



# 弓道部

2025



部長

33HR

松野 アンディアラ

県大会出場  
東部地区女子団体2位、  
県大会 8 位

県大会個人  
33HR大和田蓮・21HR阿久津優恵  
決勝進出、  
33HR松野アンディアラ・33HR増田彩心  
準決勝進出

新人東部大会  
秋山もあな 大泉 李実  
阿部 晴那恵 女子団体5位

阿久津優恵 秋山 もあな  
阿部 晴那恵 個人予選突破県大会出場  
高橋 悠杜個人 8 位

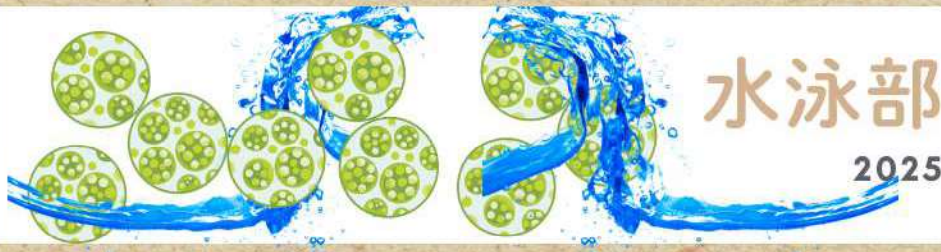
新人戦県大会 女子団体出場  
関 星空 秋山もあな  
阿部 晴那恵 阿久津 優恵

個人  
阿久津優恵 高橋悠杜 準決勝進出  
阿部晴那恵 女子個人 5 位 東海大会出場

弓は簡単なようで非常に難しい。力の入れ方や、力の伝わる骨格のそろえ方、弓を押し開くバランスとタイミングなどすべてがうまく重なることで納得のいく射ができる。これを自分で自分の姿を見ることができないのに、客観的にとらえて、自らのイメージと現実とのギャップを埋めていく作業は、困難ともいえる。しかも、上手に弓を押し開いている様子は、見ている上級者には感動を与えるが、見ている初心者からは簡単そうに見えるから、ややこしい。さらに、弓道の達人級から見ると、その選手の弓の引き方から、その選手のある程度の性格まで見えるというのは恐ろしい。そして、発射した結果、納得のいくものでなくても、他の競技のように他者が妨害しない以上、その結果の責任はすべて自分にある。

こうしてみると弓がいかに難しく、高度な競技であることが理解できるのではないだろうか。しかし、腐らず、あきらめず挑んでいくことで、いつかは誰でも必ず成功できるのが弓の特性でもある。非常に面白い。だから、練習では時間のたつのを忘れてしまうほど集中できる。あせらず、腐らず、あきらめず。挑んでみよう、弓の道。





# 水泳部

2025

部長  
33HR 勝又 一真

## 県大会出場

女子4×100Mメドレーリレー出場  
35HR 七澤 怜音 平泳ぎ200M  
33HR 綿鍋 碧 バタフライ200M  
33HR 綿鍋 碧 バタフライ100M



## 県大会出場

### 女子4×100Mメドレーリレー出場

21HR 齋藤海知 自由形50m  
21HR 齋藤海知 自由形400m  
24HR 太田葵希 平泳ぎ100m  
24HR 太田葵希 平泳ぎ200m  
11HR 渡邊凜杏 背泳ぎ100m  
11HR 渡邊凜杏 背泳ぎ200m  
11HR 長畑莉瑚 自由形50m  
11HR 長畑莉瑚 バタフライ100m  
13HR 清心奏 自由形50m  
13HR 清心奏 自由形100m  
14HR 秋野愛実 自由形50m

僕たち水泳部は3年生8人、2年生2人、1年生7人の計16人で活動してきました。水泳は個人競技ですが、部活動を通して同じ部員同士がルールを守り、お互いにアドバイスや応援をし合いながらコミュニケーションを取ることで、協調性を高めることができました。また、練習が辛いときでもチーム全員が声を出し合い、最後までやり遂げることができました。私は水泳を通して、明確な目標を持つことの大切さや、最後までやり抜く粘り強さを学びました。さらに、部長という役割を最後まで務めることができたのは、仲間の支えがあったからこそだと感じています。部長としてチームを支える立場でありながら、同時に仲間に支えられていることを実感しました。この経験から、これからの水泳部も仲間を大切にしながら支え合い、さらに成長し続けてほしいと思います。そして、私たちが果たせなかった東海大会出場という目標に向かって頑張してほしいです。





# ソフトテニス部

2025

部長

32HR

35HR

荒川 雄瑛

川島和葉

## 実績

【学校対抗】県大会出場  
男子(東部16位・県1回戦敗退)  
女子(東部11位・県1回戦敗退)

団体戦県出場(女子)

個人戦 安倍小雪・三上華怜  
県大会ベスト32

## ソフトテニス部

平日はサーブ、ショート・ロングの乱打、ボレーなど基礎練習に加え、レシーブコースや打ち方、足の運びを限定した一本打ち、フットワークを意識した練習を行っています。休日は中学生を招き、自分たちの練習をアウトプットする機会を設け、大会前は県外を含めた他校への練習参加や、試合をする時間を設けています。雨天時はミニハードルやストレッチを行い、自分の身体の可動域を広げるトレーニングを行っています。

部長として大切にしていたことは常に率先して動くことです。チームとして活動するうえで何が重要か、リーダーに何が求められるのか考え、活動してきました。楽しく、かつメリハリがあり、社会で通用する人の育成を目標に、自らが率先して動くことを意識しました。当たり前のことですが、指示するだけのリーダーより、率先して一緒に動く方が、信頼できると考えたからです。まずは手本になることだと考えました。その際は新入生に自分と同じレベルを求めず、まずは教えることを意識しました。さらに、私だけが教えるのではなく、2年生が1年生と関わりを持てるように、アウトプットできる環境にするために、「1年生のあの子にコードの片付け方教えてあげて」などと具体的な役割を与えることを意識しました。私の引退後も1年生と2年生で協力できるように、一緒に楽しく活動できる環境を作ることを目標にして活動してきました。

(ソフトテニス部女子 川島和葉)

部長として頑張ったことは、部全体の雰囲気を良くしていくことです。部員が入ってくる際、自分の表情が固いままだったら関わりづらく、全体の雰囲気も固くなってしまおうと考え、笑顔で練習に参加するようにしました。それによって後輩部員も接しやすくなり、部全体でリラックスして活動に臨めるようになったと思います。前年度から男女一緒に練習する機会も増え、楽しく活動できたと思います。

(ソフトテニス部男子 荒川雄瑛)



# ソフトボール部



2025

部長  
34HR

惟村 悠奈

## 県大会出場

県1次予選 5-3田方農業  
(2回戦) 0-7飛龍(準々決勝)  
県予選 0-7駿河総合

## 中部大会

城南静岡 1-3 ●  
藤枝明誠 8-1 ○

## 県大会

桐陽 0-7 ●

ソフトボール部は、部員数が少ないため、本校だけではチームを編成することが難しく、他の学校と合同チームを組んで活動しています。合同での練習や試合では、学校ごとに練習方法や雰囲気異なり、最初は戸惑う場面もありましたが、声をかけ合いながら少しずつ信頼関係を築いてきました。人数が少ない分、一人一人の役割は大きく、全員がチームの一員として責任を持って取り組んでいます。日々の練習では基礎を大切に、守備や打撃の基本を繰り返し練習しています。また、ミスを責めるのではなく、次にどう生かすかを考えることを大切に、前向きな雰囲気で活動しています。合同チームという環境の中で、他校の生徒と関わる機会が多く、ソフトボールだけでなく、協調性やコミュニケーションの大切さも学ぶことができました。少人数だからこそ得られる経験を積み重ねながら、日々の練習や試合に取り組んでいます。





# 卓球部

2025

部長  
33HR 中澤佑真  
文責 青柳貫太

【学校対抗】県大会出場  
男子(東部9位・県1回戦敗退)

・東部地区新人戦(9月:学校対抗の部)  
男子 10位  
女子 準優勝(2位)  
(男女とも県大会出場)

県新人戦(10月:学校対抗の部)  
男子2回戦 0-3 浜松工業  
女子2回戦 0-3 清水東

東部地区新人戦(11月:シングルス部)  
(県大会出場)  
男子 鈴木晴(ベスト32)  
女子 吉川こころ(ベスト32)



高校での三年間の卓球部活動を振り返ると、技術面だけでなく、考え方や人との関わり方においても大きく成長できた時間であったと感じています。私たちは積極的に他校との練習試合を行い、その中で自分に何ができて何が苦手なのかを日頃から意識できるよう、部全体で声を掛け合いながら取り組んできました。練習試合や大会後には、顧問の横瀬先生と一対一で丁寧に振り返りを行い、今後取り組むべき練習メニューや新たに身につけるべき技術を明確にできました。また、体育館が使用できない日には、学校周辺を走ったりトレーニングルームを活用したりすることで、体力づくりにも前向きに励みました。(3年生3人を中心に)、先輩後輩の隔たりをなくすことを意識し、積極的に交流することで、部員全員が協力し合える雰囲気づくりに努めてまいりました。これによって築かれたチームワークを活かし、団体戦では県大会へ出場することもできました。これらの経験は、今後の生活にも活かしていきたい大切な学びです。



# 男子バスケットボール部

2025

部長  
34 HR 石川 湊

## 県大会出場

【東部地区予選】 東部地区3位

【県大会】

宮東64-68浜松工業 ●

県ベスト32

【ウィンターカップ】

宮東160-35掛川東 ○

宮東97-71遠江総合 ○

宮東80-65袋井商業 ○

宮東71-97浜松西

● 県ベスト16

## 決勝トーナメント

富士宮東122-58富士宮北 ○

富士宮東65-81日大三島 ●

富士宮東106-98加藤学園 ○

富士宮東82-68伊豆中央 ○

東部地区5位

県大会

富士宮東82-94静岡商業

男子バスケットボール部では、県ベスト8、東部ベスト4を目標に日々の練習に取り組んできました。チームのコンセプトであるディフェンスからの速攻を武器にするため、仲間同士で積極的にコミュニケーションを取り、声を掛け合うことを大切にしてきました。その中で私は部長として、チームや個人の成長につながる環境づくりに力を入れました。練習や試合後には一人ひとりに声掛けやアドバイスを行い、全員が同じ目標に向かえるよう意識しました。意見がぶつかることもありましたが、話し合いを重ねることでチーム力を高めることができました。その結果、東部ベスト3という成果を残すことができ、継続して努力することの大切さを実感しました。また、日々ご指導して下さった顧問の先生方や、送迎や応援などで支えて下さった保護者の皆様の存在があったからこそ、最後まで努力を続けることができました。感謝の気持ちを忘れず、今後の生活にも生かしていきたいです。



# 女子バスケットボール部



部長  
31HR 山本 せり

## 東部地区予選大会

### 予選リーグ

富士宮東 7 8 - 5 1 富士宮北

富士宮東 5 5 - 4 8 田方農業

1 回戦 富士宮東 43 - 64 暁秀

## 予選リーグ

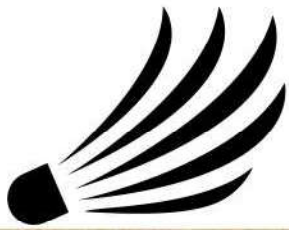
富士宮東 40 - 8 3 三島北

富士宮東 3 0 - 6 9 富士市立

0 勝 2 敗 予選リーグ敗退

女子バスケットボール部では、大鉢先生のご指導のもと、毎日の朝練習から放課後練習まで全力で練習に取り組んできました。厳しい練習も多くありましたが、仲間と声を掛け合いながら互いに高め合い、技術だけでなく精神面でも大きく成長することができました。3年生では部長としてチームをまとめる役割を担い、部員一人ひとりが安心して意見を言える環境をつくるために、ミーティングや話し合いの場を設け、チーム全体で課題解決に取り組んできました。また、歴代の先輩方から受け継がれてきたルールや伝統を大切に守りながら、後輩にもその思いを伝え、責任ある行動を心がけてきました。楽しく、そして目標に向かって努力できる雰囲気づくりを大切にされた結果、部員同士の絆もより深まったと感じています。大会では思うような結果を残すことはできませんでしたが、その経験を通してチームの仲はより深まり、自分たちの課題にも気付くことができました。





# バドミントン部

2025

部長

34HR

31HR

前澤 陽向  
渡邊 美砂

## 【学校対抗】

男子

(東部1回戦敗退 1-3沼津商業)

女子

(東部1回戦敗退 0-3伊豆伊東)

## 【学校対抗】

男子(東部1回戦敗退 1-3沼津商業)

女子(東部1回戦敗退 0-3星陵)

## 【ダブルス】

女子 東部 初心者の部

原野・齋藤ペア 東部9位 県大会出場

活動内容は、体育館でコートを使って、シングルスやダブルスなどの試合の練習をしたり、外で縄跳びやランニングをして体力づくりをしたりすることです。平日は、1週間に3~4回ほど練習があり、男女一緒に活動しています。

私が部長として頑張ったことは、みんなが良い雰囲気の中で練習に取り組めることと、大会に向けて全員の能力を向上させることです。雰囲気作りでは、自分がいつも笑顔で練習に参加するよう心がけました。また、部員に声をかけて自主練にも取り組み、男子の部員とも試合を行うことで、部活の雰囲気が良くなるよう努めました。

全員の能力向上に関しては、これまでの練習や前回の大会の反省を活かして、顧問の先生方、部員のみinnで練習メニューを考えました。その結果、試合の勝率も徐々に上げることができました。

部長として部活をまとめることを大変に感じた時もありますが、それ以上に部活を通して人と関わる大切さや、一緒に運動をする楽しさを感じることができました。



# 男子バレーボール部



2025

部長

31HR

三輪 孔明

東部地区予選大会

1回戦 対 葦山 0-2

(18-25、15-25)

新人体育大会東部地区予選

1回戦 対 沼津城北 1-2

(20-25、25-21、18-25)

私は男子バレーボール部の部長として、県大会出場を目標に掲げ、日々の練習に励んできました。特に力を入れたのは、基礎の徹底と実戦を想定した練習です。その結果、大会を重ねるごとにチームの連携が向上し、目に見えて良い結果を残せるようになりました。

しかし、部長としてチームを一つにまとめることには非常に苦勞しました。部員のモチベーションに差が出たり、練習中の活気が失われたりした時には、自分が誰よりも先に声を出し、積極的にチームを盛り上げるよう努めました。時には仲間のミスに対して厳しく怒り、緊張感を持たせることもありました。しかし、ただ注意するだけでなく、プレーの間には積極的に声を掛け、戦術の確認やフォローを徹底しました。自らの行動で姿勢を示すことで、周囲を鼓舞し、最後まで諦めない雰囲気作りに注力しました。

目標の県大会出場には一步届かず悔しい思いもしましたが、この経験を通じて得たものを、今後の生活にも活かしていきたいです。



# 女子バレーボール部



2025

部長

32HR

小林 紗理那



東部地区予選大会

1回戦

対 加藤学園 0-2

(14-25、17-25)

富士宮東 0-2 小山

私たち女子バレーボール部は、三年生四人、二年生四人、一年生四人の計十二人という少ない人数で活動してきました。部員一人ひとりの存在が欠かせない状況で、常に体調管理や怪我に気を配りながら、栗原先生、伊藤先生のご指導の元、練習に励んできました。その中で、試合に出られることは当たり前ではなく、保護者の方々、試合を組んでくださった先生方など、多くの人に支えられていることを強く感じました。練習では基礎を大切に、声かけやチームワークを意識しました。私は副部長として、部長を支えながら部の雰囲気づくりや人間関係をまとめることに努めました。人をまとめる難しさを知ると同時に、相手の立場で考える力も身についたと思います。大会では結果は残せませんでした。自分たちらしいバレーボールができた三年間でした。一、二年生には「感謝の気持ち」と「自分たちらしさ」を大切にしながら、さらに成長して行ってほしいと思います。





# ハンドボール部

2025

部長  
34HR

佐野 愛稀

東部地区予選 東部ベスト4

県大会

富士宮東 26-25 遠江総合  
富士宮東 23-25 清水桜が丘  
静岡県ベスト8

東部地区予選 東部9位

県大会

富士宮東 vs 静岡東 ○23-17  
富士宮東 vs 御殿場 ●18-34  
県ベスト16

ハンドボール部は全国大会出場を目標に日々の練習に取り組んできました。限られた時間の中で実戦練習をメインにチームワークを磨いてきました。私達のチームは「主体性」というものに重きを置き、チームを作っていました。練習のメニューを自分たちで考え組み立て、自分たちに何が足りないのか、何ができていないのかを考え続けました。その中で私は特に下級生とのコミュニケーションをとることを意識しました。部長である自分からコミュニケーションをとりにいくことで、下級生がチームに入りやすい雰囲気を作ることに努めました。その結果、学年を超えて意見を言える関係性が生まれ、試合中も互いに声を掛け合いながらプレーすることができました。結果としてはベスト8で終わり、目標である東海大会には届きませんでした。部長として最後までチームを率いた経験は大きな成長につながりました。結果だけでなく過程を大切に、困難な状況でも責任から逃げずに行動した経験を、今後の将来に活かしていきたいと考えています。仲間と共に努力した日々は自分の原動力です。この経験を糧に挑戦を続けます。



# 野球部



2025

部長  
32HR 山下 力

## 【春季大会】

1回戦 vs飛龍 ●1-4

## 【107回選手権大会】

1回線 vs清水桜ヶ丘 ●2-6

## 【秋季大会】

1回戦 vs市立沼津高校  
●1-8 (7回コールド)

## 【富士宮市民スポーツ祭】

高校野球の部

準決勝 vs 富岳館高校 ○6-4

決勝 vs 富士宮北高校 ●0-3

私たち野球部は3年生9人、2年生5人、1年生14人の計28人で活動してきました。野球は練習のから仲間と互いを高め合い、協力することが必要な競技です。辛いこと、楽しいことをたくさん経験しましたが、その中で私は部長として、部内隅々までコミュニケーションを取ることに力を入れました。時には、意見がすれ違い、言い合いになることもありました。全てチームとして成長するには必要だったと思います。その結果、チームとしての一体感もさらに強くすることができ、全員が笑顔で同じ目標に向かって成長することができたと実感しています。

こういった充実感、達成感、ご指導して下さった先生方や支えて下さった保護者の皆様の存在があったからこそだと強く感じています。最後まで仲間と成長する姿を見守っていただきありがとうございました。感謝の気持ちを忘れず、これからも成長していきたいです。

