



No.101

# PTA会報 四日市高

令和5年度「四高祭」

最優秀賞

3年3組  
2年7組  
2年8組

合唱部門

1位/1年8組  
2位/1年4組  
1年5組





### 千思万考

PTA会長 林 宏樹

連日の猛暑日が嘘のように肌寒い日が続く、季節の移ろいを感じます。PTA役員を務めていると教育に関する講演を聴く機会が多々あります。その講演で「レジリエンス教育」という単語をよく見聞きしたので、そのことに触れたいと思います。

さて、皆さんはレジリエンス教育についてご存じでしょうか。三重県では、令和3年度には6カ所の中学校でレジリエンス教育が実践されたため、ご存じの方もいらっしゃるかもしれません。が、「レジリエンス」という単語は「回復力」「弾性(しなやかさ)」を意味する英単語です。レジリエ

ンス教育では、「ストレス管理」「失敗への対処方法」「自己肯定感の向上」など困難や逆境に直面したときにそれを乗り越える力を養う教育を指します。

では、なぜレジリエンス教育が注目されているのでしょうか。今の高校生は「ゼット世代」と呼ばれる年代です。ゼット世代の特徴の一つにデジタルネイティブであることが挙げられます。生まれながらにインターネットやSNS(ソーシャルネットワークサービス)に接している彼らは、私たち保護者世代とは比較にならない程の豊富な情報や、多様な

友人関係に囲まれて生活をしており、数多な情報から正しい情報・有益な情報を取捨選択すること、友人とのコミュニケーションの維持やSNS上の同調圧力など様々なストレスに常にさらされています。

また高校生は、学業、将来への不安など年代特有のストレスにも直面しており、ストレスの適正管理や困難な状況に対処するスキルが求められます。そのスキルを学ぶ手段としてレジリエンス教育が注目されています。

レジリエンスを高める方法としては、「自己効力感を高める」「楽観性」「周囲の支援」「失敗から学ぶ」などが挙げられます。私が特に共感したの

### 「逞しく前向きに生きる」人に

校長 諸岡 伸



PTAの皆さまには、本校の教育活動に際しまして、平素から格別のご理解ご協力を賜り、誠にありがとうございます。

先日、参加したある会合で、「今の高校生は、東日本大震災や原発対応、コロナ、大国の侵略戦争など、甚大な自然災害や数々の世界的危機を感じながら育ってきた世代」という言葉を聞き、改めてはっといたしました。世間では、現代を称して、先行きの見通せないVUCAの時代などと言いますが、生徒たちは物心がついてからすでに、社会的困難な時代に生きてきたのです。

そう考えると、私たち教職員や保

護者の皆さまには、子どもたちが、社会的不安を感じることもなく、未来の幸福や自己有用感を実感しながら学校生活を送れるよう、教育的環境を整える責任があることを、一層身にしみて感じさせられます。

「ウェルビーイング」という言葉が、これからの時代の重要な価値要素として語られますが、子どもたちが幸せを感じながら生きていくためには、今後の人生で遭遇するかもしれない困難に対して、仲間と一緒に逞しく前向きに立ち向かう態度の育成が欠かせません。だからこそ、四日市高校では、「学力」はもちろんのこと、どのような困難な

状況にあってもそれに立ち向かう「前向きな姿勢」と、多様な仲間と一緒に頑張って、物事を成し遂げる、また新しい価値を見出す「協働する力」の育成を、大切な教育目標としています。

先日、参観した科学オリンピック三重県予選大会で、本校チームが見事、三重県2連覇を成し遂げ、全国大会出場を決めてくれました。苦勞を重ねた準備が奏功して、仲間と成功の喜びを分かち合う姿を見るのは、教師冥利に尽きます。しかし実際の学校生活では、部活動でもSSHでも、努力が報われず負けたり、失敗したりする場面も多く、高校生活最後の試合に負けて涙する姿などを見るのは、こちらもつらく寂し

いものですし、保護者の皆さまであればなおさらのことと推察します。しかしながら、成功や勝利の体験だけでなく、このようなつらく悔しい体験も、それを乗り越え、次のステージに向かう意欲を喚起し、逞しく前向きに生きる姿勢を身につけるために必要な、大切な経験なのだと思います。だからこそ、四日市高校では、授業や課外授業に加えて、部活動やSSH、そのほか学内外のさまざまな活動を疎かにすることなく、できる限りの支援を進めています。

今後とも、生徒が将来、輝いて活躍できるよう、教職員一同、さまざまな改善を進めながら、一層努力して教育活動を進めていく所存です。PTAの皆様におかれましては、引き続き、ご理解とご協力をよろしくお願い申し上げます。

PTA連合会 宮城大会に参加しました。

初日の午前中は、被災経験のある語り部さんのお話を伺いながら、県内各地に残る震災遺構の見学をしました。被災前後では生活や考え方が大きく変化したことや、被災から10年以上たった今でも被災者の方々の心の傷は癒えていないことを知り、胸が詰まる思いでした。

午後からは分科会の一つ「第3分科会」レジリエンス教育」に参加し、仙台大学体育学部健康福祉学科教授 氏家靖浩先生の「落ちこも高校生に疲れた大人は何かできるか」という講演を拝聴しました。レジリエンス教育について、氏家先生のご自身の経験を交え軽妙な語り口で解説いただきました。その後、開催されたパネルディスカッションも含め時間を忘れて耳を傾けていました。

二日目は、カメイアリーナ仙台に会場を移し全体会が開催されました。会場近くの駅を降りた時から、人・人の波、仙台市内最大級のカメイアリーナ仙台が関係者で埋め尽くされました。オープニングイベントは、「白A」によるパフォーマンス。私は「白A」を知りませんでした。が、宮城県内の高校生を中心に結成されたパフォーマンス集団で、これまでに世界30カ国で500公演以上を行い、10万人以上のオーディエンスを動員しているそうです。「NHK Eテレ」にほんごであそび」に出演していますので、気になる方はこちらをご視聴ください。続いて、仙台育英学園高等学校の野球部副部長監督が登壇されました。昨年の優勝に続き、2日前に甲子園で準優勝をされた名監督の登場ということで、会場は大いに盛り上がりました。講演では、現代の高校生との接し方や指導方法など、理路整然とわかりやすく解説いただきました。

全体を通じて、被災者の思いや我が子を含む2世代との接し方や指導方法など学びの多い二日間でした。

が、自己効力感や楽観性に関する項目で最近聴講した講演では、TVドラマ「ガリレオ」で福山雅治が演じた湯川教授の決め台詞「実に面白い」がよく引用されていました。

ドラマ「ガリレオ」では湯川教授が、不可解な事件(＝困難な事象)を前にしても、学者として世の中絶対こそありえないという意味で興味を持つ心意から「実に面白い(＝興味深い)」と語り、事件を解決していきます。

今後どのような難題に直面したとしてもストレスに感じるのはなく、自分ももう一回り成長するための挑戦と捉え、どんな逆境に陥っても諦めることなく、前向きに行動することができるよう、皆さんも親子でレジリエンスを養っては、如何でしょうか。

PTA連合会 宮城大会に参加しました。

初日の午前中は、被災経験のある語り部さんのお話を伺いながら、県内各地に残る震災遺構の見学をしました。被災前後では生活や考え方が大きく変化したことや、被災から10年以上たった今でも被災者の方々の心の傷は癒えていないことを知り、胸が詰まる思いでした。

午後からは分科会の一つ「第3分科会」レジリエンス教育」に参加し、仙台大学体育学部健康福祉学科教授 氏家靖浩先生の「落ちこも高校生に疲れた大人は何かできるか」という講演を拝聴しました。レジリエンス教育について、氏家先生のご自身の経験を交え軽妙な語り口で解説いただきました。その後、開催されたパネルディスカッションも含め時間を忘れて耳を傾けていました。

二日目は、カメイアリーナ仙台に会場を移し全体会が開催されました。会場近くの駅を降りた時から、人・人の波、仙台市内最大級のカメイアリーナ仙台が関係者で埋め尽くされました。オープニングイベントは、「白A」によるパフォーマンス。私は「白A」を知りませんでした。が、宮城県内の高校生を中心に結成されたパフォーマンス集団で、これまでに世界30カ国で500公演以上を行い、10万人以上のオーディエンスを動員しているそうです。「NHK Eテレ」にほんごであそび」に出演していますので、気になる方はこちらをご視聴ください。続いて、仙台育英学園高等学校の野球部副部長監督が登壇されました。昨年の優勝に続き、2日前に甲子園で準優勝をされた名監督の登場ということで、会場は大いに盛り上がりました。講演では、現代の高校生との接し方や指導方法など、理路整然とわかりやすく解説いただきました。

全体を通じて、被災者の思いや我が子を含む2世代との接し方や指導方法など学びの多い二日間でした。

### 第72回全国高等学校PTA連合会宮城大会に参加して



8月24日、25日の二日間、第72回全国高等学校PTA連合会 宮城大会に参加しました。

初日の午前中は、被災経験のある語り部さんのお話を伺いながら、県内各地に残る震災遺構の見学をしました。被災前後では生活や考え方が大きく変化したことや、被災から10年以上たった今でも被災者の方々の心の傷は癒えていないことを知り、胸が詰まる思いでした。

午後からは分科会の一つ「第3分科会」レジリエンス教育」に参加し、仙台大学体育学部健康福祉学科教授 氏家靖浩先生の「落ちこも高校生に疲れた大人は何かできるか」という講演を拝聴しました。レジリエンス教育について、氏家先生のご自身の経験を交え軽妙な語り口で解説いただきました。その後、開催されたパネルディスカッションも含め時間を忘れて耳を傾けていました。

二日目は、カメイアリーナ仙台に会場を移し全体会が開催されました。会場近くの駅を降りた時から、人・人の波、仙台市内最大級のカメイアリーナ仙台が関係者で埋め尽くされました。オープニングイベントは、「白A」によるパフォーマンス。私は「白A」を知りませんでした。が、宮城県内の高校生を中心に結成されたパフォーマンス集団で、これまでに世界30カ国で500公演以上を行い、10万人以上のオーディエンスを動員しているそうです。「NHK Eテレ」にほんごであそび」に出演していますので、気になる方はこちらをご視聴ください。続いて、仙台育英学園高等学校の野球部副部長監督が登壇されました。昨年の優勝に続き、2日前に甲子園で準優勝をされた名監督の登場ということで、会場は大いに盛り上がりました。講演では、現代の高校生との接し方や指導方法など、理路整然とわかりやすく解説いただきました。

全体を通じて、被災者の思いや我が子を含む2世代との接し方や指導方法など学びの多い二日間でした。

PTA京都研修旅行

10月17日(火)93名の保護者参加のもと、京都での研修会が開催されました。京都大学見学では、4年ぶりになりますが、四高OBの現役京大生14名に12班に分かれた保護者のグループ(1班6〜9名)を案内してもらい、京都大学の様子を詳しく教えてもらいました。その行程の中で、いろいろな質問に学生の皆様も快く答えてくれました。その後、バスで嵐山へ向かい、昼食をとったあと、各自3時間ほど散策を楽しみ帰途につきました。保護者同士の交流もあり、現役学生からの貴重な話も聴くことができ、大変、有意義な一日となりました。ご尽力いただいた皆様、ありがとうございました。



感想

Vol.1

参加者の概ねの関心は現役学生がいかに大学受験を乗り越えたのか?という情報を得たい事だと思いました。勉強時間や塾、家庭・親との関係性、モチベーションの保ち方等大いに参考にしました。

共通して感じたのは、各自に合った勉強方法を自ら考え大きな目標に向い、中小の行動計画を立て1つずつ実行して獲得した結果だと思いました。

感想

Vol.2

暑いぐらいの晴天の中、京都研修会に参加しました。12班に分かれての京大散策では四高OBの丁寧な説明を聞きながら京大の素晴らしい環境を自分の目で見る事ができました。保護者からOBの方へ様々な質問が来て、あっという間に時間が過ぎていきました。現役京大生の生の声を聞き、大変有意義な一日を過ごすことができました。

ありがとうございました。

感想

Vol.3

秋晴れの気持ちの良い日に京大見学会に参加させていただきました。

文学部2年の学生さんもお忙しい中、丁寧にキャンパスを案内していただき具体的な質問にも答えてくださり、大変参考になりました。

その後嵐山では、美味しい食事をいただき観光を楽しみました。毎日の慌ただしさから離れて有意義な1日となりました。御尽力いただいた皆様方に大変感謝いたします。



PTAによる  
四高祭  
参加

コロナと過ごした3年間を越えて待ちに待ったこの時がやってきました。まだマスク姿が多かった4月と比較すると、四高祭では四高生や保護者の皆様、たくさんの方の笑顔を見ることができたように感じます。特に3日目の文化祭では、解放されたかけ声。それはライブ会場さながらで、舞台上に立つ四高生と、先生方だけでなく声援を送る観覧側からも力強さを感じる素晴らしい文化祭でした。

さて、PTAも文化継承、今年も喫茶八稜星を開店しました。コロナでできなかった年、縮小した年もあり、先輩方が残してくださった記録とわずかな記憶を頼りに開催！小さないろいろはありましたが、皆様の力で無事乗り切ることができました。この場をお借りして厚くお礼申し上げます。



# 修学旅行記

令和五年十月十一日(水)～十月十三日(金) 於長崎・福岡

令和五年十月十一日(水)のJR名古屋駅時計台裏には、これから始まる三日間の修学旅行に胸をふくらます四日市高校二年生の姿が見えました。時刻は朝の七時半。通常八時五十分から始まる一限目の授業では決して見られない、はじける笑顔と賑やかな雰囲気です。

一日目の午後に長崎市内に到着しました。平和公園では生徒十人ほどに対し平和ガイドが一人同行し、様々な遺構・モニュメントが設置してある同公園内を歴史とともに案内していただきました。家族や友人が実際に戦争を体験した方々の話は、生徒たちの表情にもその重みが表れていました。原爆資料館では、薄暗い館内に飾られている当時の写真や再現模型から、被爆者の悲痛な叫び声が聞こえてくるようでした。その後、「一人芝居 命ありて」を鑑賞しました。舞台だからこそその臨場感とともに、原爆投下時の凄惨さが肌に突き刺さるようでした。生徒も原子爆弾の悲惨さを、その言葉通り、体感できたのではないのでしょうか。

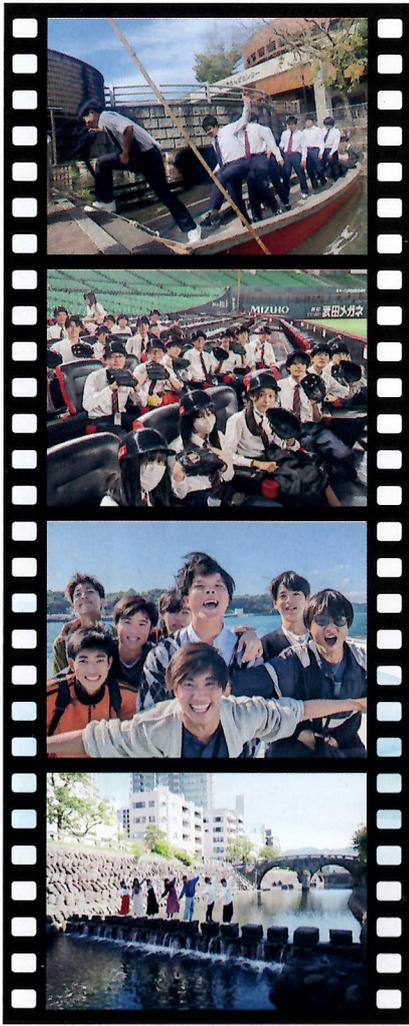
二日目はコース別研修の日で、クラス関係なく個人が希望するコース毎にバスで移動しました。「ステンドグラスコース」「キリシタン潜伏遺産コース」「佐世保軍港クルーズコース」「九十九島パールシリゾートコース」「軍艦島コース」「イルカウォッチングコース」と、全六コースに分かれての研修でした。シーカヤックを体験する生徒や友人とともに出島を歩く生徒、多くのイルカを観察した生徒など、夕方は降はハウステンボスでの自由行動となっており、閉園時間ぎりぎりまで多くの笑顔が見られました。

三日目は柳川で川下りを体験したクラス、大刀洗平和記念館を訪れたクラス、福岡市内の複合商業施設ボスイゾで時間を過ごしたクラスなど、各クラス単位での研修となりました。全クラス共通の目的地である太宰府天満宮では、生徒はそれぞれ学問の神様に学業の誓いを立てたことと思います。

大きな事故や怪我がなく三日間の修学旅行を終えることができ、教員一同ほっとしています。今回の修学旅行で学んだことは、きっと生徒一人一人がこれからの未来で役立ててくれると信じています。そう信じていることは、修学旅行中の彼らの態度を見るに、難しくありません。最後に、今回の修学旅行に先立ち多くの準備をしていただきました保護者の皆様には感謝申し上げます。ありがとうございました。

修学旅行引率教員一同

修学旅行引率教員一同



## 文化行事 演劇鑑賞

10月3日(火)、四日市市文化会館第一ホールにて、LGBTQを題材とした、劇団うりんこ「わたしとわたし、ぼくとぼく」を観劇しました。今回は、55名の保護者の方にもご参加いただきました。

保育園に勤める30歳の主人公は、男性保育士に対する偏見に落ち込み、ふさぎこむようになってしまいます。ある日謎の少女に連れられ、タイムスリップした先は1997年でした。10歳の自分を救おうとするうちに、前向きな気持ちを取り戻していきます。

10歳らしいストレートなからかいや、家族や先生にわかってもらえないつらさの一方で、そばで支えてくれる友人の心強さも感じられました。学生時代の様子を中心に描かれ、自身や友人関係で共感できるポイントが多かったのではないのでしょうか。「男らしさ・女らしさとらわれず自由に生きよう。お互いの生き方を認め合おう」という心は、これから社会に羽ばたいていく生徒の皆さんを励まし、背中を押すものになったと思います。

登場人物の発言や心の変化など、想像力をかき立てられるあつという間の1時間半でした。1つのセットで様々なシーンを表現し、複数の人物を演じ分け、言葉を「観る人に伝える力」にも圧倒されました。

劇団うりんこの皆様、ありがとうございました。来年度は音楽鑑賞で楽しみましょう！



挑 戦

1学年主任 / 川喜田 真也



「1056日」この日数が意味するものが何かわかりますでしょうか。この日数は、入学式の日に数えた約3年後の卒業式までの日数です。(ちなみに、この日数に対して長期休みや土日祝日などを除くと約半分しか登校する日はありません。)

1年生の生徒たちは卒業までの4分の1ほどの日数を経過しました。文理選択も残り1つの大きな分岐点を過ぎたところだと考えています。新しい挑戦を行いながらいろいろな経験を経て、大きく成長していると感じております。その中の一つとして、学習面が挙げられます。多くの生徒たちが中学校までの学習との差を感じ、慣れない高校生活の中でもがき苦しみながら学校での勉強、家庭学習と努力したことだと思います。10月までは四高の学習に慣れるために課題の提出を課していました。その代わりに、機会があるごとに各自で振り返りシート(現1年生は「Try&Error」)を書くことで次のやるべきことを見つけて成長していく、主体的な学びへと変化をしております。ただ、学年としては学習時間だけを見ると課題の提出義務がなくなったことにより、減っている教科もあり、不安に感じることもあります。しかし、大きな成長のチャンスだと考え、学習内容の質の向上、主体的な学びを生徒とともに目指していると考えています。また、学習面以外にも部活動や行事などを通じて成長していると感じております。特に四高祭の合唱では、練習する時間が少ない中、クラスの中で協力したり、意見を出し合ったりしながら良いものができたと思っています。部活動においても、2年生とともに頑張っている様子が見受けられ、この先の活躍が楽しみです。

今後は今まで以上に、自ら決めて進んでいくことが多くなると考えており、その中で日々成長するために挑戦をしてもらいたいと考えています。その一つに探究活動があります。特に2年生になると、自ら考えたテーマに沿って約1年間探究することになります。今までに経験したことがないようなことですが、探究する力、まとめる力、発表する力など大きな成長するチャンスだと考えています。また、進路のことがあります。ぜひ高い目標を立てて挑戦してもらいたいと考えています。現状をみて目標を考えることも大切ですが、人が行うことで2年後の未来のことまですべてわかつてはなりません。ご家庭でも相談に乗っていただき、一緒に考えていただければと思います。

1年生では指導方針として「主体的に学ぶ力」、「他者と協働する力」、「進路を切り拓く力」を身に付けることを掲げてきました。すでに身に付けた生徒、まだの生徒など成長速度の違いによりいろいろな現状の生徒たちがおりますが、今後も含めた「1056日間」が人生の中の素晴らしい経験であったといえるように大いに挑戦してもらいたいと思います。

自分の足で凛々しく立つ

2学年主任 / 下條 博之



「プリキュア」シリーズが今年で20周年を迎えました。私には2人の娘がいますが、プリキュアが大好きで毎週録画とその復習を強制される生活をここ数年送っています。保護者の皆様の中にも、生徒が幼かった頃一緒に見たという方も多いかもかもしれません。

今年の作品はアニメーションにふさわしく(?)これまでと違う試みがなされています。ヒーローに憧れるヒロイン、男の子プリキュア、車を運転する成人プリキュアが登場します。また、敵対する勢力も絶対悪ではなく、それぞれに事情や背景をもった設定ですので、敵ながら同情する場面もあります。今までの女子や男子、味方や敵といった固定観念にとらわれず、多様な価値観や存在を認めていきたい、そういったことを大事にする子どもたちに育って欲しいという制作者の思いを感じます。またこういった変化は、ジェンダーなどに対する社会の問題意識の現れとみることもできます。プリキュアのメインターゲットは3歳~6歳と言われていますが、家族とは違う他者と関わり、自分とは違う価値観に初めて触れる時期にあたります。押しつけがましいという意見は有るものの、こういった作品をきっかけに何かを感じてくれたらと思っております。

一方、20年間変わっていない面もあります。それはどんなプリキュアであっても「友や仲間を信じる」「自分の力で困難に立ち向かう」「譲れない強い思いがある」ということです。多様性を受容する姿勢や態度は、社会や学校教育、環境などである程度は身につくものかもしれませんが、自分の内面の強さはそうはいきません。「自分の足で凛々しく立つ」という言葉は、20年前の最初の企画書に書かれていたコンセプトだそうですが、「凛々しさ=力強さや意志の強さを感じられ、芯の強さを感じさせる気品」を身につけるには、時間と困難を伴います。実際にプリキュアは、最初から強い意志、芯の強さを有しているのではなく、様々な事を経験しながら仲間とともに成長していきます。生徒達も、学業や部活動、探究活動、学校行事など様々な場面で困難に直面しています。プリキュアは困難を打開する変身や必殺技がありますが、生徒達は持ち合わせていません。それでも、時には自分の力で、時には仲間と力を合わせ、時にはぶつかり、強くなっていきます。

他者や社会に対しては多様性を認め寛容に、自分自身に対しては普遍的な価値に気づき、大事にすることで、将来様々な分野で活躍するプリキュアになって欲しいと思います。

応 援

3学年主任 / 山田 秀裕



「大学入学共通テスト」まであと1ヶ月となりました。栄養面や体調管理など親としてハラハラドキドキしながらわが子を応援する毎日が続いていることと思います。

受験生は、誰でも受験という大きな節目を前に強いプレッシャーを抱えています。その様子をそばで見守る親の、わが子の不安を取り除きたい気持ちが強すぎることで、子どもがますます強いプレッシャーを感じてしまう場合も少なくありません。そのような望まぬ状態にならないために、適切な形で応援するにはどうすればいいのでしょうか。

生まれたときからそばで子どもを見守ってきた親としては、「一番の理解者は自分だ」と自負している方もいらっしゃるのではないのでしょうか。しかし、わが子といえども親と子どもは、異なる人格を持つ人間で、性格も物事の受け止め方も異なります。親からすれば純粋にわが子を大切に思う気持ちから行った応援が強いプレッシャーとなりかねません。また、親子ゆえの気安さから、不安を抱える子どもにデリカシーのない応援の言葉を投げかけたり、目の前でネガティブな態度を見せてしまったりする場合もあります。そのような事態を防ぐための声かけの例をいくつか紹介します。

- いつも遠くからあなたを見守っている ●あなたなら大丈夫!
- 私はいつでもあなたの味方 ●あなたががんばっている姿をずっと見てきた

●サポートはまかせて! ●無理せずいつも通りに...

メッセージにネガティブな言葉が含まれていないことにお気づきでしょうか? 繰り返しますが、受験生は人生の節目となる大学受験を前に大きな不安を抱えています。そのようなときに、一番身近な保護者からネガティブな言葉をかけられれば、他人から同じ言葉を言われたときよりも心にダメージを受けやすくなります。もちろん、親も人間ですから、わが子が大学受験を前に不安定になれば心配で夜も眠れないこともあるかもしれません。しかし、親はある程度人生経験を豊富な大人です。その人生経験を活かして落ち着いた対応を心がけ、極力自らの言動で不安を与えないようにしましょう。子どもの前では、大人の余裕を見せてどっしりと構え、安心して受験に臨めるように気を配ることが大切です。

家族や友人など応援してくれる周囲の人たちへの感謝を忘れず、受験本番で持てる力を十分に発揮できるよう、健康にも十分に注意し、合格を信じて試験日まで努力を続け、見事栄冠を勝ち取るまでに子どもたちは成長するのでしょうか。保護者の皆様と共に3学年同一、最後までポジティブに応援し続けます。

1・2年合同保護者会及び進路講演会

新型コロナウイルスも5類に移行され、今年度は従来の修学旅行となる説明がありました。高学年生活の中でのビッグイベント修学旅行、平和学習や企画、準備、実施に積極的に参加する事。集団の中での役割を果たす事など沢山の事を学ぶと共に生徒同士の親睦、友情を深めて欲しいと思いをいたしました。

新型コロナも5類に移行され、今年度は従来の修学旅行となる説明がありました。高学年生活の中でのビッグイベント修学旅行、平和学習や企画、準備、実施に積極的に参加する事。集団の中での役割を果たす事など沢山の事を学ぶと共に生徒同士の親睦、友情を深めて欲しいと思いをいたしました。

1年生の合同保護者会では現状報告、2年生からの科目選択、SSH活動についての説明がありました。四日市高校の特色でもあるSSH活動は、とても価値のあるものだと思えます。その取り組みのなかで失敗を繰り返しながらも成果にしていくことは、子どもたちの成長に必要なことであると、改めて考えさせられました。進路講演会では、社会環境の変化に対応できる能力を養うために必要なスキルや学習力についてご講演いただきました。子どもたちの進路決定に関して親は、本人の意志を尊重し目標に向かう姿勢を後押しできればと思います。

「探究II s」

対象生徒(文系)	理系
研究方法	大学の教員や研究者と共同で探究活動を行う
備考	条件あり

「探究II b・II L」

対象生徒(文系)	理系
研究方法	大学の教員や研究者と共同で探究活動を行う
備考	条件あり

2学年の進路目標

進路目標: 挑戦力

- 学習習慣の確立と発展
- 個々の生徒に対応する進路相談
- 進路方向の探求と決定

3. 9月以降について

- 自律した学習者から自律した受験生へ
- 日々の学習(学習+復習) ※はじめて行う知識の整理
- 学習時間の確保
- 5教科学習を開始
- 中堅難関の学習(5教科分野の既習+応用問題(応用問題) ※入試に向けた応用力育成

2・3日目 コース紹介VTR

新進路指導体制構築  
対面+対面  
対面+対面+対面+対面  
対面+対面+対面+対面  
対面+対面+対面+対面

部活動報告

令和5年7月5日

運動部

バスケットボール

男子 全国高等学校選手権大会 三重県予選会

女子 全国高等学校選手権大会 三重県予選会

男子 全国高等学校選手権大会 三重県予選会

女子 全国高等学校選手権大会 三重県予選会

バレーボール

男子 北勢地区高等学校バレーボール優勝大会

女子 北勢地区高等学校バレーボール優勝大会

男子 三重県高等学校バレーボール選手権大会

女子 三重県高等学校バレーボール選手権大会

男子 北勢地区高等学校バレーボール選手権大会

女子 北勢地区高等学校バレーボール選手権大会

男子 三重県高等学校バレーボール選手権大会

女子 三重県高等学校バレーボール選手権大会

男子 三重県高等学校バレーボール選手権大会

女子団体戦 四日市 2-3 津東
2回戦 ベスト32 高岡 亮
男子シングルス ベスト16 高岡 亮
男子ダブルス ベスト16 高岡 亮

男子ソフトテニス
三重県高等学校新人大会個人戦(7/4-5)
7ペア出場
三重県高等学校新人大会団体戦(7/3)
四日市 1-2 四日市工業
三重県高等学校シングルス選手権大会(7/18)
2名出場

男子バドミントン
県高校バドミントン新人大会(9/25-10)
男子2部シングルス5位 黒田泰地
三重県高等学校バドミントン秋季大会(11/3-12)
男子団体 四日市3-0 名張青峰
2回戦 四日市0-3 伊勢工業
女子団体 ベスト16
1回戦 四日市3-0 木本
男子個人 優勝 黒田 泰地 福川 凌平
ダブルス2部 準優勝 吉原 愛寿
シングルス2部 準優勝 吉原 愛寿

男子剣道
令和5年度三重県高校剣道学年別大会(8/29)
女子1年生II部 第3位 兼光 真芽
女子1年生II部 第3位 鈴木 結子
令和5年度三重県高校剣道秋季大会(11/3)
男子団体 四日市 0-4 高田
女子団体 四日市 1-2 四日市南

男子陸上競技
三重県陸上競技選手権大会(7/8-9)
女子400m 5位 工藤 夕奈
女子3000m 1位 山吉 絢
東海陸上競技選手権大会(8/27)
女子400m 出場 工藤 夕奈
女子3000m 5位 山吉 絢
三重県高等学校新人陸上競技選手権大会(9/23-24)
女子400m 3位 工藤 夕奈
女子800m 5位 工藤 夕奈
400mH 6位 加藤 佑規
女子3000m 7位 山吉 絢
東海高校新人陸上競技選手権大会(10/28-29)
女子400m 出場 工藤 夕奈
女子800m 出場 工藤 夕奈
男子400mH 出場 加藤 佑規

男子サッカー
全国高校サッカー選手権三重県大会(9/30)
1回戦 四日市0-4 鈴鹿
三重県総合ハンドボール選手権大会(8/28-9/3)
女子 四日市A 14-10 高田高校
2回戦

男子卓球
第76回中日日本卓球選手権大会(7/15)
ジュニア男子シングルス部
1回戦 菅生創一 3-1 浜松修学舎中(静岡)
2回戦 菅生創一 0-3 清陵高校(岐阜)
県高校卓球選手権大会(8/22-23)
男子シングルス部 ベスト16 菅生創一
男子ダブルス部 ベスト8 菅生創一 吉川真人
第52回後援杯卓球選手権大会(9/16)
ジュニア男子シングルス部
1回戦 菅生創一 3-0 甲西高校(滋賀)
2回戦 菅生創一 0-3 愛工大名電高(愛知)
第33回東海卓球選手権大会(11/3)
ジュニア男子シングルス部
1回戦 菅生創一 1-3 名古屋工業高(愛知)
男子ダブルス部 菅生創一 吉川真人 0-3 中京大学(愛知)
県高校新人卓球大会(11/18)
男子学校対抗部(ベスト8)
1回戦 四日市 3-0 朝明
2回戦 四日市 3-0 相可
3回戦 四日市 0-3 白子
4回戦 四日市 0-3 白子

男子水泳
三重県高校対抗水泳競技大会(8/7-8)
男子100m平泳ぎ 5位 越山 颯波
男子200m平泳ぎ 6位 菅田 大翔
男子500m自由形 6位 越山 颯波
男子1000m自由形 6位 菅田 大翔
男子200m個人メドレー 6位 菅田 大翔
男子400m個人メドレー 6位 菅田 大翔
男子800m個人メドレー 6位 菅田 大翔
男子1500m自由形 7位 高嶋 春奈
男子2000m自由形 7位 高嶋 春奈
男子4000m自由形 7位 高嶋 春奈
男子8000m自由形 7位 高嶋 春奈
男子1500mメドレー 7位 高嶋 春奈
男子2000mメドレー 7位 高嶋 春奈
男子4000mメドレー 7位 高嶋 春奈
男子8000mメドレー 7位 高嶋 春奈
男子1500mリレー 7位 高嶋 春奈
男子2000mリレー 7位 高嶋 春奈
男子4000mリレー 7位 高嶋 春奈
男子8000mリレー 7位 高嶋 春奈

男子ハンドボール
三重県総合ハンドボール選手権大会(8/28-9/3)
女子 四日市A 14-10 高田高校
2回戦

全国大会出場!!

空手
1年生の奈須亮和さんは、恵庭市総合体育館(北海道)で行われた令和5年度全国高校総体空手道競技大会 第50回全国高校空手道選手権大会(令和5年7月27日~28日)に出場しました。今大会で全国レベルの試合を経験することができ、次年度への飛躍につながってほしいと思います。



少林寺拳法



2年生の田中那奈さんは、道北アークス大雪アリーナ(北海道旭川市)で行われた令和5年度全国高校総体第50回全国高校少林寺拳法大会(令和5年7月20日~23日)女子単独演武の部において決勝進出(決勝戦の総合点は、決勝進出16人のうち9位相当)の成績を収めました。

文化 部

- 男子総合 4位
- 女子総合 6位
- ▽三重県高校新人水泳競技大会(9/30)
- 男子500m自由形 2位 上田 航大
- 男子1000m自由形 6位 末谷 未谷
- 男子2000m自由形 6位 末谷 未谷
- 男子4000m自由形 8位 菅田 大翔
- 男子1000m平泳ぎ 7位 越山 大翔
- 男子2000m平泳ぎ 4位 越山 大翔
- 男子1000m個人スドレー 6位 越山 大翔
- 女子500m自由形 8位 西本 愛彩
- 女子1000m自由形 5位 高嶋 春奈
- 女子1000m平泳ぎ 8位 高嶋 春奈
- 女子1000m背泳ぎ 8位 高嶋 春奈
- 男子4x50mメドレーリレー 2位 菅田 大翔
- 男子4x50mメドレーリレー 8位 菅田 大翔
- 女子4x50mメドレーリレー 5位 西本 愛彩
- 女子4x50mメドレーリレー 5位 西本 愛彩
- 女子4x100mメドレーリレー 5位 是枝 美奈
- 女子4x100mメドレーリレー 5位 是枝 美奈
- 男子4x50mメドレーリレー 3位 上田 航大
- 男子4x50mメドレーリレー 3位 上田 航大
- 女子総合 4位
- 男子総合 8位
- ▽三重県高校山岳部秋季大会(10/28)
- 男子9名女子5名参加
- 読図(自然観察競技) Aチーム 4位
- (15チーム参加) Bチーム 6位
- Cチーム 2位
- ▽吹奏楽
- ▽三重県吹奏楽コンクールS編成の部 奨励賞(8/1)
- ▽三重県吹奏楽コンクールA編成の部 金賞(8/11)
- ▽四高祭 ステージ発表(8/31)
- ▽学校説明会 ジョイントコンサート(10/7)
- ▽放送
- ▽第108回全国高等学校野球選手権記念三重大会 開会式(7/7)
- 進行アナウンス担当 浅井 言、船橋 いぶき
- ▽第70回NHK杯全国高校放送コンクール全国大会(7/24/27)
- アナウンス部門出場(三重県代表) 浅井 言
- ▽第47回全国高等学校総合文化祭(8/4)
- アナウンス部門出場(三重県代表) 佐々木 麻紘
- ▽四高祭(8/31)
- 作品発表 進行アナウンス担当
- ▽学校説明会(10/7)
- 学校紹介ビデオ制作 司会担当
- ▽第43回近畿高等学校総合文化祭 開会式(11/11)



- ▽総合司会担当 浅井 言
- ▽第43回近畿高等学校総合文化祭放送部門(11/19) 司会担当 西口 真央
- ▽茶道
- ▽学校茶道研修会(京都 表千家 家元)(7/27)
- 高校茶道研修Ⅰ(総合文化センター)(7/29)
- 高校茶道研修Ⅱ(総合文化センター)(8/18)
- ▽四高祭(8/30)
- 茶会(やまとなでこ)
- ▽音楽
- ▽四高祭(8/31)
- ステージ発表にて演奏
- ▽学校説明会(10/7)
- ジョイントコンサート 演奏
- ▽近畿高等学校総合文化祭(11/11/19)
- 総合司会行事(11/11)
- 舞台発表演奏 20名参加
- 合唱部(11/19) 20名参加
- 三重県合同合唱団演奏
- ▽美術
- ▽四高祭(8/29/30)
- 文芸部の書いた物語に、挿絵と装を施した文芸部との合同冊子配布と、その物語の巨大フオトスボットと原画展を美術室で開催
- ▽みえ高文祭(11/17/19)
- 出品者 平面絵画
- 井上 璃那、濱屋 圭希
- 小林 大真、小笠原 都
- 坂口 結彩
- ▽英語
- ▽南山大学外国語学部英米学科主催
- 第9回全国英語オラクルインタープリテーション フェスティバル(7/9)
- 出場 南山大学
- ▽第30回三重県高等学校 英作文コンテスト(9/17)
- 出場 南山大学
- ▽第32回三重県高等学校 英語スピーチコンテスト(10/7)
- 出場 南山大学
- ▽書道
- ▽四高祭(8/29)
- オンラインでのパフォーマンス披露
- ▽みえ高文祭(11/10/12)
- 出品者 小林 美結、杉本 紗世
- 服部 心西、倉前 結衣
- ▽将棋
- ▽第43回近畿高等学校総合文化祭
- 将棋部門 三重県予選第31回三重県高等学校将棋大会(8/10/11)
- 男子団体戦 準備勝 伊藤 大和、伴 智仁
- 女子個人戦 第3位 水谷 初唯
- 第28回全国高等学校文化連盟将棋新人大会 三重県予選(10/29)
- 出場 伊藤 大和、伴 智仁
- ▽第43回近畿高等学校総合文化祭(11/18/19)
- 伊藤 大和、伴 智仁
- 竹村 啓志
- ▽文芸
- ▽第44回みえ高文祭(11/11)
- 小説部門 入賞 中村 綺沙
- ▽ハトン
- ▽三重県ハントンワーキング大会(7/8)
- 全国共通規定演技 ソロトワール 家田 実波、小川 愛彩
- 入門金賞
- 初級金賞 棚村 真帆
- 中級金賞 知念 夏希
- 東海規定演技 初級の部 ダンストワール金賞 鯉江 玲名
- 東海規定演技 中級の部 ダンストワール金賞 棚村 真帆、知念 夏希
- 高等学校野球選手権三重大会(7/9/16/22)
- 応援参加 大四日市まつり(8/5)
- ハレイド ステージ発表
- ▽四高祭(9/1)
- ステージ発表
- ▽第37回マーチングバンドバントワーキング 三重県大会(9/24)
- 三重県大会(9/24)
- バントワーキング部門 高等学校の部
- バント編成 金賞 会長杯受賞 東海大会推薦
- ▽学校説明会(10/7)
- ジョイントコンサート発表
- ▽第49回バントワーキング東海大会(11/5)
- コンテストの部 学校(11/11/19)
- 開会式演技発表 宇佐美結愛、鯉江 玲名
- 棚村 真帆、知念 夏希
- M&B 演技発表
- ▽新聞
- ▽県高新聞コンクール(10/5)
- 奨励賞
- ▽調理
- ▽キッチンカレッジ調理部オリジナルおにぎりに
- 四高祭特別コラボおにぎり販売
- 販売 四高祭特別コラボおにぎり販売
- 販売 SDGs手作り風呂敷製作販売
- ▽SSH科学部
- ▽SSH科学部
- ▽全国物理コンテスト 物理チャレンジ2023 実験優良賞 土岐 京輝
- 第2チャレンジ全国大会(8/19/22) 大畑翔太郎、鈴木 優斗
- 奨励賞 櫻庭 輝、大澤 圭吾
- 土岐 京輝
- 大畑翔太郎、鈴木 優斗
- 櫻庭 輝、大澤 圭吾
- ▽SSH生物部
- ▽日本生物学オリビック2023 一次予選(7/16)
- 成績優秀 木村 好花
- ▽SSH生徒研究発表会 全国大会(8/8/10)
- 日本生物学オリビック2022本選(全国大会) 松浦 綾花
- 敢闘賞 木村 好花
- ▽ササエンスファーム2022(8/19)
- 奨励賞 伊藤 美森
- 奨励賞 市川 渚
- 奨励賞 市川 渚
- 奨励賞 御厨 凜
- ▽日本動物学会第94回学大会(9/9)
- 高校生ホスター賞 加藤 ことな
- 高校生ホスター賞 草深友華帆
- 高校生ホスター賞 近藤 綾香
- ▽SSH2年生チーム
- 「上かっつてかっつ、ほなほなごっか」
- ▽三重県高等学校科学オリビック大会(10/22)
- 優勝 久保 聡彦、竹村 啓志
- 中山 玲久、服部 智仁
- 濱田 玲英、伴 智仁
- 柴田 祐成、門手 勇也



- ▽SSH2年生チーム
- 「上かっつてかっつ、ほなほなごっか」
- ▽三重県高等学校科学オリビック大会(10/22)
- 優勝 久保 聡彦、竹村 啓志
- 中山 玲久、服部 智仁
- 濱田 玲英、伴 智仁
- 柴田 祐成、門手 勇也

放送 部

2年生の浅井言さんは、令和5年7月24日〜27日に、東京の国立オリンピック記念青少年総合センター及びNHKホールで行われた、第70回NHK杯全国高校放送コンテストアナウンス部門に三重県代表として出場しました。準々決勝より先に進むことはできませんでしたが、全国から集まった出場者の発表から多くの学びや刺激を得ることができました。



SSH 科学部

3年生の大畑翔太郎さん、鈴木優斗さん、櫻庭輝さん、大澤圭吾さん、土岐京輝さんは、第19回全国物理コンテスト 物理チャレンジ2023 第1チャレンジにおいて全国の上位100名の中に選ばれ、岡山国際交流センター(岡山)で開催された第19回全国物理コンテスト 物理チャレンジ2023 第2チャレンジ 全国大会(令和5年8月19日〜22日)に出場しました。第2チャレンジ全国大会では、理論コンテスト(5時間)と実験コンテスト(5時間)に挑みました。また、大澤圭吾さん、土岐京輝さんは第1チャレンジ実験優良賞を受賞しました。



SSH 生物部

3年生の木村好花さんは、令和5年7月16日に実施された日本生物学オリビック2023予選において、優秀な成績を収め、令和5年8月17日〜20日にかけて静岡大学で開催された本選に出場しました。本選では実験試験を中心に行われ、その結果、敢闘賞を受賞しました。



# SSH 報告 スーパー・サイエンス・ハイスクールの取組

## SSH東海フェスタ 2023

7月15日(土)



東海4県(愛知・岐阜・静岡・三重)のSSH校を中心とした研究発表会で、各校の生徒が日頃の研究成果を発表し、互いに質疑応答を通してディスカッションすることで、様々な分野の研究に触れたり自身の研究を深めたりする場となっています。今年度は4年ぶりの対面開催で、科学部がポスター発表「剛体振り子による等時性の破れ」、生物部が口頭発表「海藻から薬を作る!」をテーマに発表しました。

## SSHグローバル企業 見学研修会

7月24日(月)



地元四日市の企業である太陽化学株式会社にて7名の生徒が訪問させていただきました。実際に研究室で、ペットボトルや缶飲料の、光や温度など様々な条件における劣化の様子を調べる装置や、カップラーメンに入っている背脂の乾燥顆粒、顆粒のたまご開発など、研究の様子や扱っている装置を見学させていただきました。熱心に説明していただき、科学技術を大変身近に感じることができました。

## SSH生徒研究発表会

8月9日(水)~8月10日(木)



神戸国際展示場で開催された、令和5年度スーパーサイエンスハイスクール生徒研究発表会に参加しました。この発表会は全国のSSH指定校でそれぞれ選ばれた研究テーマで発表するものです。本校からは、令和5年1月28日(土)に行われた四高版科学の祭典で最優秀賞を獲得した研究「磯焼け海域におけるオオトゲサカの生態」について発表しました。実際に海でシュノーケリングによる観察や長期にわたって実験を行った成果です。

## 英語能力開発プログラム

8月1日(火)~8月3日(木)



本校から29名の生徒が参加し外国人講師とともにディスカッションやプロジェクトを全て英語で行いました。身近な話題を小グループで伝えることから始め、次第にグローバルな視点が必要なテーマに広げて自信をつけていきました。オーストラリアとオンラインで繋がりが、現地のネイティブスピーカーに質問したり、ハンバーガーショップで注文を行ったりする活動を行いました。最終日には同じグループの仲間と協力してプレゼンテーションを行い、目標を達成する喜びを分かち合いました。



2023年度の予定

12月

SSH白熱英語講座  
小学生向け科学実験講座  
SSHグローバル企業見学

1月

四高版「科学の祭典」

3月

Mie SSH Research  
Presentation 2023

※延期・中止になる場合もあります。

## 小学生向け 科学実験講座

9月9日(土)



近隣の小学生を対象とした「四高生による科学実験講座」を本校で開催し、物理・化学・生物・情報の4つの講座に小学生52名が来校しました。これらのイベントを通して、地域の児童に科学の面白さや楽しさを感じてもらうことができました。

## SSH 沖縄研修

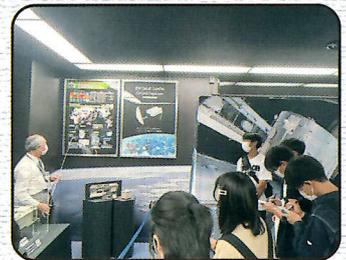
9月29日(金)~10月3日(火)



1、2年生11名が参加し、シュノーケリングによる海洋生物調査、マングローブ観察など亜熱帯域のフィールドワークや美ら海水族館、琉球大学瀬底研究施設等で海洋生物学習を行いました。これらの研修では、実際の体験を通して、生命科学に対する興味・関心を高めることができました。

## SSH つくば研修

10月1日(日)~3日(火)



1、2年生8名が参加し、高エネルギー加速器研究機構、物質・材料研究機構(NIMS)、JAXA宇宙センター等、最先端の科学技術を中心とした研究施設にて実習を行いました。これらの実習を通して、科学技術研究の興味・関心を大いに高め、自身の探究活動の深化につながりました。

## 四高あるある

X(旧Twitter)に存在する「四高あるある」に対する学校公式見解を一部、掲載します。

### ●A週のはずがB週

先生たちも迷うことがよくあります。毎日確認しましょう。

### ●入学後すぐの新歓で四高のイメージが崩れる

切り替えができるところが四高生のいいところですね。

### ●四高祭の食券前売りは修羅場

確かに。より良い方法を考えます。

### ●内職が巧み

先生たちは全部気付いているんですよ…

### ●みんなの「勉強してない」は絶対信用できない

みんなの「勉強した」は信用していいですか？

