



矢島 薫さん文化功労者選出を祝う会（4 月）
（前列左から 3 人目）
（別所温泉上松や 常務 倉沢 裕さん（69 期）提供）

同窓会の現状と課題

理事長 金子 元昭

今年の上田高校新入生は昨年よりクラスが1つ減り、7クラスとなりました。少子化の影響ですが、それでも生徒数は長野県でも最大規模だとのこと。

さて、上田高校同窓会は一般社団法人への移行に当たって、それまで積み立ててきた基金を14年間で消費することを義務づけられ、昨年度（今年（3月）で完了しました。移行期間中は上田高校への援助を手厚く行うことができ、学校から大変感謝され、色々な効果が

生まれました。同窓会の目的である、同窓生の懇親と現役上田高校生への援助ができたことは、喜ばしい限りでした。

しかし、本年度からは昨年までと同じような援助はできません。学校からは可能な限りの援助の継続を要請されており、そのご希望に添うような運営をしたいと思っています。

現在の同窓会収入は会員の皆様からの会費がメインです。同窓会理事会ではこの状況を受け、昨年何回か理事会を開催し、皆様に会費を納入していただけるための方法を検討してきました。会員の皆様に同窓会の存在や活動内容をお知らせする、支払い方法を多様化する、など様々なアイデアが出て、活発な議論ができました。同窓会として、まずは会員の皆様に同窓会の価値を感じ

同窓会報 第59号
2025年 8月1日
一般社団法人 上田高等学校同窓会
〒386-0024 上田市大手1-9-8
TEL/FAX 0268-22-3146
ホームページ <http://www.d-emu.co.jp/uhd/index.html>
発行人 金子 元昭
（発行部数 27,000 部）
印刷所 田口印刷株式会社

2025年度 会員大会 ご案内

- ★期 日 **10月25日(土)**
- 会 場 上田東急REIホテル
上田市天神 4-24-1 TEL.0268-24-1401
 - 受 付 14:00 ~
 - 開 会 14:30 ~
 - 講演会
講師 長野県立こども病院総合小児科 部長兼院長補佐 樋口 司氏(82期)
演題 「昨今の小児科医療について
ー県立こども病院にてー」
 - 懇親会 17:30 ~
 - 会 費 7,000 円
お申し込みは
こちらから可能です▶



文化功労者に 矢島 薫氏(51期)

咲き終えて 桜は山の本に還る

ソメイヨシノの騒ぎが終わるころ、ふと目をやると里山にヤマザクラが咲いている。またいつのまに山は一面の緑になって静かに笑っている。

母校教諭として長く教鞭をとられた、俳人の矢島薫さん(俳号は渚男)は2024年の文化功労者として表彰され、4月15日に担任だった67期5組の21人が

ていたでけるような活動が必要と考えています。例えば卒業から5年後、10年後などの節目の年に同期が集まる会合開催をお声がけするなど、同窓生の懇親を深める活動を進めたいと思います。最近ではITを駆使した情報発信が不可欠と言われますが、同窓会からの積極

参加して祝う会が開かれたので取材しました。まず幹事の堤達さんが、作品集から一人2句を選んだ「教え子が選ぶ渚男俳句」という小冊子を配りました。ただ、全員が期日までに選んでくれないのも世の習い。矢島先生は「宿題をした15人にはご褒美として俳誌『梟』の多くのコラムを集めた『身辺の記』をあげよう」と笑顔で渡されました。うらやまし

い光景です。
(星野)

お堀 ばた

退職した時に娘夫婦がドイツにいたので、大都市だけでなく、各地を案内してもらった。次からは一人でジャーマンレイルパスを買って、ローカル線で「地球の歩き方」に出ていない、ローマ時代の遺跡が残るクサンテンやヴィクトリア女王の夫君アルバートの故郷コーブルクを訪ねた。喧噪のない都市は思い出に残る▼速く、安く、安全に海外に行けるのが国際化の恩恵だった。円高もあった、治安もよかった▼この楽しみを奪ったのが、コロナ禍、戦争、トランプ米大統領の出現だ。2019年から海外旅行は不可能になった。現在日本への旅行者は多すぎて、伏見稲荷や嵐山の大混雑は驚くほど。小心者の私は海外にいてテロ、災害、疫病が起きたらと思うと、もう怖くて行けない▼22年、ウクライナへのロシア軍と24年からのイスラエル軍のガザ侵攻は、第二次大戦後の平和への努力をあざ笑い、ニヒリズムが蔓延している▼そしてトランプ氏。彼の発言のたびに世界の株価が乱高下する。彼の発言を早く知れば、濡れ手に粟の大儲けができる。戦争犯罪を野放しにするアメリカ政府はインサイダー取引を取りしめる気もないらしい▼「資本主義は民主政治がなければ長くは続かず、民主主義は市場経済がないと長くは続かない」(学士會会報 Zoon) 貧富の差は解消不能、社会の分断は、あわや内戦かのレベルという▼いつまで庭を耕していられるのか？と問う日々を送っている。
(野)

2025年度定時総会開催

5月31日に開催された定時総会では、決議事項2議案が審議・承認され、4件の報告事項の報告が行われました。

2024年度決算の承認

収益の部で年会費収入は対前期比微増となりました。一方、経費の部は、各種料金等値上りの状況がありましたが、対前期比削減となり、経常損益は予算内に納まりました。

役員選考委員の選任

来年度の定時総会において選任すべき理事・監事候補者を選考する、役



栄えある受章 おめでとうございます

(敬称略)

2024年 文化功労者
矢島 薫 (51期)

2024年 秋の叙勲

掛川興太郎 (59期) 旭日小綬章
杵掛 俊夫 (61期) 瑞宝中綬章
新津 吉明 (71期) 瑞宝双光章

2025年 春の叙勲

菅谷 晴彦 (54期) 瑞宝双光章
和田 重昭 (62期) 旭日小綬章
窪田 善雄 (71期) 瑞宝小綬章
峯村 秀則 (71期) 瑞宝双光章

第43回 危険業務従事者叙勲
小林 康洋 (67期) 瑞宝双光章

2025年度事業計画、収支予算
2025年度事業計画では、同窓会組織の活性化と収支均衡に取り組むことと

公益目的支出計画実施報告
引き続き、学校への助成など4事業を実施しました。尚、当初計画通り、2024年度末をもって、実施完了となりました。

員選考委員として次の方々が選任されました。
滝沢 保幸 (73期)、神崎久 (75期)、落合 康隆 (77期)、倉島 洋志 (79期)、丸山 忠宏 (81期)、馬場 賢哉 (83期)、茅野 崇 (85期) (敬称略)

2025年度年会費納入について

より多くのご支援、ご協力をお願いします

しました。組織活性化としては、役員組織の強化、期活動・卒業周年同期会の支援等に取り組み

ます。予算では年会費収入の拡充を図る一方、公益目的支出計画実施完了を受け、現在の収支状況

に見合うかたちで、公益目的事業も含む各事業の支出を見直した計画を策定しています。

同窓生の皆様には、引き続き、より多くのご支援、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

3クレジットカード決済での納入
一般社団法人上田高等学校同窓会「HPのリンク先から、または左記QRコードをスマホで読み込んで「上田高等

4口座振替での納入
年会費の口座振替を取り扱っている金融機関は次のとおりです。
八十二銀行
ゆうちょ銀行
上田信用金庫
三井住友銀行

◎納入方法

1 同封の「郵便局・ゆちょ銀行専用払込取扱票」でのお払込み
2 同封の「コンビニエンスストア専用払込票」でのお払込み
(1) コンビニエンスストアでの納入
(2) スマホアプリ決済での納入

◎終身会費

80歳以上で一括5,000円以上納入されまると、次年度以降の年会費は免除となります。

※お願い

金融機関への振替依頼手続きの関係上、申込書は、8月末までに到着するようにお送りください。

5三菱UFJ信託銀行 (旧東洋信託銀行) の「特約付金銭信託」により年会費を納入されている皆様へお願い

年会費の引落しができないケースが増えていきます。前記の他の方法による年会費の納入への変更をお願いいたします。



上田高等学校同窓会
年会費納入サイト

72期の皆様 1974(昭和49)年3月卒業

昨年は卒業50周年記念として同期一同からの篤志により高校に130万円の寄付ができました。

同期各位のご協力・ご尽力に心から感謝申し上げます。

高校では在校生の海外研修補助金に活用していくそうです。

グローバル人材の育成に一役担えて光栄です。ますますの母校の躍進に期待します。



代表代議員 宮川 直 (2組)

代議員 関 恵滋 (3組)

尾島 勝 (5組)

長谷川正之 (3組)

小林 直文 (7組)

甲田 英俊 (4組)

泉 宏幸 (8組)

竹内 茂 (4組)

藤森 祐一 (8組)



今年の関東同窓会の新年会は1月18日(土)に開催、54期から116期まで80人の会員が参加しました。アトラクションは今井裕太氏（116期）のトロンボーンの演奏会でした。神の楽器と言われるトロンボーンのための楽曲が演奏され、ソロ演奏は初め

関東同窓会

聞くと、日本は広いなと思います。北海道はやつと暖かくなり、ツツジ、芝桜、ライラック、鈴蘭が咲き始めた頃です。花

支部だより

北海道同窓会

同窓生の皆さん、いかがお過ごしでしょうか？

5月のニュー

スで「上田では30度越え」と

はそれぞれ色形や香りが違い人間と似ています。競わず自分自身を表現するので感動を与えるのかもしれません。

北海道同窓会は、正式な成立から10年が経ちました。いろいろありましたが、多くの同窓生に支えられここまで来たことに感謝します。

（73期 北澤多喜雄）

中南信支部

中南信支部登録の会員数は直近で56人。平均年齢は61歳。松本平、諏訪、北安曇から下伊那まで広範囲にわたります。

昨年は、30周年節目の支部総会を開催しました。今年は【11月1日(土)】開催予定です。多様な距離感があってよい同窓会です。

主役は会員。ホームページには、会員の活躍ぶり・動向を取り上げています。

（74期 金井 則人）



4月の「独鈷山千本桜祭り」にて
滝澤弘一郎氏（62期）企画

長野支部

令和7年7月7日、令和7年度長野支部総会・七夕会を本部・中南信支部・母校からのご来賓をお迎えして開催しました。金子

理事長、小池中南信支部長、宮下校長から同窓会の現状や母校生徒の活躍などをお話しいただきました。また、今回は日経新聞コメントーターとして活躍されている中山淳史氏（81期）にご講演をいただき、カルロス・ゴーン氏との交流、トラップ氏の根底に



講演する中山氏

（75期 五明 勲）

仙台支部

6月初旬今年度総会を開催しました。会員各位の予定を聞いてからの開催でしたが急に都合が悪くなる方もおり今までの中では最少人数でした。

会員の異動・現況報告、会計報告後、懇親会に。

故郷上田の思い出、大学受験時のエピソード、最近のニュースなどの話題に大いに盛り上がりしました。当支部、転勤で来られた方など短期間入会でも大歓迎です。参加希望の方ぜひ連絡下さい。

（63期 小林 邦英）

関西同窓会

昨年の総会では元長野県教育長の内堀繁利氏（74期・第32代校長）に「長野県教育の今とこれから」と題してご講演頂き、高校教育の状況や今後の教育の在り方等についての

活発な意見交換を行った。文化交流会では空海ゆかりの京都東寺を訪れ、密教美術の奥深さに感動し、さらに醍醐寺では歴史ある伽藍と豊かな自然に心が洗われた。

文化サロンでは大先輩の関口貞雄氏（48期）を講師にお招きし、故郷上田にゆかりのある方で、幕末から明治にかけて大活躍した人びとの紹介等、多くの貴重なお話を賜った。

（64期 隅田修一郎）



92期

今年は会員大会の当番期です！
懐かしい仲間と再会できる絶好のチャンス。
同期会を兼ねて、ぜひ集まりましょう！

代表代議員 齊藤 達也（7組）
監事 清水 研吾（8組）

代議員 朝倉 寛之（1組）
井出 み子（2組）
下林 利行（3組）
荒井 和明（4組）

井沢 誠（5組）
中村 拓（6組）
大木 伸司（9組）
竹重 慶隆（10組）

土地家屋調査士 堀内正敏事務所

代表 堀内 正敏（4組）
長野県土地家屋調査士会副会長

土地・建物 登記申請、境界調査、測量

上田市上田原507-5
TEL 0268-75-2311 FAX 0268-75-2312
URL <http://horiuchioffice.naganoblog.jp/>

きらり在宅診療所

院長 小林(宮崎)美雪（7組）
事務長 小林 俊介（1組）

〒386-0025
長野県上田市天神2丁目1-22 OAUビル5F-B
TEL 0268-71-8686

自動車保険、火災保険、生命保険、法人各種保険
保険のことはお任せください。

三井住友海上火災保険(株)代理店
三井住友海上あいおい生命保険(株)代理店

株式会社トライアングル
代表取締役 清水 研吾（8組）

長野県上田市常田3-5-55
TEL 0268-75-0641 FAX 0268-75-0642
URL <http://www.triangle-i.net>



ふるさとだより

—シリーズ— 学校探検記

といった授業や班活動とは別に広がっており、身近な課題をテーマに探求し、大学、企業、地域、全国や国際的規模で他校と連携するなど、グローバルな探求に進化している。そんな中、新聞班が取材、編集、発行している「上田高校新聞」がある。

以前から継続している「カンボジア井戸プロジェクト」子どもの居場所づくりを通じて子どもたちを支援している「こどもてらす」海野町商店街の活性化を目指す活動をしている「うえわちや」二中生へ学習支援している「上田二中

染谷の看板持つてきてかけちゃった、授業さぼって映画に行った、修学旅行の荷物の底にウイスキーの瓶を隠して持ってた。さながら悪い事自慢ですが、とても懐かしそうに

「ドラマティックに変化している時代に柔軟性をもつて取り組みたい、そして持続性のある地域づくりのために、次世代へのバトンパスをしていきたい」

式より現場主義」と話し、職員の意味を尊重し、それぞれの能力を引き出していくことを大切にしている。不足していることがあれば自ら分析し、方向修正を行う。「結局のところ現場感覚で動いていいます」とも。そんなリーダーシップを発揮して先進的に課題を解決してきた。

上小地域の医療改善という大きな使命を実行しながらも、院内では親しみやすい一面を見せる。廊下で地元の



4月病院長室にて

いう、2つの大きな課題を抱えている。まず、院内の働き方改革に取り組んだ。従来の主治医制をチーム制に、体制を大きく転換した。病院職員の離職率は10%から1%に減少し、日本医療機能評価機構による昨年度の総合評価で全国2位を獲得した。

高齡者から「院長先生」と声を掛けられ、気さくに笑顔で会話を交わす城下さん。その温かな表情には医療人としての人間性がにじんでいた。

お話しされていて、どなたも今は立派な大人になられています。

伊マドキの高校生はみんな「いい子」たちです。1時間目から6時間目までちゃんと授業に出て宿題も班活も一生懸命こなします。立派です。でもちよつと息抜きをする時間もないと、苦しくなっ

上小地域の救急受け入れ改善のために、信州上田医療センターと「診療連携に関する協定」を結んだ。センターでの急性期治療を終えた患者を依田窪病院で受け入れることにより、センターのベッドに空きができ、救急受け入れ停止時間が大幅に削減された。

「自分にできることには限りがある。だからこそ、今できることを精一杯行い、そして次の世代に引き継いでいくことが重要」と、多忙な合間を縫って上田高校に赴き、在校生に医療の現状を伝えることも行っている。「自分の原点は上田高校。外部の講演会では必ず高校正門を紹介しますよ」と同窓生としての母校に対する熱い思いも語ってくれた。

校長室から
「余白をつくる」
校長 宮下 美和 (84期)



上小の明日の医療を支える

国保依田窪病院 病院長 93期 城下 智さん

科学分野を報道して40年 信毎を卒業

64期 飯島 裕一さん

科学担当記者として約40年間記事を書いてきた飯島裕一さん(上田市在住)が4月末、信濃毎日新聞社の勤務を終えた。77歳まで現役を続けた、医療や



島さんの著書の一部

87 平成元年(1989年)3月卒業
期の皆様へ

10月25日(土)開催の会員大会は当番期です。
大勢のご参加ご協力をお願いします。

中部陸運株式会社
CHURIK

代表取締役社長
小林 浩太郎 (87期)

上田市下塩尻75-3
Tel:0268-24-4403



あざみ胃腸科
クリニック

内科・胃腸科・呼吸器科・
胃内視鏡検査・大腸内視鏡検査

院長 小笠原 仁 (87期)

下諏訪町西赤砂4342-6
Tel:0266-28-0505



JEWELRY TOKYO
The
MIYA
Miyamoto
since 1934

宮本 尚武 (87期)

長野市北石堂町1381
Tel:026-219-0220



内科・消化器内科・皮膚科
きたむらクリニック

皮膚科 北村 玲子 (87期)

山梨県中央市若宮23-2
Tel:055-220-4112



学校訪問から

見えてきた

上田高校生の進化

高校を卒業し、30 年ぶりに母校を訪問したのが 2009 年（平成 21 年）以来 17 年間にわたり毎年実施している学校訪問。学校や生徒も年々変化してきているのが分かる。高校時代の記憶から、取材当時もあった学食、松尾祭の今昔、新校舎の体裁を目の当たりにしてきた。授業風景は様変わりし、電子黒板やタブレットの活用なども。学校での取組も S G H, W W L



「こどもてらす」内閣府特命担当大臣表彰を受賞

「こどもてらす」の活動が目に留まった。それは令和 7 年 4 月 8 日発行のもので「生徒の地域や社会を変える」と題し、6 つのグループの活動を紹介している。生徒たちが主体となつて立ち上げたボランティアグループだ。学校の活動だけでも忙しいのに、そこまで来たかである。

「学習支援ボランティア」、断熱に取り組んでいる「UEFS プロジェクト」、コンタクトレンズの空ケースを回収する「アイシティ eco プロジェクト」である。

カンボジアは遠いが、他は本当に身近な課題で比較的取組みやすい活動だ。しかし、実際に運営するのは並大抵のことではない。そんなことが評価され表彰（内閣府特命担当大臣表彰）されたグループもある。

（深町）



5 月同窓会館にて

健康をテーマに連載や本の出版に取り組んだ足跡は、全国のジャーナリストの中でもまれである。

飯島さんは新人で現場を駆け回り、さあこれからと飛躍を期していた 20 代後半に整理部に異動。紙面をレイアウトする内勤の仕事が 10 年に及び、文化部で科学担当になったのは 30 代後半だった。

だがここからが飯島さんの真骨頂だ。北海道大学水産学部で生物学の基



飯島

礎を学んだことを強みに、「老化を探究」「脳 小宇宙への旅」などの長期連載に挑む。インターネットも携帯電話も普及していない時代だ。県外の研究者からは「しんまい（信毎）ってこの新聞？」とたびたび聞き返された。飯島さんは「手紙を書き、本と論文を読み、地べたをはって取材しました」と振り返る。こつこつと全国を巡り、掲載紙を毎回郵送し、信頼関係を築いてきた。

やがて、学者の手にあった切り抜き記事が紀伊國屋書店の目に留まり、「老化を探究」が 10 年に出版された。飯島さんは自然エネルギー、がん治療、疲労、温泉などの領域も追究し、話題を呼んだ連載が刊行される流れになった。書籍は共著や共編著を含め 35 冊に達する。

飯島さんは子供の頃からチョウなどが好きで、上田高校では生物班で活動し、松尾祭で発表した。「夢中になって野山を歩いた」という探求心が新聞記者の原点にあるのだから。退任は一区切りだが、今後何かを書いていきたい」と述べ、生涯一記者を貫いていく。（松井）

「上田の空へ
ブルーインパルス江尻隊長の願い」

100 期 江尻 卓さん



今年には山火事が多く、上田市でも自衛隊が消火活動に当たりました。自衛隊は災害派遣以外で目に留まることは少なく、感謝を直接受ける機会は殆ど無いそうです。そんな中、航空自衛隊第 11

飛行隊、通称ブルーインパルスは、国民から直接反応を受け取る機会を持つアクロバット飛行部隊です。現在のブルーインパルス隊長は江尻卓さん。防衛大学校卒業後、全国各地で戦闘機パイロット、教官、試験飛行操縦など多様な任務を経験し、2024 年 5 月隊長に着任。空と機体を知り尽くした頼れる隊長であり、テスト



写真は共に航空自衛隊松島基地からご提供いただきました。

パイロットの資格を持つ隊長はブルーインパルス史上初です。そんな誰もが「かっこいい」と思う江尻隊長ですが、平日は

1 日 3 回の飛行訓練、週末は展示飛行と非常に多忙。土日出勤も多い国家公務員であり、信州上田観光大使も兼務されています。「いつか故郷上田の空を飛びたい」と語る江尻さん。しかし、展示飛行の実施地は隊長の意向だけでは決まらず、地元自治体や市民からの要請が必要です。ブルーインパルスの在任期間はわずか 3 年。今こそ日頃の感謝を声にして、江尻隊長に上田の空を彩っていただきます（倉沢）

82 期の皆さんへ

10 月 25 日（土）開催の会員大会は当番期です。
大勢のご参加、ご協力をお願いします。

同期会だより

【63期】

私達が卒業して、早いもので60年。会員大会の席も最前列になりました。この頃残念なのは頼りにしていた「よき友」を見送ることが増えてきたことです。一昨年コロナ禍で途絶えていた同期会を久方ぶりに開催したのですが、10人位の方のご家族から「実ほ……」といった返事をいただきました。関東での同期会は昨年も行われましたし、クラスで毎月集いを持っているところもあります。

仲間と相談して互いの励みになるような企画をしたいと思っています。(西澤 文登)

【73期】

昭和50年3月、古城の門を後にしてから、私たち73期は50周年を迎えました。古希も近くなってきましたが、人生100年代、まだまだこれからという思いの方も多いのではないのでしょうか。

在学中は、良き師・良き友に恵まれ、少年・少女から青年へ成長する多

感な時期を、すばらしい環境で過ごすことができました。今振り返っても感謝の念に堪えません。

卒業50周年の節目の年に、73期として学校への記念品贈呈に取り組み予定です。皆様のご協力をお願いいたします。(滝沢 保幸)

【83期】

83期は本年度で卒業40年となります。いわゆる「丙午」の代で、他に比べて卒業生の数が少ない期です。バブル景気を経て、90年前後に就職した「バブル入社組」と言われ、昭和・平成・令和と、目まぐるしく変化する社会環境の中を歩んできた私たちももうすぐ還暦です。コロナの影響で、会員大会が2年延期となり、83期はちょうど還暦を迎える来年が当番期となります。本大会にぜひご参加いただき、旧友との再会を楽しむとともに、来年に向けて多くの仲間にご協力・ご支援を呼びかけていただければ幸いです。(馬場 賢哉)

【93期】

高校に入っすぐ、放課後、体育館に集められ、竹刀を持った応援団が仕切る中、校歌を歌わされた記憶がある。軟弱者の私は、2日でその応援練

OB会つうしん

◆ギターマンドリン班



上田高校ギターマンドリンクラブ同窓会
時：2024年11月16日 所：小園グランドモスホールホテル

ギタマンは女子の多い人気の班活で、昼休みや放課後は学食横の部屋にたむろし、学業はそつちのけで楽器をかきながらしていました。約半世紀を経た今も、その仲間達の絆は強く、月に一度10数人が集まって合奏を行うほか、少人数のギターアンサンブルやマンドリンアンサンブルも楽しんでいます。毎年秋にギタマンOG・OB同窓会を開

習に出るのをやめた。歌詞が難解で、内容を理解することも出来なかった。この歌詞を生成AIに解説させてみた。「自然と歴史の中に自己の志を見出し、それをもって未来に立ち向

催し日頃の成果を披露するミニコンサートも行っています。演奏は67〜79期のメンバーが中心。2017年にスタートした同窓会は第9回目となります。(73期 北沢 真澄)

◆軟式野球班

軟式野球班は昨年度創立40周年を迎えました。平成30年に設立されたOB会では、ボールやヘルメットの用具補助をしてきました。昨年9月にOB会総会を開催し、85〜116期までの23人が集まりました。各自が自己紹介や近況報告をし、親交を深めました。

事務局が作成したOB会誌は71ページにも及ぶ力作で、40年の歴史を振り返るには欠かせない代物となっています。OB会を通じて多くのOBが

かう精神の詩だという。目の前の困難を安易にAIに頼るのではなく、強い誇りを持つて果敢に挑まなければならぬと、卒業30年経って改めて思うのだった。(山岸 信貴)

世代を越えて繋がることで、より豊かな人生の実現になると嬉しいです。(89期 金井 賢二)

◆バスケットボール班

OB会では毎年1月2日に現役との交流試合を行い、その後同窓会館をお借りして総会を持っております。昨年は上田・長野・松本深志・諏訪清陵各校OBの4校対抗戦も長野高校を会場に開催され、上田高校OBの奮闘が見られました。バスケットボールを通しての繋がりをこれからも大事にしていきたいと思っています。(77期 片桐 芳之)



4校対抗戦に集ったOB

97期の皆さん

今年は当番期です
より一層のご協力をお願いします

オートボディーワタナベ

渡邊 真司 (97期2組)

東御市加沢 670-1

電話 0268-63-6786

辰野電業株式会社

辰野 渡 (97期4組)

上田市上丸子 191-9

電話 0268-42-2326

お肌の専門店わかまつや

若林 佳代 (97期7組)

上田市中央 2-4-13

電話 0268-22-1589

幼保連携型認定こども園芙蓉園

飯島 俊哲 (97期7組)

上田市中央 2-7-55

電話 0268-22-1147

千野司法書士事務所

千野 祐樹 (97期9組)

上田市緑が丘 1-23-8

電話 0268-23-3277

南條旅館

鈴木 隼人 (97期9組)

上田市別所温泉 212

電話 0268-38-2800

母校の班活動紹介

☆ダンス班

私たちダンス班は、1 年生 6 人を迎え入れ、32 人で「感謝・自信・笑顔」をモットーに楽しく活動しています！

昨年の大会では、2・3 年生全員で全国大会に出場することができました。例年よりもレベルの上だった大会に出場し、全国優勝を目指して、切磋琢磨することができ、今の私たちの糧となっています。

今は、文化祭に向けた練習に励んでいます。仲が良く、和気あいあいとした雰囲気ダンス班で、今まで以上に盛り上げられるように全力で活動し

ていきます。応援よろしくお願いします。

（班長 高梨 英恋）

☆現代音楽班

令和 7 年 3 月に福岡県久留米市で行われた「全国高等学校軽音楽発表会」に、長野県代表として上田高校の GPlace（5 人）が参加しました。上田高校現代音楽班の全国大会出場は 3 大会連続です。今年の演奏は高く評価され、初の奨励賞を受賞することができました。



受賞を励みに、現代音楽をさらに盛り上げていくと部員 55 人ははりきっています。

各班の主な成績・戦績 2024(令和6)年度

③3 年 ②2 年 ①1 年

運動班	成 績
弓 道	令和 6 年度北信越新人体育大会 男子団体出場 男子個人②北原悠人（決勝進出）
水 泳	令和 6 年度北信越大会（新潟）②小林想羽（100m 背泳ぎ・200m 背泳ぎ）／②箕輪一輝（200m バタフライ）／②小林想羽・②箕輪一輝・③倉島泰知・③赤穂豊生・③梅田瑛士（400m メドレーリレー）
陸 上	第 29 回 北信越高等学校新人陸上大会 ②田畑 香奈（女子 1500m・3000m）
柔 道	北信越総合体育大会柔道競技 女子個人 52kg 級③内山 樹 9 位／③小林希綺 1 回戦敗退／57kg 級③小林亜綺 1 回戦敗退
定 時 制	北信越高等学校定時制通信制総合体育大会（バドミントン班） 長野県選抜 優勝
文化班	大 会 名 / 結 果 詳 細
英 語	第 24 回長野県高校生英語キャンプムービーコンテスト最優秀賞
棋 道	第 54 回長野県高等学校将棋選手権大会 ③坂口達彦（男子個人戦優勝） 「ぎふ総文」*1・第 60 回全国高等学校将棋選手権大会 ③坂口達彦（男子個人戦） 出場
書 道	第 41 回 長野県高等学校書道展 ③清野越百「かがわ総文」*2 県代表
新 聞	令和 6 年度長野県高等学校新聞コンクール 優良賞
吹 奏 楽	令和 6 年度東海アンサンブルコンテスト 打楽器三重奏 金賞 受賞 令和 6 年度中部日本個人・重奏コンテスト本大会 金管十重奏 金賞 受賞
室 内 楽	「ぎふ総文」*1 出場
化 学	「ぎふ総文」*1 出場／第 6 回長野県自然科学フェスティバル化学部門最優秀賞（「かがわ総文」*2 県代表）
競技かるた	第 34 回北信越高等学校かるた選手権大会 ②森谷日菜（長野県 B チーム主将として出場）
ボランティア	「こどもてらす」内閣府特命担当大臣表彰
放 送	第 71 回 NHK 杯全国高校放送コンテスト アナウンス部門出場 ③齊藤天志 第 21 回北信越高等学校選抜放送大会石川大会アナウンス部門出場 ②山崎詩乃（「かがわ総文」*2 出場決定）
ダ ンス	全国高等学校ダンスドリル選手権大会 2024 甲信越大会 HIPHOP 女子部門 Large 編成 第 1 位 全国高等学校ダンスドリル選手権大会 2024 出場 令和 6 年度ダンスドリル秋季競技大会甲信越大会 HIPHOP 女子部門 Large 編成 第 2 位 ダンスドリルウィンターカップ 2025 出場
現 代 音 楽	第 20 回長野県高等学校軽音楽祭フェスティバル PowerLive2024KF 最優秀賞（1 位）GPlace 第 3 回全国高等学校軽音楽発表会 in 福岡 奨励賞 GPlace
美 術	「ぎふ総文」*1 出場 ②山本花梨乃／「かがわ総文」*2 選出 ②沢沢菜々美 ②笹沢希予
文 芸	第 48 回全国高等学校総合文化祭 文芸部誌部門「松尾文藝」 第 39 回全国高等学校文芸コンクール文芸部誌部門 奨励賞「松尾文藝」 第 25 回長野県高等学校文芸コンクール部誌部門 最優秀賞「松尾文藝」／散文部門 最優秀賞 ③柳琴葉
ク イ ズ	第 44 回全国高等学校クイズ選手権 中部ブロック男子の部 1 位全国大会出場 ③山岸朔冬・③栗原知也・③岡田拓歩

運動班は北信越ブロック大会以上出場分のみ

*1 第 48 回全国高等学校総合文化祭岐阜大会 *2 第 49 回全国高等学校総合文化祭香川大会

これからも応援よろしくお願いします。

（班長 小岩 悠理）

☆文芸班

昨年度は班誌「松尾文藝」が第 32 回全国高等学校文芸コンクール部誌部門にて奨励賞をいただきました。締め切りや企画の内

容に苦戦しながらも、全員で全力で制作に取り組んだ班誌だったので、このような形で評価をいただくことをとても嬉しく思います。また、文芸雑誌「角川短歌」の「高校生短歌はいま」というコーナーにて 3 人の班員の短歌が上

田高校文芸班の近詠三首として掲載されました。日々新しい作品、面白い物語、より良い表現を追求しながら、和気あいあいと活動している私たちを、これからも応援していただけたら嬉しいです。

（班長 門司 真歩）

102 期の皆さん
今年は当番期です

マンガと図解で身につく よくわかる漢方・薬膳

プチ不調、スーパーの食材で解決！

「漢方や薬膳のこと、マンガやイラストそしてはじめての方にもわかりやすい文章で解説してみました。家族の毎日の体調管理におすすです！」

YouTube

「やなゆう漢方・薬膳ちゃんねる」はこちら！

柳沢侑子（8 組）

薬剤師 / 国際中医専門員 （一社）女性の中医普及会
代表理事 / DAYLILY 顧問 / tamari 中医養生学院理事
著書：よくわかる漢方・薬膳
監修 / 開発：台湾美人式おもしろ漢方習慣、薬膳茶など多数



映画『ほどなく、お別れです』

主演…浜辺美波、目黒蓮
配給…東宝 ※26 年 2 月公開予定



脚本：本田隆朗（5 組 / 青木中学校出身 / 脚本家）
その他の執筆情報は、所属事務所ホームページまで⇒
https://ufocreators.com/creator/takaaki_honda

【生徒数】 母校の状況										[令和7年度]
全 定 制		全 日 制				定 時 制				
学 年		1年	2年	3年	計	1年	2年	3年	4年	計
クラス数		7	8	8	23	1	1	1	1	4
生徒数	男	152	147	136	435	11	2	13	10	36
	女	129	169	176	474	18	18	9	5	50
	計	281	318	312	909	29	20	22	15	86

生徒数：全定合計 995人（男471人・女524人） 教諭・講師 83人 事務職員・助手 12人
校長：宮下 美和 全日制教頭：清水 徹 定時制教頭：小林 佳代子 事務長：白井 靖子

■ 2025 年度入試 合格校一覧 (2025年3月卒業生及び過年度生・2025.5.14 現在)

学校名	現役	既卒	学校名	現役	既卒	学校名	現役	既卒	学校名	現役	既卒
●国立大学計 136 28			琉球 1			慶應義塾 5 3			日本 19 5		
北海道 4			●公立大学計 31 6			工学院 8 1			日本歯科 1		
東北 4 1			高崎経済 6 1			国際学院 3 1			日本女子 4 1		
山形 2 1			前橋工科 2			国際基督教 1			法政 35 13		
福島 1			千葉県立保健医療 1			駒澤 12 2			武蔵 1		
茨城 2 2			東京都立 5 1			実践女子 1			武蔵野 4 2		
群馬 5 1			横浜市立 3			昭和女子 1			武蔵野美術 6		
埼玉 11 1			長岡造形 1			芝浦工業 13			明治 23 9		
千葉 6 2			新潟県立 3			順天堂 11			明治学院 14 1		
お茶の水女子 1			都留文科 1 2			上智 9 3			明治薬科 2		
電気通信 2			公立新潟理科 1			成蹊 3			明星 1		
東京 1 2			長野 2			成城 3			立教 9 1		
東京科学 1			長野県看護 1			専修 8 4			早稲田 12 6		
東京外国語 2 1			静岡県立 1			拓殖 1			神奈川 8 2		
東京学芸 2			岐阜薬科 1			多摩美術 1 1			新潟医療福祉 1		
東京芸術 1			大阪公立 1			大東文化 1			金沢工業 9		
横浜国立 4			福知山公立 1			中央 15 5			佐久 1		
新潟 11 3			●私立大学計 499 121			津田塾 11 4			長野保健医療 2		
富山 13 3			酪農学園 1			帝京 1			松本 6 1		
金沢 13 1			国際医療福祉 2 2			東海 6 1			中京 7		
福井 1			群馬パース 4 1			東京音楽 1			中部 1		
山梨 3			高崎健康福祉 6 1			東京家政 1			名城 2		
信州 37 4			城西 1			東京経済 2 1			名古屋外国語 1		
岐阜 1			獨協 7			東京工芸 1			京都産業 4		
静岡 1			文教 7			東京女子 3			京都女子 1		
愛知教育 1			千葉工業 10 1			東京造形 1			同志社 12 1		
京都 1 1			青山学院 5 3			東京電機 7			龍谷 3		
京都工芸繊維 1			亜細亜 4			東京都市 12			立命館 14 6		
大阪 2 2			桜美林 4			東京農業 5 2			関西学院 2 2		
奈良女子 1			学習院 7			東京薬科 2 1			近畿 4 1		
名古屋工業 1			杏林 8			東京理科 6 8			専門学校等 2		
神戸 1			北里 6 2			東洋 25 11			海外進学 1		

編集委員

広報担当	安齋 理江(80)
副理事長	深町比呂志(77)
委員長	田口 敬祐(73)
副委員長	星野 郁雄(71)
委員	松井 一明(74)
〃	川端 知恵(75)
〃	田村 哲子(78)
〃	小柳 奈己(86)
〃	倉沢進太郎(107)
編集広告	倉沢 一彦(82)
担当役員	

節目の同期会を支援します

卒業後5周年（令和2年卒業・118期）、10周年（平成27年卒業・113期）、20周年（平成17年卒業・103期）の皆さん、同期会をしませんか？ 同窓会も協力させていただきますので、ぜひお声がけください。

特に103期の皆さんは来年の会員大会当番期でもあり、結束を高める良い機会になると思います。また、既に卒業20周年を迎えられた97・102期の皆さんからのご連絡もお待ちしております。

今年度の進路の状況について

進路指導主事 横山 智典

同窓会の皆様には、日頃から本校の教育に温かいご支援ご協力をいただき厚く御礼申し上げます。近年の大学入試を取り巻く状況は大きく変化しています。共通テストでは新たに教科「情報」が設置され受験科目が増加しました。また、試験時間も長くなり受験生の負担は増加しました。大学の学部再編の動きも活発で、理工系・情報系の新增設

女子大の学部再編や共学化の動きが目立っています。このような状況の中、本校卒業生は、明確な志望動機を持ち第一志望校に向けて受験を最後までやり切りました。国公立大学には現役生が167人（過年度生34人）、私立大学には現役生499人（過年度生121人）と多くの合格者を出しました。

何事に対しても懸命に努力する事で社会に求められる能力や態度が醸成されます。同窓会の皆様には引き続きご支援ご協力をいただけますようお願い申し上げます。

同窓会事務局からのお知らせ

●卒業周年記念の贈呈

★72期 50周年記念
教育支援基金として母校へ
130万円

●クラス同期会からの贈呈

★57期6組 同窓会へ
18,550円
★59期4組 同窓会へ
51,816円

●返信用封筒の同封中止について

現在、事務効率化、コスト削減の観点から、各種連絡や届出はEメールの利用を促進しているところですが、その一環として、本号より返信用封筒の同封を取りやめました。

住所変更の届出、会員大会の

●寄贈図書

申込につきましては、できる限りEメールを利用いただきますようお願いを申し上げます。
（従来通りに郵送、FAX、電話でのお申し込みも可能です。）

★第67回松尾祭パンフレット
昇華 ReBirth
松尾祭実行委員会

★松尾文藝 第83号
上田高校文芸班

★HARAKARA 2024 文化祭号
上田高校CAM班

★水たまりが乾く前に
北沢 宏太（103期・PN町聖）

★日本の土地質学が明かす
黒土と縄文文化

★山野井 徹（61期）
ロールプレイで学ぶ
IT日本語会話上・下

★斉藤 実（62期）
鉄道ファンの海外写真紀行

★鎌野 秀嗣（51期）
滝澤主税（47期）
信州民報投稿記事記録

★滝澤 みよ子
昭和43年度会員名簿 匿名

★卒業アルバム
Graduation 2025
第123期卒業生

★慶太伝ー立志編ー
青山村

★東山魁夷 心の旅路館
細川 修（第24代校長）

★長生蘭 大自然からの贈り物
他1冊

★堀籠 浩史（69期）
飯島 裕一（64期）

★老化和寿命の謎
飯島 裕一（64期）

関東同窓会第64回総会が6月28日に開催され、77期が幹事を務めました。講演は中村幸夫さん（演題：細胞培養の歴史と医学医療への貢献）、アトラクションは須藤英樹さんのJ-POP演奏で盛り上げました。ご協力いただいた皆様ありがとうございました。

（実行委員長 丸山 剛生）



77期 昭和54年(1979年)3月卒業

みなさんへ

今年の会員大会は
10月25日(土)に開催されます。
奮ってご参加ください。

理事 関 勇治 「古城の門」編集委員長 深町比呂志 代表代議員 落合 康隆
代議員 神林 務 田村 俊一 篠原 暢夫 滝沢 和子 樋尻 弘隆
横澤 泰志 工藤 義徳 小石 千弘 篠原 暢夫 滝沢 和子 樋尻 弘隆
石沢 城 土屋 正明 濱村 圭一 曲尾 哲夫