

目次

ご挨拶	桜陽会会長 稲垣哲也	3
人生の目的は、幸せになることである	学 校 長 白鳥真次	4
イトコ眼鏡	第71代執行委員長 福田稀羅々	5
会員企業紹介	海上保安庁・海上保安監 奥島高弘	6
我ら桜陽人	高 校 期卒業 馬場倫未	8
桜陽会裏話	高校17期桜陽会相談役 本間達洋	10
桜陽会の活動		12
桜陽会支部だより		13
桜陽会総会当番期より		13
今年の顔	3年2組 成田和希	14
	3年4組 下村野乃華	14
桜陽高校平成30年度重大ニュース		15
クラブ活動報告		16
桜陽会会則		18
桜陽会役員機構図		19
平成30年度 第71回卒業生（同窓会幹事）名簿		19

編集 桜陽会常任理事 小松田 哲弘



ご挨拶



「卒業、そして桜陽会入会を祝して」

桜陽会会長 稲垣 哲也

3年生の皆さん、卒業おめでとうござい
す！
3年間の高校生活を終えられ、それぞれの新
しい道へ進まれる皆さんに、心よりお慶び申し
上げます。
3年前の入学式、皆さんは合格の喜びと高校
生活での目標を持つて、この「小樽桜陽高等学
校」に入学されたと思います。
皆さんの高校生活はいかがだったでしょうか。
クラブ・部活動に励んだ人、勉学に動しん
だ人、「完全燃焼した」という人もいれば、「ま
だまだやり残したことがある」という人もい
るでしょう。
ここで出会った多くの仲間との思い出、育ん
だ友情は、将来、必ず皆さんのかけがえのない
「宝物」になっているはずです。
近年の小樽を見ていますと人口減少に歯止め
がからず、12万人を割り込んでしまい、出生数
も今は500人ほどです。
あなた方が生まれたころの小樽の人口は15万
人台、出生数も千人弱でした。
人口減少にある小樽ですが、観光客の入込数
は800万人を超え、全国の魅力度ランキング
ではNo.4にランキングされております。
そんな魅力あるわが故郷を、未知の可能性を
秘めた皆さんには、今以上に素敵な小樽、住み
よい街にしていきたい、そんな思いを待っ
ていただきたいと思います。
そして、皆さんに、是非、知っておいてい

だきたいことがあります。
桜陽高校の卒業生で構成されている、「桜陽
会」という組織があります。
「桜陽会」の名は、入学式や学校祭などで、
耳にしたことがあると思います。
卒業すると皆さんは自動的に、「桜陽会」の
メンバーとしての資格を得ることになります。
今日お配りしております、「桜陽会」の会報
に各支部の紹介や活動を掲載しておりますの
で、ぜひ、ご一読いただければと思います。
全国にいる多くの桜陽会の先輩たちが、それ
ぞれの道へ進まれる皆さんを待っております。
そして、皆さんが高校生活を懐かしく思い出
す頃に、桜陽会とのかかわりが深くなってくる
ことと思います。
輝かしい未来へ進んでいく皆さんには、この
先、様々な事が待ち受けていると思います、も
しろ多くの困難も待ち受けていることと
しょう。
そんな時にこそ、思い出して下さい。
桜陽高校と多くの仲間のこと。
そして、歴史と伝統ある小樽桜陽高校の卒業
生であるという、
誇りを胸に「賢く、強く、豊かに」、さらな
る未来へ羽ばたいてほしいと思います。
皆さんの今後のご活躍にこ期待申し上げ、お
祝いの言葉に代えさせていただきます。
ご卒業おめでとうございませう。



「イトコ眼鏡」

第71代執行委員長 福田 稀羅々

高校3年間はあつという間だと、卒業が目の前に迫ってきている今、感じる機会が多くあります。ドキドキだった入学式から早3年、数え切れないほどの思い出と最高の仲間たち、素敵な出会い、振り返ると様々な光景が目に見え、より一層寂しさが込み上げてきます。

数多くの思い出を振り返ると、私の3年間の大部分を占めていたのは生徒会での活動だったと感じます。生徒会執行部に入っていないけれど私の毎日こんなにも輝かしいものではなかったのでは、と言えるくらいに私にとって生徒会は大きな存在で、私を大きく大きく成長させてくれました。

きっかけは中学三年生の体験入学の時、当時中学校で生徒会長をやっていた私は高校の生徒会にも興味を持ち、見学へ行きました。そこで出会った先輩方はとても優しく気さくな方たちばかりで、説明を聞き終えた後、多くの魅力を感じた私は、「絶対に合格して生徒会に入ります！」と宣言していました。入学をしてからも、友達の多くは何部に入ろうかと悩んでいる中、私はすぐに生徒会執行部へ入部届を出しました。いざ、執行部として過ごしてみると、忙しくも楽しい毎日のほかに、多くのことに悩む日々もついて回りました。生徒の代表としての責任の重さや求められることの多さ、信頼関係など様々です。ですが、そんな時、頼れる先輩

や同じ目標に向かって頑張った仲間、元気がいっぱいな先輩がいてくれたおかげでどんなことも乗り越えることが出来ました。また、顧問の森平先生をはじめとする先生方、活動を理解し協力してくれた生徒の皆さんのおかげで、3年間有意義な活動することが出来ました。

イトコ眼鏡とは、私が3年間で開花させた武器の一つです。イトコ眼鏡を身につけると、心穏やか、気持ち晴れやかになり、生徒会の活動も過ごす毎日も輝きだします。これは今後何事においても役に立つ最強の武器だと思っています。それも、桜陽高校で3年間学び、過ごしてきたことで身についたものだと思います。私は、桜陽生の謙虚な姿勢や協調性等により成り立つ伝統、伝統的な制服を身につけること、歴史ある桜陽高校の一員であることを誇りに思っています。

私たちがこうして充実した高校生活を送ることが出来たのは、白鳥校長先生をはじめとする先生方、桜陽会の方々、PTAの方々、何より保護者の皆様が私たちをいつも見守り支えてくれたおかげです。

本当にありがとうございました。

春から私たちは、それぞれの夢や目標に向かって別々の道へと旅立ちます。桜陽高校で学び、培ったことを生かし努力邁進していきます。



「人生の目的は、幸せになることである」

学 校 長 白 鳥 真 次

平成31年3月1日、北海道小樽桜陽高等学校を卒業し、歴史と伝統を誇る同窓会「桜陽会」へ入会した皆さん、卒業並びに入会おめでとうございませう。本校の同窓会は、明治43年(1910年)に設立され、昭和6年(1931年)に名称を「桜陽会」として現在に至っています。卒業生の皆さんも知っているとおろ、本校の校名「桜陽」は、昭和25年(1950年)に「桜陽会」からいただいたもので、同窓会の名称が先にあり、その後、その名称を校名とした極めて希な校名の由来を持つています。

今年卒業する皆さんは、「高校71期」となりますので、桜陽会の集まり等の際は「高校71期の〇〇です」と挨拶してみてください。

さて、タイトルの「人生の目的は、幸せになることである」は、古代ギリシャの哲学者アリストテレスの言葉です。習慣化コンサルティング代表取締役古川 武士さんのビジネス誌への連載に次のようなことが書かれていました。

「お金を持つと幸せになるのか?」「結婚できれば幸せになるのか?」「出世して社長になり社会的名誉が得られれば幸せになるのか?」

みんなそれぞれにハッピーになれるように思えます。しかし、幸せという感情は、ずっと継続するわけではありません。お金を持てば、失う不安も湧いてきます。結婚すれば、夫婦喧嘩でイライラすることもあります。出世して社長になっても株主やメディア対応など誰かに振り回されるものです。また、年齢や環境によって幸せは移ろいゆき変化するものだと思います。さらに、その人の性格によっても幸福要因は変わります。

一方、人生には幸せを脅かす要因もあります。病気や会社の業績不振、上司との人間関係、夫婦喧嘩などは幸福度を下げようとする要因になります。

結局、人はいつでも幸せになれるし、不幸せにもなる。幸せとは常に移ろいゆくものであり、極めて個人的なものであり、複雑な感情です。

しかし、多くの方にお会いしているし、自分の立場や状況、年齢、出来事などが変化しても、安定した幸せの感情を得ることができる人がいることに気づきます。そして、そこには、共通した三つの思考習慣があると感じています。ポイント1は、自分では

コントロールできない事柄には執着せず、コントロールできる領域、例えば、心の持ち方や物事の捉え方によって幸せを得る習慣があることです。

【自分の真の声を聴く習慣】

自分にとって何が幸せなのか。自分の中にはどんな欲求があるのか。自分の声を聴くことができます。慌ただしい時間を過ごしながらも自己対話の時間を作り、その中から浮かび上がってくる感情を素直に受け取るすることができます。

【今この瞬間に在る習慣】

人は案外「目の前のこと」や「今この瞬間の感情」を十分に味わうことができません。人の思考は、未来の不安や過去の後悔に行ったり来たりして、ハッピーを感じていないことが多いのです。ふと浮かび上がってくる別案件の「気がかり」なことを心配されてしまい、本来満喫すべき今の幸せな感情が台無しになるという具合です。

【全てに感謝する習慣】

どんな出来事が起きても、様々な人間関係の中でも幸せ感を持ち続けられる人は感謝を見出せる人です。今日起きたことに感謝し、上司や家族に感謝する。持つていないこと、不満なもの、嫌いな部分に焦点を当てるのではなく、あるもの、満足しているもの、好きな部分に感謝の気持ちを拡大させるのです。幸福感を外的な出来事に依存せず自分の心で生み出せるかどうかにかかっています。

4月からは、それぞれ自分で決めた道を歩み出すこととなります。その要因は自分では変えられませんが、意識して今日の前に集中して過ごすようにしてはどうでしょうか。沖繩の方言で「なんくるないさ」という言葉があります。「なんとかなるさ」という意味です。同じような意味でスペイン語の「ケ・セラ・セラ」があります。不安になったとき、「なんくるないさ」「ケ・セラ・セラ」と心のなかでつぶやいてみてください。そして一日を振り返ったとき、「あたりがたいない」「ケ・セラ・セラ」と心のでかたつぶやいてみてください。そして一日を振り返ったとき、「あたりがたいない」と感謝を感じることができると習慣を持てば、年齢や環境に関係なく幸せを持続させてくれるのではないのでしょうか。

最後に、桜陽会の皆さんに心より感謝申し上げますとともに、今後とも本校の教育活動に一層のご支援ご協力を賜りますようお願い申し上げます。