第108号

こだま

発刊日　令和７年７月18日
発行者　青森県立三戸高等学校
ＰＴＡ広報委員会

「なりたい自分」

ＰＴＡ会長　三代川　将　仁

昨年度より引き続きＰＴＡ会長を務めさせて頂くとになりました三代川と申します。

昨年度は、ＰＴＡ会長として多くの行事や活動に携わらせていただき、保護者の皆様、教職員の皆さまのご協力のもと、充実した一年を過ごすことができました。心より感謝申し上げます。

今年度は、昨年度の経験を活かし、さらに学校と家庭が連携し、子供たちの健やかな成長を支える活動をしていきたいと思います。皆様にはご迷惑をお掛けすることが多々あるとは思いますが、精一杯頑張らせて頂きますのでご協力宜しくお願い申し上げます。

今年度ご入学されました生徒の皆さん、ご入学おめでとうございます。あわせまして、お子様のご入学に心よりお喜び申し上げます。

高校生活は、皆さんが未来に向かって大きく羽ばたくための大切な準備期間です。入学してから本校を卒業する三年後までに、自分がどのようなことを成し遂げ、どのような人間になっていたいのか、「なりたい自分」をしっかり思い描いておくことが重要だと思います。そして「なりたい自分」になるためには力が必要ですが、その力は高校生活の中で培われます。したがって、毎日の授業や部活動に一生懸命取り組んだり、何事にも積極的にチャレンジしてください。皆さんが「なりたい自分」になるために全力で行動すれば、きっと「なりたい自分」は実現すると思います。そして、困った事や悩み事があれば、先生方や私たちＰＴＡ、そして周りの仲間たちにいつでも相談してください。

皆さんの高校生活が、実り多く輝かしいものとなることを心から願っています。

レジリエンス

校長　直　町　年　行

テレビをつければ、大リーグ大谷翔平選手の活躍が放送されていない日はない。そんな大谷選手の特集番組が昨年11月にＮＨＫスペシャルで放送された。大谷選手が２０１８年に大リーグに初挑戦したものの、オープン戦では散々な出来で自信をなくし始めていた。そんなとき、大リーグの大御所イチロー選手に相談したときの言葉が響いたという。

「自分の才能、やってきたこととか、自分の持っているポテンシャルとか、そういうものをもっと信じた方がいいよ」

この言葉は、大谷選手が一番欲しかった言葉だったそうです。大谷選手も鉄人ではなく、生身の体と揺れ動く心持った人間であることがわかるエピソードです。

スランプのとき、結果が思うように出ないとき、失敗が続いたとき、誰しも人は自信をなくし始める。マイナス思考になり、何をやってもだめなんじゃないかと自分の将来を疑い始め、徐々に自己効力感を失っていく。

困難な状況を乗り越え、自分自身を見失わないメンタルの強さをレジリエンスという。激しいストレスにさらされても心理的な健康状態を維持する力、または、一時的に心が折れても回復していく力のことです。

人は成長してく過程において、様々な経験をし、多くの能力を獲得していきます。計画性・協調性・自制心・創造性・コミュニケーション能力・責任感、……。そんな中でも、最も重要な能力の一つが、レジリエンスだと感じている。

世の中には、様々な人間がいます。悪意のあるなしに関わらず、傷つくことはたくさんある。それでも生きていかなければならない。そのために必要な力がレジリエンスです。結果的にタフであることが、最も基本的で、最も不可欠な能力だと思っています。

生徒の皆さんが逞しく成長することを期待しています。

1年1組

入学式

令和七年度　ＰＴＡ総会

令和七年度ＰＴＡ総会が四月二十四日（木）に本校の講堂で開催されました。

総会に先立ち、公開授業が行われ、三高生の日頃の学習の様子をご覧いただきました。

ＰＴＡ総会では、前年度の活動報告・決算書報告の後、今年度の活動計画案と予算書案が示されました。参加された皆様の協力と御理解により議事は滞りなく行われ、承認されました。お子様を通じて配付した資料を御確認下さい。

また、今年度もＰＴＡ役員、各学年委員、各専門委員の選出を滞りなく行うことができました。その後、各学年保護者集会が行われました。

今年度も保護者の方々のお力添えをいただきながら生徒の充実した学校生活の実現のため尽力したいと思います。

令和７年度　ＰＴＡ役員紹介

ＰＴＡ役員

会長	三代川　将仁
副会長	堀内　宏美
副会長	田村　健治
副会長	坂本　裕輝
副会長	土岐　一行（教頭）
監事	岩間　無界
監事	工藤　峰史
監事	内宮　純子
評議員	木村　誠美

学年委員会

一学年

委員長	吉田　大輝
副委員長	谷地　幸子
副委員長	佐藤　栄子

二学年

委員長	村井　潤一
副委員長	鎌倉　和矢
副委員長	熊谷　亜希斗

三学年

委員長	松原　好辰
副委員長	小川　千恵子
副委員長	山本　かおり

健全育成委員会

委員長	上田　郁恵
副委員長	坂本　真紀
副委員長	砂場　俊恵

研修委員会

委員長	松澤　俊彰
副委員長	大澤　仁志
副委員長	中平　由里子
副委員長	佐藤　愛

広報委員会

委員長	畑沢　美也子
副委員長	菊地　美穂
副委員長	櫻井　悠喜

各学年保護者集会

▲２年保護者

▲１年保護者

３年保護者▶

青森県立三戸高等学校
令和７年度 ＰＴＡ総会・後援会・白陵会総会

あいさつ運動

健全育成委員長　上田　郁恵

四月二十四日のあいさつ運動に参加しました。生徒一人一人が進んであいさつをする姿に心が晴れ晴れとしました。「おはようございます。」と素直に言葉にすることは単純なようで奥深く一日のスタートに大切な言葉と感じています。そして、先生と生徒の距離が短く学校での様子を知ることができてうれしく思います。

保護者の皆様、たくさん参加してくださりありがとうございました。

清流会館を清掃して

研修副委員長　中平　由里子

研修委員として、三戸高校のみなさんのために沢山の活動をしてきました。今年も昨年に引き続き清流会館の清掃をしました。当日は、とても暑かったのですが、先生方とたくさんの保護者の方々が参加してくれました。清掃は、一階、玄関、下足箱、窓ふき、男子トイレ、女子トイレ、食堂、二階、階段、各部屋を手分けして綺麗にしました。会館は、老朽化していますが、まだまだ立派な建物だと思いました。使用する機会があれば、生徒達のために使ってほしいと思いました。来年も再来年もずっとこの清流会館清掃ボランティアを続けていければいいなと思いました。

部活動活動報告

《ソフトテニス部》

令和7年度三八地区高等学校春季ソフトテニス選手権大会

団体戦　男子　2－1　名久井
0－2　光星B
0－2　工大一C　14チーム中11位
女子　0－2　工大一A
2－1　光星・名農　13チーム中11位
個人戦　男子1回戦　（光星）・菊地　0－4　名農
岩間・田村　4－2　八戸
工藤・坂本賢　2－4　光星
坂本颯・大村　4－1　八北
2回戦　鎌倉・小泉　4－1　光星
岩間・田村　0－4　工大一
坂本颯・大村　0－4　工大一
3回戦　鎌倉・小泉　4－3　工大一
4回戦　鎌倉・小泉　1－4　工大一
女子1回戦　大平・工藤　4－0　八戸東
櫻井・砂場　4－0　八戸
佐藤・名久井　3－4　光星
2回戦　大平・工藤　0－4　工大一

第75回青森県高等学校ソフトテニス春季大会

団体戦　男子　1回戦　三戸　1－2　青森北
女子　1回戦　三戸　0－3　八戸東
個人戦　男子　1回戦　岩間・田村　1－2　明の星
工藤・坂本賢　1－4　三沢
坂本颯・大村　1－4　田名部
2回戦　鎌倉・小泉　4－0　大湊
3回戦　鎌倉・小泉　4－0　青森東
4回戦　鎌倉・小泉　1－4　弘前実業
女子　2回戦　大平・工藤　4－0　青森北
櫻井・砂場　0－4　弘前実業
佐藤・名久井　0－4　三本木
3回戦　大平・工藤　0－4　工大一

第78回青森県高等学校総合体育大会ソフトテニス競技

団体戦　男子　1回戦　3－0　黒石
2回戦　1－2　光星
女子　1回戦　2－1　八戸
2回戦　1－2　下山学園
個人戦　男子　1回戦　岩間・田村　4－1　青森工業
2回戦　0－4　工大一
2回戦　鎌倉・小泉　4－2　三農恵拓
3回戦　2－4　工大一
2回戦　坂本颯・大村　4－2　青森北
3回戦　0－4　工大一
1回戦　工藤・坂本賢　4－3　青森南
2回戦　0－4　弘前実業
2回戦　鎌倉・小泉　2－4　東奥義塾
女子　2回戦　大平・工藤　0－4　青森北
2回戦　櫻井・砂場　0－4　三沢商業
2回戦　佐藤・名久井　4－1　青森北
3回戦　1－4　弘前実業

《卓球部》

令和7年度青森県春季高等学校卓球選手権大会三八地区予選会

男子シングルス　1回戦　堀合　3－2　ウルスラ
松尾　0－3　八戸工業
原田　2－3　八戸東
山本　0－3　八戸工業
沼畑　2－3　八戸
堀内　3－1　八戸
2回戦　堀合　0－3　八戸東
阿部　3－1　八戸東
堀内　0－3　八戸工業
3回戦　阿部　1－3　八戸工業
順位決定戦　阿部　1回戦敗退
男子ダブルス　1回戦　山本・沼畑　0－3　八戸
堀内・松尾　0－3　八戸工業
2回戦　阿部・堀合　3－2　ウルスラ
3回戦　阿部・堀合　2－3　八戸東
順位決定戦　阿部・堀合　2回戦　5位決定戦敗退
女子シングルス　1回戦　大澤　3－0　八戸商業
崩　3－0　八工大二
中野　3－2　千葉学園
佐藤　3－0　八戸商業
2回戦　大澤　0－3　八学光星
崩　3－2　八戸
中野　2－3　八戸東
佐藤　3－2　八戸東
3回戦　崩　1－3　八戸北
佐藤　3－1　八学光星
準々決勝　佐藤　2－3　八学光星
順位決定戦　佐藤　5・6位決定戦で敗退し、6位
佐藤、崩が地区代表へ
女子ダブルス　1回戦　大澤・中野　0－3　八学光星
2回戦　崩・佐藤　0－3　八学光星

第25回青森県高等学校春季卓球選手権大会

男子学校対抗　1回戦　三戸　0－3　三本木
女子学校対抗　1回戦　三戸　1－3　五所一
女子シングルス　1回戦　佐藤　3－2　五所川原
2回戦　佐藤　0－3　弘前実業

令和7年度青森県高校総合体育大会卓球競技三八地区予選会

男子シングルス　1回戦　松尾　1－3　八戸
高本　3－0　八戸東
堀内　1－3　八戸工業
2回戦　堀合　2－3　名久井農
沼畑　2－3　八戸東
高本　0－3　八戸工業
阿部　0－3　八学光星
原田　2－3　八戸高専
山本　0－3　八戸北
男子ダブルス　1回戦　堀内・沼畑　0－3　八戸
阿部・堀合　2－3　八戸
山本・松尾　0－3　八戸
原田・高本　0－3　八戸東
男子学校対抗　1回戦　三戸A　3－1　名久井農A
三戸B　1－3　名久井農B
2回戦　三戸A　0－3　八戸東A
女子シングルス　1回戦　中野　3－0　八工大二
2回戦　崩　3－0　八戸商業
佐藤　3－0　八戸東
大澤　3－0　八戸商業
中野　1－3　八学光星
3回戦　崩　1－3　八戸東
佐藤　0－3　八戸
大澤　0－3　八学光星
代表決定戦　中野　1回戦敗退
佐藤、崩、大澤の3名が地区代表へ
女子ダブルス　1回戦　崩・大澤　3－2　八戸
2回戦　佐藤・中野　0－3　八戸商業
崩・大澤　0－3　八学光星
女子学校対抗　1回戦　三戸　2－3　八戸東B

第78回青森県高校総合体育大会卓球競技

男子学校対抗　1回戦　三戸　3－0　百石
2回戦　三戸　0－3　八戸工業
女子学校対抗　1回戦　三戸　3－1　八工大二
2回戦　三戸　1－3　八戸北
女子シングルス　1回戦　佐藤　1－3　青森山田
崩　3－0　青森南
大澤　3－0　三本木
2回戦　崩　1－3　弘前実業
大澤　1－3　五所川原

《弓道部》

令和7年度春季県下高等学校弓道大会

女子団体：予選敗退（16射7中）
男子団体：予選敗退（32射5中）
個人：入賞者なし

第78回青森県高等学校総合体育大会弓道競技

男子団体：予選敗退（40射12中）
女子団体：予選敗退（40射14中、同中競射出場）
女子個人：準決勝進出　3年冨樫羽妙（8射5中）
2年志賀美玲（8射5中）
国スポ青森県最終選考会出場　3年小川真由・3年冨樫羽妙
2年工藤瑛人・2年志賀美玲

《商業部》

第72回全国高等学校ビジネス計算競技大会青森県予選会

団体4位
個人総合3年1組　大関栞奈　21位
個人総合3年1組　千浦瑠杏　25位
個人総合2年1組　薄葉　匠　22位

《放送局》

令和7年度八戸地区春季高校放送コンテスト

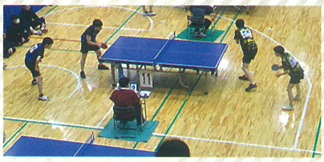
- ・アナウンス部門：木村　麗愛（1年）出場
- ・朗　読　部　門：上田　和奈（3年）決勝進出
　　　　　　　　宮坂凛太郎（1年）出場

令和7年度青森県高等学校放送コンテスト兼 第72回NHK杯全国高校放送コンテスト青森県予選会

- ・ラジオドキュメント部門　第6位
- ・創作ラジオドラマ部門　第3位
- ・研究発表部門　第2位
- ・テレビドキュメント部門　第6位
- ・アナウンス部門　入選　上田　和奈（3年）
- ・総合成績　第5位

令和7年度
第72回 全国高等学校ビジネス計算競技大会 青森県予選会

青森県立三戸高等学校



NHK杯
全国高校放送コンテスト