

# ヒーローたちの 横顔

令和元、2年度あばしり学学生HERO'S活動記録集

2019-  
2020



主催：オホーツク・文化交流センター 共催：網走市子ども会育成連合会

協力：ネイバル北見、網走開発建設部、網走セーリング倶楽部、網走川流域の会、北海道科学大学、網走地方气象台  
北海道ココ・コラボトリング（株）、道東観光開発（株）、東京農業大学生物産業学部、西網走漁業青年部、Connectrip

# 「ヒーローたちの横顔」

ヒーローズの活動を通じ、たくさんの人と交流して。

初めての経験をして。

新しい発見をして。

新しいあばしりの魅力を発見して。

新しい自分に気づいて。

ヒーローとしてまた一歩成長して。

ヒーローの活躍は、次の世代のヒーローにもつながっている。

きっと誰もが誰かのヒーロー」





# 令和元年度あしあと

1	5/25～26 (土・日)	高5名、大2名、顧問3名	北見市常呂町 (ネイバル北見)
	<b>あばしり学 学生HERO' S「ボランティア研修会」</b> ネイバル北見の事業「僕らは挑戦者②」にスタッフとして参加！「事前研修⇒体験⇒ふりかえり」30名の小学生たちのグループリーダーとして、活動を行いました。 連携：道立青少年体験活動支援施設 ネイバル北見		
2	7/20 (土)	高9名、顧問2名	網走湖・網走川
	<b>あばしり学 ロセトコース「網走湖徹底調査・網走川下り」</b> 網走湖の水質調査やしじみ採取、呼人浦からエコーセンター2000中庭まで川下りなど。びしょ濡れになりながら水質調査や、約2時間半の川下りのサポートを全力で行いました。 網走開発建設部北見河川事務所、網走セーリング倶楽部		
3	8/3 (日)	高3名、大1名、顧問1名	美幌町 (駒生川)
	<b>あばしり学 ロセトコース「駒生川にて生き物探し」</b> 美幌町を流れる網走川 支流の駒生川にて、生き物探し体験。 魚やカエルに、おっかなびっくりの小学生をサポートし、楽しく活動できるよう支援しました！ 連携：網走川流域の会		
4	8/10 (土)	高2名、顧問1名	津別町 (ノノの森)
	<b>あばしり学 ロセトコース「ノノの森にて源流探し」</b> 網走川源流部の津別町で豊かな森を探検し、川の始まりについての学習。 小学生たちが楽しく活動を行えるようにサポートや、写真撮影も担当し参加者の笑顔を撮影しました！ 連携：網走川流域の会		
5	8/17～18 (土・日)	— 荒天により中止 —	網走市 (てんとらんど)
	<b>網子連サマーキャンプ「てんとらんどで遊ばナイト！」</b> てんとらんどにて1泊2日のキャンプ。「事前研修⇒体験⇒ふりかえり」子ども達のグループリーダーとして多くの活動。 連携：網走市子ども会育成連合会		
6	8/31 (土)	大1名	津別町 (柏葉ファーム)、大空町 (大地のMEGUMI)
	<b>あばしり学 ロセトコース「酪農と農業体験」</b> 乳搾りやバター作り体験や、ジャガイモ掘り体験など、網走川中流域での有機農法を学習。 根気のあるバター作りや、たくさんジャガイモ掘りのサポートを行いました。 連携：網走川流域の会		
7	9/28 (土)	高14名、大1名、顧問4名	網走市 (佐藤農場・稲富)
	<b>あばしり学 親子講座「カボチャの収穫体験」</b> 市内の農家さん宅にてハロウィンカボチャの収穫体験や、網走の農業について学習。 親子の活動をサポートし、写真撮影も担当し参加者の笑顔を撮影しました！		
8	10/5 (土)	高7名、大1名、顧問3名	網走市 (港・ウライ)
	<b>あばしり学 ロセトコース「網走川のサケを見に行こう」</b> サケの漁獲高 日本一の網走港にて、水揚げされたサケの見学。 おっかなびっくり小学生のサポートや、写真撮影も担当し参加者の笑顔を撮影しました！ 連携：網走川流域の会		
9	10/16 (水)	高11名、大2名、顧問4名	網走市 (エコーセンター2000)
	<b>あばしり学 親子講座「ジャック・オ・ランタンづくり」</b> ハロウィンパーティーに向け、自分たちで収穫したカボチャを使ってランタン作り。 大きなカボチャに悪戦苦闘する親子をサポートし、素敵なランタン作りを支援しました。		



# 令和元年度あしあと

	10/20 (日)	高2名、大2名	網走市 (農大)
10	<b>あばしり学 ロセトコース「スペシャルクッキング」</b>		
	網走川流域学習のまとめとして、流域の恵みを味わうとともに、小学生たちが年間の活動の感想発表。「サケ」のスーパーシェフ調理と発表のサポートを行いました！ 連携：網走市子ども会育成連合会		
	12/1 (日)	高9名、顧問1名	網走市 (エコーセンター2000)
11	<b>あばしり学 ロセトコース 「Scratchを使って網走を紹介しよう Part 1」</b>		
	プログラミングソフトScratchを使って、網走の魅力を紹介するクイズゲームを作成。小学生のPC操作補助や、小学生のお手本になるようなクイズゲームの作成。また司会進行なども担当。 連携：北海道科学大学		
	12/8 (日)	高18名、顧問3名	網走市 (北コミセン)
12	<b>網子連「子ども大会」</b>		
	市内の子ども会のリーダーやラジオ体操などの表彰及び、みんなで「チャレラン」を実施。表彰式での司会・表彰補助や、チャレランのグループリーダーなど行いました。 連携：網走市子ども会育成連合会		
	1/14 (火)	高11名、顧問3名	網走市 (エコーセンター2000)
13	<b>あばしり学 親子講座「雪像づくり体験①」</b>		
	流水まつりで行われてきた「市民雪像」の伝統を引き継ぎ、当センターの中庭で雪像づくり体験。参加する小学生とその保護者と一緒に、紙粘土で制作物のイメージづくりを行いました。		
	1/27 (日)	高8名、顧問4名	網走市 (エコーセンター2000、おーろら)
14	<b>あばしり学講座「船上学習会 in おーろら」</b>		
	網走の特級の資源である「流水」など、網走の水について多様な角度から体験・学習。参加した小学生たち、学習のサポートやおーろら号船内での安全確保など行いました。 連携：北海道コカ・コーラボトリング(株)、網走地方気象台、道東観光開発(株)		
	2/1 (日)	高16名、顧問4名	網走市 (エコーセンター2000)
15	<b>あばしり学 親子講座「雪像づくり体験②」</b>		
	流水まつりで行われてきた「市民雪像」の伝統を引き継ぎ、当センターの中庭で雪像づくり体験。参加する小学生とその保護者と一緒に、コンパネを使って雪のブロックづくりを行いました。 連携：あばしり学講座 エコセン冬まつり (U-35)		
	2/2 (土)	高18名、顧問4名	網走市 (エコーセンター2000)
16	<b>あばしり学 親子講座「雪像づくり体験③」</b>		
	流水まつりで行われてきた「市民雪像」の伝統を引き継ぎ、当センターの中庭で雪像づくり体験。参加する小学生とその保護者と一緒に、雪のブロックの荒削りを行いました。 連携：あばしり学講座 エコセン冬まつり (U-35)		
	2/9 (土)	高13名、顧問2名	網走市 (エコーセンター2000)
17	<b>あばしり学 親子講座「雪像づくり体験④」</b>		
	流水まつりで行われてきた「市民雪像」の伝統を引き継ぎ、当センターの中庭で雪像づくり体験。参加する小学生とその保護者と一緒に、雪像のデザイン作業と仕上げを行いました。 連携：あばしり学講座 エコセン冬まつり (U-35)		
	3/7 (土)	ーコロナ対策のため中止ー	網走市 (網走市水産科学センター)
18	<b>Scratchを使って網走を紹介しよう。Part2</b>		
	Scratchを使って、クイズゲームを作成し、他市町村の魅力を紹介する。 連携：北海道科学大学		



# 令和2年度あしあと

1	6/30 (火)	高7名	網走南ヶ丘高等学校
	<b>あばしり学 学生HERO' S説明会@南高ボランティア同好会</b> 学校を訪問し同好会部員へ、今年度の事業説明。 やってみたい活動のアイデア出しワーク。		
2	7/2 (木)	高32名	網走桂陽高等学校
	<b>あばしり学 学生HERO' S説明会@桂陽ボランティア部</b> 学校を訪問し、ボランティア部員へ今年度の事業説明。 やってみたい活動のアイデア出しワーク。		
3	7/18 (土)	高7名、顧問3名、OBOG4名	網走湖・網走川
	<b>あばしり学講座「網走湖体感ツアー」</b> 網走湖の水質調査やロープワーク体験、カヤック乗船体験、ライフジャケット体験など。 楽しみながらも、グループリーダーとして小学生の活動支援。会場の女満別湾まではJRを利用。 連携：網走開発建設部北見河川事務所、網走セーリング倶楽部		
4	8/22 (日)	高18名、農大1名、顧問3名、OBOG4名	網走市 (てんとらんど)
	<b>網走市子ども会 育成研修会</b> てんとらんどにて、スタッフとしての資質向上を目指しデイキャンプを実施。 ネイバル北見 館脇氏を講師に、アイスブレイク体験や野焼きバン調理体験。 連携：網走市子ども会育成連合会、道立青少年体験活動支援施設 ネイバル北見		
5	9/8～18 (全8回)	延べ 高55名	網走市 (エコーエンター2000)
	<b>あばしり学 学生HERO' S「季節の掲示板(秋)」(十五夜・紅葉・ハロウィン)</b> このご時世であっても、地域とつながりを保ちたい。と高校生が発案。 当センター受付前を彩る2.7m×3.6mの巨大ちぎり絵を制作。体験を地元紙に寄稿。		
6	10/18 (日)	高18名、農大1名、顧問4名、OBOG2名	網走市 (Connectrip)
	<b>あばしり学 学生HERO' S「秋の網走市の魅力を体感」</b> 地場産の小麦・ホタテおよび地元観光についての学習や、地場産品を使ったピザづくり体験。 コロナ禍のためHERO' Sのみで実施。体験を地元紙に寄稿。 連携：網走流域の会、Connectrip、西網走漁業青年部、東京農業大学生産業学部		



# 令和2年度あしあと

7	12/8 (日)	高13名、顧問4名、OB1名	網走市 (北コミセン)
	<b>網子連「子ども大会」</b> 市内の子ども会のリーダーやラジオ体操などの表彰及び、みんなで「チャレラン」を実施。表彰式での司会・表彰補助や、チャレランのグループリーダーなど行いました。 連携：網走市子ども会育成連合会		
8	1/16 (土)	高15名、顧問4名、農1名	網走市 (エコーセンター2000)
	<b>あばしり学 親子講座「雪像づくり体験①」 ～制作物検讨～</b> 流氷まつりで行われてきた「市民雪像」の伝統を引き継ぎ、当センターの中庭で雪像づくり体験。参加する小学生とその保護者と一緒に、紙粘土で制作物のイメージづくりを行いました。		
9	1/30 (土)	— 荒天のため中止 —	網走市 (エコーセンター2000)
	<b>あばしり学 親子講座「雪像づくり体験②」 ～雪山作り～</b> 流氷まつりで行われてきた「市民雪像」の伝統を引き継ぎ、当センターの中庭で雪像づくり体験。		
10	1/31 (土)	高13名、顧問4名、OB2名	網走市 (エコーセンター2000)
	<b>あばしり学 親子講座「雪像づくり体験③」 ～形づくり～</b> 冬の網走 一大イベント「流氷まつり」を彩る雪像づくりを体験し、街の行事に主体的に参画。参加する小学生とその保護者と一緒に、雪のブロックの荒削りを行いました。		
11	2/6 (土)	高13名、顧問4名、OB1名、農1名	網走市 (エコーセンター2000)
	<b>あばしり学 親子講座「雪像づくり体験④」 ～仕上げ作業～</b> 冬の網走 一大イベント「流氷まつり」を彩る雪像づくりを体験し、街の行事に主体的に参画。参加する小学生とその保護者と一緒に、雪像のデザイン作業と仕上げを行いました。		
12	2/7 (日)	高13名、顧問4名、OB2名、農1名	網走市 (エコーセンター2000)
	<b>あばしり学 親子講座「雪像づくり体験⑤」 ～仕上げ作業～</b> 冬の網走 一大イベント「流氷まつり」を彩る雪像づくりを体験し、街の行事に主体的に参画。参加する小学生とその保護者と一緒に、雪像のデザイン作業と仕上げを行いました。		









事業に参加してくれたHERO'Sの皆さんに取材してみました！

## 私

はこの春高校  
三年生となり  
高校生活最後

の一年を迎える。部活は『ボランティア同好会』に入部した当初の理由は「大学進学に有利になるから」。それが主だった。

あの日私がしたことが少しでも誰かの役に立てたんだなってただただ嬉しかった。もう高校で活動できる期間は短い。でも最後までできることをしたいと思う。そしてこれから大学生、社会人になってもボランティア活動を続けていきたいと思う。

ある日差しの強い夏の日のこと。地元の小学生と一緒に川へ入り魚を観察した帰りのバスでおきた。私の隣に座っていた女の子の体調が悪くなったのだ。熱中症の可能性があったので私は塩飴をあげ、飲み物を飲ませてすぐ大人の人に助けを求めた。その子は結局途中でバスを降り親に迎えに来てもらうことになった。

後日、その女の子から、

ありがとう。「とお礼を言われた。思わず笑みがこぼれた。



紺野 直穂さん

網走南ヶ丘高等学校2年生

# 私

は2年間のボランティア活動を通して様々な経験をさせて頂きました。その経験の中で思い出に残っていること、発見できたことなどを書いていきたいと思えます。

まず1つ目に、網走ヒーローズの活動についてです。昨年度は小学生の子供たちと楽しみながら職員の方々とも話し、地域の方々ともヒーローズを通して接するといった普段の生活ではなかなか経験出来ないようなことを沢山させて頂きました。しかし、今年度は新型コロナウイルスが流行し、昨年度のようにヒーローズの活動を行うことが出来ませんでした。ですが、職員の方々がせっかくな

ら学生たちだけでも楽しめるように、と企画をしてくれたお陰で今年度もHEROSの思い出を作ることが出来ました。私は、HEROSは網走ならではのなんじやないかと個人的に思うので、今後色々な地域の人と関わる際、HEROSで経験した様なことを宣伝し、魅力などを伝えていければいいなと思いました。

2つ目は、雪像作りについてです。雪像は流水祭りにて展示される予定でしたが、雪像作りのための雪の減少や新型コロナウイルスの感染拡大に伴い、エコーセンター2000の中庭にて、作成・展示が行われました。雪像は親子講座に参加された親子の皆さんと網走の高校生、そしてU

35の皆さんで作りました。私は小学生の頃、1度だけが雪像作りに参加したことがあります。その時、とても楽しかった記憶があります。私は縁があつてまた雪像作りに参加させて頂きました

が、今回親子講座で参加したお子さんには是非とも高校生になってからでも、もう一度雪像作りに参加して欲しいと思います。理由は私が経験した感動のようなものを経験して欲しいからです。小さかった頃は高校生達に少し手助けされて作り上げた雪像。大きくなったら次は自分が小学生たちを手助けする。地域活動の巡りを体験して欲しいと思つたからです。先程1つ目と紹介した網走HEROS

の活動も同じようになればいいな、と心のどこかで期待しています。当時小学生としてHEROSに参加していた子が時が経ち高校生となりボランティアでHEROSに参加する。とても素敵な事だと思います。

ここまで色々書かせていただきましたが、私は今までのボランティア活動を通して、在り来りですがとても成長できたと感じています。1年生の頃は出来なかったことも今ではできている気がします。

締めくくりとなりますが、ボランティア活動は人をとて成長させてくれるものだと思えます。



平松 智恵さん

網走南ヶ丘高等学校2年生



# 私

は高校に入る前の  
春休みの間にどこ  
の部活に所属する

か友人と相談した結果、何か  
人助けにもなるしボランティア  
ア精神が磨かれるのではない  
かと思ひボランティア同好会  
に入部しました。

2年間の活動を終えた今、  
結果から言うと成長した部分  
と未熟だなど思う部分に別れ  
ました。成長した部分は自分  
の確固たる意見を中学の頃よ  
りも言えるようになった事と  
周りがトラブルになった状況  
で助け舟を出し、穏便に済ま  
そうとする姿勢が身についた  
事です。この2つについては  
ボランティア活動の影響が色  
濃く出ていると思います。未  
熟だなど思う部分はやはり皆

で協力すると言う意識が抜け  
てしまったことが多々ある事  
です。時に自暴自棄になり無  
茶苦茶な事も言った事もあり  
ましたが、この部分について  
は今後の人生において重要な  
事なので直して行きたいで  
す。

次に2年間の活動を振り  
返ってみると他の部活ではな  
かなか出来ない事を経験させ  
てもらいました。私が一年の  
頃の活動は子供達と関わるの  
が中心で屋外や屋内で様々な  
発見や網走の自然などを多角  
的に見ることを出来たりして  
有意義な時間だったと思いま  
す。二年生になると自主的な  
活動が中心になり自分たちで  
考えた内容を実際に作って  
たりする事が多かった様な気

がします。コロナの影響で子  
供達との関わりが減少した1  
年でしたがその分屋内で網走  
の為になる事を色々出来た  
ので良かったです。

ここまでの感想としては自  
主的に活動出来るようになって  
た二年生の方が良い後輩にも  
恵まれ楽しい1年でした。こ  
の文集が発行される頃には私  
は札幌に居ますがこれからも  
皆さんのボランティア活動を  
陰ながら応援しています。2  
年間ありがとうございました。



中道 駿一さん

網走南ヶ丘高等学校2年生



# 東

## 奔西走

私は中学三年生のあの時担任の先生に、気が遣えないね」と言われました。

そう言われたのがショックで、もうすぐ高校三年になるという今でも心に残っています。そうして、当時は気遣いというものが分からないまま高校に入学しボランティア同好会に入部しました。

一年生の最初の時は不安ばかりでした。同じ同好会でも同級生も先輩も皆まったく知らない人だし、自分は気が遣えないし、ボランティア行っただ先でも人と上手く話せるか心配でした。ですが、職員の方々がせっかくなら学生たち

だけでも楽しめるように、と企画をしてくれたお陰で今年度もHERO Sの思い出せることが出来ました。

二年生になってから、自分が主体となって考えることが多くなりました。コロナ禍で対策をしつつ出来ることはなにか、自分達の人数が少なくてもできることは何か、実行に至らないものもあったけど、本気で考えました。私が高まで一番思い出に残っていることは2019年6月頃、エコーセンター2000で行われた、網走で外国を体験できるイベントのボランティアです。主に小学生をまとめる係をやらせて貰いました。小さい子供の扱いは苦手

で、上手くまとめる事ができず、声を掛けることも出来ず、もっと周りを見て頑張ろうと思いい、反省した活動でしたその後夏休みに入ると、網走小学校の学習ボランティアがあり、2年連続で行かせて頂きました。今度は積極的に分からない所を聞いたり、休憩時間にたわいもない話をしたり一緒に遊んだりして、小学生と仲良くなる事ができました。その時、網走小学校の先生に来年もぜひ来てくださーいと言われたのがとても嬉しかったです。学んだ事、準備・後片付けを最後までしっかりやる、重いものを持つている人がいたら一緒に持ってあげたり、先を見て臨機応変に動く、自分が感じた事・体験したことを人

に伝え、感謝を伝える。こうしてボランティア活動ができたのも、顧問の先生二人と、いつもすぐく気にかけてくれたエコーセンターの職員の方、ボランティア先のすべての大人の方達。皆さんがいなければ、三年間このような素晴らしい体験や大事な事を学ぶことは出来ませんでした。ありがとうございます。そして、私が他の部活と兼部しながらボランティア活動をやり続けられたのは、紛れもなく部員の7人のおかげです。本当にありがとうございます。



安田 愛さん

網走南ヶ丘高等学校2年生



# 私

は今まで様々なボランティア活動をしてきました。ハロウィンスクール、ピザ作り、雪像作りなど…これらを通して私は網走市の様々な魅力に気づきました。そして元気ある子供たちとふれあい、こちらまで元気をいただきました。

このボランティア活動をしてきて私はとても濃厚な1年間を過ごしてきたと感じています。また、様々な人と出会い、話していくなかで人と話すことの楽しさも知ることができました。大人の方々と話すことで物の見方を新しく知ることができたり、子供たちと話すことでどうしたら子供たちに楽しめてもらえるのかと考えることもできるように



## 三品 磨弘さん

網走南ヶ丘高等学校1年生

なったりなど私自身の成長に大きく繋がるのができました私はこれまで「考える力」というものが不足していたのですが、ただ与えられた仕事をこなすだけではやっていくことが難しいボランティア活動をしてどうすればいいのか、どのようにすれば相手が満足するかと考える、行動すると気がつけば「考える力」というものが身に付いていました。

今後はもっと沢山の人と付き合い、話していく、子供たちを笑顔にしていきたいです。

# ボ

ランテニアの様々な体験を通して、感じたことはただ

ただ楽しかったです。いろいろな人と関わることで見えなかった新しい自分の一面を見ることが出来たし、自分に足りないところを明確に知ることができたからです。

私は、最初、初対面の人と話すのがとても苦手でした。友達と話す時でさえ緊張するのに初対面の人とお話しして活動するなんて本当に考えられませんでした。でも、今は、初対面の人だいたい話せるようになりました。周りの人から見たらまだまだかもしれないけど、私は少しでもできるようになれたのがとても嬉しいです。ボランティア活動をしている時に、「偉いね」と声をかけられることがあ

ります。とても嬉しいのですが、私の中ではボランティア活動をするのは当たり前になってるので、「偉いね」と声をかけられるととても複雑な気持ちになります。

私は、ボランティア活動を通して大人になるための大事なことを少し身につけることができました。それは、コミュニケーション能力です。ボランティア活動始める前と今では全然違います。なので、ボランティア活動をして本当によかったです。もっともっと色々な人にボランティア活動をするための素晴らしいさを広めていきたいです。



## 武信 萌花さん

網走南ヶ丘高等学校2年生



# 2

年間のボランティア活動を通して

く人と人との繋がりが

私は、小学生の時から野球をしていました。しかし高校では野球をやめて、勉強に専念するため文化部に所属しようと考えていました。そして、ボランティアでいいかな？そんな軽い気持ちで入ることにしました。最後まで続けることは出来るだろうか、自分のことすらまともに出来ないのに人のために行動することは出来るのか。そんな不安を抱え何とか1年間乗り切りました。私は先輩方が引退し、会長にならせていただきました。それはもちろん楽しいことだけではありませんでした。そんな時に私は沢山の人に支えられました。エコーセンタ

12000の方々、桂陽高校ボランティア部OBの方々など沢山の人のおかげで、2年間やり続けることが出来ました。

思い返すと、最初は積極性がなく、言われたことだけをただやることしか出来ませんでした。それから少しずつボランティア活動が楽しくなり、自分で考えて行動できるようになりました。人と話すことのおもしろさ、仲間と何かをやり遂げた時の達成感など、沢山のことを学びました。これを教えてくれた方々との繋がりのきっかけとなったボランティア活動に加え、2年前適当に決めた部活でしたが、今となってはその時の自分に正解だと伝えたいです。この2年間で学んだことを、自分の将来に、地域の未来へと

広げ、また新たな繋がりとになればいいなと思いました。

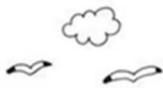
最後に、この2年間を支えたり活動をした、家族や友達、桂陽高校ボランティア部、桂陽高校ボランティア同好会OB、エコーセンタ―2000などの地域の方々。

そして、網走南ヶ丘高校ボランティア同好会の皆と佐藤先生、寺田先生。皆さんがいてくれたから今の自分があります。皆さんがいてくれたから最後までやり遂げることが出来ました。本当にありがとうございます。



新谷 皐熙さん

網走南ヶ丘高等学校2年生



# ボ

ランテニア部に  
入って、たくさ  
んの活動をして

人と関わることが増えた。

コロナの影響で出来ること  
が制限されたり、マスクで  
相手の表情が見えなかった  
りする中での活動だったけ  
れど、全部楽しかった。て  
んとらんのデイキャンプ  
では、テントを立てたり、  
火を起こしたりなど、今ま  
で知らなかった知識が増え  
たり、周りの仲間と協力す  
ることで出来るようになって  
たことも増えた。どの活動  
も次につながるいい経験に  
なった。

出来ないことに挑戦した  
り、知らなかったことが知



前田 実咲さん

網走桂陽高等学校 1年生

れたりする楽しさや喜びを  
たくさんの子どもたちに伝  
え、一緒に楽しんでいき  
たい。出来ないことに挑戦し  
たり、知らなかったことが  
知れたりする楽しさや喜び  
をたくさんの子どもたちに  
伝え、一緒に楽しんでいき  
たい。

# ハ

ロウインや子ども  
大会のような子ど  
もたちと一緒に遊

んだり、コネクトリップでの  
ピザづくりやキャンプのテ  
ントの建て方と火起こしなど普  
段体験できないようなことが  
できて楽しかったです。これ  
からも多くの活動ができるの  
が楽しみです。



佐藤 音羽さん

網走桂陽高等学校 1年生

# 1

年ボランテニア活  
動を行ってきて  
思ったことがあり

ます。それは周りの人々がと  
ても親切だったことです。8  
月にてんとらんどでデイキャ  
ンプでキャンプを建てると  
き、周りの協力もあって完成  
させることができました。僕  
も困っている人がいたら積極  
的にお手伝いしようと思いま  
す。



高橋 陽人さん

網走桂陽高等学校 1年生

# 今

まで様々な活動をしてきて、人と話したり関わる楽しさを一番学べたと思う。

まず、それを最初に実感した活動は、デイキャンプで、OBのみなさんやエコセン、学生HERO Sの皆さんと協力して楽しくテントを立てたり、パン作りなどができて人と関わることは楽しいと思っただ。

そこからコネクトトリップでピザを手作りしたり、こども大会に参加したり、たくさん活動を体験して、もっと地域のひとと関わっていろいろなことを学びた



須藤 林檎さん  
網走桂陽高等学校 1年生

いと感じた。自分はまだ一年生で、コロナの影響で全然活動できていないけれど、これからも周りの方々に支えていながら、さまざまな体験をしていけたらいいと思う。

# 私

は雪像作りを初めてやりました。どのような雪像にするのかなど1から考えました。私たちは「トトロのかまくら」にしました。雪がかたく穴を掘るのが大変でしたが完成してよかったです。雪の色はつけられないので、目などをつけるときは掘る深さを変えて作りました。



尾藤 柁さん  
網走桂陽高等学校 2年生

# 普

段家で生地から作らないので、いい体験ができました。焼く際も窯で焼くことができて楽しかったです。



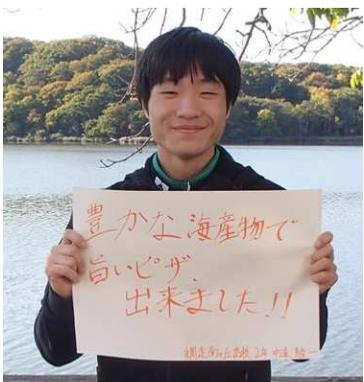
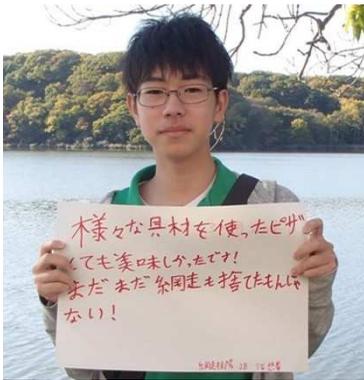
高石 陽深さん  
網走桂陽高等学校 2年生

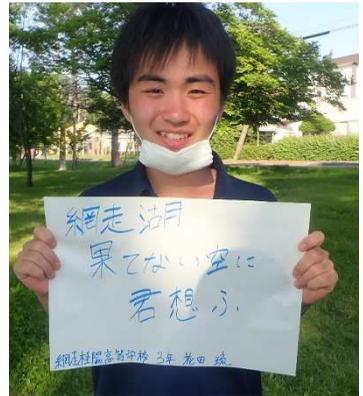


# 参加者の声

## 参加した感想・新しい発見は？

参加したみなさんにお話を伺いました！





# 協力していただいた皆さんの声



## あ

ばしり学 学生H E  
R Q Sの皆さま方に  
は、日頃より網走市  
子ども会育成連合会の事業にご  
参加・ご協力を頂き、心より感  
謝申し上げます。

今年度は、日常生活の全般  
が、「コロナウイルス感染」の  
に翻弄され、日常の暮らしを普  
通に出来ることがどれだけ有難  
いことなのかを思い知らされた  
一年だったのではないでしょ  
うか！

恒例の「サマーキャンプ」も  
中止せざるを得ない状況となり  
ましたが、OBメンバーの熱い  
想いを受け、皆さま方との繋が  
りを維持すべくデイキャンプと  
して開催し、総勢35名で実り  
ある研修となりました。

また12月には「子ども大  
会」も予定通りに開催すること

が出来、両事業を通じて、「コ  
ロナウイルス感染対策」を講じ  
た「コロナ禍での行事の運営」  
を体験出来たことは、今後の活  
動に明るい希望を与え、強い自  
信となりました！

いつも皆さんには、子どもと  
大人をつなぐ絶妙な役割りを  
担って頂き、欠かすことの出来  
ない存在となっております。また  
学生の皆さんにとっても貴重な  
体験であり、きっと将来に向け  
てのステップアップに繋がるも  
のと期待しています。

今後ともこの良い関係が長続  
きし、さらに連携の輪が広がる  
ように願いつつ、皆さんのご協  
力に重ねて感謝とお礼を申し  
上げます。



会長 松井 弘さん  
網走市子ども会育成連合会



# ヒ

ーローズの活動に  
お手伝いとして参  
加して、とっても  
楽しく網走の魅力に  
触れることが  
できました！ また、  
多世代での活動が  
多く、体験から  
だけでなく、交流  
を通して年齢に  
関係なく、素敵な  
視点やすごいなあ  
と思う行動が多  
くありました。

感じた事を言葉に  
して伝えるのは難  
しいかもしれませんが、  
素敵だなと思った  
事をマネして、次  
のステップとして  
他の人に伝える事  
ができたらいいな  
と思います。楽し  
んで活動していると  
気持ちはずいぶん  
染みていくと思う  
ので、まずは楽し  
むことを第1とし  
てSTEP UPして、  
ヒーローズに関わ  
るみんなで成長

していったら網走  
が多くの魅力で溢  
れると思います！  
楽しんで活動して  
いると気持ちは伝  
染していくと思う  
ので、まずは楽し  
むことを第1とし  
てSTEPアップして  
ヒーローズに関わ  
るみんなで成長し  
て行けたら網走が  
多くの魅力で溢れ  
ると思います！



麻生 遥香さん

東京農業大学 OG

# 今

回、西網走漁協  
青年部として、網  
走市の産業である

ホタテ漁業につ  
いて説明させて  
頂きました。小  
さい頃から網走  
に住んでいてもわ  
からないこと、社  
会に出て網走から  
離れてしまったら  
触れ合うことが  
出来ない、網走特  
有のお仕事を知  
ってもらう良い機  
会になりました。そ  
してホタテ剥き  
にも挑戦してもら  
い、その自分で  
捌いたホタテをト  
ッピングしてピザ  
を焼いてもらいま  
した。

愛情を込めた手  
作りピザを通して  
、網走には美味し  
い食材がある、そ  
してとても豊かな  
自然があることを  
再認識していただ  
ければと思います。

あばしり学、学  
生ヒーローズに  
参加された学生  
さん達には、網  
走に住んでいる  
ことに誇りを持  
ってほしいとい  
うこと、そして  
若者のみなぎる  
パワーで網走の  
まだまだ伝わら  
ない魅力を発信  
して欲しいと思  
います！！

みんなと一緒に  
焼いた手作りピ  
ザ、美味しけれ  
ばいい！！

また一緒に活  
動しましょう！！



山本 正樹さん

西網走漁業協同組合 青年部 部長



# 学

生HEROSの皆様  
さんは、エコーセン  
ター20000を会場  
として、あばしり学  
「コース」の小学生に  
参加してもらって開  
催した「地域を結ぶ  
地域共創プログラム  
ワークショップ」で、  
素晴らしいサポート  
役を務めてくれました。

このとき皆さんは  
司会・進行役、子供  
たちが自身の網走  
の魅力を再発見し  
て付箋に書き出す  
ワークのサポート  
役、そしてクイズ  
作品をプログラム  
で作成する作業の  
ティーチング・アシ  
スタントとして、  
個性に寄り添い、  
能力を引き出し、  
子供たちの取り組  
みを支えてくださ  
いました。どうも  
ありがとうございます  
！また後日、この  
ワーク

ショップで子供  
たちが書いてく  
れた付箋を使っ  
てアレンジし、  
ポスター資料を  
作成して、エ  
コーセンター  
20000の1階  
ホールに展示  
してくれました  
ね。あれも大  
変素敵で見事  
な出来栄でした  
ね。

皆さんは、き  
っとこれからも  
様々な立場、  
場面で活躍さ  
れることでしょう  
。それを確信し  
、楽しみにして  
います。



木村 尚仁教授

北海道科学大学

# み

皆さんの活動に  
対する熱意や向  
上心には、毎回  
頭が下がります  
。私は、みな  
さん以上にボ  
ランティア活動  
に積極的な学  
生を知りませ  
んし、今後も  
なかなか出会  
うことができ  
ないと思います  
。

特に、地域と  
連携協力する  
姿には感銘を  
受けています  
。

私自身、オ  
ホーツクへ来  
た4年目にな  
りますが、友  
だちなし、知  
り合いなしの  
地域へやっ  
てきて、初め  
は悩んだこと  
もたくさんあ  
りました。

しかし、地  
域とのつなが  
りができる  
はじめたいま  
、改めて「  
つながり」の  
大切さを実感  
しています。

みなさんが  
今取り組んで  
いることは、  
すぐに自分  
にかえって  
くるものでは  
ないかもしれ  
ませんが、人  
との「つなが  
り」はいつか  
必ずみなさん  
にとってブラ  
スに働くと  
思います。

ぜひ、「  
つながり」を  
大事にして、  
今後も仲間  
たちと楽しく  
「続ける  
てください  
！」

私もみな  
さんとの「  
つながり」  
を大事にし  
ていきます  
！



館脇 朝斐さん

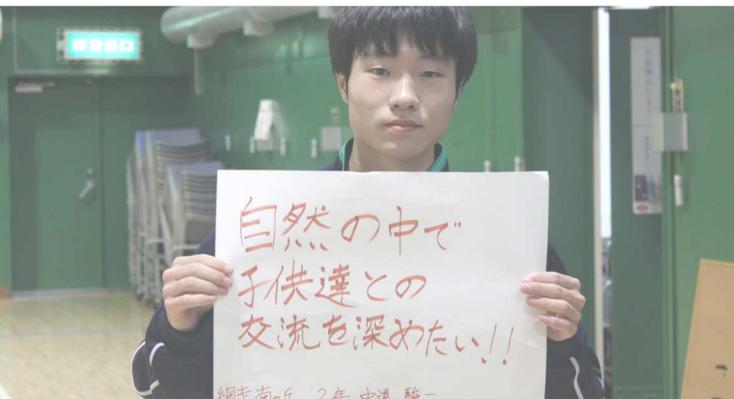
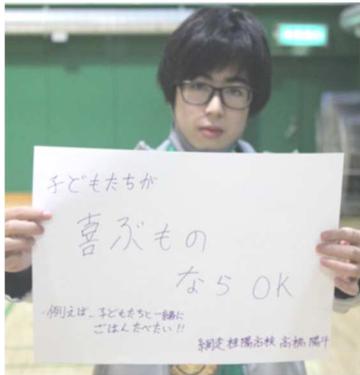
北海道立青少年体験活動支援  
施設ネイバル北見 事業推進係



# 参加者の声

## アフターコロナではどんなことがやりたいですか？

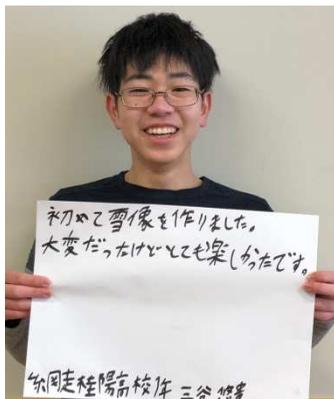
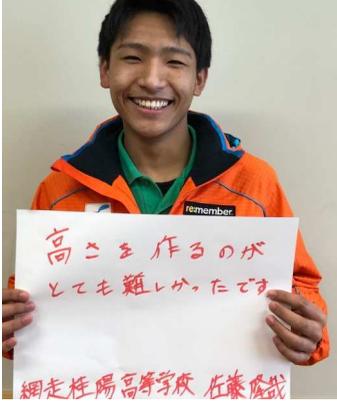
参加したみなさんにお話を伺いました！



# 参加者の声

## 雪像づくりに参加した感想・発見は？

参加したみなさんにお話を伺いました！







# 顧問の先生の声

## 今

年度はコロナ禍で、学生ヒーローズの活動も縮小が余儀なくされてしまいました。高校生のためにコロナ対策をしながらの企画を立てていた。だき、ありがとうございました。

デイキャンプでは、テントの設営や野焼きパンなど、生徒たちが初めて体験することも多く、グループ分けのアイスブレイクから、終始楽しそうな笑顔があふれていた印象でした。

また、ホタテ漁業や農業(小麦)についてのレクチャーや、地元食材を使ったピザ作り体験など、学生ヒーローズならではの地元の良さを再発見する機会を与えていただきました。

冬の雪像作りでは仲間で作る上げる達成感を、感じることうができたのではないでしょうか。

OB・OGたちの活躍も素晴らしく、後輩たちのサポートだけでなく、ボランティアを楽しむ行動と後輩たちの道標として、活動に協力してもらえたことには大きな意味があったと感じています。地元根付く繋がりができていることは、本当にありがたいことです。後輩たちが続いていくことを切に願います。



小野塚 博美 先生

網走桂陽高校ボランティア部顧問

## 網

走南ヶ丘高等学校でボランティア同好会の顧問になって2年

が経ちました。当初、私自身はボランティア経験がほとんどなかったため、誰か困っている人のためにやる仕事」以外にボランティアに対するイメージはありませんでした。けれど、網走市には、地域のために貢献するボランティア活動が非常にたくさんあり、新鮮な驚きの連続でした。花を植えたり、子供や障がい者のための運動競技のお手伝いやクリスマス交流会の出し物を企画したり、古本市やハロウィンパーティーなど、活動内容も様々です。

それらの活動を通して私が最も痛感するのは、ボランティアは他人のためにやってあげる

自己満足」の気持ちではない、ということ。例えば車いすの正しい使い方を知らずうえて周囲の安全確認をしなれば事故になる。食品を扱う活動では、食品を無駄にせず、衛生管理の知識をもって対応しなければ、人の健康を害することになる。常に「他者満足」の気持ちを持てる第一に、ボランティア活動がこれからでもできるよう意識していきたいです。



寺田 安江 先生

網走南ヶ丘高等学校ボランティア同好会顧問

# ボ

ランティアをするのではなく、自分の成長のためにボランティアをさせて頂くんです。

2年前に聞いた忘れられない生徒の言葉です。正直、高校生からそのような言葉を聞くとは思っていません。ボランティアは人を成長させ、心を豊かにする。最近では特にそう思うようになりました。コロナの影響のため、なかなか活動する機会が無い中で、学生HEROSという活動場所と機会を頂き、多くの方々のおかげで、高校生が少しずつ子供たちのヒーローへと成長していくことができたのではないかと思います。ここで出会った子供たちが、次の世代のへと繋がっていくこと

で、ボランティアの連鎖反応が起ることを期待してやみませ

ん。  
大変貴重な経験の機会を頂いた、エコーセンターの職員の皆様をはじめ、関わって下さった皆様に感謝申し上げます。



井上 裕生 先生

網走桂陽高等学校ボランティア部顧問

# 学

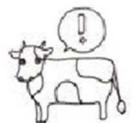
生ヒーローズのボランティア活動に参加し、デイキャンプや網走湖体感ツアー、ホタテビザ作りや雪像作りなど、全ての活動が楽しかったと感じ、生徒たちの表情がとても明るかったことが何よりも嬉しく感じました。

また、高校のOBや職員の方、講師の方々の参加者への関わり方を見て、物事の伝え方や姿勢、気配りや声かけなどを学び、実りある時間を過ごすことができました。今後は、新型コロナウィルスの感染対策を十分に行ったうえで、高齢者の方々や障がいのある方々との関わりを増やしていったらと思っています。



奥原 沙希 先生

網走桂陽高等学校ボランティア部顧問





## 学

生HERO Sは  
高校1年生から  
様々な活動に参加  
させていただいております、網走  
の山・川・海の関係性の学習  
や地域とのふれあい、様々な  
コミュニケーション学習な  
ど、普段の生活ではあまり経  
験することのない学びを、地  
域の小学生とともに”学習し  
てきました。

今年度は、高校を卒業しO  
Bという新たな体制での活動  
が始まると思っていた中、緊  
急事態宣言に伴う活動自粛  
や、コロナウイルス感染症対  
策などでHERO Sの活動  
も制限されてしまい例年通り  
の活動が思い通りにいかない  
スタートでした。マスクでお  
互いの顔がほとんど見えない  
状況でのコミュニケーション

や、ソーシャルディスタンスに  
よる人との間隔の確保など、こ  
の一年間は人との間にすごく距  
離があったなと感じます。です  
が、このような状況になって改  
めて学ぶこともたくさんありま  
した。

今までできていたことができ  
なくなってしまうたり、人と会  
うこと、相手の表情を読むこと  
が難しくなってしまうけれど、  
表情で伝えるコミュニケーションの  
大切さや、工夫することや  
考えることの大切さなど、様々  
な大切なことに改めて気づく機  
会になったなと思います。ま  
た、今年度からHERO Sの  
サポート中心の活動となり、新  
しい立ち位置での活動で自分た  
ちの未熟さにもたくさん気づき  
ました。



OB間での情報共有や社会教育課の方々のコミュニケーションの中で、情報の取得に個人差が生まれてしまったり、応答が遅れてしまうことなどがありました。

今年度から、社会人として会社に勤めながらHEROSの活動を行うという状況が変わり、それぞれの時間の流れがある中でコミュニケーションの難しさを感じたのとともに、自分たち柔軟性の足りなさを感じました。

また活動の中でも、サポート側としての視野がまだまだ狭いなど感じました。

なので、今後の活動ではもっと視野を広く持って、臨機応変に動いていきたいです。

高校を卒業した今も学生HEROSという活動に自分たちが携われているのは、エコーセクターの社会教育課の方々をはじめ、各高校の顧問の先生方、後輩たちのおかげです。

ボランティアという活動に携わる理由は、だれかのため、自分のため、地域のため、それぞれ違うと思います。

でも、学生HEROSという活動を通して、小学生や地域の人のために活動することで地域を知ることにつながって、自分の学びになり力なると考えるところごくありがたい環境だなと感じます。

そのような環境があることに改めて感謝して、大切にしながら活動していきたいです。

最後に現役のHEROSへ向けですが、この一年、このような状況下でもすごく頑張って活動していたなと思います。

例年よりも活動は少なくなってしまうけど、できる活動の中でしっかりとやるべきことをこなせていましたね。

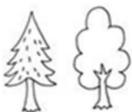
そのおかげでしっかりと人との関係を築けていたと思います。これから学生HEROS問わず活動していく中で、いろいろなことがあると思います。

悩むことや、もしかしたらつらいこともあるかもしれないけど、そんな時でも社会教育課の方々や顧問の先生方など、みんなのことを思って動いてくれている人たちがいることを忘れないでください。



遠藤 聖也さん

網走桂陽高校OB

















## 学

HERO'S  
に参加する若者たちへ

人は、ほかの人との出会いがきっかけとなり、大きな成長を遂げることがある。

学生HERO'Sの活動で

は、同世代を始め、人生の先輩、大先輩、子どもたちとの交流も重要な要素であり、醍醐味(?)の一つだと考えます。集団で活動するとき、相手が何を考えているのか分からないとなかなかスムーズに活動できません。皆さんには、準備や後片付けを一緒にすることで、時間を共有して情報交換をしてほしいと思います。

ところで、人により差はありますが、自分は何者なの

か」将来どのようなのか」今何をすればいいのか」と、ちやもやしながら精神的にさすらうのが、若者期の特徴です。そして、若者は精神的な自立を求められますが、何が自立なのか」大人のルールに従順になることなのか」もっと自由に生きたい」など、尾崎豊の歌詞のように悩み、反発し、葛藤を繰り返すこともありま

す。これに対する処方箋の一つとして、「旅」をすることを提案します。小さな旅でも構わない。それは、日常と切り離れた時間と空間に身を置くことで、リフレッシュ効果をもたらすとともに、いつもとは異なる風景、時間を

体験することで、自分を見つめ直し、時に出会いや新しい発見につながることもあるからです。新しい何かに出会いたいという意志の発動が、旅によって昇華されるのがよいでしょう。HERO'Sの活動の貴重な時間、一つの小さな旅となり、貴方の成長の糸口となることを期待します。

オホーツク文化・交流センター

センター長 岩尾 弘敏



## 楽

しく活動できた2019。ずっと困惑していた2020。この2年を合わせた記録集になります。2020年度は様々な制限がかかり、できる活動は激減しました。

しかしそんな中、すべて中止にならなかったのは、ヒーローズたちやOB OGなどがコロナ禍だけでもできる活動はないか。と自ら一生懸命考え、熱い思いを提案してくれ、たことがきっかけでした。

そしてそんな彼らの思いに対して、地域の方々が真剣に向かい合い、知恵を絞っていただいたおかげで、様々な活動を実施することができました。

受け身で終わるのではなく、主体的に課題解決を目指すとともに、改めて地域の方々の

「カッコいい背中」を見たことにより、彼らはより一層素敵なヒーローに近づいていると思います。

ヒーローたちの笑顔は、周りの人をも笑顔に。

網走教育委員会 社会教育課

生涯学習係 鈴木 聡



## 自

由

この1年、行動を

制限され思うように活動できず、不自由さを感じる年でした。ね、そんな中でも一番印象に残っている活動は、8月のデイ

キャンプです。私が初めて持つ少し大きな仕事で、失敗や上手くいかないことも多く、本当に多くの人に助けられ、支えてもらい、無事に終えられたことを印象深く覚えています。ヒー

ローズの皆さんと活動をともしていく中で、私自身も学ばせてもらうことがたくさんあり、

積極的に活動に取り組むヒーローズの姿はいつもキラキラと輝いていて素敵でした。ヒーローズの活動に携わらせていただけて私自身も幸せです。同時に、この活動は多くの方々

の思いが集まって成り立っているのだと知りました。

改めて関わっていただいているすべての皆様に感謝いたします。ありがとうございます。

来年度の活動もどのようになるかわかりませんが、活躍している「ヒーローたちの横顔」を沢山見ることができたら嬉しいです。

どうぞよろしく願います。

網走教育委員会 社会教育課

生涯学習係 大野集弥



発行：網走市教育委員会 社会教育課 生涯学習係 2021年3月

