長崎県立五島高等学校

普通科
スポーツコース

令和9年度『高校生の離島留学制度』

【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1年間の流れ】

4月	春季遠征・合宿 **スポーツコース集会**
5月	ボランティア実習、ゴールデンウィーク合宿 **体力総合診断（1・2年）**
6月	県高校総体、**プール実習** 北九州・九州大会
7月	**マリンスポーツ実習** 金鷲旗（柔道）、玉竜旗（剣道）
8月	夏季合宿、各種夏季大会、インターハイ
9月	県新人戦（陸上） **スポーツコース競技別オープンスクール**
10月	**ボルダリング実習（予定）** 地区新人戦（柔道・剣道）、九州新人戦（陸上）
11月	**ゴルフ実習（予定）** 県新人戦（柔道・剣道）
12月	冬季合宿、各種大会、ロードレース大会
1月	**スポーツコース卒業発表会** 全国選抜大会予選（柔道・剣道）
2月	県下一周駅伝、県新人戦（駅伝） 九州選抜大会（剣道）
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

【柔道部】
竹下 忠良 教諭
（令和7年度より）

【競技実績】
- 全国高校選手権大会 …… 優勝
- 金鷲旗高校柔道大会 …… 優勝
- インターハイ …… 団体・個人（軽重量級） 優勝
- 全日本ジュニア選手権 …… 準優勝
- 講道館杯全日本体重別選手権 …… 優勝
- アジア選手権 …… 3位

【指導実績】
- 九州大会 …… 団体・個人出場

【柔道部】
山口 信 講師
（令和7年度より）

【競技実績】
- 栃木国体 …… 成年男子 出場

【指導実績】
- 九州大会 …… 上位入賞
- インターハイ …… 個人出場
- 全国高校選手権大会 …… 3位
- 金鷲旗高校柔道大会 …… ベスト8

【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 …… 5名　九州大会上位入賞 …… 3名

陸上部

陸上部の主な実績(R6～R7年度)

令和6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）
女子100m　第７位
1500m　第２位 北九州大会出場
3000m　第４位 北九州大会出場
走幅跳　第５位 北九州大会出場
円盤投　第６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
女子1500m　第８位
3000m　第10位
走幅跳　第16位
円盤投　第19位

■長崎県高等学校新人体育大会陸上競技
男子110mH　第３位 九州大会出場
女子ハンマー投　第２位 九州大会出場
やり投　第３位 九州大会出場
円盤投　第４位

令和6年度

■全九州高等学校新人陸上競技大会
男子110mH　B決勝第２位
女子ハンマー投　第10位
やり投　第13位

■令和6年度(第76回)長崎県高等学校
総合体育大会　駅伝競走大会
男子　総合第７位
女子　総合第８位
区間賞１区

■皇后杯第43回
全国都道府県対抗女子駅伝大会
女子　代表選出１名

■令和6年度長崎県高等学校
新人体育大会駅伝競走大会
男子　総合第８位

令和7年度

■長崎県高等学校総合体育大会陸上競技
男子110mH　第４位 北九州大会出場
3000mSC　第７位
女子円盤投　第４位 北九州大会出場
ハンマー投　第１位 北九州大会出場
第５位

■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　準決勝敗退
女子ハンマー投　第５位

■長崎県高等学校新人体育大会陸上競技
男子5000m　第７位 九州大会出場
110mH　第２位 九州大会出場
400mH　第１位
5000mW　第７位
女子やり投　第６位 九州大会出場
ハンマー投　第２位

■全九州高等学校体育大会新人陸上競技大会
男子400mH　第８位
女子ハンマー投　第11位

令和7年度

■長崎県高等学校総合体育大会
駅伝競走大会
男子　総合第６位
女子　総合第９位

■長崎県高等学校新人体育大会
駅伝競走大会
男子　総合第８位
女子　総合第11位

柔道部

柔道部の主な実績(R6～R7年度)

令和6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 １名
女子個人　第１位 ２名(九州大会出場)
第２位 ２名(九州大会出場)
第３位 １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　第２位 １名(九州大会出場)
女子団体　第２位 (九州大会出場)
女子個人　第２位 ２名(九州大会出場)
第３位 ３名

■全九州高等学校総合体育大会
男子個人　第３位 １名

■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 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 ２名(九州大会出場)
第３位 １名

令和6年度

■九州高等学校新人体育大会柔道競技
女子個人　第３位 １名
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
女子団体　第３位
女子個人　第１位 １名(全国大会出場)
第２位 １名
第３位 １名

令和7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 ２名(九州大会出場)
第３位 ２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　第３位 １名
女子団体　第２位 (九州大会出場)
女子個人　第２位 ２名(九州大会出場)
第３位 １名(九州大会出場)
第３位

■全九州高等学校総合体育大会
女子個人　第３位 １名

■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 ２名(九州大会出場)
第３位 １名

令和7年度

■長崎県高等学校新人体育大会柔道競技
女子団体　第３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 １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３位
女子団体　第３位
女子個人　第１位 １名
第２位 １名
第３位 １名

剣道部

剣道部の主な実績（R6～R7年度）

令和6年度

■第35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　ベスト8
女子団体　ベスト8

■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
男子個人　ベスト8　2名
女子個人　ベスト8　1名

■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

■長崎地区高等学校学年別剣道大会
女子2年　第2位
女子1年　第3位

令和7年度

■第36回長崎県高等学校剣道選手権大会
男子団体　1回戦敗退
女子個人　2回戦敗退

■長崎県高等学校総合体育大会剣道競技
男子団体　予選敗退
女子団体　予選敗退
男子個人　ベスト16
3回戦敗退　2名
2回戦敗退
女子個人　4回戦敗退
第3位
3回戦敗退　2名
1回戦敗退

■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
男子個人　ベスト8　2名
女子団体　第3位
女子個人　ベスト8　2名

令和7年度

■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
男子個人　ベスト16
1回戦敗退
女子団体　予選敗退
女子個人　ベスト16
1回戦敗退

■長崎地区高等学校学年別剣道大会
男子2年　第3位
ベスト8
女子2年　第3位

■全国高等学校選抜剣道大会長崎県予選会
男子団体　第3位　優秀選手選出
女子団体　1回戦敗退

【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

山本 心愛
（令和7年度卒業）
長崎国際大学 健康管理学部
健康栄養学科　1年

五島高校普通科スポーツコースは柔道、剣道、陸上競技の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、九州大会などの上位大会で活躍できる選手になりたい人に最適のコースです。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、トレーニングルーム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。

このように、五島高校普通科スポーツコースでは部活動、学習に一生懸命に取り組むことで人間性を大きく成長させることができます。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3年
岡山 愛未
（柔道部）
（長崎県平戸市立平戸中学校出身）

私は3歳からずっと続けてきた柔道をもっと強くなりたい、大好きな柔道に専念したいと思い、離島留学制度のある五島高校普通科スポーツコースに入学しました。スポーツコースは、陸上、剣道、柔道の3競技いずれかに所属し、より競技に特化した指導を受けることができ、全国大会や上位大会で活躍できる選手になりたい人が、自分の専門種目のスキルをどこまでも伸ばすことのできるコースです。スポーツコースにはスポーツ理論や栄養面、競技面、メンタル面について外部講師を招いた講習などの講義形式の授業があります。高校でさらに技能を伸ばしたい、高校卒業後の進路にこのスポーツコースで学んだことを活かしたいと考えている人には、充実した環境が整っています。また、マリンスポーツ実習やゴルフ実習などいろいろな実習を体験することができ、他の高校では経験することができない五島ならではの貴重な経験を積むことができます。他にもスポーツイベントの夕焼けマラソンやバラモンキングなどといった行事にもボランティアとして参加し、地域にも貢献しています。そして部活動ではトレーニングルームや軽スポーツ場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も楽しみながらできます。スポーツに興味がある人やこれまで以上に競技力を向上させたい人は是非、五島高校に進学してみませんか。離島留学という、実際に親元や地元を離れ新しい環境で1から生活するのはとても不安で怖いと思います。私自身も不安でいっぱいでした。しかし、五島高校には常に辛いこともきついことも一緒に頑張り乗り越え、支えてくれる仲間や先輩方、そして熱心にご指導してくださる先生方がいらっしゃいます。自分自身も多くの人の支えやサポートのおかげで入学前よりも強くたくましく成長することができたと思っています。五島高校スポーツコースでは部活動、学習面、精神面など多くのことで成長することができる環境が整っています。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。

【在籍状況と卒業生進路状況】

【在籍状況】(令和8年度)

【陸上】	1年		2年		3年		合計
	男	女	男	女	男	女	
校区内	3	3	6	1	5	1	19
校区外	0	0	0	1	0	0	1
合　計	3	3	6	2	5	1	20

【柔道】	1年		2年		3年		合計
	男	女	男	女	男	女	
校区内	5	0	4	1	3	1	14
校区外	0	0	0	0	0	1	1
合　計	5	0	4	1	3	2	15

【剣道】	1年		2年		3年		合計
	男	女	男	女	男	女	
校区内	0	0	2	0	1	0	3
校区外	0	0	0	0	2	0	2
合　計	0	0	2	0	3	0	5

【合計】	1年		2年		3年		合計
	男	女	男	女	男	女	
校区内	8	3	12	2	9	2	36
校区外	0	0	0	1	2	1	4
合　計	8	3	12	3	11	3	40

【卒業生進路状況】(過去3年間)

進路	学部・学科など	令和5年度		令和6年度		令和7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	6	2	7	0	4
	経済系・経営系学部	1		2		2	
	法学系学部	0		0		0	
	その他の学部	1		3		2	
専門学校	トレーナー系学科	0	9	0	1	0	3
	医療系学科	2		0		2	
	公務員系学科	3		0		0	
	美容系など	0		0		0	
	自動車関係	2		1		0	
	その他	2		0		1	
就職	消防士	1	3	1	2	0	1
	自衛官	2		1		0	
	警察	0		0		0	
	市役所	0		0		0	
	その他	0		0		1	
合　計		18		10		8	

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
- 姫路大学
- 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
- 人間環境大学

【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。

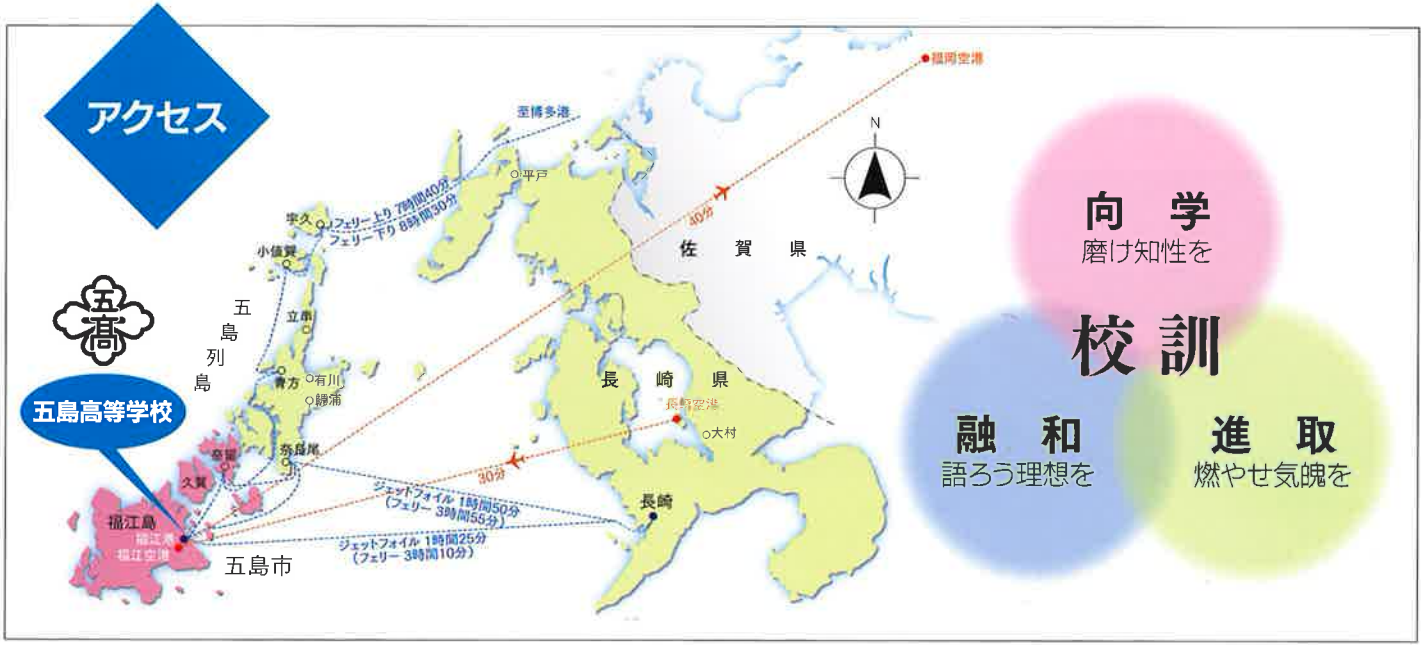
●剣道場
剣道の授業、部活動などで利用します。
試合場が2コートとれます。

●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

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://www2-news.ed.jp/section/goto-h/

寮生活

五島高校には、学生寮があり、男子5名、女子6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2名、女子2名が寮で生活しています。寮には五島高校の先生方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)

令和8年5月発行