



# 口加だより

平成28年6月30日発行  
長崎県立口加高等学校  
第3号 その2

## 平成28年度(第68回)長崎県高総体特集



### 競技別大会結果

#### ●陸上男子

- 100m 久間尚将(予選落)、渡部諒(予選落)、小玉健心(予選落)
- 200m 江島智一(準決落)、久間尚将(予選落)、小玉健心(予選落)
- 400m 江島智一(第5位※)、山下高彬(予選落)、坂田裕樹(予選落)
- 800m 田中拓杜(予選落)、笹田康介(予選落)、福田航平(予選落)
- 1500m 中尾賢真(8位)、田中拓杜(予選落)、中島浩一朗(予選落)
- 5000m 中尾賢真(予選落)、中島浩一朗(予選落)、白倉健太(途中棄権)
- 4×400mリレー <久間尚将、江島智一、笹田康介、福田航平>(準決落)

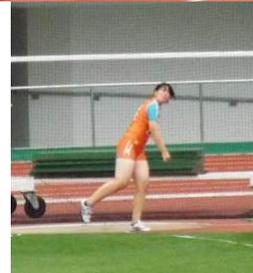


- 砲丸投 山下颯大(第3位※)、杉本和繁(記録なし)
- 円盤投 杉本和繁(記録なし)
- ハンマー投 山下颯大(第3位※)
- やり投 鬼山純一(第5位※)、杉本和繁(記録なし)



#### ●陸上女子(女子総合第3位)(フィールド1位)

- 100m 鶴田実来(予選落)、志方圭華(予選落)
- 200m 鶴田実来(予選落)、志方圭華(予選落)
- 400m 岩本日花里(予選落)、松田珠怜(準決棄権)
- 800m 松田珠怜(第2位※)、小田原玲奈(準決落)、岩本日花里(準決落)
- 1500m 小田原玲奈(予選落)、馬場愛純(予選落)、鬼塚礼奈(予選落)
- 3000m 馬場愛純(予選落)、鬼塚礼奈(予選落)
- 100mH 森内里美(8位)
- 400mH 森内里美(予選落)
- 走幅跳 鶴田実来(予選落)、森内里美(記録なし)
- 4×100mリレー(鶴田実来、森内里美、志方圭華、馬場愛純)(予選落)
- 4×400mリレー(松田珠怜、馬場愛純、志方圭華、岩本日花里)(予選落)
- 砲丸投 渡部真実(優勝※)、本多涼菜(第2位※)、松尾美咲(第3位※)
- 円盤投 渡部真実(優勝※)、松尾美咲(第6位※)、井口実紀(記録なし)
- やり投 田栗杏華(7位)、酒井翔子(10位)、山村文香(記録なし)



※印は、北九州大会へ進出

#### ●ソフトボール

(1回戦)佐世保商高に 1-9 負け

#### ●バスケットボール男子

(1回戦)長崎鶴洋高に 98-70 勝ち  
 (2回戦)佐世保南高に 80-55 勝ち  
 (3回戦)瓊浦高に 66-63 勝ち  
 (4回戦)島原工高に 49-67 負け **ベスト8**



#### ●バスケットボール女子

(1回戦)長崎明誠高に 50-110 負け

#### ●ソフトテニス男子

(1回戦)創成館高に 2-1 勝ち  
 (2回戦)壱岐高に 2-1 勝ち  
 (3回戦)鹿町工高に 0-2 負け (ベスト16)  
 ダブルス 竹馬悠太・竹下尚汰 2回戦負け  
 中村昌太・澤谷亮太 2回戦負け  
 高橋優歩・森 琢真 2回戦負け  
 小田原弘季・伊藤隆星 3回戦負け  
 永石大空・中川透大 4回戦負け

#### ●バレーボール女子

(1回戦)佐世保高専に 2-0 勝ち  
 (2回戦)長崎商高に 2-0 負け



#### ●卓球男子

(1回戦)松浦高に 2-3 負け  
 ダブルス 山本 歩・松本 涼 1回戦負け  
 大村真悟・伊崎龍治 3回戦負け  
 シングルス 山本 歩 4回戦負け  
 松本 涼 2回戦負け  
 伊崎龍治 2回戦負け  
 松藤大河 2回戦負け  
 大村真悟 2回戦負け  
 松本拓帆 1回戦負け



#### ●卓球女子

(1回戦)松浦高に 3-1 勝ち  
 (2回戦)佐世保商高に 0-3 負け (ベスト16)  
 ダブルス 本多晴香・一ノ瀬歩 4回戦負け (ベスト16)  
 大崎香乃・石橋乃愛 2回戦負け  
 シングルス 一ノ瀬歩 4回戦負け (ベスト32)  
 本多晴香 2回戦負け  
 氏原優希 2回戦負け  
 大崎香乃 2回戦負け  
 石橋乃愛 1回戦負け  
 佐藤和歌 1回戦負け  
 山本優佳 1回戦負け



#### ●サッカー

(1回戦)宇久に 0-0 (PK3-4) 負け

## ■各部主将（キャプテン）等のコメント

●**陸上部男子主将・中尾賢真** この1年間を振り返るといろいろなことがありました。キャプテンを任命されたあの日から、辛いことやきついこと、楽しかったこと…、とてもたくさんの出来事がありました。まず辛い思いをしたのは、世代交代しての最初の試合でした。今までうまく回っていたものが突然動かなくなり、チームはボロボロでした。キャプテンとして、何が前キャプテンと違うのかを考えました。しかし、それが間違いでした。前キャプテンの模倣はいわば停滞を意味しそこに成長はないと考えました。真似ではなく越えていこうと考えるようになり、辛いことは楽しいことになっていきました。その後、冬の合宿を乗り越えシーズンインとなりました。最後の数ヶ月間はアツという間で、日々陸上のことだけを考えていました。高総体では、7名の北九州大会出場を決めることができました。この1年間とても良い経験をすることができました。この経験を受験に、将来に、と繋げていくことが、今後の僕の目標です。

●**陸上部女子主将・酒井翔子** 私は陸上を通して多くのことを学び、最高の仲間と先生に出会うことができました。練習がきつくて正直辞めたいと思ったことや、仲間と衝突したこともたくさんありました。しかし、支え合い、高めあう仲間がいたからこそここまで頑張ることができました。最後の高総体では思うような結果が出せず悔しい思いをしましたが、みんなが思いを繋いでくれて、7名が北九州大会出場、女子総合第三位という結果で本当に嬉しかったです。口加の応援はどこよりも力強く背中を押してくれました。私はこんな陸上部と一緒に戦うことができ本当に良かったです。応援ありがとうございました。

●**バスケットボール部男子主将・岩永康佑** 高総体1日めに長崎鶴洋高、佐世保南高に勝利し、2日めにベスト8をかけ瓊浦高と対戦しました。試合は前半から1点を争う大接戦になり一進一退の攻防になりました。得点する度に客席から歓声が上がり、ベンチではみんな総立ちで喜んでいる、試合に出ている人だけでなくベンチや応援してくださる保護者の方々など全員の気持ちが一つになって戦っているのを感じました。この試合を3点差で勝利し、続く島原工高戦、ベスト4をかけて対戦しましたが、敗れて自分達の目標であった決勝リーグ進出には届きませんでした。しかし、全員が最後の1秒まで口加高校らしいバスケットをやりぬきました。

僕は今、キャプテンになって本当に良かったと思っています。顧問の先生や保護者の方々そしていつも支えてくれたメンバーがいたからこそ自分はキャプテンという仕事を最後までやりきることができました。高総体では、たくさんの応援本当にありがとうございました。

●**バスケットボール部女子主将・城川優晏** 高総体では1回戦、長崎明誠高と対戦しましたが敗退しました。しかし、それぞれ自分が持っている力をすべて発揮し、この1年間の中で一番良い試合となりました。私たちはこれまで自分たちで練習メニューを考えたり、植生先生のご指導を受けたりしながら練習に取り組んできました。たくさん辛いことや悩んだこともありますが、その度にみんなで話しあって壁を乗り越えてきました。今までバスケットを続けてこれたのもこのメンバーだったからだと思います。そして、いつも支えてくださった保護者の方々や顧問の先生、チームメイトがいたからこそ今があると思います。新チームもお互いに助け合いながら頑張ってください。3年生は自分の進路に向けて頑張ります。応援ありがとうございました。

●**ソフトボール主将・井上まりな** 高総体で1回戦、佐世保商高と対戦し敗退してしまいました。目標だった「目指せ、高総体1勝」は達成できませんでしたが、最後まで諦めず自分たちらしくプレイすることができ、今までで一番いい試合ができたと思います。私たちはこれまで、顧問の先生、コーチの指導のもと、練習に取り組んできました。練習中はみんなで楽しく、怒られたときは励まし合いながら頑張ってきました。辛くて辞めたいと思ったときも、ソフトの仲間が親身になって相談に乗ってくれたお陰で最後まで続けることができました。ソフト部に入って出会えた仲間とはとても大切な存在です。これから3年生は進路実現に向けて勉強を頑張ります。1、2年生は新キャプテンを中心に「高総体での一勝」を目指して頑張ってください。

●**ソフトテニス部男子主将・森 琢真** チームメイトから指名されてキャプテンになり、みんなを引っ張っていく立場になりました。今まで指示されていた立場からいきなり指示する方へと変わりました。最初は失敗の連続でした。うまく指示できず貴重な練習時間を無駄にしてしまったこともありました。しかし、チームメイトのアドバイスなどで、なんとかうまく指示できるようになりました。

そして迎えた高総体。高校での最後の試合です。1年前から目標にしていた団体戦2回戦突破を達成することができベスト16入りしました。個人戦の目標であった全員が2回戦突破は果たすことができませんでした。このメンバーで高総体に臨めたのがとても嬉しかったです。

●**バレーボール部女子主将・内田 凜** バレー部は1回戦、佐世保高専と闘いました。冬の試合での対戦経験もあり勝利することができました。2回戦の長崎商高戦では、開いた点差を縮めることができず敗れてしまいました。目標としていた“下克上”とはいわず本当に悔しかったです。しかし、これまでバレーを続けてこれたのも保護者の方々や監督、そしていつも支え合ってきた仲間がいてくれたからこそだと思います。今はもうただただ感謝の気持ちでいっぱいです。19人のメンバーで作上げてきた口加独自のバレーが大好きでした。悩んだり、ぶつかったりしたこともたくさんありましたが、このメンバーだったからこそ乗り越えてこられたと思います。高総体は悔しい結果となったものの、バレー部の全員が全力で戦い抜いた良い試合だったと思います。

応援ありがとうございました。

●**卓球部男子主将・大村真悟** 高総体の団体戦には一番の思い入れがありました。2年生の時は部員数が2名で公式戦での団体戦はほぼ出場できませんでした。高総体では絶対に出場して、1回戦は勝つてやると思っていました。しかし、その1回戦、接戦になり3対2で負けてしまいました。実は、3敗のうちの2敗は自分が負けてしまったのです。とても悔しかったです。この1年間、団体戦にかけてきたのに、1勝もできなかったことが本当に悔しく、ずっと頭からはなれません。振り返れば、この1年間、後悔することがいろいろとありますが、口加の男子卓球部として、高総体の団体戦に出場できたことは本当に嬉しく思います。

これまで支えてくださった保護者の方々、顧問の先生、そして部員みんな、本当にありがとうございました。

●**卓球部女子主将・氏原優希** 先日集大成である高総体が終わりました。部活動を通して私の実りになったものはいろいろあったと思います。入部したての頃は先輩の後を付いていだけで楽しく、しかしいざ主将になると人をまとめることの大変さを感じました。自分ではやっているつもりでもその思いが人に伝わらないもどかしさを感じました。言葉の取り方にも人それぞれの考えがあり、自分の意見の伝え方を学びました。叱責されることもあり、部活嫌だなあと悩んだ時もありました。その時「逃げずにもう一度行ってごらん。見方を変えれば必ず今までと違うことが見えてくるよ。あなたは大丈夫。自分を信じなさい。」と恩師に言葉をかけてもらい続けることができました。継続したことは私の実りです。そして、私には仲間や家族、応援してくれる人がいます。感謝すべきことだと思います。逃げ出して何もしないと分らないことでも経験したからこそ分かったことです。充実した時を過ごしたなあとと思います。

●**サッカー一部主将・相良聖斗** サッカー一部のキャプテンになって最初は不安ばかりでした。専門の指導者がいなかったのも、練習メニューは自分で考えてしないとイケなかったのも、この練習で上手になれるかどうか分かりませんでした。だけど、後輩たちがしっかりついてきてくれて充実した練習をすることができました。本当に感謝したいです。最後の高総体は惜しくも負けてしまって後悔はあるけど、来年後輩たちが頑張ってくれると思います。

1年間キャプテンをすることで、人をまとめる力やキャプテンとしての責任感を持つことができ成長できたので、本当に良かったと思いました。

●●● **各部のキャプテンさん、この1年間、本当にお疲れ様でした。そして、ありがとう** ●●●