



写真提供：越中谷写真館

秋田西高新聞

発行所

秋田県潟上市天王
字 追分 西26-1
秋田県立秋田西高等学校
広報出版委員会
☎ 018-873-5251
印刷 (株)八郎潟印刷
☎018-875-4005

校章の由来

校章は、中心に校名の「西」をすえ、外側に県のシンボルである「鶴」を配し、緑の新緑さを表わすとともに、教育方針（豊かな心、調和の姿、創造の道）を表わしている。
また、三本の「ペン」は知性、品性、体力に優れた健康で調和ある生徒の成長、発展を願ったものである。

ランキングは金・忙・会・挑・勉・恵・縁・思・我・葉・終・充・速……と続くが、その中で印象的なコメントを紹介したい。

【運】自分が高校生になるときにコロナが流行したことや、共通テストが2年目で問題が難しかったこと、3年生だけ障害物リレーができなかったことなどが多かったから。

【薬】自分は胃腸が悪く、ずっと胃腸「薬」を飲み続けていました。それでも、学校で過ごした日々は「楽」しかったです。そして、「楽」しいに「草（くさ）」が生えました。「サ」です。「ww」。毎日、笑いが絶えない日々でした。楽しく笑って↓（w）。その2つの意味を込めて、この漢字にしました。

【波】高校3年間のうち約2年間はコロナ禍という「波乱」の状況下での生活だったから、そのような中でも波のよ

うにテストや模試などが次々に押し寄せてくるので勉強をひたすら頑張った3年間であり、友人もたくさんでき、部活も頑張ることができて「波に乗れた」3年間でもあったから。

【落】受験に落ちて、楽しかった日々も落ちていきました。高望みしたにもかかわらず努力が足りなかったため、今後は自分の身の丈に合った選択をしていきたいです。

【戦】高校受験という戦いから始まって、3年間のコロナウイルスとの戦いがあって大学受験という戦いで終わる。

【瞬】一瞬で終わったから。【限】限りあるものだったから。

【光】まぶしいくらいキラキラした素敵な毎日だったから。

【青】学年色が青だったから。3年のうち2年くらいはコロナ禍での高校生活だったけれど、クラスのみんなや友達、先輩、後輩と青春できたから。

は、一年生はクラス垂れ幕、二年生はアトラクション、三年生は模擬店となり、それぞれ全力を尽くして頑張った。どれもとても工夫されていて素晴らしいかった。

仮装コンテストでは、各学年が第一体育館で自分の学年の仮装を鑑賞した。それ以外の学年の仮装は各自のクラスでライブ配信される動画を鑑賞することになったが、画面越しでも伝わるほど盛り上がりがあった。

感染対策を第一に考えた。えつつ、それぞれ楽しむことができた。

2年ぶりの西高祭

七月二日、三日、秋田西高校では爽やかな夏空の下、西高祭が開催された。

新型コロナウイルスの影響により、去年の西高祭は中止となってしまうが、今年度は感染対策をとりながら開催することになった。

文化部発表では、吹奏楽部や書道部による素晴らしい演奏とパフォーマンスの披露があった。茶道部は感染対策で、お茶を自分で点てる茶道体験をしていた。美術部、写真部、文芸部の作品展示、委員会の展示も好評だった。クラスデコレーションで

うにテストや模試などが次々に押し寄せてくるので勉強をひたすら頑張った3年間であり、友人もたくさんでき、部活も頑張ることができて「波に乗れた」3年間でもあったから。

西雲

新型コロナウイルス感染症のまん延とその対策の影響を受けて、学校生活に不安やストレスを感じている方も少なくないと思う。それによって、子どもたちの「コロナうつ」が深刻化している。そのうち、高校生の3割にうつ症状が見られ、国立成育医療研究センターは「早急な対応が必要だ」と危機感を募らせている。そのため、疲れがたまって発するSOSに早めに気づいてあげることが大切だ。物事に対してほとんど興味がない、気分が落ち込むなどの状態が続く場合、こころやからだの不調になっているそう。そんなコロナうつから自分自身を守るには、周囲の人たちと連絡を取ってみたい生活リズムを整えたり、バランスのよい食事を心がけ、十分な睡眠をとることが効果的だ。

また、目の疲れ、疲れ、だるさ、肩こりがコロナ禍により深刻化した。PC、スマホの利用が増え、コロナ禍で日常的に運動する機会が減ったという人が5割を超えている。身体の不調が長期化し、「自粛痛」に悩まされる結果になってしまったと考えられる。自粛痛は日常生活にも支障をきたしてしまっている。生活習慣に意識的に運動を取り入れる必要があるそう。

今回調査を行った国立成育医療研究センターは、コロナ禍で多くの悩みを抱えている子どもたちのための「こころ×子どもメール相談」を行っている。少しでもつらいと感じることがあれば相談してほしいとしている。また、「悩みを抱えている子どもの相談窓口」という電話で悩みを相談もできるので、自分に合った解消法を探してみようという。

(Y・A)

在校生から卒業生 へのメッセージ

卒業を前に、1, 2年生年生からメッセージを寄せていただいた。ぜひ、西高での三年間を私たちからの感謝のメッセージとともに振り返ってみてください。

部活動編

- 毎日3年生のみなさんと稽古をしてとても楽しかったです。引退後も自分たちのために力を貸してくれて本当に感謝しています。卒業後も頑張ってください。
- 部活動で見せてもらった先輩方の勇姿、しかも目に焼きつけました！卒業後も頑張ってください！
- 同好会の活動でも大変お世話になりました。卒業してからも夢に向かって頑張ってください。応援しています！いつも優しい先輩方が大好きです。これからも頑張ってください！
- 2年間、一緒にサッカーできてとても楽しかったです。

学校行事編

- コロナ禍で行事が少ない中、西高をひっぱりつてくださりありがとうございました。来年は私たちが3年生に負けないくらい頑張ります。卒業しても頑張ってください！
- 西高祭のときは、やはり3年生の力が目立ったなあ！という感じでした。非常に面白かったです。先輩方の発想力と行動力には本当に尊敬しています。たくさん

個人編

- ○○先輩！仲良くしてくれてありがとう！頑張りました！卒業はとっても悲しいけれど保育士を目指して頑張ってください！
- 3年生は良い人がたくさんいた！
- ○○さん、ご卒業おめでとうございます。部活でも学校でもとてもお世話になりました。大学でもがんばってください。大好きです。
- 3年間、兄を支えて下さった先生方、友達の皆さんありがとう！頑張りました。ご卒業おめでとうございます！！焼き肉食べましょう！！



高校時代の思い出

Vol.19

渡部 正軌 先生

1年生、2年生が男子クラスで3年生になって共学クラスに入ったんですが、2年間のブランクがあり、女子とは殆ど話をしませんでした。高2の夏までヘビメタにハマり、バンド活動をしていました。教師を目指し、夏から本格的に受験勉強を始めました。毎日、自宅で10時間ほど勉強し、3日間でボールペン1本使い切りました。教科は決まっていなかったのですが、受験勉強をしている内に英語の成績が一番伸びたので教育学部英語科に進学しよう



14年前の正軌先生

と決心しました。志望校が共通一次（今の共通テスト）ではD判定だったので、現役合格は難しいと思っていましたが、2次試験の英語の配点が高かったので逆転合格することができました。

Q1 バンドの名前は？

「えっ？！……覚えていない……！」

Q2 バンドでのポジションは？

「ギター&ボーカルでした」

Q3 最後に西高生へのメッセージを教えてください。

「2度とない今を走ってください」

江島 尚 先生

20年前のことを、正確には記憶していない。バスケットボールに明け暮れる日々を過ごしていたような気がする。実際は勉強もしていたが、少しも記憶に残っていない。高校時代の一日の生活は、



高校時3年生の江島先生

朝5時に起きて朝ご飯を食べる。八郎湯発5時50分の電車に乗り、ヤマサキデイリーストアでパンを2つ買い、朝練をした後に食べる。2校時と3校時の休み時間に2段弁当を食べる。4校時終了後には学食へ猛ダッシュをして、カツ飯（どんぶりご飯に薄いカツのり、うどんのタレをかけてある）からラーメンを食べる。そして昼のシューティング。16時から18時20分まで練習をする。帰りの秋田駅では卵入りの立ち食いうどんを食べる。19時半過ぎに家で晩ご飯を食べる。寝る前にNBAの4Qだけ見る。というバスケットの練習生活でした。

休日の練習終わりに、ヨー地下（イトーヨーカドーの地下のレストラン…現在のフォンテAKITA）に行くと、ワンコインのランチを食べたり、ロッテリアで1個

食堂インタビュー



西高の胃袋を支える食堂へインタビューにうかがった。

Q1 食堂は何年前からやっていますか？

A 11年前から

Q2 一番人気のメニューは何ですか？

A カレーラーメン

Q3 オススメのメニューは何ですか？

A ザンギ定食と塩ラーメン

Q4 1日、どのくらいの生徒が利用しますか？

A 30〜40人

WE ♥ 食堂



食堂の方から西高生へメッセージ
「学年にかかわらず、ぜひ食堂を利用して下さい。」

Q5 食堂を利用する生徒は何年生が多いですか？

A 3年生

編集後記

- ▼ 広報出版委員としてのこの新聞制作に関わることができ、とてもよい経験になりました。 K I
- ▼ 時間はかかったが、皆の協力のおかげで編集が上手くいきました。 I A
- ▼ 3年生に楽しんでもらえるように頑張りました。 杏南
- ▼ お世話になった3年生のために頑張りました。 姫菜
- ▼ 楽しみなが読んでもらえたらうれしいです。 佐々木
- ▼ 楽しんで読んでもらえたら嬉しいです。 愛来
- ▼ 初めての経験で楽しみなが制作に取り組むことができた。 T
- ▼ 記事を書くことが良い経験になったと思う。 鬼武
- ▼ 食堂のインタビューをして、利用

- ▼ 者がもっと増えてほしいと思いました。 M T
- ▼ インタビューしてみても西高のことがよく分かってよかった。 R N
- ▼ たくさん調べて、記事を作ることができた。 吉川
- ▼ 貴重な体験がありがとうございました。 佐藤
- ▼ 3年生のために気持ちを入れて作成することができました。 謙三
- ▼ 楽しく頑張っていました。 彩加
- ▼ 3年生に喜んでもらえるように頑張りました。 莉子
- ▼ 3年生のみなさんに楽しんでもらえたらうれしいです。 小雪
- ▼ 新聞の制作に関わることができてよかったです。 Y H
- ▼ 大変でしたが頑張りました。 A H
- ▼ インタビューをまとめることができました。 S T