

長崎県立五島高等学校 普通科 スポーツコース

令和7年度『高校生の離島留学制度』



【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
- ニュースポーツ
- 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
スポーツコース集会

10月

乗馬実習(予定)、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

県新人戦(陸上)

3月

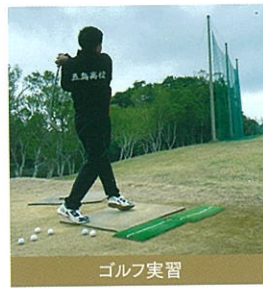
春季遠征・合宿
全国選抜大会(柔道・剣道)



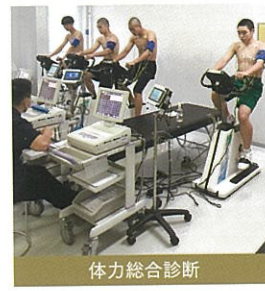
カヌー実習



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】

板村 尚幸 教諭
(令和5年度より)



【競技実績】

全国教職員剣道大会 出場

【指導実績】

全国高等学校選抜剣道大会・出場3回(女子団体 第3位1回)
インターハイ……………団体出場 3回 個人出場6名
九州大会(夏)……………団体3位 3回 個人入賞4名
九州大会(冬)……………団体優勝 1回 個人入賞1名

【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)
世界選手権セビリヤ大会日本代表……………5000m 14位
女子日本高校記録樹立……………5000m 優勝
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

【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
日本ベテランス国際柔道大会……………60kg級 優勝

【指導実績】

インターハイ出場……………7名
九州大会上位入賞……………11名
長崎がんばらんば国体……………少年女子監督

【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……………5名 九州大会上位入賞……………3名

「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」

陸上部



陸上部の主な実績(R4~R5年度)

令和4年度

■全国高等学校陸上競技対校選手権大会北九州地区予選会

男子110mH	第5位	インターハイ出場
男子400mH	第6位	インターハイ出場
男子やり投	第4位	インターハイ出場
男子4×400mR	準決勝進出	
女子100mH	準決勝進出	
女子砲丸投	第2位	インターハイ出場

■長崎県高等学校新人体育大会陸上競技

男子110mH	第1位	九州大会出場
	第2位	九州大会出場
女子800m	第2位	九州大会出場

■全九州高等学校新人陸上競技大会

男子110mH	第2位	
	第6位	
女子800m	出場	

令和5年度

■長崎県高等学校総合体育大会陸上競技(決勝上位6位内は北九州大会出場)

男子100m	第5位	北九州大会出場
男子110mH	第1位	北九州大会出場
	第3位	北九州大会出場
男子4×400mR	第5位	北九州大会出場
女子800m	第6位	北九州大会出場
女子やり投	第3位	北九州大会出場
女子7種競技	第4位	北九州大会出場

■全九州高等学校体育大会秩父宮賜杯

全国高等学校陸上競技対校選手権大会北九州地区予選会

男子110mH	第1位	インターハイ出場
	第2位	インターハイ出場

■長崎県高等学校陸上競技選手権大会

女子走幅跳	第3位
女子7種競技	第1位

■全国高等学校総合体育大会陸上競技大会

秩父宮賜杯第76回全国高等学校陸上競技対校選手権大会

男子110mH	準決勝進出
---------	-------

柔道部



柔道部の主な実績(R4~R5年度)

令和4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 優勝 3名(九州大会出場)
第2位 1名(九州大会出場)
第3位 4名
女子個人 第2位 1名
第3位 3名
- 長崎県高等学校総合体育大会
男子団体 第3位
男子個人 優勝 1名
(インターハイ:九州大会出場)
第2位 1名(九州大会出場)
第3位 4名
女子団体 第3位
女子個人 第3位 4名
- 全九州高等学校総合体育大会
男子個人 第3位 1名
- 全国高等学校総合体育大会
男子個人 第5位 1名

令和5年度

- 長崎県高等学校新人体育大会柔道競技
男子団体 第5位
男子個人 第3位 2名
女子団体 第2位(九州大会出場)
女子個人 優勝 1名(九州大会出場)
第2位 2名(九州大会出場)
第3位 2名
- 九州高等学校新人体育大会柔道競技
女子個人 第5位 1名
- 全国高等学校柔道選手権長崎県大会
男子団体 第5位
男子個人 優勝 1名(全国大会出場)
第3位 1名
第5位 5名
女子団体 第2位
女子個人 第2位 2名
(1名:全国大会出場)
第3位 1名

令和5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 第3位 2名
女子個人 第2位 1名(九州大会出場)
第3位 4名
- 長崎県高等学校総合体育大会柔道競技
男子団体 第5位
男子個人 第3位 2名
女子団体 第2位(九州大会出場)
女子個人 第2位 1名(九州大会出場)
第3位 4名
- 長崎地区高等学校新人体育大会柔道競技
男子団体 第3位
男子個人 第1位 1名
第2位 1名
第3位 4名
女子団体 第2位
女子個人 第1位 2名
第2位 1名
第3位 2名

令和5年度

- 長崎県高等学校新人体育大会柔道競技
男子団体 第3位(九州大会出場)
男子個人 第2位 1名(九州大会出場)
第3位 1名
女子団体 第2位(九州大会出場)
女子個人 第1位 1名(九州大会出場)
第2位 1名(九州大会出場)
第3位 2名
- 第61回長崎県高等学校柔道選手権大会
男子団体 第3位
男子個人 第2位 1名
女子団体 第2位
女子個人 第2位 1名
第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(R4~R5年度)

令和4年度

- 長崎地区高等学校新人体育大会剣道競技
男子個人 ベスト8 2名
- 長崎県高等学校新人体育大会剣道競技
男子団体 3位(九州大会出場)
- 長崎地区高等学校学年別剣道大会
男子1年 3位
- 全国高等学校選抜剣道大会長崎県予選大会
男子団体 3位(優秀選手1名選出)

令和5年度

- 第34回長崎県高等学校剣道選手権大会
男子団体 ベスト8
- 長崎県高等学校総合体育大会剣道競技
男子団体 第3位
- 長崎地区高等学校新人体育大会剣道競技
男子団体 第3位
女子団体 第3位
女子個人 優勝
 第3位
- 長崎県高等学校新人体育大会剣道競技
男子団体 ベスト8
女子団体 ベスト8
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大会
女子団体 ベスト8

【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



熊川 俊汰

(令和5年度卒業)

東亜大学 人間科学部
 スポーツ健康学科 1年

五島高校普通科スポーツコースは陸上、柔道、剣道の3競技に所属し、スポーツの専門的知識を学びたい人や、全国大会などの上位大会で活躍できる選手になりたい人にピッタリなコースです。スポーツコースには多くの専門科目があり、講義形式によるスポーツ理論と各競技に分かれて競技力を高めることができる実技形式の授業があります。また、マリンスポーツ実習や乗馬実習、ゴルフ実習など他の学校では経験することができない五島ならではの貴重な体験をすることができます。他にも、スポーツイベントにボランティア活動として参加し、地域にも貢献することができます。部活動では、ウエイト場や軽スポーツ場などの施設やトレーニング器具も充実しており、鬼岳や砂浜など五島の自然を活かした効果的なトレーニングを実践しています。また、全国大会で活躍された先生方による競技に特化した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。

現在は東亜大学スポーツ健康学科に在籍し、柔道部に所属しています。スポーツコースで学んだ知識や技能、様々な経験が大学生活でも役に立っています。部活動では体力や精神力、基礎的な技術を身につけることができているため、大学でも充実した練習を行うことができます。

五島高校普通科スポーツコースでは部活動、学習、精神面など多くのことで成長することができます。スポーツに興味がある人や3競技の競技力向上を目指したい人、素晴らしい五島の地で学びたい人は、是非スポーツコースに進学してみませんか。

▶▶ 在校生 VOICE



スポーツコース2年

瀬崎 友楽

(陸上部)

(福岡県糟屋郡 新宮町立新宮中学校出身)

私は中学卒業後、自分の専門種目である陸上競技に専念したいと思い、離島留学制度がある五島高校の普通科スポーツコースに入学しました。陸上部は地元の学校にもありますが、「恵まれた環境で練習がしたい」、「陸上競技だけでなく人として成長したい」という思いや、授業でスポーツについて学べたり、スポーツイベントのボランティア活動に参加したりすることができるので、スポーツコースに進学することを決意しました。

五島高校のスポーツコースでは陸上、柔道、剣道のいずれかの部活動に所属し、より競技に特化した指導を受けることができます。また、スポーツ理論についての授業、栄養や競技について外部講師の方からの講話、マリンスポーツ実習、ゴルフ実習など、さまざまなことを体験することもできます。

スポーツに興味がある人や3競技の競技力を向上したい人は、是非、五島高校に進学してみませんか。親元や地元を離れ、違う土地で生活することは不安だと思います。しかし、五島高校には常に一緒に頑張っている仲間や先輩がいて、きつい時や辛い時に支えてくれます。私自身、上手いかわなくて悩んだ時期もありましたが、周りの方々のサポートのおかげでここまで成長することができ、今では寮生活をしていて良かったと思っています。

五島高校スポーツコースは部活動、学習、精神面など様々な面で成長することができる環境が整っています。1人でも多くの人が入学してくれることを心待ちにしています。

【在籍状況と卒業生進路状況】

【在籍状況】(令和6年度)

【陸上】	1年		2年		3年		合計
	男	女	男	女	男	女	
校区内	5	3	2	0	1	1	12
校区外	0	1	0	0	0	1	2
合計	5	4	2	0	1	2	14

【柔道】	1年		2年		3年		合計
	男	女	男	女	男	女	
校区内	3	0	3	0	3	0	9
校区外	0	2	0	1	1	0	4
合計	3	2	3	1	4	0	13

【剣道】	1年		2年		3年		合計
	男	女	男	女	男	女	
校区内	1	0	0	0	1	0	2
校区外	2	0	1	1	1	1	6
合計	3	0	1	1	2	1	8

【合計】	1年		2年		3年		合計
	男	女	男	女	男	女	
校区内	9	3	5	0	5	1	23
校区外	2	3	1	2	2	2	12
合計	11	6	6	2	7	3	35

【卒業生進路状況】(過去3年間)

進路	学部・学科など	令和3年度		令和4年度		令和5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	3	10	2	8	4	6
	経済系・経営系学部	3		2		1	
	法学系学部	0		0		0	
	その他の学部	4		4		1	
専門学校	トレーナー系学科	0	14	1	8	0	9
	医療系学科	3		4		2	
	公務員系学科	3		2		3	
	美容系など	2		1		0	
	自動車関係	1		0		2	
	その他	5		0		2	
就職	消防士	0	2	0	4	1	3
	自衛官	2		2		2	
	警察	0		1		0	
	市役所	0		0		0	
	その他	0		1		0	
合計		26		20		18	



主な進学先大学

- 長崎大学
 - 周南公立大学
 - 北九州市立大学
 - 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
 - 大阪商業大学
 - 熊本学園大学
 - 広島文教大学
- 鹿屋体育大学
 - 長崎県立大学
 - 早稲田大学
 - 福岡大学
 - 久留米大学
 - 九州共立大学
 - 至学館大学
 - 国士舘大学
 - 別府大学
 - 東亜大学
 - 福井工業大学

【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。



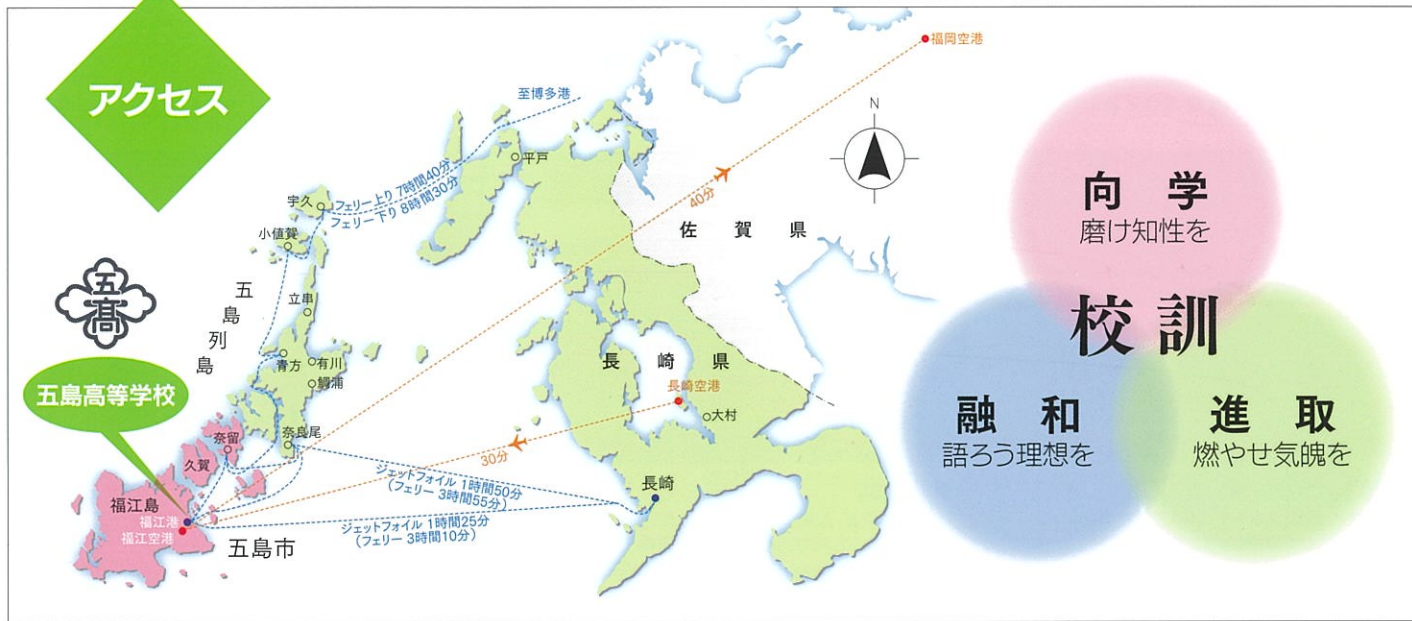
●軽スポーツ場

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



五島高等学校



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9名、女子13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5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 <https://www.2.news.ed.jp/section/goto-h/>