



幸せとは

北海道浜頓別高等学校長 福本典子



最近読んだ住野よるさんの小説『また、同じ夢を見ていた』を通して、幸せについて考えた。主人公の奈ノ花（なのか）は「幸せとは何かを考える」という国語の授業に取り組む。奈ノ花は小学生なりに、自分にとっての幸せは何かをあれこれと考える。まず授業で隣の席の桐生（きりゅう）くんと日常の中で幸せを感じる場面についての意見交換から。好きなお菓子を食べた時、本を読んでいる時、絵を描いている時…。しかし奈ノ花は、担任のひとみ先生を驚かせ、なおかつクラスの皆を納得させるような答えを見つけないと思い、授業以外の時間も真剣に幸せについて考える。

学校に友達がいなかった奈ノ花は、担任のひとみ先生が心配するように、周囲から見ると幸せには見えないのかもしれない。しかし奈ノ花自身は、親友の黒猫や3人の不思議な年上の友達との存在に支えられ十分に幸せを感じているようだ。そして、逆に奈ノ花によって、3人の友達も幸せへと導かれていくように思う。幸せの形も、人によってそれぞれ違っていいのではないだろうか。周囲の反応を気にして自分が正しいと思うことを主張できない友達との関係は果たして幸せだろうか。友達はたくさんいなければならないのか。最後に桐生くんが言った「僕の幸せは、僕の絵を好きだって言ってくれる友達が、隣の席に座っていることです」という言葉から、彼は自分を理解してくれる人がいることが幸せだという結論に辿り着いた。

「幸せとは？」と考える時、思い浮かぶメロディーがある。知っている方には必ず共感してもらえと思う。それはback numberの『瞬き』（作詞・作曲 清水依与吏）という歌だ。この曲は

♪幸せとは 星が降る夜と眩しい朝が 繰り返すようなものじゃなく

大切な人に降りかかった雨に傘を差せる事だ♪

という始まりが印象的だ。何も起こらない平穏な日々が続くことが幸せなのではなく、大切な人が困っている時に力になれることが幸せなのだと解釈できる。人生の中には晴ればかりでなく雨の日もある。晴れの時には誰かの助けも必要ないかもしれないが、雨の時には傘を差してくれる人の存在を嬉しく感じる。たとえ雨に濡れたとしても、傘を差し掛けてくれる人の優しさが身に沁みる。だから、雨が降った時、災いが降りかかった時、ピンチに追い込まれた時、傍で支える存在がいてくれること、そういう存在に自分自身がなることが大切だということを、この曲が教えてくれる。

今年の夏にスクールロイヤーを主人公としたドラマが放送されていた。ドラマの中で随所に宮沢賢治の世界を彷彿とさせる台詞が登場した。主人公健治（けんじ）が、「あなたにとっての幸いは何ですか？」と生徒に問いかけ、「彼ら（生徒）にとっての幸いは何だろうか？」と自問自答して行動する場面があった。友達・親・先生・社会等、様々な周囲のことを考えるうちに、自分の気持ちを見失うことがある。八方うまくいく正解がないのならば、何を諦め何を優先させるのか、自分の本当の気持ちを見つめながら取捨選択するしかない。宮沢賢治が追求した「さいはひ」は、自分だけでなく周囲の幸せも実現するものだ。現代的な問題をテーマにしながらも「さいはひ」について考えさせられるドラマだった。

では、「あなたの幸せは何か」と問われたら、どう答えるだろうか。生活の中の些細なことに幸せを感じられることも素敵だし、人生における大きな柱や目標としての幸せを目指し努力することも素晴らしい。でも、やはり人は誰かの役に立つことで喜びを感じるのではないと思う。自分だけでなく、自分の周りの人にも一緒に幸せを感じて欲しいと願うものではないだろうか。些細なことを一緒に楽しみ喜び合えるような関係、お互いに助け合い支え合えるような関係を周囲と築いていくことこそが、自分の幸せであり、皆の幸せにつながるのではないだろうか。

浜高だより

令和7年9月30日(火)

編集発行

北海道浜頓別高等学校

北海道浜頓別高等学校PTA

印刷 (有) 天北印刷工業



天北厚生園



陸上自衛隊名寄駐屯地



はまとんべつ温泉ウイング

インターンシップ

8月26日(火)～27日(水)の2日間、2学年を対象にインターンシップ(職場体験実習)を実施しました。

実習前には、インターンシップの目的と、そこで学びたいこと、実習先での礼儀、社会人としての言葉遣い、挨拶、身だしなみについて再確認しました。更に、高校生としてではなく職業人としての心構えが必要だと自覚した上で、各実習先へ向かいました。悪天候に見舞われる日もありましたが、巡回時には、校内では見ることのない緊張感を持った眼差しで取り組んでいる様子が見えました。

今年度は浜頓別町内を中心に14カ所の企業・事業所の方々にご協力をいただきました。どのような仕事によって地域が支えられているのか、また、働くことの意義、高校生と社会人の仕事に対する意識の違いを学ぶ経験ができました。実習後は、感謝の気持ちを込めてお礼状をしたため、そして、9月4日(木)は本校体育館で成果報告会を行いました。実習先で学んできたことをスライドにまとめ、お世話になった実習先や保護者の方を前に、堂々とプレゼンテーションを行いました。発表を聞いていた1年生は、次年度行うインターンシップのイメージを膨らませ、進路を考えるきっかけにもなっていたことでしょう。

学校生活の中では会うことのできない方々と交流し、さまざまな声をかけてもらうことで、生徒にとって社会とのつながりを知り、将来に見通しをもつことができました。受け入れてくださった企業・事業所、そして地域の皆さまのご理解とご協力に感謝申し上げます。ありがとうございました。



北海道開発局



天北車輛整備工場



寺沢組

実習先：浜頓別町こども園

五十嵐 源 仁

私は浜頓別町こども園に行きました。初日から子どもたちは笑顔で迎えてくれました。緊張感もありましたが、自由遊びの時間で、子どもの方から遊びに誘ってくれたり、先生方も優しく接してくださったため、心が楽な状態で二日間終えることができました。二日目の人形劇では、子どもたちと一緒に笑ったり、感動したりしながら見ていました。全体を通して、子どもとふれあう機会が減多にないので、とても良い経験になりました。



実習先：東宗谷農業協同組合

青海 朝陽

私は今回のインターンシップで東宗谷農業協同組合を訪れ、様々な体験をさせていただきました。以前より少し興味があった祖父の仕事である人工授精師のことについてたくさん説明を通して理解を深めることができ、また、牛の肛門に手を入れて体調の確認および子宮内の子牛を触ってみるという普段ではなかなかできない体験をさせていただきました。そして牛のための飼料などを届ける定期配達では私たちがいつも飲んでる牛乳を生産している酪農家を支えている方々の存在に感銘を受けました。



これからはいつも私たちの生活を支えてくれている皆様に感謝して生きていきたいと思っています。

実習先：中村商店

村田 地 広

ローソンへのインターンシップで始めは少し緊張しながら店に行きましたが、店長さんのわかりやすい指示とやりがいのある仕事で、いつの間にか時間が過ぎてしまったように感じました。特に印象に残っている仕事はレジでの商品の袋詰め作業です。飲み物の入れ方、弁当の置き場所、それぞれのお客様に合わせた対応など一つの仕事でも意識することが多く、その多彩で細かな心配りに感銘を受けました。これから私がどのような職業に就くかは分かりませんが、このインターンシップで培った、人に見えないけれども大切な細かな配慮というものを心にとめて過ごしていきたいと思います。



実習先：中頓別町長寿園

中川 瑠 唯

私は二日間で中頓別の長寿園へ行きました。ボランティアで一度行ったことがあり、それがきっかけで、普段はどのような仕事があるのか気になっていました。長寿園では、シーツ交換、朝食準備、配膳、片付け、ラジオ体操などを体験しました。初日の配膳と片付けの時に少し緊張していましたが、食品を片付ける際に「ありがとうね」と言われ、少し照れくさくなり、緊張はなくなりました。利用者の方たちと上手にコミュニケーションをとるのが難しかったけれど、その経験のおかげで、どんな人とも恐れずにコミュニケーションが取れるようになった気がしました。



実習先：浜頓別小学校

張 間 愛 子

私は浜頓別小学校に行き、二年生のクラスに入らせていただきました。最初は子どもたちとの接し方に不安があり、緊張していましたが、元気に話しかけてくれる子が多く、気づけば緊張を忘れて自然と笑っていました。授業の中で「ここを覚えてほしい」と困ったときに声をかけてくれて、信頼してくれていることが実感できて教員の皆さんが感じているやりがいに気づくことができたと思います。今回の経験をを通して、私は相手の立場や状況にあった対応をすることの大切さを学びました。これから



実習先：浜頓別町国保病院

土屋 湖 白

二日間を通して医療職の大切さ、大変さを改めて知ることができました。一日目は病院内の職業について詳しく教えてもらいました。看護の世界は昔と現在では大きく異なっていることがわかり、適応の難しさも知ることができました。二日目は病院の外での活動を見学しました。そこでは、コミュニケーションをとりながら状況を把握することの難しさを知りました。保健師の観察力のすごさにも驚きました。自分の希望職を近くで見学でき、他の医療職の内容や魅力を深く知ることができ、とても良い経験をしました。



実習先：浜頓別町商工会

本 間 咲 希

私は商工会で事業所を訪問したり、市場調査を行ったり、経理の仕事を経験したりしました。普段の生活では知らない商工会の仕事を経験でき、地域の企業を支える大切さを感じました。今回の実習では職場の方の他にも、経営者の方などとお話ができ、とても良い経験となりました。社会で必要な視点や考え方を学ぶことができ、とても参考になりました。私の今後の進路を考えるきっかけにもなり今回の経験を活かしていきたいと思います。



実習先：浜頓別町役場

鈴 木 紳 之 介

私はインターンシップで浜頓別町役場に行ってきました。報告会の見学や、スマホ教室の補佐、イベントの企画作成や準備など、様々な業務を経験させてもらいました。僕はそこで大きく二つのことを学びました。一つ目は、文書などを書く際はターゲットを明確にし、それに合わせた内容にすることです。二つ目は、何かを計画し実行した際は、他人からのフィードバックをもらい、改善につなげることです。これらのことは、今ある学校生活をより有意義にするだけでなく、将来私が働く際にも活かしていけることだと考えます。今回学んだことを忘れずに、これから学校生活を過ごそうと思います。



浜高行事の 様子



6月23日 浜頓別町キャリア教育講演会



6月25日 地域巡検（建設業）



6月30日 スクールカウンセラー講話



7月3日 こども園ボランティア



7月12～13日 浜高祭



7月13日 浜高祭PTAバザー



7月18日 職業人による座談会



7月18日 高校内企業説明会

部局活動大会結果

美術部

第59回 高文連道北支部美術展・研究大会
(8/28～8/29 美深)

3A 小笠原 楓 全道入選
3A 秋 田 華 穂 佳作
3A 村 瀬 心 蓮 佳作
1A 室 井 陽 菜 佳作

吹奏楽局

令和7年度 高文連道北支部音楽発表会（6/11 稚内）

単独 連盟賞
合同（名寄、士別翔雲、天塩、浜頓別、下川商業） 最優秀賞

第63回 北海道吹奏楽コンクール稚内地区予選（7/27 稚内）
高校C編成の部 銅賞

吹奏楽局にいた三年間は様々な経験をし、自分を成長させることができた時間でした。高校から始めた吹奏楽は知らないことだらけで、局長になったばかりの頃は、自分のことに必死で周りを見ることができず、うまく局長を務めることができませんでした。しかし、助けを求めたときにサポートしてくる先生や仲間たちのおかげで、局長として1年務めることができました。

最後のコンクールは銅賞という悔しい結果になってしまいましたが、最後まで楽しく演奏することができました。憧れの先輩のように過ごすことができませんでした。三年間は大切な思い出です。こんな不器用な局長についてきてくれてありがとうございます。

吹奏楽局の三年間

山口 七聖

美術部の小笠原楓さんが高文連において全道入選をしました。おめでとうございます！



小笠原 楓



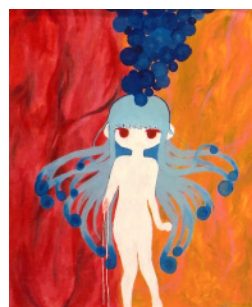
村瀬 心蓮

美術部に入部して 小笠原 楓

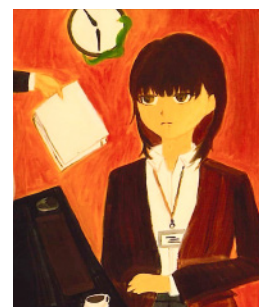
私は美術部に入部して、自分と向き合う機会が設けられ、とても貴重な人生経験になったと感じました。

「絵を描く」、「作品を創り出す」ということは、とても簡単そうに見えますが、実際に創る、描く側に立つと、とても難しいことでした。テーマやコンセプト、モチーフなど一つ一つふさわしいものを吟味し、自分の「好き」と照らし合わせ、構図や作品を創り出す必要があります。外部講師の方にアドバイスをいただいたり、自分と向き合ってみたりと、とても有意義な部活動でした。

また、高文連道北支部大会への参加や絆づくりポスターの作成などを通して、部員と美術を楽しむことができ、とても充実した三年間でした。



秋田 華穂



室井 陽菜

第74回北海道高等学校PTA連合会大会道南大会に参加して

教 頭 菅 俊 昭



6月7日(土)・8日(日)に函館で行われた全道高P連大会に、山口PTA会長と参加してきました。1日目は全体会が行われ、株式会社セコマ代表取締役会長の丸谷智保氏の講演を聞きました。「心で考える経営～地域と共に～」という演題で、企業の地域貢献についてセコマの企業理念や具体的な事例の説明がありました。「地域貢献というと赤字覚悟で出店することが良い企業と思われがちだが、それでは直ぐに潰れてしまい意味がない。地域を知り、地域のニーズに合わせて地域と長く共存できる工夫をすることが重要である」と述べられました。高校も同じで、そこで育つ生徒を地域と連携して支援していくことが、地方の小規模校にとって重要であると共感しました。

2日目は、それぞれ進路指導と生徒指導の分科会に分かれ、企業や地域・高校の実践している取組などを聞くことができました。移動時間は掛かりましたが、見識を広げる機会となり非常に有意義な研修となりました。

浜高の魅力 1年生の声

中 川 幸 奈

〔浜頓別中学校卒業〕

私が中学校を卒業し、高校に入学してから5ヶ月が経ちました。入学した当初は、初めて会う人ばかりでどう話しかければいいのかが分からなく混乱していましたが、授業や休み時間などにいろいろな話をすることができ、今では仲良く過ごすことができています。5ヶ月の間で大きな行事が一つありました。それは浜高祭です。クラスでテーマを決め、そのテーマにあったダンスや教室の装飾などを準備をして、みんなが楽しめる行事です。

浜頓別高校は生徒全員の進路についてしっかり考えさせてくれます。専門学校や大学の講話などちょっとでも気になっていた職業などに就くにはどうしたらよいのかを知ることができました。総合的な探究の時間では、今まで身近だった建築業や漁業がSDGsの達成のためにどう工夫しているのか、また、どのような仕事をしているのか実際に体験させてもらうことができました。

浜頓別高校は先輩方や先生方も優しく、日々の生活や勉強などを楽しく過ごすことができます。

室 井 陽 菜

〔中頓別中学校卒業〕

入学当初は、クラスのほとんどが初めて会う人ばかりで、緊張と不安が入り混じった気持ちでした。最初はどのように接していいかわからず戸惑うこともありましたが、授業や部活動、学校行事などを通じて徐々に打ち解けていきました。特に、学校祭の時には、普段あまり話さない人とも交流でき、仲間意識がぐっと深まりました。

もちろん、学業の面で不安に思うこともあります。中学校の内容よりも少し難しくなって、「ついていけるかな」と心配になることもありますが、先生方や友達がいつも気にかけてくれて、サポートしてもらえ環境が整っています。

また、浜頓別高校の良さは、家から近くて通いやすいことです。何か困ったことがあったときはすぐに親に相談できるのも魅力です。家族と過ごす時間も大切にしながら、学校生活を送ることができそうです。

これから進路を考えると、浜頓別高校は様々な選択肢を提示してくれるため、自分の夢や目標に向かって一歩ずつ進める気がします。

石 上 美 波

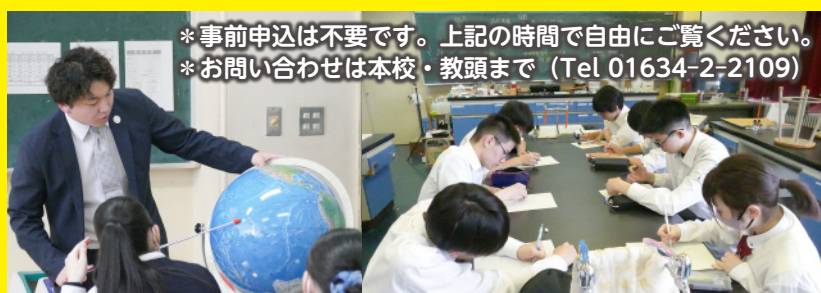
〔拓心中学校卒業〕

私が拓心中学校を卒業し、浜頓別高校に入学してから5ヶ月が経ちました。入学当初は、まだクラスにみんな慣れていない感じで、教室の中が静かだったというのが印象的でした。友達を作りたいという気持ちがあっても、緊張や話しかけ方がわからなかったりして、少しぎこちない空気が流れていたと思います。けれど、授業や掃除、部活動などを通して少しずつ会話が増え、自然と笑顔が見られるようになりました。今では毎日が賑やかで楽しい雰囲気に包まれています。

私が今までで一番思い出として残っていることは、学校祭の準備期間です。大変なことも多かったですが、その分クラス全員の気持ちが一つになり、みんなとの距離が一気に縮まったと感じました。当日は達成感でいっぱいになり、準備の苦勞もすべて良い思い出に変わりました。今でもその時のことを考えると、温かい気持ちになります。

浜頓別高校は通う地区によっては通学が大変な人もいるかもしれませんが、時間をかけて行く価値があるくらいすごく楽しい高校です。

授業公開 10/9(木)・10(金)
13:20～15:10



*事前申込は不要です。上記の時間で自由にご覧ください。
*お問い合わせは本校・教頭まで (Tel 01634-2-2109)



〒098-5738
枝幸郡浜頓別町緑ヶ丘 5-15
Tel (01634) 2-2109
Fax (01634) 2-4304

浜高HP



浜高 Instagram



@HAMATONBETSU_SEITOKAI