

# 緑 楠

佐賀北高等学校全日制 学校だより 第3号  
令和8(2026)年5月22日(金)

【本年度の重点目標】  
一人一人が かがやく佐賀北

写真は一部を除き本校ホームページでカラーで見ることができます。ぜひご覧ください！

## オンライン生徒総会が行われました

4月27日(月)、生徒総会が多目的教室8からの配信で行われました。令和7年度の事業・会計報告、今年度の事業計画・予算についての審議の後、4月中旬に行われたクラス討議で出された意見のうち、主な議題について各担当部署の職員からの説明がありました。最後に「いじめ撲滅宣言」を行い閉会しました。

後期生徒会は昨年度末から服装や髪型に関する校則改善について、職員との意見交換会を開催しており、第3弾の意見交換会が4月24日(金)昼休みに行われました。後期生徒会の任期が終了する今月末までに校則の改善案の提出・再検討・新校則共有会(新しい校則が承認された後、生徒会と職員で解釈の一致を目的に行う会)を経て、新しい校則を全校に発表することを目標に活動しています。このことについては生徒総会の時に全校生徒にも紹介されました。

また、4月24日(金)～5月1日(金)の朝の登校時には挨拶運動を行いました。例年は生徒指導部や生徒会の担当職員が音頭を取って行っていましたが、今回は後期生徒会の生徒が自発的に始めたのだそうです。

後期生徒会の意欲的な取り組みにより学校が活性化し、より一層過ごやすく、生徒が自立して切磋琢磨する雰囲気ができつつあるのが感じられます。



オンライン生徒総会



職員との意見交換会(4月24日(金))

4月24日(金)～5月1日(金)の朝に行われた挨拶運動 \*撮影は4月27日(月)

## 入賞・優勝おめでとう！

4月下旬から5月上旬にかけても多くの部活動・生徒が各大会に出場し、入賞しています。その一部を紹介します。(5月11日(月)現在)

4月25日(土)に令和8年度佐賀地区高等学校ソフトテニス春季大会が佐賀市立テニスコートで行われ、女子個人の第1位に本校ソフトテニス部の山上 結花さん(2年4組)・白川 ゆず花さん(3年1組)が、第3位に永井 環奈さん・徳永 愛さん(ともに2年5組)が入賞しました。

5月2日(土)に佐賀市のSAGAプラザで行われた第50回佐賀県空手道選手権大会の少年男子組手の部で、本校空手道部の小柳 遙輝くん(3年2組)が準優勝しました。

5月5日(火祝)には令和8年度佐賀県新体操競技国スポ選考会が佐賀市の諸富文化体育館で行われ、本校新体操部が女子団体の部で惜しくも第2位になりました。1位の学校とは約0.3点の僅差だったそうです。主将の白石 真衣さん(3年2組)にコメントをいただきました。写真とともに2ページに掲載しています。

5月6日(水休)には令和8年度春季佐賀市長旗高等学校野球大会の決勝戦が佐賀市のブルースタジアムで行われ、本校野球部が優勝、5月29日(金)に開幕する佐賀県高等学校野球連盟杯野球大会への出場が決まりました。

また、この日は令和8年度全国総合文化祭 囲碁部門 佐賀県予選大会(第15回佐賀県春季高校生囲碁大会)が佐賀市の日本棋院佐賀県支部で開催され、男子個人戦で福田 蒼太くん(2年6組)が第2位に入りました。福田くんはバレーボール部男子に所属していますが、実は3歳の時に囲碁を始めて今まで続けているそうです。この4月に行われたある大会に出場した際、今回の大会への参加を勧められて出場し見事第2位に入賞、7月28日(火)・29日(水)に秋田県由利本荘市の由利本荘市総合防災公園ナイスアリーナで行われる第50回全国高等学校総合文化祭(あきた総文2026)囲碁部門に出場が決まりました。福田くんのコメントを紹介します。

(2ページに続きます)

## 福田 蒼太くん(2年6組)のコメント

久しぶりの大きな大会でしたが、全力を尽くし準優勝を勝ち取ることができました。2戦目は相手がかなりの実力者ということもあり結果的に負けてしまいましたが、この経験を糧にして7月に秋田県で開催される全国総文祭では何とか食らいついていけるように、これからも努力し続けたいと思います。

新体操部 主将 白石 真衣さん  
(3年2組)のコメント

先日行われた国スポ予選では僅差で2位となり九州ブロックへの出場枠を獲得することができず、悔しい結果となりました。5月末の総体では優勝し、インターハイ出場を勝ち取れるように更なる磨きをかけてがんばっていきます。

部活動以外にも様々な場面で活躍する北高生を応援しています!!



5月3日(日祝)、第62回国見台陸上競技選手権大会が伊万里市の国見台陸上競技場で行われ、女子砲丸投で本校陸上部の水田 莉由さん(3年6組)、女子走幅跳で中村 歩花さん(1年3組)が優勝、その他多数入賞しました。また、9日(土)、10日(日)

には第81回佐賀県陸上競技選手権大会が佐賀市のSAGAスタジアムで行われ、女子砲丸投と同 円盤投で水田 莉由さん、女子 4×100mリレーで手島 菜々子さん、末次 心音さん(2年2組)、溝上 奏楽さん(2年2組)、西田 向杏さん(1年5組)、女子4×400mリレーで手島 菜々子さん、末次 心音さん、溝上 奏楽さん、音成 優里さん(3年1組)が第1位に入る等、多数入賞しました。みなさん、おめでとうございます!

前期考査が終わり、体育系・文化系問わず、いよいよ高校総体や各種大会等に向けての練習や活動が本格化します。日中は早くも暑くなってきましたが、まだ寒暖差が大きい時期です。水分補給や休息も適宜行いながら、それぞれの活動に励んでくださいね!

先日、指導主任の寺戸先生から「各クラスで紹介をお願いします」と連絡がありました。以下の内容です。

5月13日(水)に佐賀市内のコンビニエンスストア(どこかは不明)近くの歩道でオレンジポールにぶつかり転んでいる小学生を助けてくれた本校男子生徒に、お礼を伝えてほしいと一般の女性の方から連絡がありました。現場に付き添い、出血している足を洗い流す際に小学生の靴が濡れないよう自分のハンカチを地面に敷いてくれる等、すばらしい対応をしてもらったという感謝のご連絡でした。

また、同じ日に佐賀市の天神郵便局付近で、自転車で転んでガードレールの隙間に自転車が挟まり立ち往生していた男子中学生を本校男子生徒が助けてくれたという、別の女性の方からの連絡もありました。通りがかりにたまたま目撃され、本校男子生徒のさわやかな行いに感動したといううれしいご連絡でした。

両方の生徒さん、どうもありがとうございました。

昨年度もひどい雨の降る夕方にずぶ濡れになっている小学生を助けてくれたり、体育館でケガをされた3歳のお子さんを助けてくれた本校生徒のことを紹介しましたね。大人でもとっさに判断し行動するのが難しい場面なのに、困っている方の所に駆けつけ適切な言動を取れたことが非常にすばらしく、2つの話を聞いた私たちまでうれしく、あたたかい気持ちになりました。その時の気持ちをみなさんと再度共有したく、掲載しました。



次号・第4号は  
「高校総体・野球・放送 応援特集号」です!

## 美術部 動物園写生実習

4月25日(土)、美術部「春の恒例行事」である動物写生に総勢65名で大牟田市動物園に行ってきました。ゆっくりと体を変化させるダンサーモデルを描く「ムービングクロッキー」という取り組みがあるのですが、それを動物相手に実践してきました。体から描きはじめたら頭の向きが変わる



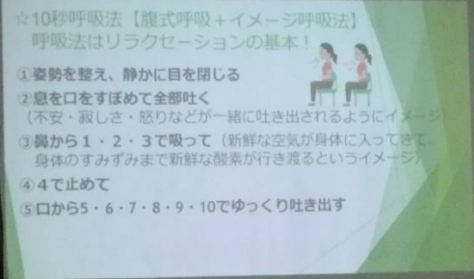
とか、飛んで行ってしまふなんてことは当たり前。それでもくじけずに熱心に描いてきました。旅程の最後には久留米市美術館で絵画鑑賞。充実の一日でした。

(美術部顧問 東 加代子)



## SOSの出し方講演会

4月30日(火)に本校体育館で行われました。講師は本校スクールカウンセラーの青山のぞみ先生です。「誰でも心が疲れることがある」という演題で左下のお話(抜粋)を伺いました。生徒たちは先生のお話にある例やシチュエーションを自分に置き換えて考えたり、メモを取りながら真剣に聞いていました。また、教えていただいたストレス軽減に有効なストレッチ・呼吸法を生徒たちが実際に試す時間もありました。



○心が疲れるのは弱いからではない →→→ 誰にでも起こりうる (15人に1人の割合)

- ストレスが重なったり長い間続くことで心が疲れることがある
- 大切な人との別れがいちばんストレスになる
- 忙しい状態が続くと交感神経の働きが優位になってしまう
- リラックスしている時は副交感神経が優位になっている
- 心が疲れた時はの対処法
  - ・十分に休養を取る
  - ・好きなことをして気分転換する
  - ・リラクゼーション(体ほぐし)をする…
    - 腹式呼吸でリラックス、筋弛緩法で脱力する、ストレッチ(体を動かす)、マッサージも有効
    - ※寝る前にとすると効果がある 1人でできる簡単なものでOK
  - ・笑う
  - ・1人になる
  - ・他の人と会話をする
- どんなに苦しくても必ず終わりがある →→→ 元気になれる
- 信頼できる人(大人)に話す
- 友達や悩みや相談には「教室」\* 下記参照
- 相談されたら、寄り添うだけ、わかってもらうだけでもOK

自分や友だちの大切な命を守るために必要なことは…

- **きづいて** : 危機に気づいて
- **よりそって** : 友達に寄り添って
- **うけとめて** : つらさを受け止めて
- **しんらい** : 信頼できる大人に
- **つなげよう** : つなげよう

「教室」



### 《感想》\* 一部抜粋

○高校生活が始まり慣れないことが多く、忙しさを理由に自分と向き合うことができていなかった。今日の講演で自分を大切にすることが大事だと聞き、疲れていたなら休むことや自分の好きなことをして自分を大切にしたいと思った。

○中学生の時、自分の短所が強く気になって悩んだことがあった。そういうことは心が疲れてしまうせいであり誰にでもあると分かり、「自分だけじゃないんだ」と少しほっとした。

○悩みや不安がある時は信頼できる大人に相談しようと思った。両親や先生、親戚に相談できる人を見つけた。逆に、相談を受けた時は何も言わず、否定せず、聞き役になる。相手が自分を信用して言ってくれた、話してくれたと思うので、絶対に他人に言わないようにしたい。

# 北館(北高会館)にいらっしやい！！ ②

なりまつ たいすけ

## 成松 泰輔 北高会館館長さんに質問！ ②

①は  
今月上旬発行の  
第2号に掲載

### ○北高会館の利用方法を教えてください。

- 1) 食堂での昼食や休憩場所として(冷・暖房完備)
- 2) 2階自習室での自学自習と昼寝場所として  
(放課後も使えます！)
- 3) 部活動単位の合宿所として
- 4) 体育祭や文化祭の準備の活動場所として
- 5) 先輩・後輩・先生方との交流の場所として
- 6) 卒業後の集合場所として
- 7) その他、悪だくみ以外の話し合い場所として

### ○「知る人ぞ知る北高会館の…」という話があれば教えてください。

2階のいちばん奥にある大会議室の42帖の畳は、4年前、第5回卒業のある先輩からの寄付で新しい畳にさせていただきましたが、この畳表はイグサではなく和紙で作られています。変色しにくく、丈夫な高級品です。また、正門脇と中庭等にある、しだれ桜も同じ先輩からの寄贈です。大切にかわいがってください。



和紙でできているという大会議室の畳は  
いつまでも美しい緑色！

### ○北高生にぜひ、ひとことをお願いします。

北高全日制卒業生の同窓会は「北楠会(ほくなんかい)」といいます。北楠会の大きな活動は、奨学金の支給や部活動の支援金の支給です。そのため、長年にわたって資金を確保し続ける必要がありますので、各会期卒業生のイベントや集まりがあるときなどに、少しずつの寄付金をいただき、それを集めて資金源としています。日頃から、卒業後の同級生たちが集まり、親睦を絶やさないようにして、現役生徒のみなさんへの、できる限りのバックアップ体制を取り続けています。なので、北楠会のモットーは「北楠会のすべての活動は、現役生徒のためにある」という言葉に集約されます。北高会館は善意だけが集まる場所です。みなさんと気のいい先輩たちが居る場所です。いつでも、息抜きに来てください。



インタビューの際、「私は毎日、幸せな気分で帰宅できます。北高生からいつもすばらしい笑顔をもたらしているから」と、何度もおっしゃった成松館長さんのお言葉がたいへん印象に残りました！(総務部「緑楠」編集担当)

### 北館ギャラリー



左：2007(平成19)年の夏の甲子園優勝時、そしてその後の全日本の監督を務められた際に百崎 敏克先生が着用されていたユニフォームが寄贈され展示されている。  
上：2階の自習室(左)、同じく2階の浴室(右)は合宿でお世話になる人も多い。