

長崎県立五島高等学校 普通科 スポーツコース

令和5年度「高校生の離島留学制度」



〔在籍状況・卒業生進路状況・施設案内〕

〔剣道部紹介・メッセージ・体験談〕

〔陸上部・柔道部紹介〕

〔スポーツコース1年間の流れ・3競技担当教諭紹介〕

〔スポーツコースの授業〕



【スポーツコース独自の科目とその内容】

こんな生徒を
求めています

陸上・柔道・剣道のいずれかに強い興味関心がある人で
高校でさらに技能を伸ばしたい人
卒業後の進路にコースで学んだことを
活かしたいと考えている人

定員募集 **20**名程度



陸上



柔道



剣道

スポーツ理論
【4単位】

講義形式による
スポーツ科学・概論など。
スポーツの歴史・文化
トレーニング実践
スポーツ指導者を目指すために



スポーツA 【4単位】

主な授業内容

- トレーニング実践
- メンタルトレーニング
- スポーツ障害防止
- スポーツ栄養学
- テーピングなど

基礎体力講座の
講義と実施。
スポーツ栄養学、
スポーツ医学など。



スポーツB 【3単位】

主な授業内容

- 五島長崎国際トライアスロン大会
ボランティア実習
- ミニスポーツ
- ゴルフ実習など

競技や
レクリエーションの
競技・指導方法・
競技大会や体育祭の
運営方法など。



スポーツC 【9単位】

陸上・柔道・剣道から
選択しての実技。
(1～3年の合同の縦割り授業)



【スポーツコースの授業】

【スポーツコース1年間の流れ・3競技担当教諭紹介】

【陸上部・柔道部紹介】

【剣道部紹介・メッセージ・体験談】

【在籍状況・卒業生進路状況・施設案内】

【スポーツコース1年間の流れ】

4月

春季遠征・合宿
スポーツコース集會

10月

地区新人戦(柔道・剣道)
九州新人戦(陸上)

5月

ボランティア実習、体力総合診断(2年)
ゴールデンウィーク合宿

11月

ゴルフ実習(予定)
県新人戦(柔道・剣道)、高校総体(駅伝)

6月

県高校総体、プール実習
体力総合診断(1年)、北九州・九州大会

12月

冬季合宿、各種大会、ロードレース大会

7月

マリンスポーツ実習
金鷲旗(柔道)、玉竜旗(剣道)
スポーツコース競技別オープンスクール

1月

スポーツコース卒業発表会

8月

夏季合宿、各種夏季大会、インターハイ

2月

県下一周駅伝、県新人戦(駅伝)
九州選抜大会(柔道・剣道)

9月

乗馬実習(予定)
県新人戦(陸上)

3月

春季遠征・合宿
全国選抜大会(柔道・剣道)

カヌー実習



プール実習



ゴルフ実習



体力総合診断

【3競技スポーツコース担当教諭】

【剣道部】

荒木 雅義 先生
(平成29年度より)



【競技実績】

関東学生剣道選手権大会 出場
全国教職員剣道大会 出場

【指導実績】

第66回 山口国体……………少年女子優勝監督
第85回 玉穂旗高校剣道大会……………男子団体優勝監督
第71回 いわて国体……………少年男子優勝監督
長崎県スポーツ功労顕彰受賞
第46回 船屋旗争奪全国高校競技剣道大会……………優勝監督賞受賞
文部科学大臣優秀教職員表彰受賞

【柔道部】

中山 義秀 教諭
(平成30年度より)



【競技実績】

インターハイ……………60kg級 3位
ブルガリア国際柔道大会……………60kg級 5位
ベルギー国際柔道大会……………60kg級 2位
かながわ国体(長崎県代表)……………団体 3位
日本ベテランズ国際柔道大会……………60kg級 優勝

【指導実績】

インターハイ出場……………6名
九州大会上位入賞……………10名
長崎かんばらんば国体……………少年女子監督

【陸上部】

藤永 佳子 教諭
(令和3年度より)



【競技実績】

全国高等学校駅伝競技大会……………3位(1区区間賞)
世界選手権セビリア大会日本代表……………5000m 14位
女子日本高校記録樹立……………5000m
日本選手権……………5000m 優勝
第21回 ユニバーシアード……………10000m 2位、5000m 3位
名古屋国際女子マラソン……………優勝
ロンドンマラソン……………13位

【指導実績】

全国高等学校駅伝競技大会……………8位入賞

【陸上部】

今田 直弥 教諭
(令和4年度より)



【競技実績】

インターハイ……………やり投 10位
第80回 日本学生陸上競技選手権大会……………やり投 2位
第81回 日本学生陸上競技選手権大会……………やり投 3位
第66回 山口国体……………やり投 8位
第67回 ぎふ国体……………やり投 7位
第69回 長崎国体……………やり投 5位
第70回 わかやま国体……………やり投 4位
第71回 いわて国体……………やり投 4位

【指導実績】

インターハイ出場-九州大会上位入賞……………各1名

【在籍状況・卒業生進路状況・施設案内】

【剣道部紹介・メッセージ・体験談】

【陸上部・柔道部紹介】

【スポーツコース1年間の流れ・3競技担当教諭紹介】

陸上部



陸上部の主な実績 (R2~R3年度)

令和3年度

■第18回長崎県高等学校陸上競技選手権大会(高総体代替大会)

男子200m	優勝
女子200m	優勝
女子砲丸投	優勝
女子円盤投	優勝

■長崎県高等学校新人体育大会(第55回)陸上競技大会

男子400mH	2位
女子400mH	2位
女子砲丸投	3位
女子ハンマー投	優勝

■全九州高等学校体育大会 第38回全九州高等学校新人陸上競技大会

男子400mH	7位
女子400mH	出場
女子砲丸投	出場
女子ハンマー投	出場

■全国高等学校陸上競技大会2020

女子円盤投	出場
-------	----

令和3年度

■長崎県高等学校総合体育大会

男子400mH	2位
男子3000m S C	5位
男子110mH	6位
男子砲丸投	6位
女子ハンマー投	2位
女子400mH	5位
	6位
女子砲丸投	5位

■長崎県高等学校新人体育大会陸上競技

男子110mH	3位
男子やり投	3位
女子砲丸投	優勝

柔道部



柔道部の主な実績(R2~R3年度)

令和2年度

■長崎地区高等学校新人体育大会柔道競技大会

男子団体	2位	
男子個人	3位	4名
女子団体	2位	
女子個人	2位	2名

■長崎県高等学校新人体育大会柔道競技大会

男子団体	3位	
男子個人	3位	2名
	ベスト8	6名
女子団体	2位	
女子個人	優勝	1名
	2位	2名
	3位	2名

■長崎県高等学校柔道選手権大会

男子個人	3位	1名
	ベスト8	8名
女子個人	2位	2名
	3位	1名
	ベスト8	1名

令和3年度

■九州ジュニア柔道体重別選手権長崎県大会

男子個人	2位	1名 (九州大会出場)
	3位	3名
女子個人	3位	3名

■長崎県高等学校総合体育大会

男子団体	3位	
男子個人	2位	1名
	3位	1名
女子団体	2位	(九州大会出場権獲得)
女子個人	3位	3名

■長崎地区高等学校新人体育大会柔道競技

男子団体	2位	
男子個人	優勝	2名
	2位	3名
	3位	4名
女子団体	2位	
女子個人	2位	1名
	3位	3名

令和3年度

■長崎県高等学校新人体育大会柔道競技

男子団体	3位	(九州大会出場)
男子個人	2位	4名 (九州大会出場)
女子団体	3位	(九州大会出場)
女子個人	3位	2名

■第59回長崎県高等学校柔道選手権大会

男子団体	3位	
男子個人	2位	2名
	3位	4名
女子団体	2位	
女子個人	3位	2名

【陸上部・柔道部紹介】

【剣道部紹介・メッセージ・体験談】

【在籍状況・卒業生進路状況・施設案内】

剣道部



剣道部の主な実績(R2~R3年度)

令和2年度

■長崎地区高等学校新人体育大会剣道競技大会

男子団体	2位
男子個人	ベスト8
女子個人	ベスト8

■長崎県高等学校新人体育大会剣道競技大会

男子団体	3位
男子個人	ベスト16
女子個人	ベスト16

■全国高等学校選抜剣道大会長崎県予選

男子団体	3位 (優秀選手に選出1名)
------	----------------

令和3年度

■長崎県高等学校剣道選手権大会

男子団体	3位
------	----

【スポーツコースの卒業生、在校生からメッセージ・体験談】

▶▶ 卒業生 VOICE



溝口 翔翳
(令和3年度卒業)

別府大学 国際経営学部
国際経営学科 1年

五島高校普通科スポーツコースは陸上、柔道、剣道のいずれかに所属しスポーツなどについての専門的知識を学びたい人や競技力を高めたい人、全国大会を目指し活躍できる選手になりたい人にぴったりの学校です。スポーツコースには専門科目があり、講義形式によるスポーツ理論・概論やスポーツ栄養学、各競技に分かれて実技の授業を受け競技の専門性を高める授業もあります。またマリンスポーツ実習、ゴルフ実習、乗馬実習は五島高校でしか体験できない実習です。部活動では全国でご活躍された先生によるトップレベルの指導を受けることができるため、より高い競技力を身につけることができます。

現在私は、別府大学国際経営学科に在籍し剣道部に所属しています。スポーツコースで培った経験や競技力、精神力が大学生活でとても役に立っていて改めてスポーツコースに入学して良かったと感じています。部活動では忍耐力、協調性や人間性を得ることができたため大学では毎日充実した稽古ができています。また、高校では寮で生活していたので大学の寮でも仲間や先輩と助け合い支え合いながら生活できています。このように五島高校スポーツコースに入学したことで学んだことは数多くあります。寮や五島での人との関わりや様々な行事を通して仲を深めることができる素晴らしい学校です。是非、五島高校スポーツコースで自分を磨いてみませんか？

▶▶ 在校生 VOICE



スポーツコース3年
川原 大吾
(柔道部)

(西彼杵郡 時津町立鳴北中出身)

私は、小学校に入学する前から柔道を始め、時津町の鳴北中学校を卒業後、離島留学制度で五島高校普通科スポーツコースに入学し、現在も柔道を続けています。

本コースでは、陸上、柔道、剣道のいずれかの部活動に所属し、スポーツに関する専門知識を学んだり、競技力を高めたりすることができます。授業は4つの専門科目があり、トレーニングの方法や栄養学などを学ぶことで自分の競技力向上につなげることができます。また五島の自然を活かしたスポーツコースならではの行事もあり、とても充実した高校生活を送ることができます。また島外生も多く在籍しており、親元を離れて寮生活を送ることができます。寮生活では3年間、仲間とともに暮らし、より深い絆で生涯の友人ができると思います。

部活動では、それぞれの部に専門の先生がいらっしゃるので、その部活動に必要な練習方法を教えてもらうことができ、自分に合った技やフォームを身に付け、強くなったり、速くなったりすることができます。また休みの日には、海に遊びに行ったり、山にサイクリングに行ったりと五島の自然を楽しみ、リフレッシュすることができます。

五島の自然を最大限に活かしたこのコースでしか学べないことがたくさんあり、最高の環境で競技に打ち込むこともできるので、陸上、柔道、剣道を全力で取り組みたい人は、ぜひ五島高校スポーツコースでスポーツを楽しみましょう。

【在籍状況と卒業生進路状況】

【在籍状況】(令和4年度)

【陸上】	1年		2年		3年		合計
	男	女	男	女	男	女	
校区内	1	1	3	1	4	2	12
校区外	0	1	1	1	1	0	4
合計	1	2	4	2	5	2	16

【柔道】	1年		2年		3年		合計
	男	女	男	女	男	女	
校区内	3	0	6	1	5	2	17
校区外	1	0	0	1	1	0	3
合計	4	0	6	2	6	2	20

【剣道】	1年		2年		3年		合計
	男	女	男	女	男	女	
校区内	1	0	2	0	2	0	5
校区外	1	1	2	0	2	1	7
合計	2	1	4	0	4	1	12

【合計】	1年		2年		3年		合計
	男	女	男	女	男	女	
校区内	5	1	11	2	11	4	34
校区外	2	2	3	2	4	1	14
合計	7	3	14	4	15	5	48

【卒業生進路状況】(過去3年間)

進路	学部・学科など	令和元年度		令和2年度		令和3年度	
		小計	合計	小計	合計	小計	合計
大学・短大	体育・スポーツ系学部	4	11	1	6	3	10
	経済系・経営系学部	3		2		3	
	法学系学部	1		1		0	
	その他の学部	3		2		4	
専門学校	トレーナー系学科	0	7	1	4	0	14
	医療系学科	4		0		3	
	公務員系学科	2		0		3	
	美容系など	0		1		2	
	自動車関係	0		0		1	
	その他	1		2		5	
就職	消防士	0	2	0	4	0	2
	自衛官	1		3		2	
	警察	0		0		0	
	市役所	0		0		0	
	その他	1		1		0	
	合計			20			



主な進学先大学

- 長崎大学
 - 日本体育大学
 - 法政大学
 - 長崎国際大学
 - 西南学院大学
 - 日本文理大学
 - 至学館大学
 - 大阪商業大学
 - 周南公立大学
 - 熊本学園大学
- 鹿屋体育大学
 - 早稲田大学
 - 長崎県立大学
 - 福岡大学
 - 久留米大学
 - 九州共立大学
 - 広島国際大学
 - 大阪産業大学
 - 国士舘大学
 - 別府大学

【施設案内】

限りある青春の日々を彩るにふさわしい充実した施設も、五島高校の魅力の一つです。



●第1グラウンド

体育の授業、スポーツコース3競技の朝のトレーニングなどで利用します。



●柔道場

柔道の授業、部活動などで利用します。安全面にも配慮された素晴らしい道場です。



●剣道場

剣道の授業、部活動などで利用します。試合場が2コートとれます。



●体育館(メインアリーナ)

体育の授業、部活動、集会などで利用します。サブアリーナもあります。



●トレーニングルーム

体育系クラブが共同で活用。本格的なトレーニング器具がズラリと並びます。



●軽スポーツ場

スポーツコースの授業や、部活動の練習、集会などで使用されています。

アクセス



向学
磨け知性を

校訓

融和
語ろう理想を

進取
燃やせ気魄を

寮生活

五島高校には、学生寮があり、男子14名、女子9名の生徒が共同生活を送っています。スポーツコースの生徒も、男子9名、女子5名が寮で生活しています。寮には五島高校の先生が舎監として毎日泊まり、生活や学習について親身になって指導します。

また、アスリートに必要な栄養が十分に摂取できる食事の提供に努めています。



■学生寮 五島市池田町3-5(五島高校から徒歩5分)



TEL(0959)72-3505 FAX(0959)72-5200

〒853-0018 長崎県五島市池田町1番1号 URL <http://www2.news.ed.jp/goto-h/>