関するご説明をいただきながら、生徒が居住、登校する地域に関する「ナゾ」の発見・解明に向け

て身近な地域についてフィールドワークを通して概観しました。

また、フィールドワーク中には生徒一人ひとりの興味関心に従つて、写真を撮影し、撮影した写真は「みんなでつくる西部地域デジタルマップ」へと掲載をいただきました。普段の生活の中では足早に通り過ぎてしまう通学路や居住地域に関してゆっくりと目を凝らし、耳で聞いて、鼻で嗅ぎ、五感を使いながら観察することで生徒一人ひとりが独自の視点で地域に触れ感じ考えることができたように思います。

また、前川教授、猫瓦の会の皆さんに地域についてご教授いただいたおかげで生徒自身がこれまで知らなかつた、気づかなかつた新たな事実や、塩尻地区という名称や名勝「岩鼻」に伝わる伝承、伝統工芸である生糸生産にも触ることができ、とても有意義な時間を過ごすことができました。

ICT化、DX化などがさけばれる今日では、市民社会のつながりが希薄化し、地域とつながる、地域とふれあう機会を持つことが難しくなりつつあります。「総合的な探究の時間」では、インタビューやフィールドワークを通して、現代では失われつつある、社会と密接につながる体験・経験の中で、生徒の感受性や目の前の課題に積極的に取り組んでいく実行力、「どのように社会・世界とかかわりよりよい人生を送るか」といった学びに向かう力や人間性を身に着けて行つてもらえたると考えます。

不合理な部分や最適化できていない部分などご迷惑を多方面におかけしてしまいましたが、よりよい「総合的な探究の時間」の構築に向けご協力、ご尽力をいただきました皆様に感謝申し上げます。誠にありがとうございました。



1年3組の様子



1年6組の様子

# 台湾修学旅行実施報告

二学年修学旅行係 矢澤龍一

## はじめに

本校が初めて海外修学旅行を実施したのは平成七年にまで遡る。途中様々な事情により行先を国内へ切り替えたことはあつたが、実に三十年に渡つて海外への修学旅行を実施してきた。今の本校の国際教育は県下随一であるが、その原点であり、基礎となる部分がこの「海外修学旅行に学年全員が参加する」ということだと考える。実際、出発前の生徒たちは、必ずしも台湾修学旅行に対して前向きと言える状況ではなかつたと感じる。しかしながら異国に足を踏み入れ、そこで同世代の人と交流し、日本ではない街並みを自らの足で歩きながら景色を見て感じて帰国した生徒たちは、「日本との違いが感じられた」「改めて日本の良さが分かった」「楽しかつた。今度は自分で台湾へ行ってみたい」「台湾への修学旅行を継続すべき」などと肯定的な感想が並び、日本をより深く理解することにつながり、そして海外へ目を向かせる一つのきっかけになつたと考へる。円安や航空便の縮小など、三百人規模での海外修学旅行を行うこと自体が段々と難しくなつてきていることは承知しているが、この経験は他には代えがたいものであると再確認することはできた。これから先のグローバルな時代を生きる人財育成の観点からも、非常に大切な時間であつたと感じるとともに、こういった機会を下さつたすべての関係者の皆様に感謝の気持ちでいっぱいである。

## 下見を通して感じたこと、旅行の構想について

修学旅行に先立つて、昨年（令和五年）十一月に下見に行かせていただいた。私自身台湾を訪れるのは九年ぶりのことであつたが、当時も修学旅行係で下見、本番と二度台湾を訪れていたこともあり、ある程度のイメージは思い描いていた。実際に訪れて感じたことは想像以上の物価高騰、円安の影響を受けているということ。いわゆる大型ショッピングセンターやデパートなどでは気軽に買い物や飲食をすることが難しいのではないか（郊外や下町は

まだまし）。また、台北市中心部の発展、都市化は凄まじく、我々が想像する台湾の姿はそこにはなかつた。近年のアジア諸国の急成長を実感できる高層ビルが立ち並ぶ街、東京と遜色のない景色から何かを感じてもらいたい。とりわけ台湾は半導体受託生産で世界一の企業を有し、一人当たりGDPでは二〇二二年に日本を追い抜くまでとなつた（二〇二三年は日本がわずかながら上回つた）ことを少しでも実感させたい。

以上のことから、①自由食を増やしすぎ、満足な食事がとれないことを回避するため、必要十分な食事の量と質を確保し、健康的な旅行にする。②新しい台湾と懐かしい台湾の両面を見ること。特に台北市中、心部を拠点として行程を組むことで、近代的な部分を多く見せたい。③ホテルの質にこだわること（特に建物や部屋の清潔感とトイレットペーパーが流せること。衛生面を考えても必須）。④最近の修学旅行のトレンドは「自由散策を多く取り入れる」ことだそうで、生徒に主体的に旅行参加させるため、行程の多くをクラス選択にし、旅行の自由度を上げる。この辺りを修学旅行のベースに据え、一年後の本番に向けて構想を練ることとなつた。結果、「台湾がここまで都会だとは思つてはなかつたから驚いた」という声が多く聞かれ、ホテルとクラス別行動の満足度が非常に高いという結果を得ることができた。

## 学校交流とB&S

海外修学旅行の目玉の一つが現地同世代との交流ではないか。過去には台湾南部の高雄市や、真ん中のあたりに位置する台中市の学校と交流をし、熱烈な歓迎を受けた経験がある。その経験は生徒にとって代えがたいものであ



101 タワー展望台からの眺め

ると想像できる。しかしながら拠点となる台北市からはバスあるいは新幹線での長時間移動が強いられ、四泊五日の限られた時間を有効活用できるかという点においては疑問が生じる。様々な条件を天秤にかけ、時間効率を重視して今回は台北市内の高校と学校交流をするという結論に至った。本校のようないくつかの学校を受け入れられる台北市内の高校はかなり少數のようだ。長野県観光協会の恵崎さんや現地の校長会からの推薦もあり、ホテルから約四〇分の場所に位置する木柵高校を交流校として決定した。木柵高校は、日本の学校との交流経験も豊富で、こちらが希望する交流内容にも了承してもらいたいながら、順調に準備が進んでいたが、下見で合意を得ていた内容に後から次々変更が生じ、なかなか難しい調整を迫られた。実際の交流内容においても班ごとに熱量差が感じられ、課題の残る内容になつたことは否めない。しかしながら全体交流会で見せたルーム長会による堂々とした英語での学校紹介プレゼンテーションやダンス発表、現地高校生と笑顔でコミュニケーションをとり、楽しそうに写真を撮り合う生徒たちの姿を見ると、意味のある時間になつたと考える。現地大学生と街中散策を行うB&Sにおいては、非常に高い満足度を得る結果となり、修学旅行の目玉の一つとしてしつ



十份の点燈上げ

かり機能したのではないか。何より、初対面の高校生または大学生を相手に積極的にコミュニケーションを取りに行く姿勢、インスタグラムなどのSNSアカウントを交換して友達になろうとする姿は、これからグローバルな社会を生き抜くうえでは重要な資質であると考える。生徒たちの頼もしい姿を見ることができた一日であった。

### ルーム長会と学習係の活躍

学年全体を動かすとき、必ずと言っていいほどコアな仕事を任されるのがルーム長会である。前述の全体交流会での活躍（準備を含め）もそうだが、自主規律の作成やルーム長会新聞の制作、旅行中の点呼や連絡事項の伝達、帰国後の学校見学会での発表など、多岐にわたる活動を任せられた。全体を俯瞰する意味、管理ではなく調整に徹し、学年集団がよりよく回るようになると相違ない。間違いなく本人たちの成長の一助となつていていること、さらにはこういった取り組みに触れていたこの学年集団の財産になつたはずである。この財産を、新たなルーム長会、生徒会集団、学年集団作りに生かすことを期待せずにはいられない。また、修学旅行の「修学」の部分について中心となつた学習係。台湾という漠然としたイメージから、各クラスにテーマを与え、そのテーマを深堀していくことで、これまで見えなかつた台湾の姿が見えてくる。

学校見学会を行うことで、異なる視点から台湾を見ることが



木柵高校でのルーム長会による学校紹介プレゼンテーション

ができ、また違う台湾を知ることができた。学習係の生徒たちのこういった働きも、実は西高の大きな財産であると強く感じる。旅行中のミッションは生徒たちに滞在の楽しみを一つ与えることとなつた。この二つの組織、ルーム長会と学習係の活躍なくして、修学旅行の成功はなかつたと言える。生徒たちの活躍もさることながら、携わりご指導いただいた先生方にも心から感謝したい。

### 課題を挙げるとすれば

より良い修学旅行にするための課題をいくつか挙げたい。まずはルーム長会に属する生徒と指導する教員の負担が大きいこと。旅行の前後を含めて多くの仕事を請け負い、それを乗り越えることで組織として成長できる。リーダー育成の観点からも必要なことかもしれないが、精一杯の状況であつた感は否めない。持続可能性を考えると、役割の再分配、係分担の大幅な見直しと明確化、担当教員増など、根本的な部分の見直しが必要と思われる。次に交流校の選定。台湾修学旅行が永久に続くとは考えづらく、初めて訪れる旅行先の交流校の選定には、交流の質や時間効率など様々な条件から総合的に考える必要がある。

最後に自由行動と安全管理のバランスについて。前にも述べた通り、修学旅行のトレンドは「自由散策」であることを考へると、その時間を多くとりたい一方で、異国之地での安全管理をどう考へるか。正直今回我々が宿泊したホテル周辺の治安は良くなかった。日本と比較してしまえばどこの国もそうなのかもしれないが、まずは安心安全な修学旅行で、無事に行って帰つてくる。その上で多くの学習成果を



木柵高校での班別交流 1



木柵高校での班別交流 2

上げたい。こう考えたときに、より慎重な計画とその国や地域の様子を踏まえた柔軟な対応が必要と思われる。

### おわりに

頭で考へることと実際に体験することでは大きく異なる。修学旅行はその最たる例の一つではないか。海外に行つたという経験は、必ず人生の糧となり、自らの人生をより豊かにするための要素になり得る。そういう意味で、高校生のうちに、「全員が海外へ行く」という体験は極めて貴重であり、西高が積み上げてきた財産に他ならない。そんな貴重な体験をした生徒たちの今後の飛躍に期待したい。

末筆ではございますが、今回の修学旅行に關係いただきましたすべての方々に感謝いたします。皆様のお力添えで、修学旅行を無事終えることができました。本当にありがとうございました。

## 生徒とともに作る学年

三学年主任 山口 裕恵

人工知能の活用が進み社会構造が変化するなか、ゼロからイチを生み出せるのは人間だけといわれ、教育の世界でも、自ら課題を発見し取り組む「主体性」が今まで以上に求められている。「主体的な学び」は、新学習指導要領のキーワードになつており、私たち学年団も慣れないながら「生徒主体の学年」を目指してきた。それが顕著に表れたのは修学旅行だ。二年次の台湾修学旅行では「生徒とともにつくる旅行」を目標にし、ルーム長会の生徒たちが、どんな修学旅行にしたいかをまとめ、学年団と話し合い、目的を決めところから始めた。

生徒たちが「思い出に残るような写真や動画を撮つて共有したい」「現地の若者文化に触れたい、交流したい」と希望し、自分たちで考え計画した修学旅行は、与えられた旅行にはない充実感があつたはずだ。帰国後の修学旅行報告会も生徒主導で、クラス枠を取つ払つて体育館の床に自由に座るという斬新なスタイルで行われ、そのリスク管理も行つてくれた。修学旅行をやり遂げた生徒たちの成長ぶりには感心したし、学年団とルーム長会の信頼関係が生まれた出来事だった。

その後も、三年生の四月の学年行事日には、ルーム長会主催で「ミニサッカートとクイズのクラスマッチ」を行い、五月の進路行事は「全員いつかは就職するのだから」という生徒の発案から、全クラスで企業見学を実施した。一年次から各学期の終業式の度に行つてきた学年集会も、さすが三年生になると危なげなく運営してくれている。

このように私たち学年団は、ルーム長会担当の先生のご指導のもと、学年一丸となる機会を大切にしてきた。クラス同士がお互いを認め合い、よきライバルとして高め合い、学年単位でチームワークを醸造してくることができる。そして、西高祭や体育祭で学校全体を引っ張ることのできる三年生になることができたと感じる。

今年の冬はサッカー部が七年ぶりに全国高校サッカー選手権大会に出場して全国八強入りを果たした。昨年甲子園に出場した野球部が、即席応援団を結成し、チアや吹奏楽と一緒にになってサッカー部を全力応援してくれた。書道部も二年ぶりに全国パフォーマンスグランプリに出場し、見事な作品を披露した。書道部はサッカー部壮行会のために三年生部員全員の名前を入れた作品を作り、ステージに飾つてくれた。そのお礼にと、今度はサッカー部から書道部の全国大会に向けての応援動画やお守りが贈られた。全て生徒たちの自発的な行動だ。仲間同士の、互いに応援したいと思う気持ちと応援に応えたいという気持ちが、全国の大舞台で大きな力を生んだことは間違いない。学年内に、このようなクラスや部活の枠を超えた絆が育つてることに感動した。きっとこれから一般受験に臨む生徒も、多くの仲間の応援を受けて全国の舞台で自信をもつて勝負してくれるはずだ。

さて、残るは集大成としての卒業式。主体的な学びを体現し、新しい西高文化を創造してきた三年生には、自信と誇りをもつて卒業してほしい。そして、私たち学年団は最後まで寄り添いたい。ルーム長会担当の土屋勇満先生、三年間辛抱強くご指導していただきありがとうございました。



学年ミニサッカークラスマッチ

# 能登半島地震被災地支援 生徒会一年間の取り組み

生徒会主任 森 下 晓



校門前での募金活動

上田西高校ではこれまで、東日本大震災をはじめとする大きな災害が起きたびに募金活動やボランティア活動を実施してきた。今回の能登半島地震でも、自然と復興支援に対する取り組みが始まり、さらに今回は被災した地域が普段部活の大会等で接する機会の多い北陸地方であつたこともあり、これまで以上に「自分たちで何かできないか」という思いを多くの生徒が持つた。その思いをもとに様々な活動に取り組んだ生徒会の一年間の活動をまとめたい。

## □活動の経過

### ①上田西高校での取り組みのスタート

年始の発災を受け、いち早く行動を開始した。冬休み期間中ではあつたが一月五日（火）に有志役員が集まり支援内容を検討し、三学期始業式後の二月十日（水）～十一日（木）の二日間、上田西高校校門前と校舎内にてJR C部と共同で募金活動を実施し、十五万七〇四〇円を集め被災地に送つた。

②学校を超えた高校生の連帯形成に向けての取り組み  
本校と同様の募金活動が全県の高校でも行われていることを知り、県

内生徒会のネットワークを通じて連絡を取り合い、全県でまとまつた活動ができるいかを模索した。一月に行われた全県の生徒会対象の文化祭ガイダンスの場において特別に時間をもらい、本校生徒会長が全県での活動の呼びかけを行つた。

全県での活動を実現する前に、まずは、身近な地域の高校で連携を取ることができないかと考え、二月四日（日）に上田市内五つの高校（上田高校、上田染谷丘高校、上田東高校、上田千曲高校、上田西高校）の生徒会による合同募金を実施した。上田市社会福協議会の方に協力いただき実施したこの募金活動では、二時間という限られた時間の中ではあつたが、三十九万四六五九円が集まつた。この支援金は社会福祉協議会を通じて被災地支援に役立ててもらうようにした。

### ③現地での活動

募金活動等を行う中で、現地のニーズを把握し、募金活動以外の支援活動ができないかという思いが強まつていつた。そのためには、まずは被災地に向く必要があると考え、三月に被災地支援のボランティア活動を実施することを決め準備を進めた。現地にはボランティアに行くだけではなく、現地の高校生との意見交換を実施することとした。そこで、本校サッカー部が交流のあつた、石川県七尾市にある私立鵬学園高校に連絡を取り、ボランティア前日に訪問することにした。最終的に三月二十五日（月）～二十六日（火）に生徒会役員十三名がボランティア隊として石川県に向かつた。



被災により壊れてしまった家庭廃棄物の搬出の様子

など、メディア等ではあまり取り上げられない高校生の視点からの意見を聞かせてもらうことができた。そして、今後も生徒会同士交流しながら復興に向けてお互い協力していくことを確認した。交流後には七尾市内を視察した。至る所に被災のガレキなどがあり、被災地が復興に至っていない現実を確認した。

二日目は七尾市ボランティアセンターが取りまとめているボランティア活動に参加した。あいにくの雨でボランティアは午前中のみとなってしまったが、ボランティアに参加している人や支援を受けた人など多くの方から様々な言葉をいただき、被災地の実情やボランティアに参加することの意義を実感することができた。また、ボランティアを実際に経験することで、参加に対するハードルが意外に低いことを実感し、高校生ももつと積極的に参加してもよいという思いを持つようになった。この思いがその後一般生徒にボランティアを呼びかけるもととなつていった。

#### ④ 支援の動きを全校に

三月のボランティアの様子は新年度が始まった四月五日（火）に、全校集会において報告を行った。またその内容を冊子にまとめ広く配布した。さらに、地震発生から時間がたつことで、震災の風化が進むことに対し違和感を持った生徒会では、七月の文化祭において、震災復興企画を実施した。一つは鵬学園高校生徒会の役員の方を招待し、本校生徒会役員とのトークセッションを実施した。鵬学園生徒会からは七尾市の現状について話をしてもらい、本校生徒会からはこれまでの支援活動及び今後の支援の在り方について発表した。生徒だけでなく一般の来場者にも話を聞いてもらい、復興支援がまだまだ必要であることを訴えることができた。（夏休み明けの八月三十一日（金）には、今度は本校生徒会が鵬学園高校文化祭に招待され、これまでの活動や今度の活動に向けての発表を行った。最初の訪問の時に約束した高校生としてできることをお互いしていこうということを実践することができ、良いつながりができるといえる。）併せて石川県の物産展を行い、十五万円を売り上げ、利益分を全額被災地に送った。

#### ⑤ 上田市内高校生でボランティア活動

九月二十日（金）、二十一日（土）に上田市社会福祉協議会のボランティア企画に上田西高校としても参加した。この活動には生徒会役員だけではなく

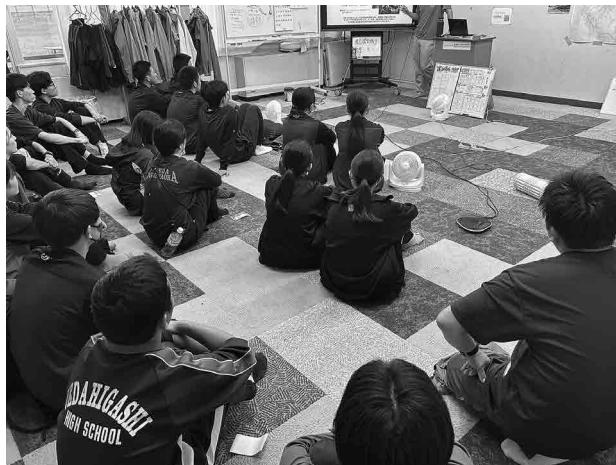
く、広く一般生徒に参加を呼びかけ十名の生徒が参加した。また、この企画には、上田市内の他校の生徒（上田高校 上田染谷丘高校 上田東高校）も参加し、支援活動の幅を広げることができた。一日日の移動日には宿舎において高校生の意見交換会を実施した。日ごろ自分たちだけでは考えることのなかつた視点での意見もあり大いに刺激となつた。二日目は、当初は輪島や能登で活動する予定であったが、線状降水帯の発生など危険が伴う天候となり、急遽七尾市にある「災害NGO結」のベース基地にある、支援物資の仕分け作業を行うこととなつた。実際に被災している方への支援は行うことができなかつたが「災害NGO結」の代表の方よりお話を伺う機会を得ることができた。そこではボランティアのコーディネーターの大切さやベース基地の存在の必要性など、災害ボランティアの在り方そのものについての話を聞くことができ、とても貴重な体験となつた。

#### ⑥ 新たな被災とその支援

九月二十一日（土）に、現地において豪雨被害を目の当たり



ベース基地において仕分け作業



災害NGO結 代表の方からの話

にしてきた生徒から、まだまだ支援を終わらせてはいけないという思いが出てきた。その思いを受けて、九月二十七日（金）に上田西高校正門前で募金活動を行った。その際に五万四十二円の支援金が集まつた。この支援金は今回ボランティア活動でお世話になつた「災害NGO結」に送り被災地支援に役立ててもらうようにした。

#### ⑦高校生の思いを地域社会に

十一月二日（土）上田市地域産業展において、上田西高校のこれまでの活動や、九月のボランティア活動についてステージ上での報告を行つた。ここには同時にボランティアに参加した上田染谷丘高校の生徒も参加した。まだまだ支援を必要としている被災地に向けて高校生が何を考え動いているかということを社会にアピールすることで支援の継続につながればと考えた。

#### □活動の特徴

今年一年の活動にはいくつかの特徴的な側面がある。それをまとめたい。

##### ①学校の枠を超えた活動

今回の取り組みの最も特徴的な点は、学校の枠を超えた活動につながつていつた点である。これは、生徒会の役員が長野県の高校生が学校を超えて連



上田市内高校 共同募金活動

携することで被災地復興の大きな力になると考へたからである。そして、最初の学校内の募金活動の後、全県の生徒会のネットワークを活用して学校を超えた長野県高校生としての支援ができないかということを本校生徒会より投げかけを行つた。この意見に賛同したいくつかの高校生徒会の役員が実際に集まり、学校を超えたつながりを持った活動の模索が始まつた。そして、実際に長野県文化祭ガイダンスの場において全県の生徒会へ呼びかけるところまで実現することができた。

ここまで順調に話を進めることができたが、実際に具体的な活動に移るうとすると彼らは様々な障害があることに気づいていくことになる。活動の日程の問題や場所やその規模、内容、資金的なものはどうするのかなどである。多くの学校にそれぞれに実情があり調整が難しかつた。また、あくまで生徒会活動のメインは学校内の自治活動であり、文化祭などの行事は何においても優先しなければいけないことも事実であり、そこかをおろそかにしては本末転倒になつてしまつ。そのような現実を受け、残念ながら全県でのまとつた支援活動という動きを実現することはできなかつた。

しかし、彼らの起こしたこの動きが全く実現しなかつたわけではない。全県でのまとまりが難しいとなつていても、まずは身近な地域での連携と考え、実現したのが、二月の上田地域高校生徒会による合同募金活動である。この募金活動では、たつた二時間の活動で四十万円近くの募金が集まつた。この活動により、学校の枠を超えて高校生が連携し声を上げることがいかに大きな支援につながるかということが証明された。そしてこの活動が足掛かりとなりお互いに連絡を取り合うようになつたことで、最終的に九月のボランティアに複数の高校が参加するという形につながつていつた。当初目指した全県とまではいかないが、学校という枠を超えた活動の実践という大きな足跡を残す形なつた。

##### ②被災地の高校生とのつながり

もう一つの特徴は被災地の生徒と連携をとつた点である。現代の高校生は当たり前のようにスマートフォンを持ち、ネットを通じて様々な情報を手にしている。それは日本の各地で起きていることでも瞬時に知り得るということであり、今回のことでいうと被災地の様子がどのようなものであり、どのような支援を必要としているかという情報をすぐに知ることができ、被災地

支援を迅速に行えたという点ではとても有効的であった。しかし一方でSNSを中心に様々な意見が飛び交っているネット社会は、高校生が行動を起こすうえでの妨げになっている面もある。例えば、ボランティア活動一つとっても、好意的な書き込みもあれば、「こんな時期に現地に入ることは逆に邪魔になる」といった否定的な書き込みも多くみられる。そのため今回のボランティア活動に行く前に、何人かの参加者が「本当にいいのだろうか。逆に迷惑になるのではないか」という不安を抱いていたのも事実である。

このようなネット社会の負の側面を解消するために最も大切なことは「リアル」に触ることであると考える。ネットの中の不特定多数の言葉より、目の前に熱をもつて語り伝えてくれる言葉にこそ大切な思いがあるはずである。そのため取り組んだことが、現地の高校生との意見交換である。そこでは、メディア等では取り上げられない高校生ならではの意見を聞けるといった収穫があり、なかでも、被災した高校生から直接、「私たちの街にボランティアに来てくれるとは全く迷惑でない」という言葉をもらえたことは参加した生徒にとって大きな勇気となつた。



鵬学園生徒会との交流会

ネットではなく「リアル」を実感することができたことに、この交流の大いな意味があった。そして、「リアル」で意見交換をしたからこそ、その後のお互いの文化祭での交流や復興支援の活動につながつていったといえる。これが電話やメールだけのやり取りではここまで活動が広がることはなかつたのではないか。

#### □今後に向けて

震災からの復興途中に豪雨災害まで起こった能登半島は、まだ復興に至っていない。年が明けた現在も水道などのライフラインが復旧していない集落が多数あると聞く。その現状に対し支援活動はまだ必要といえる。生徒会役員も新しい代となつたが、被災の実情を理解し、先輩たちが実践したことを見き、社会の課題に向き合うという西高の伝統を引き継いでほしい。

#### □ESD優秀賞 受賞

今年度の生徒会役員の活動を、NPO法人日本持続発展教育推進フォーラムが主催している、第十五回ESD大賞に応募したところ、「ESD優秀賞」を受賞した。この「ESD大賞」は、ESD（持続可能な開発のための教育）の理念に基づく取り組みを積極的に実践する学校を奨励することを目的とし実施されている。受賞にあたり審査員の方から、「他校も巻き込んだ活動の広域化など、高校生とは思えないスケールの大きな活動」という講評をいただいた。学校の枠にとらわれない実践がまさに評価されたといえる。このことを一つの励みとし、今後の上田西高校生徒会をより活発なものにしていきたい。



ESD大賞受賞式に参加した生徒会長山下智也さん

# 国際教育の取り組み

国際教育係主任 山 岸 真由子

## 留学生と西高生活

今年度も多くの留学生が西高生とともに学びました。長期留学生受け入れ数で見ると昨年よりは減少したものの、受け入れ時期があまり重ならなかつたことで、四月当初から毎月留学生が途切れない状況を生み出すことができました。今年の長期留学生は、オーストラリア姉妹校CCGSより一名、交流校BDCより五名を受け入れました。派遣では、一月現在BDCへ一名（一か月一名）、CCGSへ二名（三か月）、そして来年度BDCへ一名（二か月）の派遣が決まっています。

また今年度は十月二日～五日に二十名の生徒をCCGSより迎え、クラスマッチや授業、ホームステイを通じて西高生と交流を深めました。団体受け入れはコロナ禍を経て五年ぶりでしたが、多くの方々のご協力をいただき、双方の生徒がかけがえのない時間を過ごすことができましたと感じます。ホームステイ受け入れを経験した生徒は「自分のがちない英語にも耳を傾けてくれ、普段の生活の中で楽しい時間を共有することができて嬉しかった。」と話してくれました。CCGSとの繋がりは、



BDC 留学生ダニエル君とクラスメート

## グローバルクラスメートと多様性教育

二〇一六年から毎年、アメリカの学生とオンラインで交流する「グローバルクラスメート」というプログラムに参加しています。今年度は、日米両国から三十九ペアの学校が選ばれ、本校ではカリフォルニアにあるミルズ高校と交流をしています（総進コース二年ワールドスタディズⅠ）。半年を通して、互いの日常生活や文化等について英語と日本語の両言語でメッセージをやり取りしたり、おみやげ交換をしたりしています。

また、昨年度の交流実績が高く評価され、「グローバルクラスメートサミット」への推薦枠をいたしました。これは、グローバルクラスメー



CCGS ツアー受け入れ

トに参加した学校の中から、日米それぞれ八名ずつの学生が選ばれ、十二日間オンラインで交流するものです。期間中、生徒達は国際的に活躍するプロフェッショナル達と異文化・日米関係・世界の課題・将来などについて語り合います。広い視野、グローバルコンピテンス（国際的な場で必要となる能力・力量）、国境を超えるネットワークを築く絶好の機会であり、グローバルリーダーの育成を目指したプログラムでもあります。本校からは一名応募し、選考を通過して参加しました。最終日には、アメリカの生徒は日本語で、日本の生徒は英語で、十二日間で話し合った内容のプレゼンテーションを行いました。本校から参加した生徒の様子を見て、英語力はもちろんのこと、プログラム参加前よりも自信を持つて話している様子が非常に印象的でした。世界と繋がり、自分を表現する経験を通して、一回りも二回りも成長した生徒の姿を見る事ができました。

### おわりに

近年、若者の留学を支援しようと、企業や自治体が留学費用を支援する取り組みが増えてきました。また、企業の採用担当者へのアンケートでは、「留学経験が採用の合否に関わったか」との質問に対し七割以上が肯定し、特に「自信」の面において際立っていたという回答が多数を占めました。留学を経験した生徒を見ていても、声が大きくなったり、何かの役割に立候補してみたり、自信をもつて新しいチャレンジをする生徒がとても多くいます。来年度も上田西高校での国際交流の機会が、一人でも多くの生徒にとつて新たな自分と出会い、自信を育む助けになることを願っています。



グローバルクラスメート  
おみやげ交換でもらった手紙を読む様子



グローバルクラスメート おみやげ交換の様子

# フィリピン エンデラン大学語学留学報告

国際教育係 増田桜子

## 語学留学の目的

海外の大学では長期休暇を利用した語学研修が常習的に行われます。サマースクールと銘打つてマンツーマンであつたり少數のグループレッスンであつたりという形で様々な授業や各種アクティビティを開催するのです。英語圏の大学のなかでも、フィリピンは日本と同じアジアということもあり身近な留学先として人気があります。私たち上田西高生の留学先はエンデラン大学でした。首都マニラ近隣にあるマッキンリーヒルズというエリアにあります。治安が良く、商業施設に隣接している恵まれた立地です。

私たちのこの留学での目的は、

英語での授業に参加しネイティブスピーカーの先生とのコミュニケーションを楽しむ、そして正しい発音、表現、すべてを吸収する事です。それと同時に進行で海外での日常生活を体験し異文化を理解する。自身の価値観や考え方を今までの枠を壊しきローバル、かつダイバーシティなものにする。この壮大な目的は達成できたのでしょうか。

## 体験、そして得たもの。



教室でのグループレッスン

できるのか？これが最初の課題です。一年生五人、二年生六人の参加者からなるグループで団長、副団長を決め上田駅から新幹線、東京駅から成田エクスプレス、成田空港へと歩を進めいざ、バッゲドロップ、出国審査、、最初のうちは「トイレはどこですか？」「先生、先に歩いて！」と何につけても不安そうにしていました。

何とか無事にフィリピンには着いたものの、水道水が濁っていて飲むどころか手も洗えません。トイレはペーパーを流すことが出来ず使い勝手に戸惑い、またスーパーで売っている果物、野菜は食中毒の心配から食べないようにして現地スタッフからも注意を受け、早速の異文化体験です。この衝撃はいかに日本のインフラが発達しており日常の当たり前が豊かなことなのかという学びになりました。自然と生徒たちの口から、「お母さんがご飯を作ってくれる。お風呂の準備も出来ている。毎日当たり前のことに対する感謝が漏れ、「家に帰つたらちゃんとありがとう」と感想が漏れ、外國に身を置き自分自身を達観視すること、支えてくれる家族に感謝することが出来ました。

さて、エンデラン大学での授業は午前がグループレッスン、午後が個人レッスン。全て英語ですが悪戦苦闘も束の間、みなネイティブの先生との会話を楽しんでいるようです。生徒たちの適応能力は目を見張るものがあり、先ず耳が慣れる、相手の表情とジェスチャーから会話を読み取る。次に自分の思いを單語で伝える。単語はショートフレーズになり、表情もどんどん明るくなる。もち



登校風景

ろん伝えたいことをどう表現したら良いのか悩むこともありました。エンドラン大学の先生はみな明るく心遣いも細やかで生徒に寄り添つて下さいます。いつしか、教室を飛び出し市内を歩く現地の方にインタビューチャレンジをしたり、皆の前でスピーチをしたり、すっかり英語漬けの毎日を楽しんでいました。平日はこのようにみつちりと英語のレッスンを受け、ホームステイとは違った語学の上達を望むことが出来ます。

一方授業以外での体験でも得たものがあります。週末のアクティビティです。マニラ市内観光ではフィリピンで最も重要とされているマニラ大聖堂やフィリピン最古の石造建築教会サン・アグスチン教会を巡り、近隣では最大のショッピングモールでの買い物、花火見学、ブールなどのアクティビティの中で生徒同士の結び付き、プラスこのチームには上田西グループの他に日本から個人手配で参加した他校の生徒が数名おり、彼らとの絆も出来ました。それは、海外のみならず自校の枠を超えた異文化、ダイバーシティの理解をも達成できたのではないでしょうか。

自分達自身に課した課題も一つありました。それはスラムを訪問し、ストリートチルドレンとの触れ合いを持つことです。生活環境は整つておらず、学校にも通えない。貧困、病気、犯罪に巻き込まれることもあると言います。小さな子供たちに折り紙を折つてあげたり、絵を描いたりしてあげるととても楽しそう。一緒にダンスしたり歌つたり、子供たちの笑顔がみんなの癒しになりました。この体験を日本に持ち帰り、世界で起きていることに関心を持つ。そして自分たちに出来ることを常に考える。これからグローバル化した社会の中で未来を担う生徒たちの大きな課題です。これは一つのきっかけに過ぎず、ここから自分の価値観の内側だけでなく、もつと外側の他者の思いを汲み取つて、正しい判断が出来る礎となつたのではないでしようか。語学留学に付帯した体験はとても大きな学びとなりました。

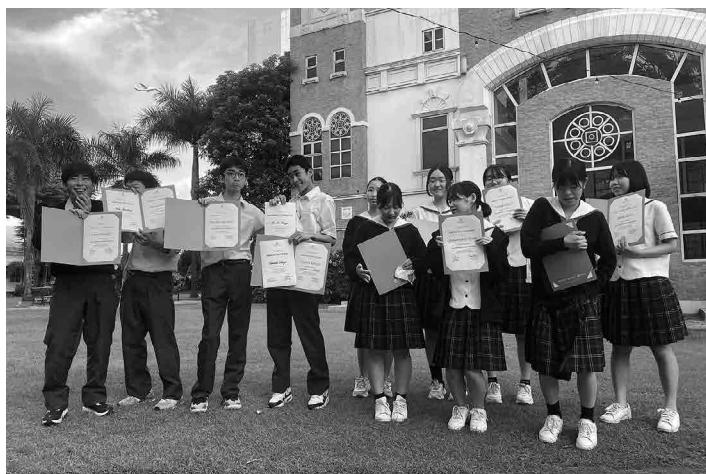
## まとめ

二週間はあつという間に過ぎてしまった、というのが皆の感想です。帰りのバスの中で「帰りたくない!」「また来たい」「エンデランの先生に会いた

い」と充実感と安堵の中にある寂しさが溢れていました。上手くいったことと同じくらいの失敗もしたのですが、それは自分達の力で経験値に変換することができました。初日の心許ない生徒達は確実に成長し、語学留学の目標と社会的目標を達成できたと思います。

「最初は何を言われているのか全くわからなかつたんだけど、今は話しかけられたことはわかるようになつたの。だからまた留学してもつと話をせるようになりたい」

以上が今回のフィリピン留学の大きな成果でした。



エンデラン大学語学研修修了式を終えて

# 奇跡のチーム【ミツバチ軍団】！

サッカー部男子顧問 白 尾 秀 人



矢板中央戦後半円陣

あの日、第九十六回全国高校サッカー選手権大会準決勝二〇一八年一月六日前橋育英高校との敗戦から、二〇二四年十一月九日の県優勝まで二五〇〇日、六〇〇〇〇時間が過ぎた。相手のシュートがゴール枠から外れ、七年ぶりの三回目の優勝が決まった。選手九十名、マネージャー五名、スタッフがそれぞれの立場の役割をピッチ内外で全力を尽くしてくれたことに感謝と感動。これまでの時間が頭を駆け巡る。嬉しいことよりも辛いことの方が多かったかもしれない。だが、過去よりも未来。全国をどう戦うか。気持ちは次に向かっていた。前回のベスト4を超えるというチーム目標を作ったからだ。

そして、運命の抽選会が日テレで行われた。二回戦徳島市立高校など対戦が決まった。三回戦からの組み合わせは、優勝候補の高校がズラリと並んだ。前回大会と比べて違うのはスタッフ、Jリーグ監督などの経験のある松永英機氏の強力なサポートである。

高校年代の実態やプロの環境を化学反応させ、選手権独特的の雰囲気を打破する一体感のあるチーム作りを行った。一・二年生は新人戦が十二月九日まで、三年生だけで遠征試合とそれぞれ強化を計った。少ないスタッフの中で難しさもあった。県新人戦では五年ぶりに優勝し、チームの底上げができた。

うれしい悩みもあった。選手メンバー選考にも時間がかかった。多くの選手がベストを尽くして頑張つてくれたからである。選手たちの積極的に取り組む姿勢や声を掛け合うなど雰囲気作りなど三年生を中心として向上したことが、全国大会へのレベルアップも感じた。あつという間に時間は過ぎ、開会式が行われた。長野県特産の林檎に真田幸村のシールを貼り正々堂々と行進した。準決勝と開幕戦だけしか試合ができない新しい国立競技場はとても新鮮であった。勝つてもう一度この場所に戻つてこようとチームの心は一つになつた。

全国高校サッカー選手権大会は『夢の舞台』。試合でいつも通りにプレーすることが難しい。良い準備できている、マネジメントができているチームが勝つ。二回戦徳島市立高校戦では、前半の入りがいつも通りでき松本翔琉選手が先制点を取ることができた。途中交代の高橋亮雅選手の得点は、彼の努力が報われたと感じる。二対〇の怖さを県大会決勝と同じミスをしないとハーフタイムで確認した。集中した守りで終了間際に失点するが二対一で勝利。長野県代表としては五大会ぶりの勝利。三回戦にコマを進めたのは七年ぶり。上田西高校以来と言われた。しかしながらもつと闘いが厳しくなる。



アニメ「イナズマイレブン」監督 宮尾佳和氏から贈られた色紙

三回戦矢板中央高校戦はU18代表GKなどタレント揃いのチームと決まりた。リーグ戦のカテゴリー順位も格上。一発勝負は何が起こるかわからない。相手の個人・チームを分析しコンディションを整えて試合に臨んだ。

開始直後にPKを与えたが、GK牧野長太朗が防ぎその数分後にこぼれ球から東風谷崇太選手が先制点を奪う。守備の時間が続き苦しい中でも、セカンドボールを拾つたりゴール前では身体を投げ出して防いだ。後半始まつてすぐにCB緑川周助選手が負傷退場をする。防戦が続く中、待望の追加点が途中交代の山浦琉央選手のロングスローから生まれ柳沢纏選手のヘディングゴール。

二対〇になりミツバチのようになに全員攻撃全員守備で走り続け試合終了のホイッスルが鳴り響いた。三回戦を終えレギュラー選手が疲労困憊であった。

そして、次の対戦相手は流通経済大学付属柏高校となつた。現地に残りスカウティングをした。プレミアリーグ優勝の大津高校に二対一で勝利。私の大学の先輩が流通経済大学付属柏高校の監督であり、練習試合を組んだが、一度も勝利したことがない。しかも相手はサブ組み。やるしかない。負傷退場した選手は試合に出場できないと判断し、総力戦となつた。

二回戦、三回戦、準々決勝とフクダ電子アリーナで同じ試合会場であつたが、一月四日は千葉県の流通経済大学付属柏高校のホームグラウンドのよう赤一色となつた。それでも上田西高校のスタンンドは負けずに黄色の応援団と吹奏楽とチアリーダーが応援してくれた。スタンンド上部には、書道部が三年生のメンバーを書いた作品も飾つてあり背中を後押ししてくれた。だが現実は甘くない。U18代表選手やJリーグ内定選手などプレースピードや技術判断に格の違いを見せつけられ前半を〇対六で終える。『自分たちらしく前へ出るプレーと仲間とできる最後の四十分間を後悔しないように闘おうと』檄を飛ばした。後半の闘いは胸を熱くした。従来のプレーを取り戻し個人・チームの良さを出し結果は〇対八で終了した。らしく闘えたと思っている。

前半の立ち上がりできていればと思うこともあるが、元に戻ることはできない、チーム状態も含め難しい試合であった。今後はこの経験を肌で感じ、会場で応援していた一二年生を中心に越えなければならない。

鈴木キャプテンを中心として牧野、和泉、徳間三名の副キャプテンが個性の強い選手たちをよくまとめたからこそその結果だと感じている。

この一年間三年生を中心とした雰囲気作りには熱情である。どんな相手にも怯まず魂を感じるボールの奪い合い、最後まで走り抜いた最高の奇跡のチームでした。応援ありがとうございました！

最後に、理事長先生をはじめ校長先生、教職員の皆様方、OBOGや保護者の皆さま同窓会の皆さま、選手たちの小・中学校の指導者、地域の皆様の熱いアツい厚いご支援ご協力をいただき誠にありがとうございました。



流通経済大柏戦後 フクダ電子アリーナで

# 美術部 第四十八回全国高等学校総合文化祭参加報告

美術部顧問 安 部 さくら

第四十八回全国高等学校総合文化祭（総文祭）が岐阜県で開催された。昭和五十二年度の第一回から各都道府県が開催地を持ち回り、今回で二巡目がスタートした記念すべき総文祭であった。各部門で全国から高校生が集い、発表・展示・競技が行われる本大会は、「文化部のインターハイ」と呼ばれるほど規模が大きく、レベルの高いものである。そのような大会に、赴任して一年目に引率として参加し、美術教員として貴重な経験ができたのは、時間を使やし作品を制作した生徒と、そして生徒を二年間ご指導くださった前任の先生のおかげである。

上田西高校から美術・工芸部門にて出品されたのは、三年内田花埜子さんの立体作品『優しさ』である。内田さんの作品は、昨年度の長野県高等学校美術展（県展）にて、総文祭への出品作品として選出された。この年の県展には、各地区から選出された一五四点が出品されており、その中から七点のみが全国へ進むことができた。

各都道府県から集まつた作品は、庄巻の四〇二点であつた。岐阜県美術館、岐阜県図書館にて作品が展示されていた。現地に行き驚いたのは、活気で溢れた館内である。来館者数が多く、出品している高校生だけでなく地域の人々も多くおり、列ができるほどの盛り上がりであった。展示されている作品は、クオリティが高いのはもちろんのこと、表現方法の新鮮さや高校生ならではのテーマがあり、等身大の高校生のエネルギー・シユさや瑞々しさが溢れていた。これは、現地へ行き実際の作品を鑑賞したからこそ感じられたものである。写真からでは見るこ



内田花埜子「優しさ」



会場前（岐阜県美術館）



生徒同士の鑑賞交流

とのできない、絵具ののり具合や筆跡、立体物の質感などからは、制作者の意図、執念といったものを感じることができる。インターネットで検索すれば多くの作品や写真が出てくる現在、技術やアイデアなどのインプットを増やすことはできるが、自身の美術に対する熱意や思いを深め考えるというのは、自分の目で作品を見るという経験からしか得ることができない。今の美術部に最も必要なのは、この経験だと、身をもつて改めて感じることができた。

美術・工芸部門では、展示のほかに生徒交流会も行われた。岐阜の伝統工芸「水うちわ」の制作と生徒同士の鑑賞交流である。他都道府県の美術に取り組んでいる高校生と交流するというのは、この総文祭でないとあまりない機会である。これまで子どもたちには、自身で言葉にして伝える、制作者の言葉を聞いて感じ取る、言葉というものは美術に取り組むにあたって、大事なものであると伝えてきた。今回この鑑賞交流で、子どもたちが自身の作品について語り、互いの作品について言葉を交わしていくにつれ、鑑賞した時よりも、より作品について気持ちが深まっていく様子を見ることができた。

現在、子どもたちには西高美術部、広げても東信地区の美術部という小さな世界しか見せることができていない。今後、美術の道へ進もうとしている子どもたちには、もっと広い世界が必要である。第一歩として、今回総文祭に参加した経験を持ち帰り、全国のレベルや私が感じたことを伝える、そして今世界を飛び出していけるような、経験する機会というのを作つていてほしいと思う。

## 最優秀賞を獲得して

新聞委員会顧問 山浦 天

「最優秀賞 上田西高校」十一月二十三日の県高校新聞フェスティバルでは第八回新聞コンクールの結果発表も同時に行われた。思いがけない結果に耳を疑つたが興奮も大きく、やつてきたことが報われたと大きな達成感にあふれた。

昨年度も西高の教育に新聞委員会編集局として寄稿したが、その際大きな爪痕を残した一年だったと記した。野球部の甲子園、プロ野球ドラフト一位、新聞大会への参加など大きな出来事を経験した訳だが、県新聞コンクールの結果はまさかの五位だった。五位と言われるときついと感じる人もいるかもしぬないが応募校五校のうちの五位である。正直その結果には愕然としたしショックだった。昨年度は力のある委員長の尽力により、さまざまなことを刷新しクリエイティブも整えたつもりだった。しかし野球部の活躍を発信することに重きを置いたため、紙面にはあまり新しさがなかった。結果を聞いた昨年度の委員長はひどく落胆していた。ここ数年出場中の記録が途絶えてしまう。そんな状況であつたため自分自身も落ち込んだ。しかし、まさかの出来事が起つた。県のコンクールでは五位だったものの、全国のコンクールで奨励賞を獲得したのである。送られてきた通知に記載してある「上田西高校」の文字を何度も見返した。ちなみに長野県では伝統ある長野高校新聞部が全国で最優秀賞・優秀賞を獲得し続けているが、それに追従する学校はなく奨励賞ではあるが全国の審査に長野県で長野高校以外の高校が入るのは初めてだ。全国の奨励賞となつたことで、大逆転でぎふ総文への出場権を得た。とてもう



県新聞コンクールで上田西初の最優秀賞獲得



国立競技場記者席で編集作業を行う生徒

来しかつたが長野県で五位に沈んだ事実は変わらない。悔しさを糧に捲土重して集まつた四人。一年生の時から場数を踏み、甲子園や新聞大会、かごしま総文も経験した手練れだ。昨年度大阪で爪痕を残した金井委員長、田村編集局に加え大田副委員長、佐藤副委員長の布陣で、紙面製作以外にもホーミュページやインスタグラムの開設など活動の幅を広げた。紙面としては行事を扱うものに加え雑誌風の「Ride on time」を創刊。さらに強みであるスポーツ関係の紙面の充実も図つた。その活動が評価され、県の最優秀賞獲得という結果を勝ち取ることができた。応募している高校は全て県内の進学校である。長野高校や屋代高校、上田高校といった伝統校を文化的な活動において上回ることができたことは非常に価値があることであると思う。

さて、今年度の活動の中で一番印象に残つていることは、年末年始に行われた第一〇三回全国高等学校サッカー選手権取材だ。本校サッカー部が七年以来に出席を決め、ベスト8という快進撃を見せた。編集局は八月から準備を始めた。一番力をいれたのはSNSでの発信だ。撮影した迫力のある写真を公開するだけでなく、プロスポーツチームを意識した写真加工を施した発信はバズつた。また、全国大会告知のポスター制作を行い、テレビ・新聞を巻き込みながら学校内外の応援機運を高めた。結果的にサッカー部の快進撃もあり、編集局の活動も大きな話題になつた。テレビの全国中継はもちろん、初戦のハーフタイム中にフクダ電子アリーナの電光掲示板で編集局による学校紹介が流れ、ベスト8敗退後国立競技場で行われた準決勝のハーフタイム中にも、選手権での取材活動と完成した新聞が全国に向けて放送された。全国レベルで活動を続けるにあたつては、それに値する活動の質が求められる。教育活動という観点で見ると編集局の広報活動に携わる生徒は、並みの高校生では絶対に経験できない体験を通して「失敗できない」発信を行つている。この西高の教育を編集しているいるさなか、日本社会ではメディアの果たす責任について大きな話題になつていい。インスタグラムのフォロワーも大台となる一〇〇〇人を突破した責任あるメディアとしてこれからも多くの西高ファンを増やすべく発信を行つていき学校広報の中核を担つていきたい。



佐藤副委員長が制作した第103回全国高校サッカー選手権のポスター

# 西高生の活躍

体育局	主な成績		
	大会正式名称	結果 (団体)	結果 (個人)
硬式野球部	第150回 春季北信越地区高等学校野球長野県大会東信地区予選	代表決定戦上田西9-1 上田 準決勝上田西2-1 小諸商業 決勝上田西1-9 佐久長聖(東信2位)	
	第150回 春季北信越地区高等学校野球長野県大会	1回戦 上田西7-2 飯山 2回戦 上田西9-3 東海大諏訪 準決勝 上田西1-0 長野日大 決勝上田西3-9 東京都市大塙尻(県準優勝)	
	第106回全国高等学校野球選手権長野大会	1回戦 上田西0-4 松本国際	
	第151回 秋季北信越地区高等学校野球長野県大会東信地区予選	1回戦 上田西16-0 東北信連合 準々決勝 上田西6-2 佐久長聖準決勝 上田西10-0 上田染谷丘 決勝 上田西1-3 小諸商業(東信2位)	
	第151回 秋季北信越地区高等学校野球長野県大会	1回戦 上田西10-7 長野日大 準々決勝 上田西10-0 長野 準決勝 上田西7-8 松本第一 3位決定戦 上田西4-1 長野商業	
サッカーチーム	令和6年度 東信高等学校総合体育大会	優勝	
	令和6年度長野県高等学校総合体育大会	第3位	
	高円宮杯U18リーグ長野県1部	第3位	
	高円宮杯U18リーグ長野県2部グループB グループA	第3位	
	第103回全国高等学校サッカー選手権大会長野県大会	第2位	
男子	第103回全国高等学校サッカー選手権大会	優勝	
	第172回東信高等学校新人体育大会	ベスト8	大会優秀選手 鈴木悠杏
	長野県高等学校新人体育大会	優勝	
サッカーチーム	令和6年度第13回長野県高等学校総合体育大会	1回戦 (合同チーム)	
	第33回全日本高等学校女子サッカーリーグ大会長野県大会	1回戦 (合同チーム)	
	U-18長野県女子ウインターサッカーリーグ2024前期	第5位 (合同チーム)	
	U-18長野県女子ウインターサッカーリーグ2024後期	第6位 (合同チーム)	
	第19回長野県秋季新人高等学校女子サッカー大会	1回戦 (合同チーム)	
男子バスクケットボール部	令和6年度 東信高等学校総合体育大会	東信6位	
	令和6年度 長野県高等学校総合体育大会	県大会出場	
	令和6年度 全国高等学校バスケットボール選手権大会長野県大会東信地区予選会	東信準優勝	
	令和6年度 第77回全国高等学校バスケットボール選手権大会長野県予選会	県ベスト16	
	令和6年度 東信高等学校新人体育大会	東信準優勝	
女子バスクケットボール部	令和6年度 長野県高等学校新人体育大会	県大会ベスト16	
	令和6年度 東信高等学校総合体育大会	東信8位	
	令和6年度 長野県高等学校総合体育大会	県大会出場	
	令和6年度 全国高等学校バスケットボール選手権大会長野県大会東信地区予選会	出場	
	令和6年度 東信高等学校新人体育大会	東信6位	
男子バレーボール部	令和6年度 長野県高等学校新人体育大会	県大会出場	
	令和6年度 東信高等学校総合体育大会バレーボール競技大会	ベスト8	
	令和6年度 東信高等学校新人体育大会	出場	
	第77回全日本バレーボール高等学校選手権大会東信予選会	出場	
	第77回全日本バレーボール高等学校選手権大会長野県予選会	プロック優勝	
女子バレーボール部	令和6年度 東信高等学校新人体育大会	出場	
	令和6年度 東信高等学校総合体育大会バレーボール競技大会	ベスト8	
	令和6年度 東信高等学校新人体育大会	出場	
	第77回全日本バレーボール高等学校選手権大会東信予選会	プロック優勝	
	第77回全日本バレーボール高等学校選手権大会長野県予選会	ベスト16	
卓球部	令和6年度 東信高等学校新人体育大会	出場	
	長野県高等学校総合体育大会バレーボール競技大会	出場	
	令和6年度 東信高等学校新人体育大会	出場	
	第77回全日本バレーボール高等学校選手権大会東信予選会	出場	
	第77回全日本バレーボール高等学校選手権大会長野県予選会	プロック優勝	
卓球部	令和6年度 第28回北信越私立高等学校男女バレーボール選手権大会	ベスト16	
	東信高等学校体育大会 卓球競技会	男子:8位 女子:8位	男子シングルス:内藤陸杜③、平出航大②ベスト16 男子ダブルス:佐々木一太③、内藤陸杜③組 ベスト16 女子ダブルス:今井咲菜③、宮原杏奈③組 ベスト16
	長野県高等学校体育大会 卓球競技会	男子:出場 女子:出場	男子シングルス:内藤陸杜③、平出航大② 出場 男子ダブルス:佐々木一太③、内藤陸杜③組 2回戦敗退 女子ダブルス:今井咲菜③、宮原杏奈③組 出場
	東信高等学校新人体育大会 卓球競技会	男子:6位	男子シングルス:平出航大② ベスト8 男子ダブルス:平出航大②、境来夢②組 ベスト8 女子ダブルス:大熊彩希①、閔田瑞愛①組 ベスト8
	長野県高等学校新人体育大会 卓球競技会 第78回国民スポーツ大会卓球競技東信地区予選会(少年の部)	男子:出場	男子シングルス:平出航大②出場 男子シングルス:内藤陸杜③ 3位 女子シングルス:今井咲菜③ベスト8
卓球部	第78回国民スポーツ大会卓球競技長野県予選会(少年の部)		男子シングルス:内藤陸杜③ 2回戦敗退、佐々木一太③、平出航大② 出場 女子シングルス:今井咲菜③出場

体育局	主な成績		
所属名	大会正式名称	結果 (団体)	結果 (個人)
硬式テニス部男子	令和6年度 東信高等学校総合体育大会テニス競技	団体戦メンバー 小笠原英祐②濱村淳平②山崎羽純② 菅裕之介②小池直仁①	個人戦ダブルス 小笠原英祐②・濱村淳平②7位
	令和6年度 長野県高等学校総合体育大会テニス競技大会		個人戦ダブルス 小笠原英祐②濱村淳平②ベスト32
	令和6年度 東信地区高等学校新人体育大会テニス競技 兼 第47回全国選抜高校テニス競技 東信地区予選	東信大会団体戦 リーグ戦 A ブロック 1位 決勝トーナメント3位 団体戦メンバー 小笠原英祐②濱村淳平②山崎羽純②小池直仁①	
	JOC ジュニアオリンピックカップ 2024 (第45回) 全日本ジュニア選抜 室内テニス選手権大会 長野県予選		個人戦シングルス 小笠原英祐②ベスト64
	令和6年度 長野県高等学校新人体育大会テニス競技 兼 第47回全国選抜高校テニス競技 長野県大会	団体戦 初戦敗退 団体戦メンバー 小笠原英祐②濱村淳平②山崎羽純②菅裕之介②宇佐見連昇② 小池直仁①	
	令和6年度長野県高等学校新人テニス選手権大会 東信地区大会		個人戦シングルス カテゴリーI 小笠原英祐②ブロック優勝 山崎羽純②ブロック優勝 個人戦ダブルス カテゴリーI 小笠原英祐②・濱村淳平②4位
	令和6年度長野県高等学校新人テニス選手権大会		個人戦シングルス カテゴリーI 小笠原英祐②ベスト64 山崎羽純②ベスト64 個人戦ダブルス カテゴリーI 小笠原英祐②・濱村順平②ベスト32
	令和6年度 東信高等学校総合体育大会テニス競技	東信大会団体戦 リーグ戦優勝 団体戦メンバー 小須田琴音③ 山崎るな② 下村菜々美① 山田花音① 斎藤慈生②	個人戦シングルス 小須田琴音③準優勝 山崎るな②3位 山田花音②4位 個人戦ダブルス 小須田琴音③・山崎るな②5位 下村菜々美②・山田花音②6位
	令和6年度 長野県高等学校総合体育大会テニス競技大会	県大会団体戦 メインドローベスト8 団体戦メンバー 小須田琴音③山崎るな② 下村菜々美②山田花音②斎藤慈生②	個人戦シングルス 小須田琴音③ベスト32 山崎るな②ベスト32 山田花音②ベスト32 個人戦ダブルス 小須田琴音③・山崎るな②ベスト32 下村菜々美②・山田花音②ベスト32
	2024年 全日本ジュニアテニス選手権大会 長野県予選		18歳以下女子シングルス 小須田琴音③ベスト32 山崎るな②ベスト64 18歳以下女子ダブルス 小須田琴音③・山崎るな②ベスト32
硬式テニス部女子	2024年 (第79回) 国民体育大会テニス競技長野県大会 (少年)		個人戦シングルス 山田花音②ベスト64 下村菜々美②ベスト64 山崎るな②ベスト64
	令和6年度 東信地区高等学校新人体育大会テニス競技 兼 第47回全国選抜高校テニス競技 東信地区予選	東信大会団体戦 総当たりリーグ戦 全勝優勝 団体戦メンバー 山崎るな②下村菜々美②斎藤慈生②山田花音② 山口凜② 宮坂璃子①矢島爽香①園田琉華①	
	令和6年度 長野県高等学校新人体育大会テニス競技大会 兼 第47回全国選抜高校テニス競技 長野県大会	団体戦 ベスト8 団体戦メンバー 山崎るな②下村菜々美②斎藤慈生②山田花音② 山口凜② 宮坂璃子①矢島爽香①園田琉華①	
	JOC ジュニアオリンピックカップ 2024 (第45回) 全日本ジュニア選抜 室内テニス選手権大会 長野県予選東信地区予選		個人戦シングルス 山田花音②ベスト64 斎藤慈生②ベスト64 山崎るな②ベスト64
	令和6年度長野県高等学校新人テニス選手権大会 東信地区大会		個人戦シングルス カテゴリーI 下村菜々美②ブロック優勝 斎藤慈生②ブロック優勝 宮坂璃子①ブロック優勝 個人戦ダブルス カテゴリーI 山崎るな②・下村菜々美②準優勝
	令和6年度長野県高等学校新人テニス選手権大会		個人戦シングルス カテゴリーI 山崎るな②ベスト32 個人戦ダブルス カテゴリーI 山崎るな②・下村菜々美②ベスト16
	令和6年度長野県高等学校総合体育大会剣道競技東信大会	男子 4位 女子 4位	男子 稲本瑛太③ 8位 吉田光希② ベスト16 竹内瑚太朗② ベスト16 女子 今井望友② 8位 宮下果乃② ベスト16 塙田瑛恋② ベスト16
剣道部	令和6年度長野県高等学校総合体育大会剣道競技	男子 予選リーグ敗退 (2勝1敗) 女子 予選リーグ敗退 (1勝1分)	男子 稲本瑛太③ 3位 女子 今井望友② 1回戦敗退
	令和6年度北信越高等学校体育大会 第62回北信越高等学校剣道大会	(出場なし)	男子 稲本瑛太③ 1回戦敗退
	令和6年度長野県高等学校新人体育大会剣道競技東信大会	男子 4位 女子 2位	男子 清水琥太郎② 5位 竹内瑚太朗② 6位 吉田光希② ベスト16 狩野智紀② ベスト16 女子 宮下果乃② 6位 塙田瑛恋② 7位 今井望友② ベスト16 明星夢花② ベスト16
	令和6年度長野県高等学校新人体育大会剣道競技	男子 ベスト8 女子 ベスト8	男子 清水琥太郎② ベスト16 竹内瑚太朗② ベスト8 女子 宮下果乃② ベスト16 塙田瑛恋② 1回戦敗退
	選抜大会長野県予選会	男子 ベスト8 女子 ベスト8	
山岳部	令和6年長野県高等学校総合体育大会 第52回登山大会	男子団体7位 女子団体5位	男子 1位 谷澤千賀② 3位 大庭千庭② 女子 1位 古川桜子① 2位 中井瑞希①
	令和6年東信高等学校新人体育大会 登山大会		少年女子 6位 永原史華③ 7位 桶口真帆②
	長野県クライミング大会		

体育局	主な成績		
	大会正式名称	結果(団体)	結果(個人)
山岳部	第15回全国高等学校選抜スポーツクライミング選手権長野県代表選考会 第15回全国高等学校選抜スポーツクライミング選手権大会	女子学校対抗 9位	女子個人 1位 永原史華③ 2位 古川桜子① 3位 桶口真帆②
	東信高等学校総合体育大会 陸上競技大会	男子総合 2位	400m 2位 中村一輝②、400m ハードル 2位 中村一輝②、800m 2位 安藤結星③、5000m 3位 清水颯太①、4×400m リレー 2位 成澤優希③・安藤結星③・中村一輝②・倉沢歩②、4×400m リレー 2位 宮尾一花③・須山知花②・小林暉歩②・馬場なご実②
陸上部	長野県高等学校総合体育大会 陸上競技大会		400m 5位 中村一輝②、3000m 障害 4位 柏木健太③、400m ハードル 6位 中村一輝②、4×400m リレー 6位 成澤優希③・中村一輝②・倉沢歩②・山浦伸太郎①、1500m 7位 柏木健太③、5000m 8位 清水颯太①
	北信越高等学校陸上競技対校選手権大会		400m 準決勝敗退 ベスト 16 中村一輝②、400m ハードル 準決勝敗退 ベスト 16 中村一輝②、3000m 障害 予選敗退 柏木健太③、4×400m リレー 予選敗退 成澤優希③・中村一輝②・倉沢歩②・山浦伸太郎①
	長野県陸上競技選手権大会		3000m 障害 3位 宮岡凌久②・7位 藤森大和③・男子 4×400m リレー 8位 成澤優希③・安藤結星③・中村一輝②・倉沢歩②・女子 4×400m リレー 8位 宮尾一花③・須山知花②・小林暉歩②・馬場なご実②
	東海陸上競技選手権大会		3000m 障害出場 藤森大和③・宮岡凌久②、4×400m リレー 男子出場 成澤優希③・安藤結星③・中村一輝②・山浦伸太郎①、4×400m リレー 女子出場 宮尾一花③・須山知花②・小林暉歩②・馬場なご実②
	東信高等学校新人体育大会 陸上競技大会	男子総合 2位、女子総合 5位	400m 2位 中村一輝②、400m ハードル 2位 中村一輝②、800m 1位 宮岡凌久②、1500m 1位 清水颯太①・2位 宮岡凌久②・砲丸投2位 小井土夏道①・棒高跳 2位 前沢優成①、4×400m リレー 2位 中村一輝②・倉沢歩②・宮岡凌久②・山浦伸太郎① 800m 3位 須山知花②・4×100m リレー 2位 須山知花②・小林暉歩②・馬場なご実②・堀内千晴①、4×400m リレー 2位 須山知花②・小林暉歩②・馬場なご実②・堀内千晴①
	長野県高等学校新人陸上競技対抗選手権大会		400m ハードル 1位 中村一輝②、400m 5位 中村一輝②、800m 5位 宮岡凌久②、1500m 7位 宮岡凌久②、5000m 8位 清水颯太① 4×400m リレー 7位 中村一輝②・倉沢歩②・宮岡凌久②・山浦伸太郎① 4×100m リレー 8位 須山知花②・小林暉歩②・馬場なご実②・堀内千晴①
	北信越高等学校新人陸上競技選手権大会		400m ハードル 5位 中村一輝②
	長野県高等学校駅伝大会	男子 6位 清水颯太①・宮岡凌久②・藤森大和③・西沢大空③・黒木勇翔②・金子偉大③・宮内達矢②	
	令和6年度長野県高等学校総合体育大会バドミントン競技大会(団体戦)	男子学校対抗第6位 高野悠生③・竹内愛希③・小林亮太③・藤井和輝③・松井颯③・滝澤龍之介③・中村青葉①・渡邊凌雅① 女子学校対抗第5位 古谷日和③・戸谷葉夏③・下村悠莉③・岡野桃子③・掛川羅々②・藤沢小春②・高田侑奈②・小川莉奈①	
	令和6年度長野県高等学校総合体育大会バドミントン競技大会東信大会(個人戦シングルス)		男子: 高野悠生③・ベスト 8 小林亮太③・ベスト 16 松井颯③・ベスト 32 女子: 戸谷葉夏③・ベスト 32 藤沢小春③・ベスト 8
	令和6年度長野県高等学校総合体育大会バドミントン競技大会(個人戦ダブルス)		男子: 高野悠生③・松井颯③・ベスト 8 竹内愛希③・小林亮太③・ベスト 8 女子: 古谷日和③・岡野桃子③・ベスト 32 藤沢小春②・掛川羅々②・ベスト 32 高田侑奈②・滝澤優花②・ベスト 32
バドミントン部	令和6年度長野県高等学校総合体育大会バドミントン競技大会(学校対抗)	男子学校対抗 上田西 1-3 赤穂 女子学校対抗 上田西 0-3 赤穂	
	令和6年度長野県高等学校総合体育大会バドミントン競技大会(個人戦シングルス)	出場	男子: 高野悠生③ 1回戦 女子: 藤沢小春② 1回戦
	全日本ジュニアバドミントン大会東信予選会 シングルス		男子: 水出俊之介①・ベスト 8 中村青葉①・ベスト 16 西沢亮太②・ベスト 32 渡邊凌雅①・ベスト 32 女子: 小川莉奈①・ベスト 4 藤沢小春②・ベスト 8
	全日本ジュニアバドミントン大会東信予選会 ダブルス		男子: 中村青葉①・渡邊凌雅①・優勝 西沢亮太②・水出俊之介①・ベスト 8 女子: 藤沢小春②・小川莉奈①・ベスト 8 高田侑奈②・滝沢優花②・ベスト 16
	第1回ヨネックス・さなだスポーツクラブバドミントン大会		男子: 小林晟也①・第3位 飯塚翔悟①・第3位 女子: 滝沢優花②・第3位
	全日本ジュニアバドミントン大会長野県予選会 ダブルス		男子: 中村青葉①・渡邊凌雅①・ベスト 32 女子: 藤沢小春②・小川莉奈①・ベスト 16
	全日本ジュニアバドミントン大会長野県予選会 シングルス		女子: 小川莉奈①・ベスト 32
	第73回上田市総合体育大会バドミントン競技		男子: 水出俊之介①・第3位 渡邊凌雅①・第3位 清水翼①・第3位 小林晟也①・ベスト 8 桶口翔太①・ベスト 8 女子: 小川莉奈①・第3位 藤沢小春②・ベスト 8 掛川羅々②・ベスト 16 高田侑奈②・ベスト 16 滝沢優花②・ベスト 16 柿崎星那①・ベスト 16 丸山咲都子①・ベスト 16 橋詰蘭①・ベスト 16
	東信高等学校新人体育大会(団体戦)	男子学校対抗第3位 西沢亮太②・清水颯太②・田中貴寛②・茅田圭吾②・水出俊之介①・中村青葉①・渡邊凌雅①・桶口翔太① 女子学校対抗第3位 掛川羅々②・藤沢小春②・高田侑奈②・滝沢優花②・小川莉奈①・丸山咲都子①・畔上凜音①・橋詰蘭①	

体育局	主な成績		
団体名	大会正式名称	結果 (団体)	結果 (個人)
バ ミ ント ン部	東信高等学校新人体育大会 (個人戦シングルス)		男子: 渡邊凌雅①・ベスト8 水出俊之介①・ベスト16 西沢亮太②・ベスト32 女子: 小川莉奈①・ベスト8 藤沢小春②・ベスト8 掛川羅々②・ベスト32 高田侑奈②・ベスト32 滝沢優花②・ベスト32
	東信高等学校新人体育大会 (個人戦ダブルス)		男子: 中村青葉①・渡邊凌雅①・ベスト8 田中貴寛②・ 宮坂羽瑠②・ベスト16 西沢亮太②・水出俊之介①・ベスト32 女子: 藤沢小春②・小川莉奈①・ベスト4 高田侑奈②・ 滝沢優花②・ベスト16
	上田市オータムチャレンジカップ 上田市民バドミントンオータムチャレンジカップ	男子3部出場 女子4部優勝	
	高等学校新人体育大会バドミントン競技 (団体戦)	男子学校対抗 上田西 23 伊那北 女子学校対抗 上田西 23 岡谷東	
	高等学校新人体育大会バドミントン競技 (個人戦シングルス)	出場	男子: 渡邊凌雅① 1回戦 女子: 小川莉奈① 1回戦 藤沢小春② 1回戦
	高等学校新人体育大会バドミントン競技 (個人戦ダブルス)	出場	女子: 小川莉奈①・藤沢小春② 1回戦
	東信地区高等学校 1年生シングルス大会		男子: 水出俊之介①優勝 渡邊凌雅①準優勝 清水翼① ベスト16 小林晟也①・ベスト32 飯塚翔悟①・ベスト32 橋口翔太①・ベスト32 女子: 小川莉奈①第3位
	東信地区高等学校 シングルス大会		男子: 中澤魁聖②・ベスト32
	東信地区高等学校 1年生ダブルス大会		男子: 渡邊凌雅①・水出俊之介① 準優勝 中村青葉①久 保山颯蘭①第3位 女子: 小川莉奈①・丸山咲都子①第3位
	東信地区高等学校 ダブルス大会		出場
レス リ ン グ部	東信高等学校レスリング体育大会	優勝	1位 51kg級 中澤翔② 55kg級 関直人③ 65kg級 堀 内斗真② 92kg級 淺野志志② 2位 池上裕翔①
	長野県高等学校レスリング総合体育大会	優勝	1位 51kg級 中澤翔② 55kg級 関直人③ 60kg級 依田晴樹③ 80kg級 橋本宗幸① 92kg級 淺野志志② 2位 65kg級 堀内斗真② 3位 55kg級 池上裕翔①
	北信越高等学校レスリング体育大会	3位	1位 55kg級 関直人③ 60kg級 依田晴樹③ 92kg級 浅野志志② 2位 80kg級 橋本宗幸①
	全国総合体育大会レスリング競技 全国高校生グレコローマンスタイルレスリング選手権大会	なし	92kg級 3位 浅野志志② 60kg級 5位 依田晴樹③
	国民スポーツ大会	なし	なし
	全国高等学校選抜レスリング東信大会	優勝	92kg級 2位 浅野志志② 60kg級 5位 依田晴樹③ 1位 51kg級 中澤翔② 60kg級 吉澤亮太① 65kg級 堀内斗真② 71kg級 橋本宗幸① 92kg級 浅野志志②
	全国高等学校レスリング新人大会	優勝	2位 55kg級 池上裕翔②
	全国高等学校選抜レスリング北信越大会	2位	1位 51kg級 中澤翔② 92kg級 浅野志志② 2位 71kg級 橋本宗幸①
	長野県高等学校総合体育大会	男子優勝 (市川祥・小林駿斗・上原脩起) 女子優勝 (佐藤凜香・南澤朱・原唯真)	男子優勝 市川祥② 第3位 小林駿斗③ 女子優勝 佐藤凜香③ 第2位 南澤朱③ 第3位 原唯真③
	北信越高等学校体育大会	男子2位 (小林駿斗・梅原総太・上原脩起・市川祥) 女子2位 (佐藤凜香・南澤朱・原唯真・市川凜々)	男子第6位 小林駿斗③ 女子第4位 佐藤凜香③
ア ー チ エ リ ー部	全国高等学校総合体育大会	男子21位 女子28位	男子 70m 2位 上原脩起② 3位 市川祥② 男子 30m 1位 佐藤祐斗① 2位 甘利翔① 3位 吉沢優成① 女子 70m 1位 原唯真② 2位 高野愛子② 女子 30m 1位 吉田心優① 2位 南澤早① 3位 古平 瀬奈①
	長野県高等学校新人体育大会	団体競技なし	
	全国高等学校アーチェリー選抜大会	団体競技なし	女子 原唯真 出場
	東信高等学校総合体育大会 ハンドボール競技東信大会	東信第5位	
ハ ンド ボ ー ル部	東信高等学校総合体育大会 ハンドボール競技長野県大会	出場	
	U-16 長野県1年生大会	フレンドリーシップ部門出場	
	東信高等学校体育新人大会 ハンドボール競技会	東信第5位	
	長野県高等学校新人大会 ハンドボール競技大会	県ベスト8	
	第119回長野県高等学校軟式野球大会 (春季県大会)	1回戦 上田西 3-1 松本工業 準決勝 上田西 8-0 上田 (8回コールド) 決勝 上田西 4-5 松商学園 (延長10回 TB) 準優勝	
軟 式 野 球 部	第33回北信越地区高等学校軟式野球大会	準決勝 上田西 2-4 富山商・富山第一 3位決定戦 上田西 2-6 新潟商業	
	第69回全国高等学校軟式野球選手権長野大会	2回戦 上田西 1-2 松本工業	
	第120回長野県高等学校軟式野球大会 (秋季県大会)	2回戦 上田西 11-0 長野高專 (5回コールド) 準決勝 上田西 1-3 松商学園 3位決定戦 上田西 8-1 上田 (8回コールド) 第3位	
	JFA第11回全日本U-18 フットサル選手権大会 長野県大会	第1戦 上田西 6-4 松本深志 第2戦 上田西 0-4 ボルース長野U-18 第3戦 上田西 2-4 文化学園 結果 3位	
フ ット サ ル 部	第8回長野県U-18 フットサルリーグ チャンピオンズカップ 予選ラウンド VS 文化学園長野高校	第1戦 上田西 2-8 文化学園長野高 第2戦 上田西 2-2 アンビシオーネ松本 結果 予選ラウンド出場	
	第8回長野県オープンランボリン競技選手権大会長野県大会		女子高校生の部 1位 丸田倖衣①
トランボリン	第45回北信越国民スポーツ大会体操 (トランボリン) 競技		5位 丸田倖衣①

体育局	主な成績		
	大会正式名称	結果(団体)	結果(個人)
トランボリン	第49回全国高等学校トランボリン競技選手権大会(インターハイ) 第48回東日本トランボリン競技選手権大会		56位 丸田偉衣① 50位 丸田偉衣①
なぎなた	令和6年度長野県・長野県高等学校総合体育大会なぎなた競技会 北信越高等学校体育大会なぎなた競技選手権大会 全国高等学校総合体育大会なぎなた競技会 北信越国民スポーツ大会 国民スポーツ大会なぎなた競技会 令和6年度長野県高等学校新人体育大会なぎなた競技会	団体試合の部5位	2位 竹内紗雪① 予選リーグ敗退 竹内紗雪① 予選リーグ敗退 竹内紗雪① 演技競技の部2回戦敗退 竹内紗雪① 優勝 竹内紗雪① 優勝 竹内紗雪①

部	主な成績		
	大会正式名称	結果(団体)	結果(個人)
吹奏楽部	長野県吹奏楽コンクール東北信地区大会 JapanCup 全国高等学校マーチングバンド選手権大会マーチングバンド部門	銀賞 7位	
	長野県マーチングバンド大会長野県大会	銀賞・代表	
	マーチングバンド関東大会	銅賞	
	長野県アンサンブルコンテスト東信大会	金賞1チーム、 銀賞3チーム	
	長野県アンサンブルコンテスト県大会	銀賞1チーム	
	中部日本個人重奏コンテスト県大会	銀賞2チーム	
書道部	第9回長野地区・学生いけばな競技会	参加	
美術部	第51回東信美術展	9名出品	
	第48回全国高等学校総合文化祭ぎふ総文	1名出品	内田花埜子③出品
	第7回東信地区高校美術展	7名出品	中澤満里菜②県展選出
	第46回長野県高等学校美術展	1名出品	中澤満里菜②出品
書道部	第41回東信高等学校書道展		部員19名出品展示
	第40回長野県高等学校書道展		部員18名出品展示
	第17回書道パフォーマンス甲子園地区予選	6位(17校中)敗退	
	SDGsのながの高校生書道パフォーマンス	参加	
	第5回信州書道パフォーマンス大会	参加	
	第4回全国高等学校書道パフォーマンスグランプリ予選	予選通過	
放送委員会	第4回全国高等学校書道パフォーマンスグランプリ東海4大会	1位(代表7校中)	
	第4回全国高等学校書道パフォーマンスグランプリ決勝大会	8位(代表13校中)	
	ご当地おむす美ワークショップ	参加	
ECC	長野県高校生東北信英語キャンプ	4名参加	
	長野県高校生レシテーションコンテスト	2名参加	
	第25回長野県高等学校文芸コンクール	部誌部門に応募	
放送委員会	第69回NHK杯全国高校放送コンテスト		奨励賞 成沢幸之助②
	第2回長野県警察サイバーセキュリティコンクール2024		審査員特別賞 池田惇汰② 宮坂涼雅②
	第41回TSB杯高校新人放送コンテスト		優良賞「みんなのかわせん交通」 大熊 彩希① 谷口 由季① 成沢 幸之助② 宮澤 蔵誓② 朗読部門努力賞 伊藤 歩夢①
	第21回 北信越高等学校選抜放送大会石川大会		出場 「みんなのかわせん交通」奨励賞 大熊 彩希① 谷口 由季① 成沢 幸之助② 宮澤 蔵誓②
生物同好会	令和6年度サイエンスミーティング		ポスター発表 宮下志保② 須藤正之①
新聞委員会	第8回長野県高等学校新聞コンクール	最優秀賞	
	第48回全国高等学校総合文化祭ぎふ総文	参加	
国語科	2024ロボットアイデア甲子園 甲信越大会		T D K特別賞 国吉夏綺③「救急支援ロボットガネー車」
	第10回うえだ七夕文学賞 高校 短歌の部		入選 中澤心奈海① 「光る花夜空に咲いて舞い落ちる花と一緒に笑顔輝く」
	第37回いのち・愛・人権展 うえだ人権フェスティバル 作文の部		最優秀賞 浦野七帆②「自分にもできること」 優秀賞 北村里彩①「人権学習を通して」 優秀賞 岩下真千③「荒野に希望の灯をともす」を見て
生徒会	第15回ESD大賞	ESD優秀賞	