

好きなコトにもトコトン一所懸命!  
仲間と一緒にだから、もっと最高の自分に会える時間。

教室の中では得られない充実した時間が部活動にはあります。

仲間と協力し高め合い、さまざまな充実した体験が、未来の自分への力となります。



## 令和3年度 部活動成績

少林寺拳法	令和3年度 北信越高等学校体育大会 少林寺拳法大会 兼 第9回北信越高等学校少林寺拳法大会	女子単独演武 男子組演武 女子組演武 女子総合 女子規定組演武 女子規定単独演武	2位 出場 出場 3位 出場 出場
	第25回 全国高等学校選抜少林寺拳法大会		
陸上	令和3年度 北信越高等学校体育大会陸上競技	男子八種競技 男子 1500m 男子 800m 男子八種競技	出場 出場 出場 7位
	第 26回 北信越高等学校新人陸上競技大会		
新体操	令和3年度 北信越高等学校体育大会新体操男子	個人総合 種目別クラブ 男子個人	4位 3位 出場
	令和3年度 全国高等学校総合体育大会新体操男子		
男子テニス	令和3年度 北信越高等学校総合体育大会テニス競技 第44回全国選抜高等学校テニス大会北信越大会	男子団体 男子団体	出場 出場
フェンシング	令和3年度北信越高等学校体育大会フェンシング競技 令和3年度全国高等学校総合体育大会フェンシング競技	女子サーブル個人 女子サーブル個人	3位 出場



きらり!  
部活自慢

【放送部】  
中村 梨乃

## 自分を生かす部活動

私は部活動を通して2つのことを学びました。1つ目は仲間とともに協力し1つの作品を完成させる楽しさです。全員が自分の与えられた役割に責任を持ち、「良い作品にしよう!」とした一体感は今でも忘れられません。2つ目は決して妥協しないということです。諦めずに、たとえ練習であっても本番のような緊張感を保つつづ、1つ1つ丁寧に読む訓練することで自分の納得のゆく朗読ができるようになりました!それが忍耐力にもつながり、勉学面にも生かされています。自分の思い描く朗読ができる前に挫折したり、周りの優秀な人と比較して落ち込んでしまったりすることが幾度もありましたが、部活動の仲間や顧問の先生の支えによって乗り越えることができました。皆さんにも苦しかったり、辛かったりすることがあると思いますが、それらの経験は必ずやあなた自身を輝かせてくれるものとなるはずです。是非自分を生かすことのできる部活動を見つけてください!



きらり!  
部活自慢

【男子テニス部】  
**岡 啓彦**

## 悔いのない高校生活を

僕は部活動を通して、大きく分けると2つのことを学ぶことができました。まず1つ目は仲間と助け合うことの大切さです。部活動は多くの仲間と一緒に活動をします。練習の中で切磋琢磨し、互いに助け合う関係は他ではなかなか得られないものです。僕は自分一人では解決できなかった困難も、仲間と一緒に助け合って乗り越えることができました。何か問題にぶつかった時、たった一人で足掻くのではなく仲間に助けを求めるようになったことが部活動を通してできるようになったことの1つです。2つ目は日々の積み重ねの大切さです。勉強と同じように、部活動は日々の小さな成長が大きな結果へと繋がります。練習は苦しいこともありますか、それ以上に結果を出せた時の喜びは遙かに大きいのです。成長を実感するのは難しいですが、結果が出た時には次もまた頑張ろうという気になります。高校生活の3年はあっという間に過ぎ去ってしまいます。「自分がどんなことをやりたいのか?」を自問自答しながら悔いのない高校生活を送ってください!



きらり!  
部活自慢

【少林寺拳法部】  
高宮あかし

## 笑顔で仲間と一緒に

私は少林寺拳法部でいつも楽しく活動しています。少林寺拳法部の自慢できるところは、部の雰囲気が明るくて温かいところです。この部の雰囲気は部員一人一人の優しい気遣いや声かけ、一生懸命に取り組む姿から生まれていると思います。「あの子が頑張っているから私も頑張ろう」。辛くなった時にそう思ってくれる仲間を尊敬していますし、自分も周りにそう思われるような人になりたいと思っています。私は部活動を通して良い意味でも悪い意味でも一人一人の行動が周りに大きく影響することを学びました。そこから、笑顔でいることの大切さも学びました。笑顔は人にうつると思います。辛いときこそ「笑顔で仲間と一緒に」が大事だと思います。最後に、部活動選択をする前に色々な部活を見学・体験したらよいと思います。「思ったより楽しかった!」と思えるものが見つかるかもしれません。高校を挑戦や新しい出会いのきっかけにして一緒に頑張っていきましょう!!