

「先輩の実績は後輩へのプレゼント！」

後輩の実績は先輩のステイタス！」

という想いを込めて、みなさんに贈ります。

昨年度入学した先輩から君へのメッセージ集

『この一年間で私は…』

大阪学園大阪高等学校 第八十期生（二〇二五年度入学）

文理特進コース

『成長』

岩見 結衣（大阪府立三国中学校出身）

私はこの一年間で「できない自分」とたくさん向き合いました。

私はダンス部に所属していますが、今までダンスに触れてきたことがなく、未経験での入部でした。最初は振り覚えも悪く、先輩や経験者の友達を見て、いつも遅れを感じていました。そして秋には、初めての選抜がありました。仮の選抜でしたが、落ちてしまった時はすごく悔しくて、選ばれた人達を「見返したい」という気持ちが強くなりました。私はその日から、部活動以外でも練習時間を作り、アドバイスを貰って自己分析し、自分とダンスに向き合い続けました。日々の練習で先輩に褒められることも増え、自分の自信に繋がりが、選抜にも選ばれました。この一年で私は、ダンスの技術だけでなく、諦めない心や協調性も得ることができました。今まで支えられてきたからこそ、来年は仲間を支える立場になり、全国大会出場に向けて努力し続けます。

『自信』

津田 真慈（高槻市立冠中学校出身）

私が中学の時は、受験が近づいても勉強を毎日やらずに、ゲームをずっとやっていて提出物も出さない事が多かったです。だから頭もよくない勉強をする習慣がありませんでした。この一年間、文理において自分自身が変わったと思えることは、勉強をする習慣が身についたことです。

文理では、朝のゼロ限目に英単語テストがあります。そこで、いつもしな

かった勉強を、英単語を繰り返しみることで、テストの点数がどんどん上がっていき英検も合格することができて、勉強する習慣が身についていたことを実感しています。そのほかにも勉強をするようになってからは、テストの点数が上がって自分に自信が持てるようになってきました。

大阪高等学校に来てよかったことは、今までできないと思っていたことが少しずつできるようになったことです。できるようになって自分のモチベーションにもつながっていききました。今の自分の目標は英検二級合格と生徒会、部活の両立を目指し頑張っていくことです。

『勉強』

徳田 絢音（摂津市立第四中学校出身）

この一年で私は、勉強に対しての意識が大きく変わりました。中学生の時は、提出物も出さずテストも適当に受けていました。しかし、高校生になってから、提出物は自力でやり、締め切りまでに出すようになり、テストは二週間前くらいから放課後に残って勉強するようになりました。

私が高校生になって勉強への意識が大きくなった理由は、友達と図書室に行ったときに勉強している三年生がたくさんいたことです。一生懸命、毎日図書室で勉強している三年生を見て大学受験の大変さを知りました。だから、三年生になったときに後悔しないように、自分の行きたい大学に行けるように一年生のうちからしっかりと勉強に取り組みうと思いました。

この一年間、勉強を頑張る中で、私は模試は嫌いですが、とても大切なものだと考えることができるようになりました。そのおかげで、今まで逃げていた勉強やテストを頑張ることができました。これからは勉強に対する意識を忘れずに前向きに取り組んで、受験でいい結果をだしたいです。

『挑戦することの大切さ』

田甫 洸騎（高槻市立第八中学校出身）

私はこの一年間で、いろいろなことに挑戦しました。
私は中学の時に勉強が苦手で、テストで二十点や三十点をとっても何も思いませんでした。

しかし、大阪高校に入ってみて、勉強の価値観が大きく変わりました。最初に変化したと感じたのは入学してすぐのオリエンテーション合宿でした。そこで、先生方から英語の大切さや各教科の向き合い方などいろいろなことを多く学びました。特に、印象に残っているのは、英単語テストでした。自分はまだ良い点数が取れませんが、この三日間で三十点上がった時はとてもうれしかったです。このことがきっかけで勉強の価値観が変わりました。他にもお話ししたいことが多くありますがこれぐらいにします。

大阪高校に入って、勉強のことを大きくサポートしてくださったり、いろいろな面で助けてくださっているのが大阪高校へ入学してよかったと思えました。

『Nプロ』

青笹 直哉（豊中市立第八中学校出身）

私はこの一年間で成長したと思います。

理由はNプロに参加したからです。中学校の私は課外活動に参加したことがなく、いつも勉強をせずに遊んでばかりでした。しかし、なにか変わったことかと思いき、課外活動などを多くやっている大阪高校に進路先を決めました。私が大阪高校に入って初めてやった課外活動がNプロです。Nプロとは自分

で調べて、それを大阪・関西万博で発表するというものです。最初は班のメンバーが誰一人わからないし、友達もいなかったからやっていたのかと不安に思ったけれど、班のメンバーたちと調べて資料を作り、万博で発表することができました。初めて課外活動をしてみて楽しいと思えたのでまたやってみたいと思いました。今後は、二年生に上がるので忙しくなると思うけど課外活動に積極的に取り組んでいこうと思います。中学生の頃は勉強を自主的に取り組んだことがなかったけど高校生になってから少しずつですが自主的に勉強をするようになりました。一年生での成長を生かして、二年生でも頑張って勉強していきたいです。

『新しい自分』

栗山 莉理子（摂津市立第三中学校出身）

私はこの一年を振り返ると、私の中で少しずつ変化してきたことがあります。それは、失敗を恐れて何も行動してこなかった自分から、挑戦しようとする自分へと変化したことです。前までの私は、周りの目を気にして意見を言えなかったり、やってみたいことがあったとしても「うまくいかなかったらどうしよう」と考えて諦めてしまうことが多かったんです。けれど、この一年での学校生活や経験を通して、勇気を出して一歩踏み出す場面が増えました。最初は少し緊張したけど、自分の考えを伝えたり、新しいことに挑戦していくことで失敗しても学ぶことがあると気づきました。その積み重ねのおかげで私は少しずつ自信ができました。新しい自分とは、すべて完璧じゃなくても前向きに努力し続けることだと考えています。この一年で得た経験を大切にしながらこれからも努力し続けたいと思います。

『大高で学んだ事』

砥板 蒼士 (大阪市立新北野中学校出身)

私は大阪高校に入学して、小学校から続けているバスケットボール部に入りました。大高での部活動は今までのもとは全く違うほどしんどくて、最初のほうは部活にしか集中できていなくて、勉強が疎かになっていました。少し時間が経ってようやく部活と勉強の両立がだんだんできるようになっていき、成績も安定するようになりました。部活の面では、だんだん新しい環境にも慣れていって毎日練習に取り組めるようになっていきました。勉強面では、大高特有の課外活動に参加させていただいて、より深く学びを深めることができました。大高に入学した頃は、これからの学校生活で部活動と勉強の両立ができるのかが不安でしたが、周りの先生方や友達のおかげで、まだ一年だけですが良い感じに学校生活を送れていると思っています。この一年間で学んだことを生かしてこれからも充実した生活を送っていきたいです。

『この一年で私は』

岩本 奈々 (大阪市立文の里中学校出身)

この一年間で私は社交性と積極的に行動する力が増えたと感じています。そう思う理由はまず一つ目が、オープンスクールです。私はOS委員会に入り毎回のOSで校門前で来てくれた人に挨拶をして、困っている人がいれば積極的に話しかけて、OS委員の集まりでは、着ぐるみを作る際に工夫を提案しました。その活動を通じていろいろな人と関わり、社交性と積極的に行動する力が増えました。

二つ目は、韓国の語学留学です。私は研修で韓国人の友達が増えました。行くまではとても緊張していましたが、韓国人の人はとてもやさしくて言語が通じなくても仲良くなれました。研修のおかげで仲良くなるには言葉なんて関係なく、関わろうとする力が大切だと改めて気づきました。

この二つの出来事のおかげでこの一年間で私は社交性と積極的に行動する力が身につきました。これからはいろいろな行事などに参加していきたいです。

『一年間』

大西 陽歩 (茨木市立三島中学校出身)

私はこの一年間を通して「友人と一緒に努力する」意味を知ることができました。高校生になり、ラグビー部に入り、毎日練習をしていくうちに、自分の未熟さにも心が折れていました。しかし、夏休みに入ってから、友人と朝早くからパスや体力をつける練習をしました。友人は自分の出来ていない所や気づいていない小さなミスを指摘してくれてうまくなっていく実感を持つことができました。試合時では、相手を抜いたりタックルを決めたりすることができ、仲間と共に努力することでお互いに高め合い、自分を変化させることができ、嬉しかったです。勉強面でも、自分が分からないところがあったら友達に聞くことが増えました。また、質問されることも多くなり、それにつれて成績もあがっていきました。友達と共に努力していくことには意味があることを実感することができました。

これからも、友達とがんばりたいです。

『変化』

高木 琉輝（箕面市立第五中学校出身）

私がこの一年間で変化したことは時間の使い方だ。高校生になって通学手段が電車に変わることによって、四十分程の時間が毎日できるようになった。また、部活が終わる時間が遅くなり、毎晩家に着くのは夜の八時過ぎに変わった。そのため、テスト期間に入ると家で勉強する時間があまり確保できないため、行き帰りの電車の時間をかさず英単語や古文単語に費やすようになったり、家でより効率よく勉強するために何日に何の科目の勉強をするのかのリストを作ったりするようになった。また、テスト期間以外はレベルの高い文武両道を成立させるために睡眠時間を七時間以上確保できるように意識した。そのため、お風呂や次の日の準備を早め早めにするようになった。その成果から陸上では初めて府外の試合に出場できるようになったり、勉強面ではクラス上位をキープできたりと自分の理想まではいかないが、それに近い形まではこれているなと思えるようになった。

総合進学コース

『恩返し』

小倉 翔（大阪市立葦中学校出身）

この一年で私は恩返しをします。まず初めに私は軟式野球部に所属していて、一年生からライトというポジションを守っています。秋の大会は一回戦から調子が良く決勝タイムリーなどを打ってチームに少しでも貢献できたと思います。大阪高校はその後順調に進んでいき、ついに準決勝まで上りつめることができ、全国準優勝校と対戦しました。今のチームは準優勝校に勝つことが目標でやっとそのスタート地点に到達することができ、チームはノリに乗っていて試合も九回まで両校譲らない展開になってタイブレークにもち込み、大高は得点できず失点してしまうとサヨナラとなり負けてしまう展開になり、そこでランナー二塁にいる時に私が守っているライトにボールが飛んできて、送球エラーをしてしまい試合に負けてしまいました。この試合はみんなが必死に練習してきて達成できたのにその夢を自分のせいで壊してしまったので、次は絶対に自分のプレーでチームが勝利し、みんなに恩返しをしたいと思いました。

『一年が変わったこと』

日比 徹尚（大阪市立高倉中学校出身）

私は大阪高校に入学してからたくさんのことを学びました。硬式野球部で出会った仲間と顧問の先生方やクラスメイト、教科の先生方などたくさん

出会いの中で特に人間関係について私はとても成長できたと思います。

部活動では、つらかったり悩みなども多くありましたが、チームの仲間に相談することで気持ちが楽になったり、壁に当たった時に解決への近道を教えてくれたりしました。今度は逆に自分が悩んでいる人や困っている人に対し、自分から声をかけて支えよう、助けようと考え、動き出せる人間になれたと思います。

また、礼儀や感謝などの他人を尊重することの大切さを学びました。相手に感謝や礼儀の気持ちの重要性に気づくことができたことで人との関わり方が変わり、よい関係を築いていけるようになりました。

来年からもこれらの気持ちを忘れず、出会いや仲間を大切に頑張りたいと思います。

『この一年で私は』

塩見 悠日 (池田市立石橋中学校出身)

この一年間で私は、前より自分の将来についてよく考えるようになりました。前までは、大学のことや、自分が何になりたいかなども考えていませんでしたが、高校一年生になってからは、自分の将来についてよく考えるようになりました。私は将来楽しいと思えて、人に喜んでもらえる仕事につきたいと考えているので、今から人とたくさんいい関わりをしていきたいと思っています。この一年で、いい関係を新しい友達とつくれたので、これを将来にもつなげようと思います。これからは、将来に向けてもっと自分のためになることをたくさん経験していきたいです。

『入学したことによって』

鷹尾 美姫 (宝塚市立宝塚第一中学校出身)

私は大阪高校に入学してかけがえのないものをたくさん手に入れることができました。私は元々和太鼓を習っていて和太鼓部があるから入学しました。私の中学から大阪高校に進学したのは私が初めてなので先輩も友達もいませんでした。最初は不安でいっぱいですが入学を後悔したこともありましたが同じクラスの子や部活の友達、先輩ができてからは毎日楽しく、週6の練習も嫌じゃないと思えるようになりました。イベントや練習の量から私の高校生活は和太鼓でいっぱいになりました。中学までは学校を休みがちで高校生活に不安がなく、入学しても不安はすぐには消えなかったけど、1年が終わりにかけている今では入学したことに後悔はなく、毎日楽しい日々を送れています。不安ばかりだった頃の自分を思い出すと、この1年でメンタルが強くなったと思います。

『この一年間を振り返って』

山田 楓菜 (高槻市立第三中学校出身)

この一年で私が感じたことは、何事も挑戦することが大切だということだと思います。

私は大阪高校に入ってからたくさんの経験をしました。一つ目は、Nプロジェクトに参加したことです。Nプロジェクトでは、BNCIについて色んなことを学び、学んだことを大阪関西万博で一般のお客さんに向けて発表しました。一年前の私は、人前に出ることがとても苦手でしたがNプロジェクトを通して人前に出られるようになり、自信を持つことができました。

二つ目は、韓国研修に参加したことです。私は、この研修が人生初の海外で、とても不安でしたが、現地の高校生と交流したり、韓国の文化を学ぶことができ、相手を理解しようとするこの大切さを知ることができました。私は帰国してから韓国の方に道を聞かれて、研修に行ったことが役に立てたんだなと感じました。だから私は、挑戦が大切だと思いました。

『この一年で私は』

鶴和 義樹（島本町立第一中学校出身）

大阪高校に入学して、これまでにないたくさんのことを学びました。自分は硬式野球部に入部して、新たな仲間や顧問の先生方と出会い、入学する前より積極的に行動することが身に付きました。

硬式野球部での活動を経て、自分は日々の大切さを知りました。硬式野球部としての自覚、責任、今日何があったのかを日誌に記入して振り返ると、毎日新しいことが積み重なって、今の自分があると思つと、改めて日々の大切さがわかります。仲間と過ごし、真剣に向き合うことがどれだけ貴重で大切なのか考え、自分は恵まれていると実感しました。学校生活では、自分の知らない知識を得ることで、考え方、判断、行動の質が高まりました。

このかけがえのない時間は有限ですが、日々をかみしめることで、一生忘れない思い出になると思います。これからの人生で、何をすべきか、何を变えるのか考え、全力で頑張っていきたいと思えます。

『将来のために』

古谷 朱花音（吹田市立豊津西中学校出身）

私はこの一年で自分の将来について、とても考えた年だと思えます。私は小さい頃から将来は音楽をしたいと考えていました。

高校に入ってから吹奏楽部に入り、自分のやりたい楽器ができて読めない譜面にも一生懸命向き合っています。また、自分の行きたい大学や将来について、親と話すことも増えました。そのおかげで他の人と演奏する楽しさや合わせる楽しさを知れて、前よりもっと音楽をしたい気持ちが増えています。

これからも、自分の将来のために今できる事はどんどん挑戦していきたいと思えます。

『仲間意識』

堤 真悟（大阪市立比花中学校出身）

私は、大阪高校に入って仲間意識について、以前より考えるようになりました。私は軟式野球部に所属していて、きついトレーニングや試合で負けそうな時やピンチの時にチームメイト全員でピンチを乗り越えて勝つ、やりきるといふ誰も一人にしないことを軟式野球部で学び、成長できたと思います。

そして、部活動だけではありません。例えば球技大会では、クラスのみなどで全力で勝つために協力したり、体育祭では、団で優勝するために全力で応援したり、文化祭ではクラスのみなどをやるか、したいのかなどの意見を出し合ったりしました。放課後に残って活動もしました。

人間誰しもが一人では生きて行けなくて、そこに友達や仲間がいるから何

でも出来るということをお阪高校で学ばせてもらったので、この仲間意識というものを大事にしていき、これからも仲間と一緒にいろんな壁を乗り越えていきます。

『一年間で頑張ったこと』

宝得 未来（大阪市立緑中学校出身）

私がこの一年で頑張ったことは二つあります。一つ目は、勉強です。中学の頃はテストが近くても勉強せず、悪い点数ばかり取っていました。しかし、大阪高校に入ってテスト勉強をしてみようと思い、友達に分からない所を聞き、家でも勉強しました。そうすると、自分が取ったとは思えない良い点数を取り、とても嬉しかったです。

二つ目は部活動です。中学から尊敬している先輩がおり、大阪高校に絶対入ると決めていました。しかし、いざ入ると先輩方についていくのでさえ精一杯で毎日しんどいと思う日々が続いていました。それでも頑張っていていき、同期や先輩方に支えて頂き、団体戦では夏の全国大会で準優勝、個人では黒帯を取り、大会で入賞するなど嬉しかったです。これからの目標は、勉強ではさらに良い点数を取り、部活では全国大会などの大きい大会でベスト4以上を取れるよう頑張りたいです。

『振り返りと目標』

中井 ひなた（豊中市立第十六中学校出身）

「私は大阪高校に馴染めない。」入学してから何回も思っていました。併願

で入学して色々な感情と戦いながら過ごしてきました。でも最近「楽しい」と感じるが増えました。それは、課外活動です。大阪高校には、他の高校にはない魅力があります。例えば、OS委員やNプロジェクトです。OS委員は、中学生に大阪高校の魅力を伝えるためにみんなと協力して考えます。学年関係なく仲良くなれて「青春」を感じました。Nプロジェクトでは、色々な人と関わることができて自分自身に自信がきました。私はあまり陽気な方ではないですが、いい友達に恵まれているなと思っています。いつも優しく面白くて一緒にいてくれて感謝しかありません。私の今後の目標は「もっと大高生として過ごす」ことです。入学したからには最高な高校生活を送ろうと決めました。そのために、勉強・課外活動などのことを全力で取り組んで悔いのない学校生活を送りたいと思います。

『挑戦する勇気』

高瀬 大夢（大阪市立佃中学校出身）

私がこの大阪高校で学び、人として成長できたことは「何事にも挑戦する勇気」です。

私は小さい頃、様々なことから逃げてしまうことが多い子どもでした。当時は「自分はこういう性格だから、このことは向いていない」と言い訳をしていました。しかし今振り返ると、それは「新しいことに挑戦する勇気」がなかっただけで、言い訳をしていたのだと感じています。

入学当初、部活動に入るかどうかとても悩みました。小さい頃の自分のように、新しいことへ挑戦する勇気がなかなか出なかったからです。それでも「ここで一歩踏み出さなければ一生後悔するかもしれない」と思い、私は思い切って部活動に入ることを決めました。

実際に入部してみると、毎日が本当に充実していて楽しく、あのととき挑戦したからこそ「勇気を出すことの意味」を知ることができました。

『一年間で得た経験値』

中元 結心（大阪市立今市中学校出身）

『この一年で私は』

橘 佑真（吹田市立第八中学校出身）

この一年で私は、様々な経験を通して大きく成長することができたと感じています。

入学当初は、新しい環境に慣れることだけで精一杯で、学校生活に対して不安を抱えていました。

しかし、日々の生活を重ねる中で、その不安は少しずつ自信へと変わっていきました。特に印象に残っているのは、部活動や生徒会での活動です。

部活動では、思うようにいかないこともあり、悩むこともありましたが、その都度自分にできることを考え、少しずつ努力を重ねることで、以前よりも成長できていると感じられるようになりました。

また、生徒会では、学校全体のことを考えて行動する責任を身につけました。意見をまとめたり、行事の準備を進めたりする中で、自分の考えを伝える難しさや、相手の意見を尊重することの大切さを知りました。活動を重ねるうちに、自分から積極的に行動できるようになりました。

この一年間の経験を通して、私は「人と協力し、責任を持って行動すること」の大切さを学びました。これからも大阪高等学校の生徒として、部活動や生徒会で得た学びを生かし、さらに成長していきたいと思えます。

この一年間、私は陸上競技に全力で取り組んできました。私は小学校から陸上を始め、本格的に長距離種目に取り組み始めたのは小学六年生のときです。そして大阪高校に進学し、現在も長距離を続けています。

当初は不安な気持ちを抱えながらこの大阪高校に入学しました。実際、入学してからは悩むことも多くありました。記録で他のメンバーに追いつけなかったり、周りの意識の高さについていけなかったりと、苦しい思いをすることもありました。

しかし、日々の練習を積み重ねていくうちに少しずつ記録が伸び、次第に陸上が楽しいと思えるようになり「もっと強くなりたい」と前向きに考えられるようになりました。

そして、競技面以上に成長できたと感じているのが人間性の部分です。大阪高校長距離ブロックには「日常の五心」という教えがあります。

「はいという素直な心」

「おかげさまという謙虚な心」

「ありがとうという感謝の心」

「すみませんという反省の心」

「私がいまですという奉仕の心」

この五つの言葉を、私たちは練習前に必ず唱えています。

毎日唱え続けることで、日常生活の中でも自然と意識できるようになり、この一年間で私は競技者としてだけでなく、人としても大きく成長することができました。

残りの二年間も大阪高校の一員であるという自覚を持ち、さらに成長していけるよう努力を続けていきます。

『1年の1年』

福井 佑姫（大阪市立淀川中学校出身）

私はこの一年で、大きく成長できたと感じています。そう思う理由は、学校の取り組みに積極的に参加するようになったからです。

大阪高校に入学するまでは、学校行事や委員会活動にあまり積極的になれませんでした。しかし、入学してからは「一度、学校の取り組みにも挑戦してみよう」と思うようになりました。

これまで経験してこなかったので、最初は緊張や不安が大きくなりました。それでも実際に参加してみると、思っていた以上に楽しく、人と話すことが苦手だった私も「もう一度参加したい」と思えるようになりました。

中学生の頃は、挑戦することに消極的だった私ですが、普段できないような経験を大阪高校で数多く重ねる中で「自分からやってみる」ことの大切さを実感することができました。

『感謝』

小路 虹太（摂津市立第一中学校出身）

この一年間で私は、中学校とは全く違う新しい人、環境にふれてきました。高校の野球部で出会ったチームメイトや顧問の先生方、そしてクラスメイトとの出会いは、私の気持ち、心の中に新たなことを加えてくれました。クラブ活動では、技術だけでなく「人として」の学びが多く、その中には人を尊重するということ、誠実さや人との関わり、責任感、そして感謝といったものを深く考えさせられる機会がとて多くありました。学校生活では、授業や学校行事を通じて、新しい知識を学び、仲間と協力して何かを成し遂げる、

やりきるということを深く考えることができました。最後に私生活では、親に対する感謝の大切さをこの一年間で学びました。来年やまたその次の年、この「感謝」というテーマで振り返った時に、良い思い出が溢れているように、これからも感謝の大切さ、人としてのつながりを大切にしながら全力で頑張っていきたいと思えます。

『1の1年間で私は』

泉原 淳志（大阪市立豊崎中学校出身）

私は大阪高校に入学して、以前よりも前向きな自分になったと思います。私は幼い頃から失敗をとて恐れる人間で、いつも完璧を目指していました。しかし、実際には簡単にはうまくいかない事ばかりで、失敗ばかりしてきました。小学校も中学校も失敗したくないと思い、積極的ではありませんでした。しかし、大阪高校に入学して、クラスの子に勉強を教えたり、日頃の勉強を一生懸命頑張つて良い成績を取ったりすることで、努力を実感できました。特に自分が変わったのは、Nプロジェクトです。私はNプロジェクトに参加して、科学は私たちの生活にとて役立つていて、生きていく上で欠かせない存在と知りました。

また、その事を他の人にも伝えるため、大阪・関西万博へ行き、来場者の方に科学の大切さや面白さを説明しました。大阪高校に入学して、今までにはなかった事も体験できました。今後まだまだ参加していない活動に参加してどんどん自分を進化させようと思えます。

『幸せ』

森本 ルキア (大阪市立蒲生中学校出身)

この一年で私は成長することができました。勉強・部活・友人関係を中心に毎日頑張りました。中学の頃、勉強が苦手だった分、高校で頑張ろうと思いい、まず授業は集中して聞くことと、教わる側ではなく友達に教える側になるうと思いました。

私は和太鼓部に入部しており、たくさんの学びを得ることができました。特に大事だと感じたのは、礼儀やマナー・技術・人間性です。「当たり前」のことができていなければ全てが雑になる」と言われ、すごく徹底しました。部員とかかわる日も多く、たくさん意見を耳にしました。私も考えて発言する機会が増え、自分自身が良い方向に変われたと思います。

そして、私が一番感謝しているのは友達です。何があっても支えてくれ團結したり本当に助けられました。たくさん心優しい友達に出えて幸せです。感謝の気持ちを忘れず、一生の友達として今後も共に頑張っていきます。この一年幸せでした。

『挑戦し続けた一年』

中土 翔太 (吹田市立佐井寺中学校出身)

私は今、生徒会活動をしています。中学校の時の私は人前に立つのが苦手、勉強が苦手、人と関わる事が苦手でした。人前に立つて話す時は足がすくみ、声も震えて小さくなり、勉強では苦手な教科があり、テストでは良い点は取れず、人との関わりでは仲の良かった人以外とはほとんど話しませんでした。しかし、私は高校では挑戦する事を選びました。人前で話すことを克服す

るために生徒会に入り、選挙や司会・挨拶運動を通して人前に立ち、知らない人との関わりを増やすためにゼミやNプロ・部活動、委員会などに参加して、いろいろな人たちとたくさん話をしてきました。また、勉強面では苦手な教科に力を入れてきました、初めこそ上手くは行きませんでした、苦手であった英語と数学は六十点以上にまで上げることが出来ました。まだ成長出来ると思っているため、これからも継続して頑張っていきたいと思います。

『この一年で私は』

門脇 優月 (茨木市立養精中学校出身)

この一年で私は、多くの経験を通して自分の考え方が大きく変わったと思います。特に印象に残っているのは、「ラゼミ」とOS委員としての活動です。「ラゼミ」では、大学教授が学校に来て専門的な話をしてくださり、高校の授業だけでは知ることのできない内容を学ぶことができました。難しい内容もありましたが、新しいことを知ることが楽しく、今まであまり考えていなかった大学進学にも興味を持つようになりました。また、OS委員として活動したことで、周りを見て動く大切さや、仲間との協力について学びました。うまくいかないこともありましたが、その経験も今後に活かしていけたらいいなと思いました。これからもこの一年で学んだことを生かして、自分の将来についてしっかり考えていきたいです。

『この一年で私は』

渡邊 流空 (高槻市立第二中学校出身)

私は、この一年間たくさんのことを学びました。それは、継続する大切さです。

私は陸上競技部に入部しました。入部してすぐ怪我をしてしまい、なかなか治らず半年程引きずってしまいました。その間にライバルとの差は広がっていき、怪我が治ってからも差は縮まりませんでした。私は負けず嫌いなので誰かに負けた状態がすごく嫌で、ライバルとの差があつたときは思うように走れず気分が下がった日々が続くこともありました。しかし、下を向いていて誰かに勝てることはないと思い、自分のペースで少しずつ練習を積み重ねていきました。

こうした練習を継続していくと、差は少しずつ縮まっていき、今では気分が下がることなく楽しく練習が行えるようになりました。これからも、継続する大切さを忘れることなく学校生活を送っていききたいと思います。

『気持ち』

上田 桃 (大阪市立新北野中学校出身)

私は、この一年を通して「人の気持ちを考えられる人」になれたと思います。

大阪高校に入ってから多くの人と出会い、多くの人の考え方や価値観、自分の気持ちを学びました。そこで「人と自分は全くちがう」ということに気づきました。多くの人にとってこれは普通なことだと思えますが、人の気持ちを理解するのが苦手だった私にはとても大切なことだったので。それに気づけたのは同じクラスの仲間たちのおかげです。一緒に一年を過ごして一緒に

変化をしていきました。自分の気持ちを考えながら相手の気持ちも尊重することは大変なことだけれど、相手の立場になって少しずつ相手のことも考えられる人になりました。

このことから私はこの一年を通して「人の気持ちを考えられる人」になれたと思います。

『大切で大事な友達』

河野 莉緒 (大阪市立玉出中学校出身)

私は、大阪高校に入学して大切な友達ができました。入学式の日は本当に不安で仕方ありませんでした。同じクラスの子たちですでに友達ができている子たちもいて、さらに不安になっていきました。正直入学式の次の日のオリ学にも行きたくありませんでした。しかし月日が経つことに気の合う友達や一緒にいて楽しい友達が増えて学校が楽しくなっていきました。

そして、勉強面で不安なことがあっても、支え合い、乗り越えることができ、いろいろ失敗してしまつたことがあっても支え合つて乗り越えられました。

しかし、時にはぶつかることもありました。1年間仲良くしていくのも不安になってしまつときもありました。しかしその友達たちは私の意見もしっかり聞いてくれるし、こんな私を受けとめて大切にしてくれる人を、私もしっかり大事にしてこれからもずっと友達でいたいと思いました。

『笑顔』

林 莉里愛（高槻市立五領中学校出身）

この一年間で私は、たくさんの人と関わる中で表情はとても大切な事だなと思いました。

その中でも笑顔は、人を笑顔にすることができて、コミュニケーションにもつながる素敵なものだと思います。

私がこの学校に入学する前は、自分に自信がなくて中々自分の思っていることが伝わらないことが多く、人と関わることや、会話するのが苦手でした。そこから、この学校に入学して部活動や、友達と会話をしていく中で、「笑顔がいいね」とたくさん言ってもらえるようになり、自分にもいいところがあるんだと知ることができて、自分をもっと知りたいと思えるきっかけになりました。

私は、コミュニケーションをとるのも、思いを伝えるのも苦手だけど、自分にしかない笑顔や、思いを大切にして、新しい自分の個性を見つけないと思いました。

そして、これから出会う人を笑顔にしたいと思いました。

『この一年を通して私は』

鴨 アイラ（茨木市立養精中学校出身）

この一年で私は、「集中する力」、「チャレンジする力」が成長したと感じました。

中学生の頃の私は、集中する力がなく、周りの人たちが勉強を頑張っている中でもスマホを触ったり、友達と遊んだりしていました。学校に行っても

ほとんど授業を聞かず、さぼってばかりでした。しかし、高校に入ってから私は目指したい大学を見つけました。そこから一年、私は授業もしっかり聞くようになり、テストの点数も中学の時とは比べものにならないほど上がりました。二つ目のチャレンジする力に関して、中学の時は委員会もほとんど入らず課外活動もあまりしてきませんでした。しかし、高校に入ってから海外に行きたいという気持ちが一気に芽生え、セブ島や韓国の短期研修に積極的に参加しました。

私はこの一年を通して成長したと思う「集中する力」、「チャレンジする力」を、二年生になっても伸ばしていきたいです。

『成長』

貴良 悠斗（吹田市立竹見台中学校出身）

この一年で私は、主体性を学びました。

大阪高校に入学する前は、自分から積極的に人前に立ったり、行動することが苦手でした。

大阪高校に入学して最初は、同様に人前で話すことが苦手でしたが、大阪高校では、人前で話す機会がたくさんあり、経験を重ねていくうちに、少しずつではありながらも緊張する気持ちがなくなってきました。初対面の人ならまだ少し緊張しますが、以前と比べるとなくなりました。

中学校と比べると成績面や社交性という点で私は成長したなど大きく感じています。

特に成績面では、目を見張るほどに成長しました。中学校ではだらけきっていたので、自分を変えるために真剣に取り組みました。現在はメリハリを持って学校生活を送っています。

この一年は私にとって、短く感じました。得られるものが多く、大きかったと感じています。

『この一年での成長』

杉原 一司 (吹田市立片山中学校出身)

この一年を通して色んなところで成長できたと思います。

一つ目は部活についてです。私は硬式野球部に所属しています。そこで野球の技術や「感謝」という言葉について学びました。今できていることは当たり前ではなく、支えてくれている保護者がいるからこそ当たり前に行っていると思うので、日頃から感謝の気持ちを忘れずに日々の練習をこれからも頑張っていきたいです。

二つ目は勉強についてです。私は中学のとき、成績があまり良くなく、テストの点数もほぼ平均以下でしたが、高校に入ってから得意な科目は点数を伸ばし、苦手な科目でも諦めず頑張れたと思います。授業では主体的に取り組んで、グループワークでは友達と真剣に話し合うことができたので良かったと思います。提出物では期限をしっかり守って提出できたと思うし、成績も上がっているのですべてにおいて「継続」していきたいです。

『文武両道』

高野 湊歩 (大阪市立旭陽中学校出身)

一年前の私は、勉強はテスト前だけ頑張ればいいという甘い考えでした。

大阪高校に入学して「中学生の延長」で三年間過ごすことがいかにもつた

ないことかと気づき、まず一年間、勉強とクラブ活動に本気で取り組んでみる決心をしました。私が最も力を入れたのは、学習習慣を改めることでした。分からないことはすぐに先生や友達に質問する。問題を何度でも解き、自身で解決することをルーティン化するようになりました。その結果上位の成績をキープすることが出来ました。また、クラブ活動でも、今自分は何をすべきか、チームのためにすべきことは何かを常に考えて行動するように心がけました。もちろん、投げ出したくなる時もありましたが「去年の自分にはならない、一歩先へ進む」という強い意志で踏ん張りました。勉強を頑張ったことで、将来の自分の進みたい道が少し見えるようになりました。あとの二年間も一歩先への気持ちで頑張りたいです。

『やってみて気付く事』

岡村 愛実 (茨木市立西中学校出身)

大阪高校に入学して早一年が経ちました。私はこの一年間、たくさん悩みながら日々成長し学んできました。例えば、進級する事が簡単ではないこと、成績や進路にプレッシャーを感じ思い悩みました。しかし、挑戦し成長してきた事もあります。それは、オープンスクール委員会と韓国短期研修です。オープンスクール委員会では、他者との交流が増え、話す力や行動する力が身に付きました。この委員会を通して、コミュニケーションをとる楽しさや自分の長所に気づく事ができました。次に韓国短期研修です。四泊五日の研修では自立心が身に付きました。出会いと別れを経験し、人との繋がりの大切さを実感しました。そして、留学という進路の幅広さに気づく事が出来ました。

最後に、この一年を通して学んだ事は「深く考えすぎずにやってみる事」

と「自分に寄り添うこと」です。深く考えすぎず行動する事で、将来の選択や自分の得意不得意に気づく事ができました。そして、悩みを抱えている時は、自分に寄り添う事が大事だと学びました。これからも、学んだ事を生かしていきます。

『周りへの感謝』

古元 心悟 (箕面市立第五中学校出身)

私がこの一年を通して強く成長したと思うことは「周りへの感謝」です。私は陸上がたくて大高へ入学しました。陸上部に入部して先輩や同級生と練習し、試合に何度も出ました。入学した頃は何もわからない状態で周りに迷惑かけてばかりでした。そんな時に陸上で大きな試合に出ることになり、高校の名前を背負って戦つのはとても不安でした。そんな不安な時に助けてくれたのが先輩や同級生達の応援でした。「がんばれ」「しんごならいける」いろいろな不安が無くなりました。試合では優勝することができ、近畿大会にも出場できました。絶対に私一人じゃ勝てなかった試合だからこそ関わってくれた人、応援してくれた人に感謝しています。これからも周りに感謝の気持ちを伝えられるような選手になれるように日々努力していきます。

『当たり前前』と『当たり前前』

南 風雅 (大阪市立東三国中学校出身)

この一年間で私は多くの学び、多くの気づき、たくさんの出会いがありました。高校の野球部のチームメイト、指導者の方々との出会いがこの一年間

を変化させてくれました。

「当たり前前」のことを「当たり前前」というテーマには、すごく大事な意味が込められています。人との関わり、礼儀、感謝、挨拶といった当たり前の大切さを、この一年間で実感しました。

日々の授業では、クラスメイトと協力して答えを見つけるグループワークや、担任の先生が毎日言っている「何かをしたら『ありがとう』を言う」という言葉を無意識にできるくらい当たり前でできたと思います。そして毎日の部活動を通して、仲間と支え合い、一つの目標に向けて日々努力し、継続する大切さを学びました。

これからの人生で上手にいくことの方が少ないと思います。そういう時こそ、人との繋がりを大切になんばっていききたいと思います。

『この一年で・・・』

井上 奏太 (池田市立北豊島中学校出身)

私は大阪高校に来て約一年を振り返ってみて、一年で人はこんなにも変化するんだと感じたのでそのことについて書きたいと思います。

入学式前、私は人と話すことは好きだけど、初対面の人と話すことは緊張するため得意ではありませんでした。しかし、大高に入学してからはそう思うことは少なくなりました。大高でできた友達はみんな話しやすく心を開いて話すことができました。他にも中学生の頃はテスト勉強をしてもテストでいい点数が取れなかったためテスト前の勉強が嫌いでした。しかし、大高のテストはやればやるほど点数が取れるため、勉強の楽しさを感じるようになりました。それは私にとって大きな進歩だと思えます。最後にオープンスクールです。OSでは他クラスの人や先輩などと話す機会があり人脈と愛嬌をつけることができました。

私はこの一年で様々な経験をし、変化したことで、この大阪高等学校に入學してよかったと感じています。

『田原いづなからわっ』

大原 優空 (吹田市立豊津中学校出身)

この一年間を振り返ると、友達との関わりを通じて多くのことを学べたと感じる一年でした。

これまで、自分の考えを優先してしまうこともあったけれど、相手の立場や気持ちを考えて行動することを目標に、人との接し方を見直してきました。日々の会話や行動の中で、周囲をよく見ることや、一度考えてから行動する

ことを心掛けるようにしました。すると、友達との関係がよくなってきたと感じています。またさまざまな考えを持つ友達と出会えたことで、自分の視野が広がり、たくさんの刺激を受けることができました。支えてくれる友達の存在の大切さを改めて実感し、みんなに出会えたことに感謝しています。今後も周囲への思いやりを忘れず、人とのつながりを大切にしながら成長していきたいです。この一年で得た学びや経験をこれからの学校生活にも活かしていきたいです。

『この一年で私は』

坂井 楓 (守口市立梶中学校出身)

この一年で私は、勉強面と学校生活の両方で成長できたと感じています。勉強では、これまで苦手意識が強かった教科にも計画を立てて取り組むようになりました。授業中に要点を意識して聞くようになったことで理解しやすくなり、学習への意欲も高まりました。また勉強以外では、クラスや友達との関わりを大切にするようになりました。周囲と協力して行動することで学校生活がより充実したものになったと思います。

これらの経験から、努力を継続することと、人とのつながりの大切さを学びました。この一年で得たことを活かし、これからも目標をもって高校生活を送っていききたいです。この一年で得た経験はこれからの高校生活にとって大きな財産になると思います。すぐにあきらめずに向き合う姿勢を大切にしたいです。勉強面では基礎を固め、より高い目標に挑戦していきたいです。これからも、前向きに努力を続けていきたいです。

『この一年で私は』

前田 莉音 (大阪市立緑中学校出身)

この一年で私は、挑戦することや継続することの大切さを学ぶことができました。

大阪高校のオープンスクールに訪れたとき生徒が主体となって活動している姿に驚きました。その先輩方の姿に惹かれ、私も委員会に入ろうと思うようになりしました。

私はこれまで、何かを継続していくことがあまり得意ではなく、無理だと思ったことは途中で諦めてしまうことが多くありました。しかし、実際に委員会に入ってみると、想像していた以上に活動が楽しく、新しい友達もできました。

この経験を通して、苦手だと思っていたことでも、挑戦して続けてみることで自分の考え方や行動が変わることを実感しました。また、委員会活動を続ける中で最後までやり遂げることの大切さや、一人ではできなかったことも周囲の人と協力することで乗り越えることができることも学びました。

『この一年で学んだこと』

小川 達希 (吹田市立豊津西中学校出身)

私はこの一年で反省したことと成長したことがいっぱいありました。まず、友達がいっぱいできたことで、内気な自分から少しずつ前向きな自分になりました。例えば、友達がいろいろな人に挨拶をしているのを見て、自分もしようと思えたことなどです。他にもいろいろな失敗をしたことで、人の気持ちをよく考えるようになりしました。また考えもなしに身勝手な行動をしたら、

親にも先生方にも迷惑が掛かり信頼を失ってしまうことに気づきました。勉強もせずに、そのようなことばかりしていたら、私が行きたいといった高校に入学させてくれた親にも申し訳ない気持ちでいっぱいになると思います。でも、そういう失敗からいろいろなことを学び成長することができました。失敗することはいい経験になるけど、もう同じ失敗はしないようにしようと思うことができました。次の一年生もいっぱい失敗しているんなことを学んでほしいです。

『気持ちの変化』

富永 美月 (宇和島市立三間中学校出身)

この一年で私は、勉強に対する考え方が大きく変わりました。最初は、勉強は「やらされるもの」だと思っていたので、正直あまり好きではありませんでした。授業を受けても意味が分からず、テストの点数で落ち込むこともあり、できない自分が嫌になることもありました。しかし少しずつ分かる問題が増えたり、努力した分だけ結果が出るようになると勉強に対する気持ちが少しずつ変わっていきました。分からなかった問題が解けたときの達成感や「できた」という自信が、次も頑張ろうと思えるきっかけになりました。今では、勉強は、自分を大きく成長させてくれたものだと感じています。この一年で得た前向きな気持ちを大切にして、これからも挑戦を続けていきたいと思います。

『継続』

長原 淳志 (高槻市立第十中学校出身)

私は大阪高校に入学して「継続」することの大切さを学びました。私は陸上部長距離に所属しています。中学校では、何かを続ける習慣がなかった中で、高校では必ず一つのことをやり遂げると決心して入学しました。毎日朝と放課後に練習があります。朝も早く、練習もハードなので嫌になってしまいうこともありま。その中でも、自分が続けられているのは、チームとしての大きな目標を掲げているからです。「大阪府駅伝優勝」この目標はチームの一人でも欠けると達成できないと思うので、チーム内で切磋琢磨して達成するまで努力し続けようと思います。「長距離は、一回、二回の練習ではなく継続した練習が大事」と、入学後に先生から教わりました。強くなって恩返しをするためにも、練習だけでなく自己管理や体調管理も徹底し、応援される選手になっていきます。

『この一年で私は』

赤井 理恩 (大阪市立高津中学校出身)

私は、この一年で大きく変化しました。その変化というのは、苦手な事にも自ら取り組むようになった所です。大阪高校に入学する前は、数学や漢字などが苦手で、嫌いな事をすべて後回しにしていました。しかし大阪高校に入学してからは、明確な目標を作ることができ、苦手な事にも積極的に挑戦するようになりました。また、大阪高校には他校と比べて挑戦しやすい環境があると感じています。そして、勉強だけでなく部活動も全力で取り組むことができます。その中でもチームのために戦うことで入学前では得ることが

できなかった学びを得ることができました。そのおかげで勉強時と部活時のメリハリがつき、より一層勉強に身が入り中学の時にはできなかった文武両道を実現することができています。

これからも文武両道を継続できるように頑張っていこうと思います。

『この一年で努力したこと』

河崎 勇輝 (吹田市立南千里中学校出身)

私はこの一年間で部活と勉強を両立することを頑張りました。両方ともに目標を立て、努力が出来たと思います。部活動のサッカー部では、新しい仲間たちに出会い、今まではなかった体験を味わうことが出来ました。しんどい練習であっても仲間となら楽しいと感じるようになりました。

勉強は、全体的に見ると中途半端になってしまったと思います。一学期から二学期で点数も順位も落としてしまいました。現状のままではまずいと思い、冬休みから毎日最低二時間は勉強するように頑張っています。

この一年間で私はいろいろな経験をさせてもらいました。部活の仲間たちと関わる楽しさや日々勉強をする大切さを学びました。今、いろいろな人から支えられていることに感謝し、これからも精進していこうと思います。

『考え方』

清瀧 日菜 (大阪市立瑞光中学校出身)

この一年で私は、友達や周囲の人に対しての考え方が大きく変わりました。今までも相手の立場になって考えたり、今この発言をしたら相手はどう感じ

探究コース

るのかという事を意識して接してきました。しかし、現代の国語の授業の「他者を理解すること」という題材の中で、「理解をしたつもり」という言葉を聞いて、自分にも当てはまっているなと痛感しました。しかし、この経験を通じて、ただ相手を理解しようとするだけでなく、自分の気持ちを正直に伝える事も同じくらい大切だと学びました。自分の考えを心の中にしまい込むのではなく、相手を思いやりながら言葉にすることで、より良い関係を築く事が出来るのだと思います。また、周りの人の立場に立って物事を考えることは簡単な事ではありません。しかし、その難しさを知ったからこそ、人の気持ちを大切に考えるようになりました。私は、この一年間での学びを忘れず、周囲への感謝の気持ちを大切にしていきたいと思っています。

『変化した自分』

山本 星太（大阪市立東淀中学校出身）

この一年で私は人生がひっくり返るくらい変わりました。この高校に入学する前は、「どうせ、どこへ行っても独りになってしまっただろうな」と思っていました。しかし、一ヶ月ぐらい経つと驚くほどに優しくコミュニケーションが取れる良いクラスで感動しました。その後は自分の実力と趣味を活かして楽しい時間を過ごしています。

この一年で私が成長したことは二つあります。一つ目はイベントや行事に頑張ってみようという気持ちを持って参加するようになったことです。わくわくすることがあつて嬉しかったです。二つ目は勉強です。中学の時は勉強なんかせず、聞いても理解出来なかった事がありました。高校生になってからは大学に向けて、勉強時間を増やしたり先生に聞いてみたりしています。理解した時の爽快感はたまりません。来年の新入生達にもこの気持ちを届けたいです。

『一年間振り返ってみて』

上 蘭 諒（堺市立深井中央中学校出身）

私は探究コースで一年間を過ごして、いろいろなことを考えました。入学して初めて教室に入った時、今までの教室とは違う雰囲気を感じました。癖が強すぎる人が多すぎて正直めちゃくちゃしんどいなと感じていました。

でも高校生活の中で頑張つてやりたいことを見つけました。それは部活動です。私は、和太鼓部に入部していて、その部活動を通してたくさんのがりや部活動の中で目標を作ったりして頑張っています。これからも辛いことがたくさんあるかもしれませんが、頑張つていきたいです。

『頂点を獲るための挑戦』

川中 靖翔（大阪市立田辺中学校出身）

この一年間で私は部活を頑張りました。私は陸上を高校からはじめたので、周りのレベルが高く、ついていくことが大変でした。このレベルについていくには、努力するしかないと思い、練習では何M走るかを選択するときは、長い距離を選び、専門種目は400Mにして、体力で遅さをカバーしていました。他にも先輩や同級生から走り方をアドバイスしてもらい、足が速くなるために頑張りました。

私は勉強も頑張りました。一学期には、クラスのランキングには載っていませんでしたが、二学期の中間考査にはランキングに載るようになりました。二年生からは数学だけでなく英語も頑張ろうと思います。

あとがきにかえて

二〇二五年四月、期待や不安をにじませながら大阪高校の門を通ったあの日から、早くも一年が過ぎようとしています。この一年間、第一学年団は皆さんの成長を願いながら様々な取り組みを企画し全力でぶつかってきました。大変なこともあったかと思いますが、その努力や経験が少しでも皆さんの成長に繋がっていれば幸いです。

私たちが掲げたキーワードは『本気・協心・やり抜く』。

失敗を恐れず、何事にも本気で挑戦してやり抜くことが何よりも自分を成長させます。時にはうまくいかないこともあるでしょう。しかし「成長」をゴールに設定すれば、失敗も成功も等しく「材料」となります。あらゆる経験をプラスとしてとらえる『本気』と『やり抜く』というメッセージにはそのような力もあります。

さて、新入生の皆さんはこの一年を友人や仲間たちと『協心』して駆け抜けることができましたでしょうか。この冊子には生徒の真摯な声が載せられています。一部の生徒の声ではありますが読まれた方々に、大阪高校の生徒が大いに「変化」＝「成長」しているさまを読み取っていただけたらと思います。

また、この一年間オリエンテーション学習合宿に始まり、球技大会や体育祭、大阪・関西万博のポスターセッション、夏期講座や文化祭、検定試験や実力テスト、進路プレゼンなど改めて振り返ってみると、本当に様々なことに取り組んできました。

まだ一年が経過したにすぎませんが、私たち第一学年団はこれまで見せてくれた生徒の努力する姿を頼もしく感じています。残り二年間、共に刺激し合い、学びながらこれからも全力で生徒に成長を支援していきたいと考えています。

学年主任 森田 和也



「この1年間で私は・・・」
～第1学年～



発行日 2026年3月31日 発行

発行 大阪学園大阪高等学校
第1学年

発行所 大阪市東淀川区相川2-18-51
TEL. 06-6340-3031

印刷 株式会社 ティ・プラス