

★サキタ・キラリ 北辰の輝き★

～わくわく・きらきらの佐世保北高だより～

2026.9

ようこそ ALT シェルビー先生

ALTのシェルビー先生が8月5日に来日され、本校にお見えになりました。また、9月1日には着任式が行われ、全校生徒に挨拶をされました。シェルビー先生、よろしくお願いします。

♪シェルビー先生に聞いてみました。

①佐世保北中学校・高校での生活はいかがですか？

「佐世保北中学校・高等学校での生活は、これまで素晴らしい経験となっています。生徒たちは思いやりがあり、常に挑戦を厭いません。先生方はとても親切で、学校の発展に尽力されています。このような温かいコミュニティに囲まれていることは、私にとって大きな励みとなっています。毎日が新しい発見の連続で、この学校にいられることを光栄に思います」

②生徒たちに一言お願いします。

「学ぶには時間と勇気が必要です。だから、失敗を恐れないでください。ここでの経験を存分に楽しんでください。たとえ困難な経験であっても、一緒に学んでいくことを楽しみにしています」



離島医療体験学習（8月22～23日 2年生19名参加）

8月22日（土）～23日（日）に2年生の生徒19名が新上五島町の上五島病院で離島医療体験学習を行いました。長崎県の離島医療の現状を理解し、地域に貢献しようとする姿勢を育むとともに、離島の医療現場で働く方との交流を通して、医療従事者としての心構えを学ぶことを目的に研修を行いました。以下は参加した生徒たちの感想です。

私は以前、離島医療というと人手不足が深刻だったり機材などが揃っておらず十分な医療の提供が難しいなどという勝手なイメージがあったのですが、この体験を通じてその魅力を第一線で働く方々から直接伺うことができ、そのようなイメージを一新することができました。この経験を大切にこれから活かしていきたいです。
十菱 陽太（2-2）

総探では離島の課題しか見てなかったけど、離島だからこそできることについて知れたので嬉しかったです。幅広い専門分野と症例を取り扱っているのに、一人一人の病気だけでなく、生活まで診る総合診療医はすごいなと思いました。
手島 瑠穂（2-3）

離島医療体験では上五島病院で座談会や院内ツアーに参加し、とてもいい経験となりました。特に座談会では自分の疑問に思っていることを研修医の方や薬剤師、看護師など色々な医療従事者の方のお話を聞くことができました。院内ツアーをする中で、座談会に参加されていなかった方々のお話も聞くことができ、離島医療についてはもちろん、医療についても学ぶことができました。また、体験が終わったあとは自由行動があり、友達とご飯を食べたり、海に行ったりとても楽しい時間を過ごすことができました。離島医療体験では医療について学べるのはもちろん、友達と楽しむこともでき、とてもいい経験となりました！

橋口 歌乃（2-4）



Nagasaki Leaders Meeting（8月29日）

出島メッセにおいて、イノベーションハイスクール指定7校（長崎東・長崎北・佐世保北・諫早・猶興館・中五島・佐世保商業）の生徒24名が県内の社会人メンター7名とのグループワークを通して、「新しく挑戦したいこと」「ふるさと長崎に貢献できること」などについて考える「長崎リーダーズミーティング」が行われました。本校からも吉田竜漸さん（2-2）、河野蒼生さん（2-5）、大石京朋さん（2-6）の3名が参加しました。

私が参加した長崎リーダーズミーティングでは生徒、教員、社会人の方と「長崎のありたい未来」について話すという貴重な経験をさせていただきました。この活動を通して、様々な立場から見た異なる意見、そして私が考えもつかないような真新しい意見を受け、自分の更なる成長の機会となりました。今回学んだ、「根本となる目的を見失わず、数ある手段の中から状況に応じて最適な手段を使う」ということを忘れず、学び続ける姿勢を大切に生活していきたいと思います。
吉田 竜漸（2-2）

長崎県内の七高校から集まった同年代のやる気にあふれた人達と議論を交わす事ができる機会はとても新鮮で有意義だった。この一回きりで終わらせる事がないように今後の課外活動へと活かしていきたい。
河野 蒼生（2-5）

長崎リーダーズミーティングでは、6つの班に分かれて、高校生だけでなく、先生や社会人の方々も交えて長崎の未来について話し合いました。私の班は、「帰ってきたくなる街づくり」に焦点を当てて話し合いました。大村市では、進学のため県外に行った学生に、大村の特産品を無償で送っているという話を聞いてびっくりしました！色々な地域から人が集まったので、同じ長崎に住んでいても課題は地域によって全く違うということを実感しました。友だちが3人もできて嬉しかったです。
大石 京朋（2-6）



第1回佐世保市人口減少対策市民会議 古賀美咲さん（3年）

9月1日（火）に佐世保市の人口減少や転出超過の対策として、多様な市民が参加する「人口減少対策市民会議」が開催され、本校から古賀美咲さん（3-4）が参加しました。

9月1日に、第1回佐世保市人口減少対策市民会議に参加してきました！

佐世保市が転出率全国ワースト1位という現状を受け、市民の意見を取り入れるために初めて開催された会議で、私は若者という立場で参加しました。大学や高校の先生方、企業の方など、普段あまり関わることもない方々と一緒に話し合うことに、最初はとても緊張しました。しかし、話し合いを進めていくうちに、世代や立場が違っていても、佐世保市をより良くしたいという思いは共通していることに気づきました。今回は6つのグループに分かれて議論を行い、私は「地域とのつながり」グループに参加しました。

Sasebo Changeでさまざまな世代の方と交流してきたからこそ感じていた、地域の現状や課題についても、自分の言葉で発言することができました。普段の活動で感じていたことを、世代や立場の異なる方々と共有し、意見を交わすことができたのは、とても貴重な経験でした。11月にもう一度開催されるので、今回の議論を通して新たに感じたことや今回言えなかったことも伝えていきたいと思います！
古賀 美咲（3-4）



九州大学未来創成科学者育成プロジェクト 中村優海さん（2年）

私は今回、九州大学未来創成科学者育成プロジェクトの一環として、日本地理学会高校生ポスターセッションに参加してきました。学会に参加することは初めてで最初は不安でしたが、いざ始めると自分の研究に対してのアドバイスをいただいたり、大学生や教授が研究していることを聞けたりするなど、とても楽しく貴重な体験をすることができました。

私が学会に参加することにかかわってくださったすべての人に感謝して、これからも頑張っていこうと思います。

中村 優海（2-6）



あきた総文2026 写真部門 淵上真名さん（3年）

秋田という長崎とはまた違った環境で写真と向き合った時間は、とても新鮮で貴重な経験となりました。交流会では青森、神奈川、大阪といった異なる地域の写真部の人たちと写真部のことや、学校生活についてお話をすることができました。秋田県内での撮影会では、仙北市の角館という古くからの武家屋敷が残る、風情ある町並みを撮影・散策しました。長崎には見られないような景色が広がっていて、見るものすべてを夢中で撮影しました。念願の秋田犬とも触れ合うことができ、とてもうれしかったです！秋田という土地を満喫し、写真への理解を深めることができたとても充実した3日間だったと思います。

淵上 真名（3-3）



全国高等学校家庭クラブ研究発表大会

太田燈惟さん（3年） 藤原小桜さん（3年） 相原里咲さん（3年）

7月31日（金）に第74回全国高等学校家庭クラブ研究発表大会が岐阜市にある長良川国際会議場で行われました。

本校から、太田燈惟さん（3-2）、藤原小桜さん（3-3）、相原里咲さん（3-4）の3人が出場しました。ポラリスデイの活動を中心に試考錯誤を重ねた実践研究である、「野菜不足を脱出し隊！」～ポラベジタブルでヘルシー生活～と題して発表しました。



全国高等学校総合体育大会柔道競技 牟田桜雪さん（2年）

8月9日（日）に和歌山市において全国高等学校総合体育大会柔道競技が行われ、本校から牟田桜雪さん（2-5）が個人戦に出場しました。

インターハイの会場は、県大会と比べものにならないほど重々しく、試合前からとても緊張しました。しかし、畳に立つと緊張を忘れ、強豪選手に自分の力がどこまで通用するのか、ワクワクしながら試合に挑むことができました。結果は初戦敗退でしたが、貴重な経験をすることができました。今回の経験を糧に、顧問の岩永先生の教えのもとに仲間と切磋琢磨し、さらに強くなれるように稽古に励みたいです。

牟田 桜雪（2-6）



第81回九州陸上競技選手権大会選手権 末永歩睦さん（1年）

8月21日（日）に宮崎県都城市において第81回九州陸上競技選手権大会が行われ、本校から末永歩睦さん（1-2）が男子3000mSCに出場しました。

この夏出場した九州陸上選手権大会では2位という結果を収めることができ、嬉しさと同時に悔しさも残る経験となりました。周りの高いレベルに物怖じしてしまい、最後の勝負で勝ち切ることができませんでした。次は全九州新人大会に出場します。今大会で得た課題を克服し、自信を持って自分の走りをし、上位入賞を果たしたいです。

末永 歩睦（1-2）



フランス短期語学体験 立石優希奈さん（2年）

私は約1週間フランスの語学学校に滞在しました。さまざまな国の学生がいる中で、仲良くなった学生と互いの語学を教え合うなどして、多様な文化や価値観に実際に触れ、刺激的で貴重な毎日を経験しました。

現地での様々な困難を乗り越えた経験は確実に自身の成長につながったと思います。今後は、現地で出会った人との繋がりを大切にしながら、現地での体験を原動力に学習に励みたいです。

立石 優希奈（2-4）

