

【写真：光陵中学校】2月、北海道教育大学岩見沢校と合作で黒板アートを製作、展示しました。  
緻密な描写で、今にも動き出しそうな迫力です！

平成28年(2016年)3月18日発行  
編集・発行 岩見沢市教育委員会  
〒068-0024 岩見沢市4条西3丁目1番地  
であえーる岩見沢4階

第 **31** 号

教育広報

# いわみざわ市の教育

—特集—

## 岩見沢緑陵高等学校卒業生 3年間を振り返って

- ・あなたも健康のために歩きませんか？
- ・学校を応援するPTAの取組
- ・スポーツ・文化活動で楽しく過ごそう
- ・家庭でできる簡単給食レシピ
- ・教育長室から

岩見沢市教育委員会 Facebook

市内の教育に関する行事の情報、市教委  
ホームページの更新情報などを発信していま  
すので、ぜひ「いいね！」してください。  
<http://www.facebook.com/edu.iwamizawa>



# 岩見沢緑陵高等学校卒業生

## 3年間を振り返って



春の新生活を迎えるにあたり、卒業生は新しい環境への準備をしながら、長いようで短い学校生活を振り返ることでしょう。特に多感な高校生活の3年間は、どのような印象だったでしょうか。文武両道を実践し、活気あふれる緑陵高等学校で進路が決まった生徒を一部紹介します。

学祭がすごく盛り上がり  
ます。先生方も優しく面白  
く、話すのが楽しいです。



普通科 3年A組  
水間 里美さん

高校1年の時オーストラリアへ11日間  
ホームステイ。  
他の国の人と話したのが刺激になった。



ホームステイ

毎年1月に海外体験研修旅行を実施。  
11日間海外で暮らし異国の言語・風土を体験。  
人数は10名以内で、費用をPTAに補助して  
いただき渡航します。



宿泊研修

入学後の4月に2泊3日でひとつ屋根の下で生  
活し、様々な講習やレクリエーションを通じて高  
校生活の心構えを学ぶとともに、友達との親睦を  
深める絶好の機会です！



グレイテストステージ

緑陵の学校祭「緑陵祭」では、各部門ごとに完成  
度を競い合い、総合優勝を目指します。  
グレイテストステージ部門では、ダンスや演劇等  
で舞台を構成し、その華やかさを競い合います。

学校生活が楽しい！  
入学後すぐに宿泊研修  
があって、友達ができ  
ました。

3年目の緑陵祭、グレイ  
テストステージ部門で優勝  
できた！

普通科 3年D組  
前田 直哉さん



文武両道を目指として、部  
活動と勉強の両方に力を入  
れることができました。

友達にも恵まれ、親身になってくださる先生方  
とも出会えて、希望の進路に進めて良かった！



希望の進路

2年次の後期から、担任の先生と進路について相  
談します。先生は生徒の進路を一緒に親身に  
なって考えて、夢の実現を応援します。



緑陵高校は、平成28年度から普通科に  
スポーツ総合コースを新設し、更に多様  
なニーズに応えます！

普通科 3年D組  
秦野 拓樹さん



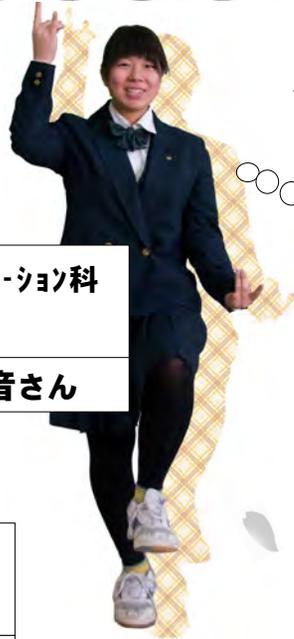


皆仲が良い！ケンカしたことはありません。  
野球部の練習は大変だけど頑張りました。

部活で全道大会に出場し、全校応援をしてもらい、その中でピッチャーをやれた！

普通科 3年C組

谷 悠希さん



情報コミュニケーション科  
3年E組

阿部 志音さん



情報コミュニケーション科  
3年F組

渡邊 彩乃さん

友達に恵まれ、良い先生に出会えて、楽しい高校生活を送れました。

部活や課題研究での経験は、忘れられない思い出になった！

MEMO 部活動

運動系と文科系ともに部活動が盛んです。多くの部が地区大会で好成績を残し、全道大会に出場しています。全国大会に出場している部活動もあります。

部活を通じ良い仲間や先生に会えて、毎日がとても充実していました。

部活が一番の思い出だけど、毎日が特別な日々だった。  
検定取得は大変だったかな。

MEMO 検定取得

情報コミュニケーション科では簿記、電卓、会計実務、珠算や情報処理等の検定を受験し（普通科の生徒も任意で受験可）、実用英語検定や日本漢字能力検定は全校生徒が受験します。その他様々な資格取得を推奨しています。

MEMO 課題研究

情報コミュニケーション科で2・3年次に必ず履修する科目。何を研究し、どう発表するかはグループで話し合い自分たちで決めます。まなみーる大ホールでPCやソフトウェアを駆使し、大きなスクリーンにスライドを投影しながら発表します。

## 先輩教えて！高校ってどうやって過ごしてた？

高校は勉強するところ！…なのは勿論だけど、実際どうやって過ごすのか？勉強以外にどんなことができるのか、代表して前田君に聞いてみました。

「1年目はまず友達をつくることから始めました。宿泊研修のおかげですぐに打ち解けられますよ。2年目はひたすら部活に集中！3年目は高校生最後の年なので、友達と思い出を作ることを大切にしました。3年で部活が終わって時間ができ、学校に届出をしてアルバイトもやっていました。

ちゃんと勉強もしてましたよ。晩御飯を食べた後はしっかり机に向かっていました。」



# あなたも健康のために歩きませんか?

岩見沢市教育委員会では、市民の皆さんの健康保持・増進のため、各種ウォーキングを企画しています。4月からも沢山のイベントを予定していますので、ご家族、お友達などお誘いのついでに参加ください!

## ふれあいウォーク&ラン 随時申込受付中

市民の皆さんが目的をもって歩く(走る)ことができるよう、目標距離を定めて、その目標に到達した方を表彰します。

歩く(走る)日時と時間は自由です。自分のペースで少しずつ、無理なくチャレンジできます。

右のそれぞれの目標に到達した時点で申告することで、表彰及び記念品が贈呈されます!

- 目標地点 -

第1目標～ 2,722km (鹿児島市)

第2目標～ 10,000km (モスクワ)

第3目標～ 20,000km (リオデジャネイロ)

第4目標～ 30,000km (サンフランシスコ)

第5目標～ 40,074km (世界一周)

## 市民歩け歩け大会 申込受付：大会当日に会場で受付

市民歩け歩け大会は、年3回、5月、7月及び10月に行っています。

各回ともコースは概ね7kmほどで、四季折々の自然に親しみながら心地よい汗を流すことができます。

また、参加者同士のふれあいと親睦の輪を広げることができます。

参加者には記録表をお渡しして、記録達成者に対して表彰する制度もあります。

## ウォーキングマラソン大会 申込受付：8～9月予定

フルマラソンの距離を歩いてゴールを目指す全国的にも珍しい大会です。

コースは他にもハーフ、クォーターを用意しており、それぞれの体力にあわせて参加していただけます。

北海道内各地から、日頃、歩いて健康づくりをされている方々が集まり、リピーターも数多く参加されます。

- コース -

フルマラソン (42.195km)

ハーフマラソン (21km)

クォーターマラソン (10.5km)

自分の健康は自分で守っていかなければなりません。自分の健康を守るため、上記事業に参加して楽しみながら健康づくりに励んでください。そして、健康づくりという同じ目的で参加している仲間同士のふれあいの輪が広がることを期待しています。

お問い合わせ先：生涯学習・文化・スポーツ振興課

文化・スポーツ振興係 ☎ 35-5129

# 学校を応援するPTAの取組



市内26の小・中学校・市立高校の単位PTAの活動の様子を順に紹介していきます。

## ～家庭と学校、地域をつなぐ第二小PTA～ 第二小学校



第二小学校PTAでは、「学年委員会」「生活部」「コミュニティ部」が中心となり、活動に取り組んでいます。



上幌向地区では、毎年8月下旬～9月上旬の土曜日の午後「上幌向コミュニティ市」を開催しています。今年度、第二小PTAコミュニティ部では、かき氷や駄菓子等を出品し、すべて完売しました。また、夏休み最初の土曜日には「プールで遊ぼう集会」を開催し、プールの利用促進を図っています。この他にも、学年親子レクリエーションの実施など、家庭と学校、子どもが生活している上幌向地区をつないでいます。

スローガン「年に1回は活動に参加しよう」

### 児童の安全を守る活動

上幌向神社祭巡回指導  
交通安全指導 等

### 地域と連携を図る活動

コミュニティ推進会議  
コミュニティ市 等

### 会員の研修や交流活動

PTA研修会  
PTA球技大会  
運動会PTA競技 等

### 教育環境の整備活動

グラウンド整備  
プール清掃  
ベルマーク整理 等



## スポーツ・文化活動で楽しく過ごそう!

～岩見沢市のスポーツ・文化活動団体の紹介～

### 岩見沢空手協会

伝統派空手、フルコンタクト空手、柔術

岩見沢空手協会は、伝統派空手、フルコンタクト空手、柔術の三つの団体で組織されています。

大会志向、健康増進など、目的に合わせてお気軽にお問合せください。

#### <伝統派空手>

四大流派（わどう和道流、ごうじゅう剛柔流、しゅう糸東流、しょうとうかん松濤館流）の一つです。礼節を重んじ伝統の基本技、二十五種類の形、組手の三位一体で年齢に合った稽古で汗を流しています。



#### <フルコンタクト空手>

直接技を当てる修行のことをいいます。安全に配慮しながら、日常生活では得られない達成感や心身を目指して励んでいます。



#### <柔術>

力を使わず、相手を制する技を磨くことをいいます。兼想流柔術は、常に平常を保つことで、その技をいつでも発揮できるよう鍛錬しています。



お問い合わせ先：岩見沢空手協会  
代表 大津 ☎24-6788

# 家庭でできる 簡単給食レシピ♪

## 「岩見沢産野菜のまるやがツナじゃが」

第11回学校給食献立コンクール  
ニン太受賞  
上幌向中学校 1年生



※ニン太って誰??  
右のにんじん姿の彼です→



### ● 材料 (4人分)

じゃがいも	中3個	A	三温糖	大さじ2
人参	中1本		酒	大さじ2
玉ねぎ	1個		みりん	大さじ2
しらたき	50g		しょうゆ	大さじ3
ツナ水煮	100g		味噌	小さじ1
米ぬか油	大さじ1		塩	少々
だし汁	2カップ			

### recipe ~つくりかた~

- ①じゃがいもを一口大に切って人参をいちょう切りに、玉ねぎをスライスする
- ②しらたきを塩もみして洗い、5cmほどに切る



- ③水気をよく切ったツナを入れて炒める
- ④じゃがいもを入れ炒め、だし汁を入れて煮る
- ⑤じゃがいもが煮えてきたら、Aを入れる
- ⑥味が染みるように、弱火で煮込む
- ⑦たまにかき混ぜて味が染みたら出来上がり!

### ~ひとくちメモ~

日本の家庭料理「肉じゃが」の肉をツナに変えてアレンジしたものです。隠し味に味噌を入れることによって、ツナの臭みがなくなり、深い旨味が生まれます。いつもの肉じゃがをアレンジして、「ツナ」で作ってみませんか？

### 教育長室から 教育長 舩甚 和俊

## 子どもを被害者にも 加害者にもさせないために



最近、スマートフォンのデビューをしました。まだまだ初心者ですが、コンパクトなパソコンを持ち歩いているようで、とても便利です。

そこで、実際に持ってみて感じたことをいくつか書いてみます。まず、本当に便利なアプリが沢山あります。家族で写真も共有できます。ラインは簡単に家族と連絡が取り合えます。写真も送れます。パソコンと同じなので、調べ物もニュースも動画も見ることができます。もちろん、ゲームもできます。

でも、LINE・メールのスタンプや着せ替え、ゲームなどは、有料のものがああります。私たちの心理を上手に利用して、ちょっとお金をかけると素敵なものが入るようになっていきます。

それから、掲示板などでは、友達や恋人募集など出会いを求めるサイトも多数あり、誰でも簡単にアクセスできます。また、動画では、動

物の可愛らしい映像もあれば、悲惨な事故や成人向きのものまであり、SNSでは、攻撃的・過激的な文言も目にすることもあります。

このように、わずかな機能しか使っていない私でも、使い勝手のある反面、数多くの情報を取捨選択することや課金等に戸惑っていることを考えると、小・中・高生にとっては、天使にも悪魔にもなるような機器です。

保護者が子どもの安全等のために持たせているものが、逆に、子どもの安全を脅かしている事例が本当に数多くあります。アメリカでは、ウェブ閲覧履歴やSNSのプロフィール、通話記録等の確認など、60%以上の親が危機感を持って子どもを見守っています。

子どもを信用する、しないではなく、可愛い我が子を被害者にも加害者にもさせないために、家族でのルール作りが必要と思っています。