

呉港高等学校

## 教育後援会だより

平成 29 年 01 月 26 日 教育後援会広報部 第 101 号

前回は「重点クラブ編」をお伝えしました。今回は「運動部編」です。重点クラブ以外の運動部をご紹介します。

## ☆部活特集その2☆ ～運動部編～

呉港の運動部はどんな種目があるのでしょうか？

**運動部**…柔道部、水泳部、剣道部、ハンドボール部、軟式野球部、バドミントン部、陸上部、バレーボール部、卓球部、弓道部、応援団の、11 部です。

(ちなみに、硬式野球部、ソフトテニス部、空手道部、バスケット部、サッカー部は、100 号の「重点クラブ編」をご覧くださいね。)

それでは実際にどんな練習・活動をしているのか、ご覧ください。

## 柔道部

顧問 石井 謙二 先生

副顧問 坂井 祐介 先生

所属生徒数 3年生4人 2年生4人 1年生2人

主な活動場所 グランド・道場

練習時間 朝練 7:30~8:00 (自主トレーニング)

放課後 16:00~19:00 (稽古・研究)

土・日 9:00~13:00 (稽古・研究)

土曜日授業時 13:00~19:00

目標 「良き柔道家である前に良き人間であれ」

先生から中学生のみなさんへ…

初心者でも大丈夫です。勉強との両立もできます。

3年梅野君にお話を伺いました。

インタビュー中の梅野君



小学1年生から柔道を始めました。中学2年生から呉港高校で練習をしています。勉強も同じように頑張りたいので、呉港なら柔道と両立できると考え入部しました。朝練もあり、放課後は19時まで練習しています。

入部するにあたって用意するものは、道着(2万円弱)と帯です。

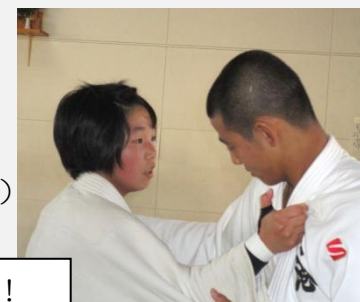
道着は3着あればよいかと…朝練時はジャージでも構いません。

梅野君から中学生のみなさんに一言

初心者でも大丈夫です。

目的を持ちやる気のある方、お待ちしております！

もちろん女子も(3人いれば団体戦に出られます！)



女子部員さんもいらっしゃいます！

## 水泳部

顧問 尾原 雅人 先生



所属生徒数 3年生3人 2年生2人 1年生3人

主な活動場所 ダイクレスイミング・広温水プール・KSP

練習時間 朝練 無

放課後 (スイミングクラブの練習内容)

土・日 (スイミングクラブの練習内容)

目標 「個人・団体インターハイ出場」

先生から中学生のみなさんへ…

私たちが出した結果を見てください！！

3年田中君からお話を伺いました。



インタビュー中の田中君

小学1年生から習っています。

放課後、毎日(日曜以外)焼山のダイクレで2時間半ほど自主練。

ダイクレの練習メニューにそって泳ぎます。校内での練習はありません。

田中君から中学生のみなさんに一言

初心者でも大丈夫です！

裏話

大会ではロングの水着。練習では短い水着だそうです。

ロングの水着の方が泳ぎやすいそうです！

学校にプールがないので練習風景が見られないことが残念です…

機会があれば応援に行きたいと思います！（広報部）

## 剣道部

顧問 佐々木 武彦 先生

副顧問 中田 有紀 先生



所属生徒数 3年生0人 2年生1人 1年生1人

主な活動場所 体育館・オークアリーナ

練習時間 朝練 無

放課後 16:30~18:30 稽古

土・日 土曜10:00~12:00 稽古

目標 「文武両道・県大会(団体)出場」

先生から中学生のみなさんへ…

- ・中学校から始めた生徒も経験者と共に頑張っています。
- ・女子部員も入部お願いします。

2年渡邊さんからお話を伺いました。



インタビュー中の渡邊さん

小学2年生から剣道を習っています。

今は3段の試験を受けようと思って練習しています。

試験内容は実技、型、筆記です。

素振りはとっても大事です。欠かせません。

試合は個人戦、5人戦、3人戦があります。男女混合で組める試合もあります。

袴は白と紺がありますが、呉港では指定はないのでどちらを使ってもいいです。

未経験の方でも大丈夫です。竹刀や防具は借りられますので、まずは体験に来てみて下さい。(※インタビュー時には3段に挑戦すると話してくれていた渡邊さんですが、その後試験を受けて見事に昇段したそうです！おめでとう！！)

渡邊さんから中学生のみなさんに一言

とにかく剣道部員がたくさん増えて欲しいです。

もし部員が増えたら、上を目指せる強い部にしたいです！

## ハンドボール部

顧問 山本 浩二 先生  
副顧問 大仲 正純 先生

所属生徒数 3年生5人 2年生13人 1年生7人  
主な活動場所 ハンドボールコート・オークアリーナ

練習時間 朝練 無  
放課後 月～金16:00～18:30 基礎練習  
土・日 土曜9:00～13:00 実践練習  
日曜 試合前はありますが、基本休み

目標 「勝敗にこだわりつつも、上下関係、礼儀、マナー等、集団スポーツでの個々の役割を学ばせる」

先生から中学生のみなさんへ…

素人でも試合に出られるようになります。  
今までと違ったスポーツをやってみませんか

3年奥君にお話を伺いました。



インタビュー中の奥君

友達に誘われて入部しました。今まで野球をしていました。  
ハンドボールを分かりやすく説明したら、サッカーとバスケを合わせたような競技です。キーパーを入れて7人でプレーをします。  
入部するにあたって用意するものは、シューズ、練習着です。シューズはあまり市販されていないので、ネットで購入したりします。  
ユニフォームは学校のを着用します。  
朝練はありません。雨天時は筋トレをします。  
筋トレでは、背筋、手首、ジャンプ、腹筋、走り込みをして下半身を鍛えます！

奥君から中学生のみなさんに一言 初心者でも大丈夫です。ほとんどの部員は初心者です。興味のある方はぜひ入部してもらいたいです。もちろん女子も！



## 軟式野球部

顧問 今村 雄一 先生  
副顧問 寺田 保浩 先生

所属生徒数 3年生6人 2年生14人 1年生10人  
主な活動場所 ハンドボールコート横

練習時間 朝練 無  
放課後 月～金15:30～18:30 ノック・ティーバッティング  
土・日 基本的に午前 ノック

目標 「中国大会出場」

先生から中学生のみなさんへ…

毎日野球をしています。  
辛い野球より楽しい野球で  
一緒に県トップを狙いましょう

3年八山君、岡田君、戸羽君にお話を伺いました。

勉強も野球もやりたかったので軟式野球部に入部しました。  
朝練はありません。放課後はハンドボールコート横で練習しています。  
たまに虹村公園で練習があります。その際は、自転車か先生の車で移動します。  
広島県は軟式野球部が少ないので、頑張れば県トップを狙えるのではないかと！  
入部するにあたって用意するものは、グローブ、スパイク(5～6千円)、試合用のユニフォーム一式(1万前後)、練習時はアップシューズ(2千円～)を履いています。  
他、年に1万円ぐらい必要。

中学生のみなさんに一言

初心者でも大丈夫です。女子でも大丈夫、練習はできます！9人いれば試合ができるけれど…  
裏話…硬式は坊主頭にしなければならないけれど、軟式は自由(校則範囲内)だそうです。



インタビュー中の軟式野球部のみなさん。  
とっても仲良さそうでした！

## バドミントン部

顧問 上山 誠 先生  
副顧問 山口 恵子 先生

所属生徒数 3年生 28人 2年生 53人 1年生 53人

主な活動場所 体育館・オークアリーナ

練習時間 朝練 無

放課後 月～金 16:00～19:30

1年生 6月まで体力作り。その後ステップワークや対戦式(試合形式)

土・日 9:00～13:00or13:00～17:00 試合に出たい生徒が練習

目標 「県大会(団体)で勝つこと」

先生から中学生のみなさんへ…

気軽に楽しめそうなスポーツですが、足腰が強くバランスが取れていないとかなりきついスポーツです。それでも、やってみようという方は頑張りましょう。



男子部員のみなさん

3年脇本君、樽水君、小原君、大石君にお話を伺いました。

入部するにあたって用意するものは、ラケット、バドミントンシューズ、ユニフォーム(試合に出場する人のみ) 上下で1万円ぐらい。

先輩は面白いです～という、2年女子部員の皆さんに、入部のきっかけを聞いてみました。

☆クラブに所属し、小学生からやっていたので

☆興味があったので

☆楽しかったから

☆バドミントンがやりたくなったから



女子部員はみんな明るい!

中学生のみなさんに一言

初心者でも大丈夫です。やる気に満ちあふれた元気のある方! 待っています。

## 陸上競技部

顧問 村川 浩一 先生  
副顧問 箱田 壮勇 先生

所属生徒数 3年生 9人 2年生 16人 1年生 8人

主な活動場所 校庭・広公園・神社・二河グラウンド

練習時間 朝練 (試合の前の週) 7:00～7:45 投擲(とてき)の種目練習

放課後 16:40～ ジョギング・体操・スタート練習・ダッシュ

遠距離走など

日曜 9:00～12:00 タータンの上で走る練習

目標 「中国大会出場」

先生から中学生のみなさんへ…

現在、部員数が33名おり、すごく活気があります。基礎体力作りに陸上はとても体によい運動です。

3年山本君にお話を伺いました。



インタビュー中の山本君

体力づくりのため中学生から入っていましたが、今は夢中になっています!

呉港では棒高跳び以外の競技は可能です。

普段は広公園で練習しています。二河グラウンドで練習することもあります。

入部するにあたって用意するものは、シューズ、試合用のユニフォームです。普段の練習着は体操服で大丈夫です。

山本君から中学生のみなさんに一言

初心者でも大丈夫です。興味を持ってもらえるきっかけになってくれたらいいかと思います。

練習すれば必ず強くなれます!

もちろん女子も大歓迎です。4人いればリレーができます!



4人でリレーに出るぞ!!

# バレーボール部

顧問 永井 輝昌 先生  
副顧問 米今 邦彦 先生

所属生徒数 男子：3年生 2人 2年生 10人 1年生 9人  
女子：3年生 0人 2年生 3人 1年生 4人

主な活動場所 本校体育館・オークアリーナ

練習時間 朝練 無  
放課後 16:00~19:30 基本練習(パス等)・チーム練習  
土・日 16:00~19:30 基本練習(パス等)・チーム練習

目標 「呉地区優勝。県ベスト8」

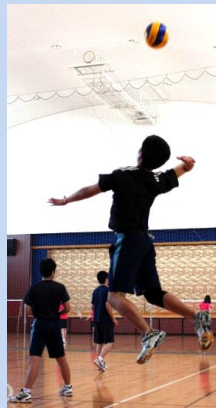
先生から中学生のみなさんへ…  
未経験でも良いのでぜひ入部して下さい。

3年中島君にお話を伺いました。

中学生からやっています。  
次の地区大会には女子も出場する予定です。  
入部するにあたって用意するものは、バレーシューズ、練習着(2~3枚)  
ユニフォームは学校のものを使います。

中島君から中学生のみなさんに一言  
初心者でも大丈夫です。  
ほとんど初心者なので…  
あとはやる気さえあれば!

裏話  
男女ネットの高さの差は20センチあります。ボールも男女で違います。



インタビュー中の中島君



女子チームも人数そろっています!

# 卓球部

顧問 大中 正樹 先生  
副顧問 田川 貴大 先生

所属生徒数 3年生 9人 2年生 16人 1年生 12人  
主な活動場所 体育館ステージ  
練習時間 朝練 無  
放課後 月・水・金 16:00~18:00 基本・課題練習、試合形式  
火・木 学校外周走  
土・日 無

目標 「呉地区上位入賞。県大会出場」

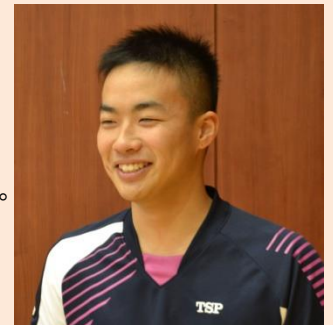
先生から中学生のみなさんへ…  
呉港高校卓球部は、経験者も初心者も頑張れるクラブです。  
個人種目の特徴から、授業や補習が終わってからも自由に参加できます。  
クラブ活動と学習や資格取得がやり易いクラブです。

2年山本君にお話を伺いました。  
中1から始めました。  
月・水・金の練習です。火・木はランニング等を行います。  
土日休み、朝練なしです。  
練習場所は体育館ステージ上です。  
4台出して入れ替わり交代で練習します。  
ラケットは購入します(1万前後)  
ユニフォームは個人戦出場の場合は購入。団体戦の場合は学校のものを使います。

山本君から中学生のみなさんに一言 ☆初心者でも大丈夫です。楽しいので一緒に  
プレーしましょう!女子も大歓迎です。  
今二人女子部員がいます。

裏話 ラケットの持ち方2種類 ペン→表だけ使う  
シェイク→裏表使う  
シェイクでプレーする人の方が多いです。

願い…卓球場が欲しいな…せめてメインコート(体育館フロアー)で練習したい。



インタビュー中の山本君



女子部員増えました!

## 弓道部

顧問 矢野下 純二 先生

副顧問 恵京 洋幸 先生

所属生徒数 3年生9人 2年生11人 1年生10人

主な活動場所 工業科実習棟2F

練習時間 朝練 無

放課後 16:00~18:00 的前稽古・基本動作・巻わら稽古

土・日 9:00~11:00 的前稽古・基本動作・巻わら稽古

目標 「県大会での入賞」

先生から中学生のみなさんへ…

社会に出て必要な礼儀を身につけ、集中力を養います。

3年寺田君にお話を伺いました。

寺田君に、実際に矢を射るところを見せてもらいました。

全員初心者です。

利き手は関係なく、左手で弓を持ち、右手で矢を持ち引きます。

28メートル先の的に向けて弓を放ちます！

◇思っていたよりの的が遠くびっくりしました！（広報部）

筋トレなどは特にありません。

外部講師の方が教えに来てくださいます。

18時ぐらいまで活動します。習い事と掛け持ちできます。

大会に出場する場合は道着・矢・かけ（手袋のようなもの）

を購入します。（約4~5万）

クラブ活動のみの場合はジャージ（体操服）でもOKです。

寺田君から中学生のみなさんに一言

初心者でも大丈夫です。これまで味わったことのない世界を楽しめますよ。

裏話 「射は仁の道なり」…射を行うことは、仁に近づくための修行。

仁とは、相手に対する優しさ、思いやり、真心のこと。

道がつく武道の世界は奥が深く、とても勉強になりました(広報部)



これが“かけ”です。

## 応援団

顧問 河原 初海 先生

所属生徒数 生徒会メンバー 6名

主な活動場所

練習時間 6月ごろから練習~7月大会終了まで

練習内容 校歌、応援歌、10曲ぐらい。

目標 「全校応援を一丸となって取り組む」

先生から中学生のみなさんへ…

全校生徒の先頭に立ち、呉港をさらに盛り上げませんか。

3年有田君にお話を伺いました。

インタビュー中の有田君

主に生徒会のメンバーから選出されます。また、その知り合いから選ばれます。生徒会プラス3年生、といった感じです。自分は2年の時、生徒会に入って、生徒会の活動の途中で応援団の活動に呼ばれました。

練習は、振り付けを覚えて声を出します。振り付けは先輩から代々受け継いで覚えていきます。3年の先輩から教わって、今年は自分が下級生に伝えました。

応援団はプラスバンド部の協力がとても大事で、5月終わりが6月頭からずっとプラスの演奏と合わせる練習もします。

活動内容は野球の応援の他に、全国大会出場を決めた部活動の壮行式の時に、エールと応援歌、校歌などを歌いました。

あくまで他の部活を応援するための部活なので、応援団の大会のような自分たちの活動に実績を残すような活動はしていません。

現在、男子ばかりで構成されています。校風としても男子ばかりの方が合ってるかなと感じます。（生徒会には女子は半分（8人中4人））

有田君から中学生のみなさんに一言

人と関わり合いを持ち、他の人のことを考えて自分を高めていける部活だと思います。他の人のために何かをしたい方はぜひ入って下さい。

（まずは生徒会に所属して下さい。）

…いかがでしたか？次号は文化系・工業系の部活特集です！

