

静岡西高校魅力発見マガジン

# N navi!

2024  
October  
Vol.14

真の静岡西の  
魅力を  
見つけにいこう!

ニシ  
メシ

明日への道標

静岡西高生に聞く ~Our school life

部活、がんばってます!

スポーツコースの食生活

Shizuoka

## Introduction/はじめに

県立静岡西高等学校は昭和52年(1977年)に開校、今年で創立48年目を迎えた。男女共学の全日制普通科高校で、現在はみらい探究コース・スポーツコースの2コースがある。これまで1300名余の卒業生を輩出し、地元を中心に各方面で活躍している。北東に富士山、南東に安倍川、駿河湾、伊豆半島を望む藁科川西岸の自然豊かな地に、素直で明るい「青陵健児」が集い、のびのびとした校風のもと、日々学習に、部活動に励んでいる。




本校5階より南を眺める

# N navi!

2024 October Vol. 14

静岡西高校魅力発見マガジン

## Contents

- 01 COVER 〈〇〇〇〉
- 03 卒業生コラム 明日への道標  
〈18期 むかし田舎むら体験 水車村代表  
保志弘幸さん〉
- 04 西高生に聞く～Our school life  
〈3年 村松美咲 2年 原田健虎〉
- 06 shizunishi GIGA school  
〈Social Studies Class〉
- 07 これがスポーツコースだ！  
〈マリン実習・スポーツアナリティクス〉
- 08 新しい西高へ
- 09 Lunch time report  
 〈3年 丸田野々華 福島颯人  
2年 山崎凌輔 1年 望月大暉〉
- 10 部活、がんばってますっ！  
〈女子ハンドボール部・書道部・卓球部〉
- 12 BACK COVER  
〈進学相談会の御案内〉

N navi! は、静岡県立静岡西高等学校の魅力を発信するフリーマガジンです。西高の生徒はもちろん、進学を考えている中学生、保護者、地域の方々に手に取ってもらい静岡西高の魅力をお伝えできたら…と願っています。

\*企画・発行・取材・撮影/静岡県立静岡西高等学校広報委員会  
\*デザイン・編集/静岡県立静岡西高等学校広報委員会  
\*印刷・製本/橋本印刷  
\*写真、イラスト等の無断転用を禁止します。

Message

# 明日への 道標

## 過去と今を繋げ 未来を創造する

### ～モノ・ヒト・コトの関係づくり～

むかし田舎体験 水車むら 代表 18期生 保志 弘幸

——藤枝バイパス谷稲葉ICから北西に二〇分。日本の原風景が残る里山の一角に、保志さんが運営する「むかし田舎体験 水車むら」がある。

トレイルランニングが好きで、山を走っていた時に、偶然出会ったのが水車むら。走り終わった時に近隣住民に声をかけられて、見学したところ、当時は一〇年ぐらい使われず廃墟状態。ただ、よくよく見ると、日本の原風景の象徴のような光景をそこに見出しました。このままではもったいないなという思いを抱き、後日、家主さんを訪ね、片づけをさせてもらえないか。とお願ひしたのが始まりです。

——当時は廃墟だった築二五〇年の古民家もきれいに修繕され、昔ながらの茅葺屋根は葺き替えも行い、竈や囲炉裏も整備した。現在では体験教室や囲炉裏でのランチプラン、レンタルスペースとしての貸出しなど、多くの用途で使用されている。

高校の頃の自分にとっては、将来こういうことをしているとは想定外でした。たしかに幼少期は野山で遊ぶことが多く、里山には親しみがありました。が…。

高校生の時は化学が好きで、放課後化学の先生にお願いし、実験をやらせてもらったりしていました。当時は青陵館ができたばかり。そこに自習室があって（現在は校舎内に移動）大学進学を目標に入り浸り、勉強や実験に取り組んだ高校生活でした。

大阪の大学へ進学後は、有機化学を専攻。大学院まで進み、修士号を取得。化学メーカーに就職しました。就職した会社は、グローバルカンパニーで大企業を相手に製品開発をする一方で、豊かな国の人々を相手にした製品開発への違和感を覚えるようになりました。化学の力で、貧困や食糧難といったもっと根源的な問題を抱える人たちの悩みを解決するためのアイテムがあってもいいのではないかと。そんな時に、二年間休職し、青年海外協力隊として、マラウイ（アフリカ東部に位置する内陸国）で活動することになったんです。電気水道ガス：日本では当たり前のインフラが一切整っていない中で、原付一台を乗り回し、現地の人たちと〇から関係を築いた経験が、今も生きていると感じています。

——その後、脱サラし藤枝へ。そして、「水車むら」と出会った。今、保志さんの見つめる先には、何があるのだろうか。

山の地域が抱える問題を解決したい。この地域も今や限界集落。自然の良さを知ってもらい、若い人たちに移住してほしいのですが、仕事がないとそれも難しい。なので、関係人口を増やすとともに雇用を創出することが必要だと考えています。その一つの形として、サウナ付きの宿を計画し、もうすぐオープンします。そこではもちろんスタッフも雇っています。雇用を生み出して持続可能な形にしていくことを目指しています。

——モノづくりから、ヒト・コトの関係づくりへ。作り出すものは変わっても、プロセスを解決していく楽しさや、人を喜ばせるやりがいには変わらない。保志さんの目は、里山の一〇年後、二〇年後を見据えている。

Hoshi Hiroaki

保志 弘幸

昭和五十四年生まれ。静岡西高校に入学。卒業後は、大阪府立大学に進学し、同大学院修士課程（理学系研究科有機化学専攻）を修了。現在は、「むかし田舎体験水車むら」の代表を務め運営している他、地域活性化にも尽力し、中学や高校、大学での講演や企業研修などでも精力的に活動している。



西高生に聞く

# Our school life

西高での生活や進路についてリアルな声を  
2人の西高生にインタビュー

## 西高が 私を変えて くれた。

3年 村松 美咲  
スポーツコース 六合中出身



**Q** 島田在住ですが静岡西高を選んだ理由は？

**村松** 藤枝の親戚に西高女子バスケット部の先輩がおり、その方に勧められたのと、スポーツが好きだったのもあり西高に決めました。

**Q** スポーツコースはどうですか？

**村松** 1年の時から元気で楽しいクラスです。他の高校ではできないマリノアやスキーができるし、体育の授業が多くて自分にとっては良いことばかりです。

**Q** クラスの雰囲気も良いですよね。

**村松** 3年間クラス替えもななくずっと一緒にいるのでクラスメイトは友達以上の関係です。

**Q** 女子バスケット部のキャプテンもしていますね。

**村松** 礼儀やマナーを大事にしている部活です。試合で他の学校に行くとき褒められることが多くて嬉しいです。正直厳しいと感じることはありません。けどそれ以上に楽しい事の方が多いです。

**Q** 部活が厳しい？

**村松** 練習が(苦笑) ランメニューのやり直しとか。先生やコーチは練習中厳しいのですが、練習後はフランクに接してくれます。メリハリのある部活です。

**Q** 部活でもクラスでも美咲はみんなに愛されていますね。

**村松** 愛されると言うかいじられてると言います(笑) 中学では人間関係で悩んで学校に行きたくない時期もあつたんですけど、今は学校が楽しいです。

**Q** そんなに変わった？

**村松** 西高に来てなかったらまた人間関係で悩んでいたと思います。自分の中で「最後までやり切ること」が一番変わった部分だと思います。部活でも、挨拶、礼儀も手を抜かずやり続けることができているんです。

**Q** だから周りから信頼されているんですね。

**村松** そうなんですか？自覚はありませんが鍛えられているとは思っています。

**Q** 進路は決まっていますか？

**村松** 専門学校に進学します。幼いころから車好きの両親に連れられ鈴鹿や富士、時には岡山までレースを見に行っていました。コンシエルジュ科で接客を学んでレーシングチームのマネージャーやドライバーで働いてレースに関わりたいんです。

**Q** 中学生に向けてメッセージをお願いします。

**村松** 西高に来て本当に良かったと思っています。色々なことを頑張って、それを応援してくれる仲間や先生方に出会えました。



特進クラス

2年 原田

健虎

賤機中出身



環境が自分を変えてくれた。

～海外での経験～

Q 夏休みに海外へ行ってきました。

原田 8月5日～8日の3泊4日でインドネシアのジャカルタに海外インターンシップへ行ってきました。

Q 1人で行ったんですか？

原田 静岡県のインターンシップ事業に自ら応募して、県内の高校生7人で行きました。

Q 自分から志願したんですかね。きっかけは？

原田 自分の不得意なコミュニケーションを伸ばしたいと思って。日本語でなく慣れてない言語やジェスチャーでコミュニケーションを試してみたいと思って志願しました。



Q 現地の人とはコミュニケーションを取れましたか？

原田 スーパーやコンビニの店員は簡単な英語でうまく伝えることができました。ただ、いざ話すとなるとわからない表現、単語があったからジェスチャーで切り切りました。例えばレジで話が全く聞き取れない場合はお札を見せながら、確認しながらという感じで。

Q 危ないように思えますが。

原田 一緒に参加した中にインドネシアハーフの友達がいるので大丈夫が確認しながらできる限り一人でやり取りをしていました。



Q 元々コミュニケーションを取れる方でしたか？

原田 西高に来て変わりました。賤機中からの同級生は2人しかおらず、新しい関係を築いていくしかなかったんです。

大人数じゃないというのが良かったと思います。良い意味でワチャワチャしていない。大人数だと真面目な生徒も不真面目な生徒も多くなると思いますが、西高は真面目な生徒の比率が多い。スポーツコースも勉強にも真剣です。



Q 高2から特進に変更、そして海外へも行く。すごいバイタリティーですね。

原田 仲間が誘ってくれてくれて、環境が自分を変えてくれました。先生方に質問や相談もできるし、置いてかれないように勉強に対する熱意も変わってきました。海外での経験を自信にこれからも成長し続けていきたいと思っています。

# shizunishi GIGA school

vol.04



## ICTを活用して 地図を身近に

2年生の社会科(地理総合)の授業ではICT端末を活用した授業を積極的に行っています。最近の授業では、国土地理院が公開している無料のWebGIS「重ねるハザードマップ」を活用して台風10号で被害を受けた地域を確認し、土地の成り立ちを調査することで1学期に学習した河川地形の復習を行いました。

一人一人がICT端末を使ってWebGISを利用することで、生徒自身が表現したい情報を自由に地図上に表すことができるため、生徒と地図の距離が近づいています。



氾濫箇所について情報交換をしている様子。

### 生徒の声

- ・WebGISを活用することで、教科書に載っている一般的な例だけでなく、実際に住んでいる場所についての理解が深まりました。
- ・ICT端末を利用することで、地図の縮尺を自由に変えることができるようになり、とても見やすくなりました。

## 地理×防災×ICT

重ねるハザードマップでは、様々な災害情報を画面に表示することができます。

今回は洪水・内水氾濫の危険を示すレイヤーと地形の成り立ちを示すレイヤーを表示しました。



# これが **スポーツコース** だ！！



## 充実の実習

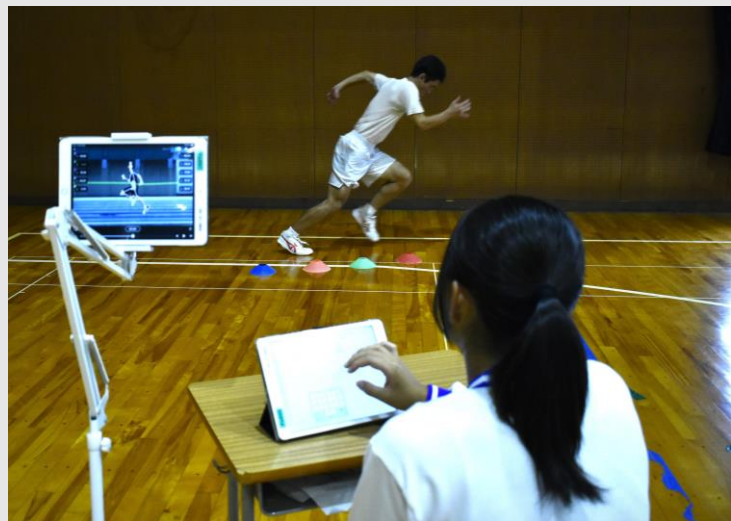
～学びの実践が生徒の成長に～  
スポーツコースの授業「スポーツV」では清水区三保でマリン実習を行います。実習の3日間、ウィンドサーフィンで風を感じ、帆を操ります。学校内では得られない貴重な体験が生徒の成長につながります。

## ICT×スポーツコース

スポーツコースでは、県内外の大学と連携し、ICTを利用した様々な学びをます。

静岡産業大学との連携では、「スポーツアナリティクス」の分野に挑戦し、動作分析・ゲーム分析の専用ソフトを使用して、データサイエンスのコンペティションに参加します。

また、東京学芸大学の協力で、「ICTを駆使した最先端の運動技能の学び方」を体験し、大学の研究にも積極的に協力しています。



スポーツコースでは、日々の専門的な学びが特徴的です。合計5回にわたる実習では、様々なスポーツに挑戦できます。



スポーツコース2年  
海野 雄大(男子バレー部 服織中)

# 2024年 新しい西高へ ~みらい探究コースが始動しました~

## 1学期に行ったこと(全員)

- ・教職員講話
- ・マイナビ進学LIVEに参加
- ・産業能率大学によるプレゼン講座
- ・教職員講話を聞いた感想、**自分の取り組むテーマ(仮)の発表**



## 合言葉

**好奇心全開  
好き・こだわりを深く探究**

## 1学期に行ったこと(みらい探究コースのみ)

- ・静岡市役所や(株)すろーかるの講演会
- ・高校生ビジネスプラン・グランプリの講演会
- ・学習法講座(東京大学と連携)



## 様々なテーマが出ました!

- ・ジブリ作品はなぜ面白いと思うのか
  - ・誤タイプの頻度が高いパターンを特定し、その対策を探究する
  - ・バレーボール選手以外でバレーボールで培ってきた力を活かせる職業は何かがあるか
  - ・本を読む人が減ってしまっている理由と対策
- など

本格的なゼミが始まるのは3学期からですが、少しずつ班ごとに探究を開始していきます!  
楽しみですね♪



## スライドを作成して発表しました!

### 探究テーマ **人との関わり方**

#### 理由

- ・人とうまく関わっていくにはコツや対応の仕方、反応の仕方で大きく変化すると思ったから
- ・人と関わるのがもっと楽しくなると思ったから
- ・もっといろんな人と関わっていきたいから



#### 教職員講話を受けて感じたこと

自分の知らないことについて知れて  
知識が増えた気がして嬉しいと感じた

自分の知らないことやものについて  
知るきっかけになった

先生たちが熱心に話している姿が  
楽しそうで自分も楽しい気持ちになる

## 2学期の予定(全員)

- ・常葉大学で発表を行う
- ・外部講師による講演

## 2学期の予定 (みらい探究コースのみ)

- ・大学教授による講演
- ・学習法講座(東京大学と連携)

## 3学期以降の予定(全員)

- ・生徒一人一人に担当教員がつく  
**少人数ゼミ形式をスタート!**  
伴走型の探究です!



### 3年 丸田 野々華

Maruta Nonoka

長田南中出身

1年生の時には、仲の良い友達ができるかなど、不安でしたが、今では個性あふれる楽しい友達がたくさんできました！休み時間はお菓子を食べたり、仮眠したりして体力チャージをしています。気が付けば学校生活も残り半年。全力で悔いのないように楽しい学校生活を送ります！



お昼ごはんは、母の手作りです。仕事のため、5時過ぎには起きて作ってくれています。一番好きなおかずは卵焼きです！このお弁当を食べられるのもあと少しなので味わって食べていきたいです。



### 2年 山崎 凌輔

Yamazaki Ryosuke

野球部 観山中出身

日々、学力向上を目指し、勉強に励んでいます。また部活動では結果を残すために、自分の中で試行錯誤を繰り返しながら、練習や試合に一生懸命取り組んでいます。私は野球部に所属していて、日ごろから食トレを欠かさずに行っています。母は毎日計量器で白米の量を量ってサポートをしてくれています。母のお弁当を食べることが毎日の楽しみとなっています。今日のお弁当はカレーで、食べる直前に盛り付けて食べます。



## #14 ニシメシ



Lunch time report

西高生徒のランチタイムレポート！

### 3年 福島 颯人

Fukushima Hayato

剣道部 城山中出身

僕は毎日健康に過ごすことを心がけながら楽しく学校生活を送っています。先生方や友達に挨拶をすることを忘れず、コミュニケーションを大切にしています。



お弁当は、母が毎日朝早くから作ってくれます。僕の好きなものを多く入れてくれます。

### 1年 望月 大暉

Mochizuki Daiki

サッカー部 服織中出身

入学当初は、友達も少なく不安でした。クラスメイトは皆、明るく仲良くしやすくて、一緒に遊んだり笑ったりできます。部活動では、部員は14人と少ないですが、先輩方は頼りになり、毎日一生懸命活動しています。

僕の母は、栄養バランスを考えて野菜を入れたお弁当を作り、僕がリクエストしたおかずを入れてくれます。そのお弁当を毎日食べることができて、僕は幸せです。



### 西高購買特集♪

#### 「エースベーキング」パン屋さん

西高では、火曜日と金曜日に「エースベーキング」さんのパンを買うことができます。昼休みになると、生徒がワイワイ1階の購買に集まり、たくさんの種類のパンからどれにしようか楽しそうにパンを買っています。



#### 【生徒の声】

私は「あんクリーム」が好きです。店員さんは優しくて話しやすいです。



# 部活、がんばってますっ！

部活動に情熱を注ぎ、充実した学校生活を送っている西高生にインタビュー



## 女子 ハンドボール部

～挑戦～

スポーツコース 1年

岩崎 璃優(末広中出身)

風間 舞莉愛(清水第三中出身)

平野 美咲(観山中出身)

山本 優杏(南中出身)

ハンドボール部は、一年生4人と顧問の小柳津先生、副顧問の前田先生で日々練習しています。練習内容は、対人、パスなどの基礎練習から2対2や試合のビデオを見てそれをお手本にしながらの練習など、試合の一部分を切りとった練習や休日は合同練習をして普段はできない練習や練習試合を行っています。この際に、パスやシュートの正確性を意識して練習しています。そのような試合で経験したことを普段の練習でいかにできるようにしています。今後の目標としては、県大会に出場することです。今は人数が少なく練習内容が限られている中ですが、目標を達成できるように練習していきたいです。

また、合同練習の際には普段の練習ではできないような練習をするため1回1回の練習を大事に行うようにしています。試合は人数が少なく合同チームでしか試合に出場することができません。ですが私たちは静岡西のみで試合に出場したいと思っています。私たち4人も高校からハンドボールを始めたので経験者の方でも初心者の方でも大歓迎です！是非来てください！



## 総合コース

### 2年 石上 琉泉(長田南中出身)

私たちは、週2回の活動をしています。全国大会出品、青陵祭出品、芸術週間出品と1年間目まぐるしく、1回の活動は充実しています。「初志貫徹」は、書道作品や書道に対する初心を忘れずに、最後まで貫き通すという意味です。部員全員が、一貫した強い思いを持って活動しています。作品は個人それぞれ様々な書体に挑戦して制作します。孟夫の大河ドラマ「光る君へ」の中で見る仮名作品にも挑みました！また、漢字作品(半切)、漢字仮名交じり作品、篆刻といろいろなジャンルの書体を部員ひとりひとりが練習しています。来年はパフォーマンスに挑戦したいと部員一丸となっはりきっています！

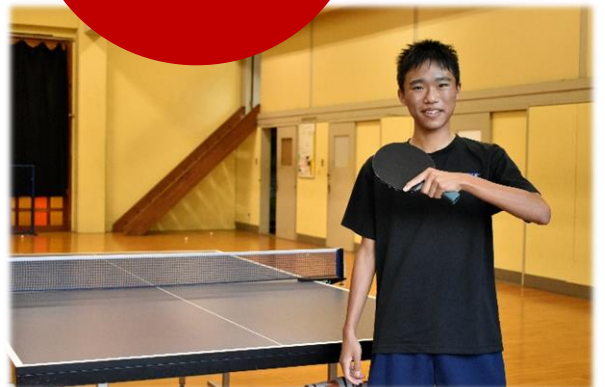


集中して活動している様子

## 書道部 ～初志貫徹～



## 卓球部 ～やればできる～



### みらい探究コース

### 1年 森藤 健太(城内中出身)

卓球部は大会に向け日々個人の課題練習と基礎練習に励んでいます。現在卓球部の部員は三名と少なく日々の練習でもできることが限られてきます。私は卓球初心者なのですが、部員が少なく顧問の先生にしっかりと見ていただけるので、自分が日に日に上達していくのを実感しています。しかし、やはり人数が少ないため思うように練習することができないときもありません。その時その時で、できることを全力で行っています。これからは自分ができる精一杯のことを行い、練習の成果を大会で発揮できるように日々尽力していきたいと思えます。

個別相談ができる最後のチャンス！  
申込みは不要です！

# 進学相談会

## 11/29(金)

## 12/6(金)

受付 17:15~19:30

相談会 17:15~20:00

会場 静岡西高校

2日間開催

【中学3年生・保護者・中学校の先生方 対象】

スポーツコース ・ みらい探究コース 両コースの相談コーナーを用意しています！  
進路で迷っている、公立高校の入試が不安…、西高について知りたい、何でもご相談ください。  
平日の夕方に開催します。学校終わり、仕事終わりに是非お立ち寄りください。  
みなさんの参加をお待ちしています。

### ～お願い～

☆当日は上履き, 下足袋, 筆記用具を  
ご持参ください。

☆最新の情報は本校ホームページ及びSNSに  
掲載予定です。こまめに確認をお願いします。

### ～交通案内～

静岡駅前  
のりば7

静岡西高  
徒歩1分



16:48発 ▶▶▶ 17:10着

静鉄バス 牧ヶ谷線 18:28発 ▶▶▶ 18:47着

自家用車、自転車でもご来校いただけます。

## 静岡西高校公式SNS

### X(旧twitter)



### Instagram



西高の日常を随時発信中！フォロー待ってます！

