

垂高フリーマガジン作っちゃいますプロジェクト／垂水高校の魂と情熱を届けます！ since 2012

TaruTama

鹿児島県立垂水高等学校フリーマガジン〔たるたま〕

2021
Spring
vol.18

— 特集 —

ありがとう！



TAKE FREE

ご自由にお持ち帰りください
発行 3,500 部 (数に限りがあるよ！)

君はまだ
真の垂高の
楽しさを
知らない。

Introduction ／はじめに

垂水高校は、大正 14 年に設立され令和 3 年で創立 96 周年を迎える高校です。地元では「垂高（タルコウ）」の愛称で呼ばれ、地域に貢献している多くの人材を輩出し、地域と連携してきた歴史と伝統、実績をもとに、垂水市になくてはならない教育機関として現在に至っています。



垂高フリマガ／TaruTama

本誌「TaruTama（たるたま）」は、垂水市と垂水高校がコラボレーションしたフリーマガジン（フリマガ）です。垂水市が策定した「垂水高校振興支援計画」の「広報・PR 活動」として計画されたもので、その名も「垂高フリーマガジン作っちゃいますプロジェクト」。垂水高校全生徒からプロジェクト参加者を募り、製作委員となった生徒 15 名が夏休み返上で製作に当たり「垂水高校愛」という魂を込めて創刊号を発行しました（平成 24 年 10 月 1 日）。これを機会に、多くの皆様（特に、中学生の皆様）に垂水高校を知っていただき、少しでも興味をもっていただければ幸いです。

※バックナンバーは、垂水高校公式ブログからご覧いただけます。

TaruTama

2021 Spring Vol.18

Contents

生徒コラム／ P3

一緒に最強〈三冠王〉

特集／ P4 ～ P8

ありがとう！

シネマクーポン／ P9

CINEMA! CINEMA!!

特集／ P10 ～ P11

垂高を支える生徒会 2

取組紹介①／ P12 ～ 13

学びのある風景 ～総探× RESAS～

取組紹介②／ P14 ～ 15

ワクワクは突然に。

Let's go time travel ! ～史跡めぐり～

取組紹介③／ P16 ～ 17

学びのある風景 ～家庭科編～

取組紹介④／ P18 ～ 19

Lunch ～お弁当 week～

◎本誌は垂水市からの広報強化支援により発行しています。

垂水高校では、垂水市の垂水高校支援事業（①通学費補助、②検定試験等補助、③部活動等活性化補助、④広報支援補助、⑤東進ハイスクール通信講座補助、⑥家賃補助）の「広報支援補助」を活用して発行しています。

◎企画・発行・取材・撮影／垂水高校（鹿児島県垂水市中央町 14 ／☎ 0994-32-0062）

◎デザイン・編集／垂水高校・垂水市（鹿児島県垂水市上町 114 ／☎ 0994-32-1111）

◎印刷・製本／（有）垂水中央印刷 ☎ 0994-32-0315

◎注意／写真、イラスト等の無断転載を禁じます。





生徒コラム



Writer

前田 美咲

生活デザイン科3年
鹿屋東中出身

Writer

原口 千

生活デザイン科3年
鴨池中出身

一緒なら最強

私達の高校生活最大の目標は、三冠王になることでした。三冠王とは、家庭科食物調理技術検定1級、被服製作技術検定和服・洋服1級の3つの検定を全て取得するともらえる称号です。

それは、想像以上に大変な挑戦でした。被服製作ではなみ縫い、食物調理ではキュウリを30秒間に50枚以上切るなど、初歩的な所から始まります。しかし、級が上がるにつれて難易度が高くなり、最終的には食物調理1級でフルコース料理、被服製作和服1級で浴衣、洋服1級でジャケットを製作します。2年生で食物調理検定1級までは取得しましたが、3年生で被服製作の和服・洋服1級を、どちらも1回で合格しなければ三冠王になることができません。

浴衣は手縫いの量に圧倒されて苦戦し、ジャケット

は検定当日までに済ませておかなければならない作業の量が多く、「もう無理だ」と何回も思いました。失敗することができないという緊張感に加え、新型コロナウイルス感染症の影響で、授業ができない期間があったことにも不安を募らせました。

それでも、同じ目標に向かって切磋琢磨できる仲間がいたのはとても心強かったです。土日学校にきて製作したり、上手くいかないところを何回も練習したりして、諦めずに挑戦した結果、無事に二人とも三冠王を取得することができました！指導してくださった先生方や検定料の補助をしてくださる垂水市、そして、最後まで励まし合い支えあった原口・前田お互いに「ありがとう」。卒業後も私達は、様々な事に挑戦していきます！



会えたこと
過ごしたこと
伝えたい
とう！





— 特集 —

あなたと出
あなたと
あなたに

あいが





自分で製作した着物。
帯は垂水で作られている
大島紬を使用しました。

生活デザイン科
3年 垂水中央中出身

大迫友喜の
「ありがとう!!」

引っ込み思案だった私。
こんなに自己表現できるよう
になりました。



↑ F M たるみずのパーソナリティのお二人と一緒に

F M たるみずには、たくさんの
自信と挑戦する勇気を与えてもら
いました。縁の始まりは、二年生
のとき。インターシップをさせ
ていただいたことです。滑舌よく、
声出しをする方法を練習。また日
本童話の本を鹿児島弁で読み、自
分の声を録音して聞き返しまし
た。最後には練習の成果を発揮す
る場としてラジオに出演したり、

好きな曲の紹介をしたりなど、貴
重な体験をさせていただきました。
初めてのラジオ局。パーソナ
リティの宮城さんと小村さんはや
さしく、不安もすぐ解消されまし
た。普段から自分をアピールする
ことが苦手な私。ラジオでうまく
話せるか、失敗しないか不安でし

たが、パーソナリティのお二人
が「失敗しても大丈夫! 何回でも
チャレンジしよう」と言ってくだ
さったので、自信を持って話すこ
とができました。この体験がきっ
かけで「自分の思ったことを言葉
にすること」、「自信を持つこと」、
「自己表現をすること」ができる

ようになり、また楽しく感じられ
るようになりました。この縁を機
に、学校行事の紹介や垂水高校の
ことなどをF M たるみずからたく
さんPRさせていただき、そのた
びに自分を表現する楽しさが増し
ました。私が卒業した後も、後輩
が引き継ぎ、垂水高校とF M たる
みずの交流がずっと続いていつて
欲しいです。素敵な出会いに感謝!

食材の宝庫鹿児島。フードデザ
インの授業では、そんな鹿児島の
郷土料理や地元でとれる食材を
使って、現代の子ども達が抱える、
食に関する課題を解決すること
ができないかを考えました。私達の
グループでは、『朝食を食べない
子どもが増えている』という課題
を解決するために、ささっと食べ
ることが出来る上に栄養満点の朝

食育ポスター掲示



食メニューを開発しました。せっ
かくなので、垂水小学校の小学生
に見てもらいたいと思い、掲示さ
せてもらいました。少しでも食育
に興味を持ち、鹿児島の味を後生に
も伝えていって欲しいと思います。



生活デザイン科は実習も多く、
ミシンの使い方は慣れています。
上手に教えらるるか不安もありま
したが、ミシンの糸の通し方や返
し縫いの仕方、布の裁き方など一

ミシン講習会



家庭クラブ会長として
たくさんの行事を取り
まとめました。



生活デザイン科
3年 垂水中央中出身
肥後美翔の
垂小生に感謝

人一人丁寧に指導することを心が
けました。
小学生は、みんな積極的に授業
に取り組んでいて、自ら進んで練
習に励み、私の話も一生懸命に聞
いてくれたので、楽しく授業を行
うことができました。少しでも、
小学生に被服の楽しさを伝えられ
ていたら嬉しいなと思います。貴
重な体験をさせてくださり、あり
がとうございました。



太田尾先生 ありがとう!

出会いは、数学の先生“。それから生徒会の顧問やクラス担任など関係がとても深く、いくつもの日々を共に過ごしました。今年度は一緒に音楽バンドを組み、文化祭でパフォーマンスを披露しました。ステージ上で奏でる音はとても美しく、大いに楽しむこともでき、みんなを楽しませることもできました。

太田尾先生との出会いがあったことで、私たちの学校生活がとても楽しい3年間となりました。先生のように、たくさんの人を元気にさせる、カッコいい男になりたいです! サンキュー!!



恩師 太田尾先生
心がとても若く、
僕らの味方。

垂高で趣味がたくさん
増えました。
カメラ、ギター、映像
編集。

普通科
3年 垂水中央中出身

當房志龍の

「ありがとう!!」

松尾先生 ありがとう!

コンダクター! 松尾先生。
僕らを常に尊重し
てくれました。



年に一度の文化祭。全校生徒が主役となり、今年度も大いに盛り上がりました。文化祭を実行する上で、全体の企画・運営に松尾先生が携わってくださいました。生徒会のメンバーや先生方と上手く協力したことにより、今年度は映像に力を入れたパフォーマンスを披露することができました。またコロナ感染対策を徹底的に行ったことで、誰も感染することなく、文化祭を終えることができました。私自身、一番楽しかった学校行事となりました。本当にありがとうございました。

TaruTama×鹿児島ミッテ 10×広報たるみず

垂水市の広報誌「広報たるみず」で連載されている「シネマクーポン」が、鹿児島ミッテ 10 の御協力のもと、TaruTama にも登場！中学生・高校生の皆さん、映画を見る時は、おでなクーポン券をどうぞご利用ください！

cinema-cinema 新作 映画

新型コロナウイルス感染症
予防に関するご案内

マスク着用をお願い



必ずマスクの着用をお願いします。
マスク未着用の場合は
ご入場をお断りさせていただきます。

上映作品は、急遽予定が変更となる場合がございます。ご了承ください。

公開 3/5 金



太陽は動かない

公開 3/12 金



ブレイブ-群竜戦記-

公開 3/12 金



アウトポスト

公開 3/19 金



まともじゃないのは君も一緒

公開 3/19 金



奥様は取り扱い注意

公開 3/20 土



映画
ヒーリングっどプリキュア

公開 3/26 金



モンスターハンター

公開 3/26 金



騙し絵の牙

〔広報担当のシネマのススメ〕

1 キネパス

スマートフォンで
簡単に映画予約できる
アプリを活用！

キネ
パス

2 自動発券機

鹿児島ミッテ 10 では自動発券機で
チケットを発券！キネパスをご利用
の方は QR コードをかざすだけで
チケットを発券できちゃいます！



3 通常料金

◎一般 1,800 円 ◎大学生 1,500 円
◎高校・中学・小人（3 歳以上）1,000 円
◎シニア（60 歳以上）1,200 円

cinema-cinema
01

鹿児島ミッテ 10
シネマクーポン
200 円割引

有効期限 R03.03.01 月 ~ R03.05.02 日

※利用対象／一般・大学・中学・小人（3 歳以上）
※利用方法／入場（もぎり）の際に係員にお渡しください。
※有効人数／本券 1 枚で 2 名様（※学生は学生証が必要）
※注意事項／①他割引併用不可 ②コピー・WEB からのプリントは利用不可
③ IMAX 上映ではご利用いただけません。
※上映作品は、変更となる場合があります。詳しくは、お問い合わせください。
◎お問い合わせ先／鹿児島ミッテ 10 ☎ 099-812-6662

cinema-cinema
02

鹿児島ミッテ 10
シネマクーポン
200 円割引

有効期限 R03.03.01 月 ~ R03.05.02 日

※利用対象／一般・大学・中学・小人（3 歳以上）
※利用方法／入場（もぎり）の際に係員にお渡しください。
※有効人数／本券 1 枚で 2 名様（※学生は学生証が必要）
※注意事項／①他割引併用不可 ②コピー・WEB からのプリントは利用不可
③ IMAX 上映ではご利用いただけません。
※上映作品は、変更となる場合があります。詳しくは、お問い合わせください。
◎お問い合わせ先／鹿児島ミッテ 10 ☎ 099-812-6662

cinema-cinema
03

鹿児島ミッテ 10
シネマクーポン
200 円割引

有効期限 R03.03.01 月 ~ R03.05.02 日

※利用対象／一般・大学・中学・小人（3 歳以上）
※利用方法／入場（もぎり）の際に係員にお渡しください。
※有効人数／本券 1 枚で 2 名様（※学生は学生証が必要）
※注意事項／①他割引併用不可 ②コピー・WEB からのプリントは利用不可
③ IMAX 上映ではご利用いただけません。
※上映作品は、変更となる場合があります。詳しくは、お問い合わせください。
◎お問い合わせ先／鹿児島ミッテ 10 ☎ 099-812-6662



美化委員会の取組

私たちは美化委員会で～す！

全校生徒が気持ちよく過ごせるように、学校をきれいにしています。垂水高校は少人数がいいところもあるのですが、一人あたりの掃除の範囲が広い。時間いっぱい清掃に取り組むことを常に意識して行動しています。

年間の主な活動内容

- 1学期**：校内を徹底的に掃除して、清潔な学校を保つ
- 2学期**：体育祭や文化祭などの各行事に向けて校内をきれいにし、ゴミを減らす
- 3学期**：新入生と新年度を迎えるにあたって、ふだん手の回らない所の清掃を徹底する

日々の役割

- ・花壇の手入れ
- ・降灰除去
- ・ゴミの分別とマナーの徹底
- ・作業用具の点検、整備



我らの味方、日々頑張ってくれるロードスイーパー。これを動かすだけでこのボックスの中に灰が集まるんだ



普通科2年
尾迫 佳
垂水中央中出身



美化委員は常に特別清掃

美化委員だけは、清掃時間にクラスの掃除担当から外れ、別な場所を清掃します。垂水には桜島の火山灰が、次から次へと無限大に降り積もります。除去作業にはロードスイーパーがないと清掃が追いつきません。

また季節限定銀杏の落ち葉を集めます。飛んでいった落ち葉を追っかけて校外清掃にもなります。

灰清掃で大変なこと BEST 3

BEST 1：側溝

水を含んだら重いし、ニオイがする



BEST 2：玄関ロビー

人の出入りが多く灰が舞う



BEST 3：回収と運搬

重すぎて毎日筋トレ！



体育委員会の取組

私たちは体育委員会で～す！

体育の授業やクラスマッチ、体育祭を中心に活動しています。特に学校行事では、生徒のみなさんが思い切り活躍できるように、体育委員全員で協力して取り組んでいます。

年間の主な活動内容

- ・体育の授業の補助
- ・7月…夏季クラスマッチ
- ・9月…体育祭
- ・12月…冬季クラスマッチ

いち、にい
さん し～



日々の役割

- ・体育館の清掃
- ・クラスマッチ
 - ◎トーナメント表の作成
 - ◎会場設営
- ・体育祭
 - ◎全体の進行
 - ◎会場の設営
 - ◎本部の補助
 - ◎選手名簿の作成



クラスマッチ



↑白熱した戦いが繰り広げられました!!



↑開会式の様子

↑昨年度の新競技「オセロ」も生徒が提案しました！

体育委員の活動の中でメインとなるのは、年に2回あるクラスマッチです。今年度は、新型コロナウイルス感染症が拡大したため、冬季に1回しか行うことができませんでしたが、毎年、体育委員全員で力を合わせて運営しています。

クラスマッチ当日は、早めに登校し、会場設営をします。競技中は、先生方の協力もいただきながら、怪我やトラブル等がないように気をつけ、スムーズに進行できるようにすることを心がけています。これからも、生徒のみなさんに「楽しい」と思ってもらえるようなクラスマッチが開催できるように頑張っていこうと思います！



学びのある風景 ～普通科編～（総合的な探究の時間）



1／食生活改善推進員の方による料理教室に参加
2／垂水経済同友クラブ総会にて研究結果をプレゼンテーション
3／「地方創生☆政策アイデアコンテスト 2020」で九州経済産業局長賞を受賞し、報告のため尾脇雅弥垂水市長を表敬訪問

総探 × RESAS

垂 水高校普通科では、1年次から「総合的な探究の時間」という科目で地域研究を行っています。この学習では、地域の文化・歴史、経済・産業を学びながら、その中に見られる諸課題について把握し、これらを解決するための手法を見出すという探究活動を行っています。

私たち3人は、地元垂水には全国的に有名な特産品がたくさんあること、その一方で人口減少の課題があることなどから、「食」を通して地域の活性化を図り、人口減少の課題を解消することができないかということをテーマに、研究してみました。

地元で活躍されている食生活改善推進員の方への取材や料理教室への参加、垂水市役所や地元農家さ

んへの取材、文化祭での特産品販売など、垂水の「食」について、これまで研究活動を行ってきました。このような活動を通して、地元垂水の実情やどのような課題があるのかを具体的に把握したうえで、データに基づく分析や考察を行うことで解決策を提案しようと考え、「地域経済分析システム（RESAS）」を活用することにしました。

RESASとは、経済産業省と内閣官房が提供している「産業構造や人口動態、人の流れなどの官民ビッグデータを集約し、可視化するシステム」のことです。

このシステムを利用し、データを分析することで、垂水には人口減少などの深刻な課題がある一方、農業や特産品に「強み」があることもわかりました。

そこで、『垂水を「食」で盛り上げ隊』というテーマで、『垂水「食」プロジェクト』という政策アイデアを提案してみたところ、内閣府主催の「地方創生☆政策アイデアコンテスト 2020」で経済産業省九州経済産業局から局長賞をいただくことができました。私たち高校生が、微力ながら地域に貢献することができ、とてもうれしく思います。これからも、地域活性化のため探究活動を続けていきます。

Writer
入佐 瑞希
普通科2年
垂水中央中出身



垂水を「食」で盛り上げ隊！

垂水市の総人口と、老年人口、生産年齢人口、年少人口の3区分人口の推移について、1980年から2020年までの実測値と、2020年から2045年までの予想を示したグラフから、2045年の総人口の予想は、2015年に比べ45.1%の減少、さらに15歳以上65歳未満の生産年齢人口については68.1%の減少、15歳未満の年少人口も66.0%の減少と、深刻な人口減少が予想され、地域の課題となっています。

一方、垂水市の農業の特性について調べてみたところ、農業経営体数は減少しているものの、2015年のデータによると農業経営体あたりの農業産出額は、農業が盛んな鹿屋市、または鹿児島県、あるいは全国平均に比べてかなり高く、生産性の高さが際立っていることに気付きました。このため、農業をベースに食を通し

た政策が、課題解決のために効果的なのではないかと考え、次の3つの政策アイデアを提案します。

垂水「食」プロジェクト

① 新規就農者募集 × 地元移住

定住人口の増加
地域産業の振興

② 農業 × 本市特産の温泉水

農産物のブランド化
地域活性化

③ 特産品 × 伝統料理

観光資源の開発
地元雇用確保

これらにより、生産年齢層の人材確保ができることで、定住人口の増加や地域産業の振興が期待でき、地域社会全体の活力を取り戻すことができるのではないかと考えます。



政策アイデアの具現化に向け、垂水市認定新規就農者として、「つらさげ芋」を生産している浜直農園の濱田直史さん取材しました。農業のやりがいや今後の展望などのお話をうかがい、生産者の熱い想いを感じました。



浜直農園

代表 濱田直史

〒892-0817 鹿児島県鹿児島市小川町 8-3 (直売所)

Tel 099-224-8199 FAX099-833-9370

Let's go time travel!



中村 美月
普通科 2年
垂水中央中出身

② 柁原貝塚



柁原の平地一帯は昔から“貝殻の産地”として知られており、大正時代頃まで肥料などに用いる貝灰を製造していました。平成7年度と9年度に農免農道を作るために発掘調査が行われたところ、面積 500㎡、深さ 1m もの大規模なこの柁原貝塚が発見されました。



尾迫 由那
普通科 2年
垂水中央中出身



史跡巡り

今年度で 37 回目の実施となる、伝統ある垂水高校史跡巡りについて紹介します。

3 コースあるうちの今回は新城方面のコースです。約 23 km の道のりを踏破して、心身を鍛えますよ！

さあ！地元輩出の先人の功績をたどることで、郷土について深く知り、学ぼう！そして、自分の存在意義を確かめ、今までの教訓を生かし未来を拓いていこう！



ここで クエスチョン Q

貝灰の使い道で間違っている物はどれでしょう？

- ① 肥料
- ② 壁の塗料
- ③ 歯磨き粉

④ 西郷南洲翁仮宿跡
明治六年。西郷は官職を辞めて帰郷し、(一八七三)各地で狩猟を行い、垂水大都の上田家にも宿泊した。

④ 西郷南洲翁仮宿跡

③ 国一様のお墓
国一様とは呉鑑和尚のこと。「国中で一番優れた人」と崇められ国一様と言われるようになった。

③ 国一様のお墓

② 柁原貝塚

① 俣江観音
観音は推定四百年前のもの。安産の仏として信仰されてきた。

① 俣江観音



【答え ③ 歯磨き粉】

ワクワク
は突然に。

学校取組 史跡巡り

⑨ 鹿児島神社（下宮神社）



古代に創建されたと伝えられています。昔は神社も土地を所有していて、お金がない人をそこで働かせ、神社に年貢を納めさせていたという話があります。

また、この神社と同じ敷地内には、戦争で亡くなった戦没者の招魂墓や慰霊碑が創建されています。



前田 葵
普通科 2年
垂水中央中出身



⑤ 落花生伝来地



明治 12(1879) 年、新城大浜の田中良八が山川旅行中の宿屋で、初めて落花生を食べ感銘を受けました。そこで琉球で栽培ができるのなら新城でもできるはずだと、落花生の種子を 10 粒ほど譲り受け、栽培を始めたことがきっかけで、今までは垂水の特産品となっています。



淵上 千夏
普通科 2年
垂水中央中出身

ここで
クエスチョン
Q

この鹿児島神社はこの神社と
争いがあったでしょう？

- ① 手貫神社
- ② 神貫神社
- ③ 菅原神社

ここで
クエスチョン
Q

落花生原産地はどこでしょう？

- ① 南米アンデス
- ② 中国
- ③ アフリカ

⑨ 鹿児島神社（下宮神社）

⑧ おろごめ（柊原公民館）
藩政時代の「おろごめ（菩馬追ともいう）」（四月に二歳馬を生け捕りにして軍馬として送る）の様子が勇敢だった。

⑦ 白崩え 震洋基地跡地

阿多、始良、喜界カルデラの噴出物からなる三層の「白い」崖。崖南端部の大きな洞穴は、太平洋戦争末期に震洋隊によって掘られた。

⑤ 落花生伝来地

⑥ 神貫神社 宮下遺跡

古代神木大明神社と云われ、新城の記録は八世紀初めにさかのぼる。その社領は遠く垂水まで及んでいたと云われる。
宮下遺跡は、平成五年に調査され、縄文後期には人が生活していたことが分かった遺跡。

【答え ②神貫神社】

【答え ①南米アンデス】



学びのある風景

～家庭科編～

「生活産業基礎」の授業では、生活に関わる様々な産業について学び、将来の生活をより豊かにするための知識・技術を身に付けることを目標としています。今年度は、食生活に関する産業の分野で、地元のパン屋さんと連携して商品開発に取り組みました。



私たちが
紹介します！



浜田 奈歩

生活デザイン科 1 年
垂水中央中出身

福元 詩織

生活デザイン科 1 年
南中出身

山下 珠璃

生活デザイン科 1 年
垂水中央中出身

1. 市場調査

どのようなパンが求められているのかを知るために、アンケートを作成して回答してもらいました。

また、学校にパン販売に来てくださる『ティンカー・ベル』さんの商品を試食して、開発のヒントを得ました。



2. アイデア創出・事業開発

具体的に、どんなパンを作るか考えます。せっかく垂高生が作るのだから、なにか『垂水らしさ』を入れたい！地元の食材にも目を向けてみました。



3. 試作

全部で2回試作しました。1回目の試作での反省を生かし、2回目の試作では納得のいく仕上がりにすることができました！



4. 企画書・ポスター作成

材料、作り方、ポイントなどをまとめた企画書を制作し、『ティンカー・ベル』さんに見てもらったところ、たくさんのアドバイスをいただきました！まだまだ改良できそうぞ!!ここまでの学習の成果をポスターにまとめて発表しました。引き続き商品化に向けて頑張りたいです★



TaruPieez

市場調査

Q ピザは好きですか？

A. 多数の人が好きと答えた。

Q どんな味のピザが好きですか？

A. トマトソース・照り焼きが多かった。

Q ピザを購入するなら、いくらまで出しますか？

100～150円が多かった。

垂高生にアンケートをとって、ニーズを把握しました。

試作結果2

- ・スライスしたトマトもペーストにした
- ・お肉を1口サイズにした
- ・ピーマンとベーコンを抜かした
- ・トマトを甘くした
- ・2種類の試作の良い所を1つにまとめた

1回目の試作の反省をもとに、改善！

Shiori
Shun
Naho
George

コンセプト

鶏肉、チーズでたんぱく質もたっぷり！

じゃがいものペーストがポイント！

垂水産のいんげんを使ったよ。

「昼ご飯におすすめ！」

試作結果1

- ・ありきたりなものだった
- ・色とりがなかった
- ・かにかまを入れたけど、水っぽくてパンには合えなかったみたい
- ・お肉が大きくて、ひと口にしたら食感が
- ・じゃがいもが少なくて足した
- ・お肉の味が薄かった

試作1回目の反省

原材料

チーズ、じゃがいも、いんげん、鶏もも肉、トマト、バジル

砂糖、しょうゆ、みりん、コーンのり、塩、コショウ、マヨネーズ

調理方法

- ① ジャガイモの皮をむいて、ゆでる
- ② いんげんを2cmに切り、ゆでる
- ③ ジャガイモをつぶして、マヨネーズ、塩、コショウで味付けする。
- ④ 鶏もも肉を2cm角に切って、焼く。
- ⑤ 焼き目が付いたら、しょうゆとみりんを味付けする。
- ⑥ 食パンにじゃがいものペーストを塗る。
- ⑦ 照り焼きを乗せる。
- ⑧ いんげん、コーン、チーズをのせる。
- ⑨ のりを乗せて焼いて完成！

垂水の特産品さやいんげんを入れることに！

「具が見えやすいように、上にのせている海苔を細く切った方がいいと思います。」「彩りがよい！パッケージに入れたときの見せ方を良くしたらもっとよい！」などのアドバイスをティンカー・ベルさんにいただきました！



協力してくださったティンカー・ベルさん、
美味しいパンをありがとうございます！

就労支援事業所『パン・ピザ ティンカー・ベル』

〒891-2116 垂水市柊原114番地

電話番号：0994-45-7770

垂水高校にパン販売に来てくださっています。



～あなたのために作ります！ わくドキプレゼント大作戦～

「お弁当」は1つのコミュニケーションツールになり得ると思います。「お、今日は何か機嫌いいのかな」とか「昨日けんかしたからなあ…」など、作ってもらったお弁当をみたら相手の気持ちがわかるような気がします。逆にも、相手に自分の気持ちを伝えることもできると思います。

今回のお弁当Weekは、家族や友人など大切な人に「感謝」の気持ちを伝えるお弁当を作ってプレゼントする『わくドキプレゼント大作戦』です。お弁当を受け取った方々からは、「仕事で忙しかったのでお昼のお弁当を作ってくれてとても助かりました」「ぜひまた作って欲しい！」などのコメントをもらうことができました。きつとみんなの気持ち、届きましたね！

今後もしも不定期でやりたいと思います！

★★★★★
lunch
Tarumizu High School

**突撃！
隣の
垂高飯！！**

学校取組
お弁当 Week



愛情たっぷり 弁当

作った人 黒木 玲沙

生活デザイン科 1年
第一鹿屋中出身



初めて自分一人でお弁当を作りましたが、とても良かったです。ポイントは、卵焼きの形をハート♡にして可愛くしたのと、ウインナーをタコさんにしたところです。母には毎日でも作って欲しいと言われました（笑）これからできる限り頑張ります！

かわいい うさぎさん弁当

作った人 池崎 巴瑠菜

生活デザイン科 1年
鹿屋中出身



弟が「オムライス美味しい！うさぎも可愛い！」と言って、とても喜んでくれました。私なりに上手くできたと思います。「何を作ろうかなあ」と毎日考えるのは大変だと、母の苦勞がわかりました。日頃お弁当を作ってくれる母に感謝したいです。

キヨ猫さん 弁当

作った人 田中 帆乃佳
生活デザイン科 3年
鹿屋中出身



母の大好きなゲーム実況者「キヨさん」が映画『呪怨』で出てきた黒猫をモチーフに描いた「キヨ猫」をチーズや海苔、にんじんを使って作りました。チーズ餅春巻きとハツの唐揚げがすごく好評でした。社会人になってもお弁当作りを続けたいと思います。

感謝の手作り 弁当

作った人 林 萌々花
生活デザイン科 1年
鹿屋東中出身



唐揚げの仕込みを前日からしておくなど、いろいろと準備が大変でした。母は、インゲンやエノキの入ったベーコン巻きが好きなので作って入れたところ、「美味しかったよ」と褒めてもらえました。今後は朝早く起きて母の手伝いをしようと思います！

子どもも大好き 3色弁当

作った人 渡邊 美紀
家庭科職員



朝は時間が少ないので、ほとんど前日準備で、詰めるだけの簡単弁当です。地元の同級生が作っているロマネスコをもらったので入れてみました。味も形も不思議な野菜です。興味のある人はぜひ実際に食べてみてください！

愛情たっぷり ハンバーグ弁当

作った人 肥後 美翔
生活デザイン科 3年
垂水中央出身



色どりや栄養バランスを考えるのが難しかったです。得意料理のハンバーグを母に「おいしい！」と言ってもらえてとても嬉しかったです！自分流にアレンジした卵焼きも好評でした！高校生活3年間、お弁当作ってくれてありがとうございました！

垂高には
今、これも
あります

supported by tarumizu city

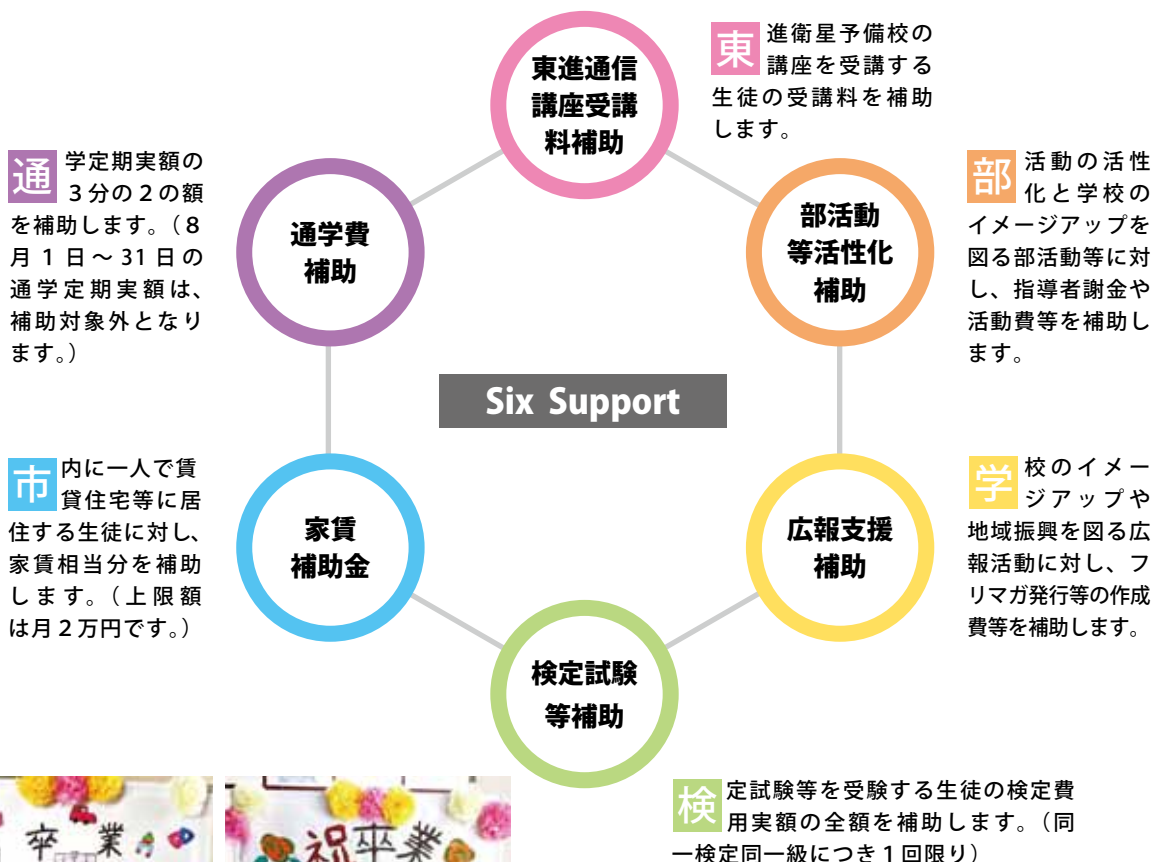
Six Support

【 シ ッ ク ス サ ポ ー ト 】

垂水高校では、垂水市の支援を受け、垂水高校に在学する生徒に対し6つのサポートを行っています！

◎垂水市における垂水高校振興支援

垂水市では、「魅力ある垂水高校づくり」支援策として、平成23年度に「垂水高等学校振興支援計画書」を策定し、基本方針として5つの柱（学校のイメージアップ、進学・就職の充実、未来を担う人材づくり、垂水市の地域振興、学校と関連団体の連携）のもと、垂水高校を支援しており、このシックスサポートもその取組の一つです。（本誌発行も支援事業として行われています。）



鹿児島県立垂水高等学校

〒891-2106 鹿児島県垂水市中央町14 ☎0994-32-0062
<http://www.edu.pref.kagoshima.jp/sh/Tarumizu/top.html/>

中学生の皆さんの
御入学を
お待ちしております。