

AOI *note*

Mito Kiryo High School



水戸葵陵高等学校情報誌 [アオイノート]

PICK UP

今年はフィリピンのセブ島！

水戸葵陵修学旅行特集

セブ島の伝統料理にチャレンジ！

クッキング同好会紹介

全国高校駅伝出場！

水戸葵陵駅伝部インタビュー



葵陵は AOI セブ島でも“青春”





水戸葵陵の修学旅行は

美しいビーチと歴史ある街並み セブ島



今回の修学旅行の目的は、日本とは違った文化を肌で感じ、国際感覚・言語感覚を養うことです。と、いいつつ、日本では味わうことができない体験を友人と共に過ごして、高校生活の思い出作り!つまり青春の1ページを彩ってきました!4泊5日の青春をご紹介します。 ※見学地は同じですが、班ごとに順序が異なります。

DAY 1

8:40 水戸駅出発

快晴!!

14:35

空路 セブ島へ

出発日の天気は晴れ。フライト時間は約5時間で、みんな爆睡でした。

20:40 ホテル着

Bai Hotel Cebu 着!

DAY 2

8:20

ホテルで朝食をすませた後は、セブ港からボホール島へ。

乗船の前にドリンクで乾杯!

高速船でボホール島へ

10:20 タグビラン港着

ロボック川ランチクルーズへ

12:00 ランチクルーズ

現地の方々との交流も!

14:00 ターシャ見学

世界最小のメガネザル

ボホール島では、ランチクルーズのあと、ターシャに会いに行きました。大きさは手のひらに乗るぐらいの小ささで、お目々ぱっちりクリクリ!

DAY 3

9:00

竹でできているバンカーボートでナリスアン島へ

3日目はシュノーケリング!南国の海を満喫しました。

15:30 セブ島内パークモール

ハンモックでまったり!

シュノーケリングをしない生徒は浜辺散歩。

午後はパークモールで自由行動。日本のショッピングモールのような所です。

DAY 4

9:00 現地学校到着

現地の高校生との交流

とっても笑顔で歓迎してくれました。伝統芸やフィリピンのファストフード「ジョリビー」を用意してくれました。

現地伝統バンブーダンス

14:00 名所見学

午後からはセブ遺産記念碑、マゼランクロス、サントニーニョ教会、サンペドロ要塞を見てまわりました。

DAY 5

5:15 ホテル出発

機内食

17:20 水戸駅到着

楽しかった修学旅行も最終日!!お土産をたくさん持って帰国しました。

クッキング同好会が現地の料理に挑戦! 葵陵風 ハロハロ

ハロハロはフィリピンのデザートでパフェのようなものです。ハロはタガログ語で混ぜるという意味で、ハロハロは混ぜこぜという意味になるそうです。主に、かき氷、アイス、ナタデココ、煮豆、果物など多種多様な材料が入ります。今回は、葵陵風に青色のわらび餅を作って入れてみました。とっても美味しくできました。

作り方はこちらの動画で紹介しています!



クッキング同好会
1年生12人、2年生4人
3年生15人の
合計31人で大所帯!

事前に生徒たちが日本の文化を伝えるためには何が良いかをクラス・グループごとに話し合っていました。折り鶴やけん玉、福笑いなどを紹介!一緒に楽しく交流できました。みんなでやったスポーツ大会も盛り上がりしました。





全国デビューした駅伝部に突撃インタビュー!

全国
高校駅伝
27位



Q. 普段の主な練習メニューは?

A. LTトレーニングというものをやっています。ただ多くの練習を行う・追い込むのではなく、心拍数を見て、負荷調整をし、適切なスピードで走ります。

(LT値とは、Lactate Threshold (乳酸性作業閾値))



Q. 全国高校駅伝大会の感想は?

A. チームとしても一番の目標だったため出場出来て嬉しかったです。出場後は全国のレベルの高さを実感しました。でも、まだまだやれるとも思った。これからの新たな目標は、出場ではなく上位入賞です。



Q. 駅伝の魅力は?

A. タスキを繋ぐ選手だけでなく、サポートも含めた全員の力やチームワークが結果を左右するところが魅力です。だからこそ陸上部ではなく、駅伝部がある葵陵を選びました。

Q. 葵陵の駅伝部に入ったきっかけは?

A. 中学の陸上部時代、葵陵の駅伝部の井坂先輩に憧れていました。そんな中で、監督から声をかけていただいたのがきっかけです。自分も葵陵のユニフォームを着て戦いたいと思いました。



駅伝部
永井 楓馬さん
勝田三中出身



クリスマスウィーク開催!

学校情報誌AOInoteは「水戸葵陵PR隊」が制作しています!



サンタも登場!

恒例のクリスマスコンサート、今年は3日間開催のクリスマスウィークに!

12月16日、18日、23日の3日間にわたって、毎年恒例のクリスマスコンサートが開催され、ダンス部、軽音楽部、吹奏楽部がクリスマスを彩る素敵なパフォーマンスを披露してくれました。さらに最終日にはたくさんのプレゼントを手に陽気なサンタクロースもサプライズで登場! 2024年を締めくく、楽しいイベントとなりました。



私たちは葵陵の魅力を発信するために発足した有志での広報部隊です。

葵陵PR隊は主に説明会のお手伝いやSNSで広報活動を行っています。Instagramやこの情報誌で学校の様子を発信していくので、ぜひ見て下さい! これからもたくさんの情報を発信していきます。

水戸葵陵PR隊 AOI編集長 小松崎



水戸葵陵PR隊 公式Instagram運営中

校内の様子やイベント情報は公式Instagramをチェック!!



皆さまの声をお待ちしております!

皆さまの声は大切に読ませていただき、企画編集の参考としてさらにご満足いただける紙面づくりに活かしてまいります。

右記のQRコード (アンケートフォーム) よりご回答ください!

