

旭川東高PTAだより

第17号

# お祭りだより

高  
東  
高

「シマレガンバレ」  
北海道旭川東高等学校標語



発行日：令和元年11月5日  
発行：北海道旭川東高等学校 PTA  
編集：PTA 広報委員会



# 第70回 東高祭



前日準備 7月5日(金)  
東高祭 7月6日(土)  
7日(日)



生活委員会プロデュースのお休み処

## Ton Cafe

学校祭の喧騒の中、ホッと一息つける場所『Ton Cafe』。毎年多くの人利用していると聞いていました。どのように準備されていくのか前日からのぞいてみました。

準備は山車が学校に帰ってきてからはいまります。生活委員会の皆さんが手際よく、殺風景な教室を憩いの空間へと変身させていきます。準備している皆さんは素敵な笑顔。忙しいはずなのですが、楽しいことが始まったかのように作業を進めていました。



当日、混み合う廊下を抜けカフェに行くと、本格的なカフェが完成していました。涼しげな店内、おしゃれなPOP、笑顔あふれる接客。テーブルの上には綺麗にまとめられたミルクやガムシロップがさりげなく置かれています。おもてなしの心がこもったカフェは、老若男女問わずたくさんのお客様で賑わっていました。

毎年恒例の東高の焼き印が入ったどら焼き『東どら』は、今年も早い時間に売りきれぬ人気ぶり。テイクアウトコーナーにはどら焼きの他に、クロquette・サンドウィッチなどボリュームいっぱい品の品々も並んでいました。

素敵なカフェでゆっくり過ごすと、クラス展示巡りで疲れた体も癒やされます。元気になってもう一巡り！Ton Cafeは学校祭になくはならない場所でした。

カフエの収益は生徒会のリクエストで必要な物品の購入に使われているそうです。生活委員会のみなさん、カフェに携わっている役員のみなさんお疲れさまでした。

毎年恒例のクラス展示が開催されました。教職員とPTAで選ばれた審査員による厳正な審査をもとに順位が決定します。PTAからは吉田副会長・山岡副会長・松本3学年委員長が審査を行いました。

「各クラスともに体験型展示のレベルがとても高く感じました。一年生の疲れ切った顔が可愛く『お疲れさま』と声をかけたりしました。二年生の少しこねた感じには成長を感じました。三年生の深い内容とアトラクションは圧巻でした。生徒の皆さん、暑い中楽しませていただきありがとうございます。」

### クラス展示の審査

「各クラスともアイデアを出し合い工夫した成果が出ていました。さすが東高生！と思えるくらいの企画内容もありました。学年が上がるにつれ、重ねてきた経験が活かされ、体験型のクラス展示へと発展しているように感じました。とても暑い中でしたが来場された皆さんに楽しんでもらえるように頑張っていた生徒たちに拍手です。」

「子ども達の熱気もあり、大変暑い中でしたが、全21クラスを見させていただきました。子ども達は一生懸命に来場者を喜ばせようとストーリーを考えたことでしょうか。説明やヒントなども入れたわかりやすい表現に、大変感心致しました。創意工夫されたクオリティーの高いものを見ることができ、成長を感じられる素晴らしい展示に楽しませてもらいました。」

「松本」



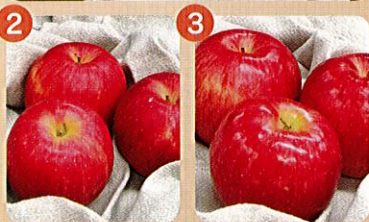
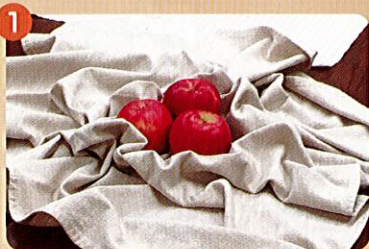


# kutta風 美味しそうな 写真の撮り方

**1** 半逆光45度から撮ることで  
食品に光沢・質感が出てくる。

**2** 少し離れたところからズームして被写体を撮る。被写体全てを画面におさめる必要はない。  
(一部はみ出してもよい)

**3** 素材に合わせた演出を行う。(リンゴを磨きツヤツヤにして撮影)



# kutta編集長から学ぶ / PTA広報誌 作成ポイント

広報担当者の集い 6月27日(木)



講師 尾崎 満範氏  
(Kutta編集長)

昨年の『大空まどかに』を使って、PTA広報誌に適したデザインや色づかい、写真の配置などを教えていただき、より見やすい紙面作りを学びました。鋭い視点からの詳しい解説に参加者は熱心に耳を傾けていました。講師のユーモアあふれるトークに、最初は緊張していた参加者からも次第に笑いが起こり、少しずつ和やかな雰囲気になった、発想力を高める話では実際にマジカルバナトレーニングを行いました。アイデアが浮かぶという柔らか頭に一歩近づいた気がしました。

後半では、「写真は光と影を見る作業、曇りの部屋の中で乱反射する柔らかな光を見つけることが大事。」という話を踏まえて、美味しそうに見える写真の撮影会を行いました。撮影ポジションやズームの仕方、素材の演出により、いつも使っているスマホで撮っても『kutta』の様な写真を撮ることができました。

今後は、写真の伝える力も存分に使い、広報誌作りに活かしていきたいと思っています。



# 東高 大懇親会

7月26日(金)

生活委員会企画の東高大懇親会は、今年で五回目となり、多数のOB・OG・先生・保護者の皆さんにご参加いただき、今年も盛大に開催されました。

当日は、雨が降ってあいにくの天気でしたが、会場は熱気に包まれ、冷えたビールはもちろん、ワインなどの各種アルコールやソフトドリンクを一段と美味しく飲むことができました。

今年のアトラクションでは、目を閉じての『片足立ち競争』や『風船割り競争』が催されました。皆さんほろ酔い気分のため、すぐによろけてしまうなど、会場のあちこちで笑い声が聞こえ、大いに盛り上がりました。

その後の大抽選会では、番号が呼ばれると大喜びの当選者が笑顔で景品を受け取り、楽しい雰囲気の中になりました。

企画が盛りだくさんの懇親会であったため、時間が短く感じましたが、普段はなかなかお話しができない他学年の保護者やOB・OGの方々とお話しできて有意義なものでした。

来年は、今年以上に多くの方々に参加していただき、より盛大な懇親会になればと思います。





# 3学年保護者受験座談会

7月12日(金)

## 受験のための情報交換会

～OB父母を交えて受験や学校生活についてフリートークしましょう～

受験生保護者が「知りたい」

Q オープンキャンパスに行きましたか。

A 2年生までに行った方が良い。

・部活が忙しくて、3年生になってからやっと思えた。

・学年で行く目的が違うと思う。2年生は学校のことを知るために、3年生は思いを固めるために行くのだと思う。

Q 塾に行った方がいいのか。

A 塾に通うことで模試など目安になった。

・部活引退後も塾に限らず先生や友達などと乗りきることできる。

Q 模試の結果が悪いのですが…

A 模試(11月まで)はあくまでも目安であり、そのあとの頑張り次第。「今やっていることは2か月後には結果が出るよ」と話している。東高生は伸びしろがある!最後の頑張りができるはず!しかし、夏休みが勝負なのは確か。

Q 受験に同行した方が良いですか。

A 可能なら行って行っても…慣れない場所での不安があると思う。



Q 受験時の宿泊・飛行機の予約などはどのように準備しましたか。

A 志望校が決まった時点で予約した。

・9月・10月にインターネットで旅行会社の受験パックで予約した。受験プランは、料金的にもキャンセルしやすいですがオススメです。

Q & A

Q もしも浪人することになったら…予備校について

A 後期もダメで、私大に行きたいところがない場合で浪人することになっても、親は慌てないことが大切。

・札幌の予備校の資料を集めておく。

・予備校によっては入学金などの免除もあるので下調べしておいた方がよいと思う。

・現役で大学に行くという気持ちが強いなら、私大も受けておいた方がプレッシャーにならなくて良かったと思う。

・子どもが自分の事を理解して考えられるのが東高生だと思うので、きちんと話をすることが大切だと思う。

★先生から★

「共通テストに変わることでの影響は」という質問が出され、「予備校の研究会に教員が参加して専門家の話を聞き情報を収集している」との事でした。



高校に入学したと思ったら、またすぐにやってくるもの：受験。大学受験は、子どもにとっても親にとっても試験の時だと思います。

遠距離移動に伴う受験のコツは？複数の大学を受験するには？等々、受験に伴う不安や疑問は尽きないものです。受験を乗りきった身近な人から、最近の情報を聞くことは、悩みを軽減させてくれる貴重な機会です。それが、受験座談会。卒業生の保護者がアドバイザーになり、実際の体験から得たものをたくさん伝えてくださいました。当日話題になった『知りたい』をQ & Aでご紹介します。皆さんの知りたいもきっとあるはず！



・トラブルが起きた場合の対応やメンタルへの影響も考えて本人の希望に添ってあげると良いと思う。

### ワンポイント

●試験当日の昼食（お弁当の有無）も宿泊先に確認しておいた方が良い。

### Q 住宅はいつ探しましたか。

A 受験に同伴していたので、その時に探した。

・合格したら、大学生協から物件情報がたくさん送られてきた。  
・合格してからでは慌しいので、大学生協のホームページを事前にチェックしておくのもおすすめ。  
・大抵の物件は結果が出ていなくても仮予約可能。キャンセルもできる。

### ワンポイント

●学生会館などを利用する場合なども、子どもとよく相談した方が良い。集団で生活する安心のメリットもあるがデメリットも：

●下宿が決まったら、実際入居できる日にちを確認した方が良い。入居している人の都合で入学後JRで通わざるをえなかった。

●北大男子寮は予約がいっぱいになるのが早い。

た。飛行機などの手配が慣れない場合は旅行会社に相談した方が安心。

・受験確定前に早めに手配する時は、キャンセル料が発生する月日を確認しておくことと良い。

・道外受験の場合2日前には現地入りしておいたほうが良いと思う。（天候などを考慮して）

・複数受験などで移動がある場合、スケジューリングは親がした。（想像以上に大変なので）

・ホテルの場所は、少し遠くても乗り換えがなく電車一本で行けるとスムーズ。

・複数受験で宿泊が長くなる場合はウィークリーマンションを借りる選択肢もある。

### ワンポイント

●旭川空港は就航率が99%で安心感が高い。

●欠航・遅延の対策を考えておいた方が良い。

### Q 受験生の子どものように接していましたか。

A

・いつも通りを心がける。一番不安なのは本人なので、家庭ではリラックスさせてあげたいと思っていた。

・大丈夫か心配になっても親が焦らないように、口を出しすぎないように我慢した。  
・体調管理には、気を使った。

万が一浪人した場合、試験制度や内容が変わることへの心配の声もありました。

医療系の大学では入学後、病院で実習する時に予防接種を受けていないと断られることがあるという話も。

### ワンポイント

●予防接種のプランを立てておくことが大切です。

●受けられない人は学校に早めの相談が必要です。

アドバイザーさんの話の中で、「モチベーションを維持させる。普段の生活を心掛けて本人の気持ちに寄り添うようにした。」など、保護者にしかできない役割の部分も聞くことができ、価値ある時間を過ごすことができました。





教養講座 7月19日(金)

# 柔道整復師に学ぶ セルフメンテナンス ～負けられない体を作るストレッチ～



講師 重原 司さん

教養委員会主催のPTA教養講座第1回は、東高体育館にて行われました。参加者77名での開催となりました。

講師はうさぎ整形外科院長で現東高野球部コーチ兼トレーナーの重原司さん。柔道整復師という「ごつくてマツチヨ」なイメージでしたが、とてもさわやかで優しい口調の先生。約1時間のスライドを用いた講演と実際に体を使ったストレッチ。実技は野球部3年生が補助につけてくれたこともあり、緊張せず楽しくレッスンを受けることができました。

講話のなかで重原さんは「体には4つのタイプがあるので自分自身がどのタイプに当てはまるのかを知ることが大切で、タイプによってストレッチや体の動かし方が異なるため、一般的にこうした方がよいというやり方(スクワット)などを押し付けると体を痛める原因になり得る」と話されていました。「能力の優劣を考えない。素の自分と対話する。」等々、日常では自分のメンテナンスはおさなりにしがちですが、身体を見つめ直す良い機会となりました。

講話のなかで重原さんは「体には4つのタイプがあるので自分自身がどのタイプに当てはまるのかを知ることが大切で、タイプによってストレッチや体の動かし方が異なるため、一般的にこうした方がよいというやり方(スクワット)などを押し付けると体を痛める原因になり得る」と話されていました。「能力の優劣を考えない。素の自分と対話する。」等々、日常では自分のメンテナンスはおさなりにしがちですが、身体を見つめ直す良い機会となりました。



教養委員会は、毎年興味深い講座を企画してくださっています。来年もたくさんの方が参加できたら良いですね。

## 定時制からの風

定時制の4月から8月に行われた授業や行事より

### ①5月13日(月) 「第1回進路講話」

講話を聞いて、働くことや人生について考えました。



### ②5月24日(金) 「前期生徒総会」・「定通体連壮行会」

生徒総会の議事を通して自治を体験。壮行会では選手を激励しました。



### ③5月25日(土) 「定通体連上川支部大会」

記録的な猛暑の中、熱戦が繰り広げられました。



### ④6月7日(金) 「春期避難訓練」

落ち着いて避難。続けること、経験することの大切さを学びました。



### ⑤6月15日(土) 「定通体連全道大会」

バドミントン女子個人と卓球男子個人に出場し、熱い戦いを繰り広げました。



### ⑥7月6日(土)「学校祭」

今年の露店は昨年度よりバージョンアップした緑日。輪投げ、ヨーヨー釣り、的当てで、たくさんの子供たちが楽しんで会場内は笑顔に包まれました。中でも的当ては、パッチワークのように一針一針手分けして縫い上げた手作りの作品でした。展示会場は書道、地理Aで作成した地球儀、写真部、漫画イラスト部の作品を披露し、OBや一般の方々に好評を頂きました。



### ⑦7月10日(水) 「炊事遠足」

爽やかな森林で「自然と食」を満喫しました。



### ⑧7月23日(火) 3年生調理実習 「サンドウィッチ&マドレーヌの調理」

「給食の後の夜食・軽食とデザート」をテーマに調理。軽食を囲んで、話に花が咲き、ほんわかした空気に包まれました。



### ⑨8月27日(火) 「交通安全講話」

交通事故の被害者にも加害者にもならないために学びました。講話後、生徒会長が交通安全を宣言しました。



定時制ホームページ「定時制日誌」ページにてリアルタイムに情報発信しております。是非ご覧ください。  
北海道旭川東高等学校定時制公式HP▶ <http://www.ah.hokkaido-c.ed.jp/teiji/>





# 令和元年度 教職員紹介

※★印は学年主任・教科主任・部長  
氏名 クラス ①教科 ②分掌 ③部活動・同好会

## 全日制課程

校長  
小林為五郎(国語)

教頭  
須藤 克志(数学)

### 1 学年

松井 恵一  
主幹教諭  
★1 学年  
①地歴・公民  
②進路指導  
③軽音楽同好会、その他

廣瀬 純一  
1 年 1 組担任  
①数学  
②生徒指導  
③サッカー

城 将貴  
1 年 2 組担任  
①理科  
②教務  
③ハンドボール

大内由貴恵  
1 年 3 組担任  
①国語  
②保健相談  
③音楽

森実三保子  
1 年 4 組担任  
①国語  
②教務  
③吹奏楽

中川 清文  
1 年 5 組担任  
①★保健体育  
②教務  
③バレーボール

森蔭 祐  
1 年 6 組担任  
①英語  
②生徒指導  
③ソフトテニス

堀江 昌昭  
1 年 7 組担任  
①★理科  
②進路指導  
③放送

柴田 朝幸  
1 年 1 組副担任  
①国語  
②★教務  
③バスケットボール

藤井亜希子  
1 年 2 組副担任  
①英語  
②生徒指導  
③英語

富田 一茂  
1 年 3 組副担任  
①理科  
②教務  
③化学、天文

渡部 真紀  
1 年 4 組副担任  
①★家庭  
②総務  
③茶華道、その他

菊田 茜  
1 年 5 組副担任  
①数学  
②総務  
③音楽

佐藤 淳司  
1 年 6 組副担任  
①数学  
②進路指導  
③陸上

滝澤 俊秀  
1 年 7 組副担任  
①★英語  
②総務  
③その他

小倉 貴彰  
1 学年付  
①地歴・公民  
②★生徒指導  
③野球

Melissa Jackson  
ALT  
1 学年付

### 2 学年

膳亀奈美枝  
2 年 1 組担任  
①★地歴・公民  
②総務  
③文芸

宮野 俊二  
★2 年 2 組担任  
①数学  
②進路指導  
③卓球

山根有希子  
2 年 3 組担任  
①★国語  
②保健相談  
③卓球

中山 正幸  
2 年 4 組担任  
①保健体育  
②生徒指導  
③陸上

仲俣 薫  
2 年 5 組担任  
①国語・芸術(書道)  
②教務  
③書道

澤田 大輝  
2 年 6 組担任  
①英語  
②教務  
③囲碁、その他

蜂谷 健吾  
2 年 7 組担任  
①数学  
②進路指導  
③バレーボール

高子 和雄  
2 年 1 組副担任  
①英語  
②★総務  
③将棋

小俣 太  
2 年 2 組副担任  
①理科  
②生徒指導  
③山岳

佐藤 俊行  
2 年 3 組副担任  
①数学  
②教務  
③野球

黒田 紘未  
2 年 4 組副担任  
①英語  
②教務  
③バドミントン

綾 如永  
2 年 5 組副担任  
①地歴・公民  
②生徒指導  
③バドミントン

加藤 義則  
2 年 6 組副担任  
①国語  
②進路指導  
③弁論

伊與田浩紀  
2 年 7 組副担任  
①理科  
②総務  
③ラグビー

國下 浩己  
2 学年付  
①★情報  
②教務  
③コンピューター・  
クイズ研究同好会

### 3 学年

鶴沼 尚  
3 年 1 組担任  
①国語  
②保健相談  
③美術・工芸

石尾 浩一  
3 年 2 組担任  
①保健体育  
②生徒指導  
③サッカー

田熊 俊治  
★3 年 3 組担任  
①地歴・公民  
②進路指導  
③剣道

近藤 誠  
3 年 4 組担任  
①数学  
②総務  
③野球、応援団

原 徳之  
3 年 5 組担任  
①英語  
②教務  
③剣道

阿部 輝之  
3 年 6 組担任  
①国語  
②進路指導  
③テニス

大屋 泰宏  
3 年 7 組担任  
①理科  
②教務  
③新聞、放送

千葉 一彦  
3 年 1 組副担任  
①★芸術(音楽)  
②生徒指導  
③吹奏楽

梁川 耕  
3 年 2 組副担任  
①英語／司書教諭  
②進路指導  
③ダンス同好会、漫画・アニメ

石本 潤  
3 年 3 組副担任  
①数学  
②教務  
③バスケットボール

深山 尚仙  
3 年 4 組副担任  
①理科  
②教務  
③テニス

飯田 一三  
3 年 5 組副担任  
①地歴・公民  
②教務  
③山岳

花尻 健明  
3 年 6 組副担任  
①★数学  
②進路指導  
③クイズ研究同好会・写真同好会

野矢有希子  
3 年 7 組副担任  
①保健体育  
②生徒指導  
③ソフトテニス

山下 元  
3 学年付  
①英語  
②★進路指導  
③ハンドボール

小林 英樹  
3 学年付  
①理科  
②★保健相談  
③天文、化学

高松 葉子  
養護教諭  
②保健相談  
③軽音楽同好会

宮澤紀久子  
養護教諭  
②保健相談  
③ダンス同好会、漫画・アニメ

里 知十世  
指導実習助手  
②総務

## 定時制課程

教頭 小笠原淳互

佐藤 広幸  
1 年担任  
①地歴・公民  
②教務  
③バドミントン

山根 志津  
2 年担任  
①家庭  
②生徒指導  
③卓球

村上恵美子  
3 年担任  
①国語・書道  
②生徒指導  
③漫画・イラスト

近藤 剛史  
4 年担任  
①数学  
②教務  
③写真

東 和彰  
1 年副担任  
①保健体育  
②★教務  
③バドミントン・  
トリッキング同好会

伴井 善明  
2 年副担任  
①理科  
②★生徒指導  
③卓球

太田 倫夫  
3・4 年副担任  
①地歴・商業・情報  
②教務  
③新聞・トリッキング同好会

田口由理香  
養護教諭  
②生徒指導  
③手話・音楽同好会

## 事務

事務長 山本 浩  
事務主任 川村 希  
専門主任事 助安由紀子  
主任主事 中村 百世

◆定時制  
主任主事 藤井 典雄

1 学年

2 学年

3 学年

定時制

事務室



8月22日(木)  
8月23日(金)

# 高P連全国大会

副会長 早坂 琢弥

快適だった新幹線を降りると北海道では味わうことのない肌になつとりとまとわりつくような湿度。古都に似つかわしくない近代的な巨大な駅ビルを見ると、「ああ、久しぶりの京都だ」と暑い京都を思い出しました。

二日間に渡って「第69回全国高等学校PTA連合会大会京都大会」の研修に参加させていただきました。

会場はそこらじゅうに歴史的な建造物のある京都らしく平安神宮のお隣「みやこめっせ」と「ロームシアター」の2会場に分かれ行われました。どちらも広い会場ですが全国から1万人ほどのPTA関係者が集まると会場は人、人、人。まずは入り口の看板の撮影会の列に並び証拠写真の撮影を終え、人の波に乗り会場入りし1日目の各分科会に分かれて研修に参加しました。

私が参加したのは第3分科会「すぐそこの未来のしごと」とともに考えるSociety 5.0において求められる人材像「学びの在り方」と題して基調講演とパネルディスカッションが行われました。

分科会と言ってもかなり大きな会場で2000人ほどの出席です。6つの大きなスクリーンに、ステージとスライドを投影しながらの研修でした。さすが全国大会ともなると圧巻の設備です。

研修の内容は最近私たちの生活にも少しずつ侵食しつつあるAIやIoT、ロボティクスなどの最新技術が今後の生活、教育、仕事にどんな影響を及ぼし、どんな世の中になっていくかという話を中心に行われました。

これから世の中は大きく変わっていく変革の時代です。労働はAIやロボットが中心になり働く環境は大きく変わっていきます。これからはそんな世の中に合わせた教育や心の在り方が大切になってきます。そのためには家庭や学校の在り方が変わっていかねばならないと感じさせられました。

2日目はアトラクションと記念講演と各種報告会でした。記念講演は「学校教育・家庭教育に思うこと」と題して日本電産CEOであり、京都先端科学大学の理事長でもある永守重信氏による講演でした。少々過激な口調だったものの、創業から巨大グローバル企業に育てた実業家らしく聴衆を引き込むトーク力と確かにと思わせる内容に唸られました。ここでも日本の今の教育は変わらないといけないという共通のテーマを感じました。

また、今回も東高PTA広報誌「大空まどかに」が北海道代表の2校に選ばれ広報誌の展示コーナーに飾られていて日頃の私たちの活動を評価していただけたように非常に誇らしい気持ちとなりました。

昨今、PTAは本当に必要なのかと一部では騒がれていますが全国大会に出て改めて日本の教育と学校を支えるのはPTAであると実感させられました。この素晴らしい学びの機会をいただいたことに感謝いたします。ありがとうございました。



6月1日(土)  
6月2日(日)

## 高P連全道大会

副会長 山岡 香純

苫小牧で開催された第69回北海道高等学校PTA連合会大会【胆振・日高大会】に参加させていただきました。大会主題「身近な人と結ぶ信頼の絆」とし、223校・千人以上の参加者で会場は埋め尽くされていました。

1日目は、講師に元日本ハムファイターズ内野手備走壘コーチ兼作戦担当の白井一幸さんを迎え、「可能性を引き出すコミュニケーション」の演題で講演を聞かせていただきました。「はい、いいえ」でしか答えられない質問はクローズドエスチョンであり、相手にたくさん話してもらうように質問すること、すなわちオープンクエスチョンが大切で、聞き手はうなずき・目を見る・笑う・言ったことをくり返す等で、「相手の心の声を聞く」大切さを学びました。子育てにも繋がる内容が多々あり、メモをとるのに必死でした。

2日目は39ある分科会の中で苫小牧東高等学校の会場にて「PTA活動における広報誌発行の意義」について各校の様々な取り組みなどの意見交換会に参加してしました。東高のPTA広報誌「大空まどかに」はここでも大変好評で、ぜひ参考にさせていただきたいと多くの声があがりました。広報誌を充実させられるのも、PTA会員の皆さんのおかげと感謝いたします。ありがとうございました。



5月17日(金)

## 懇親会 教員とPTAの

PTA全体会及び第一回各種委員会が、学校にて行われ、その後、トヨーホテルに場所を移して懇親会が行われました。美味しいお料理をいただきながら、校長先生をはじめ先生方と役員同士の楽しい交流の時間を持ちました。各委員会がPRタイムをもち保護者も子どもと一緒に学校生活を楽しんでいけると感じました。子どもたちの巣立ちまでの数年間を思い切り楽しもうという気持ちで、参加者の笑顔になっていただいているように思います。



次号予告 3月1日発刊予定 お楽しみに!