

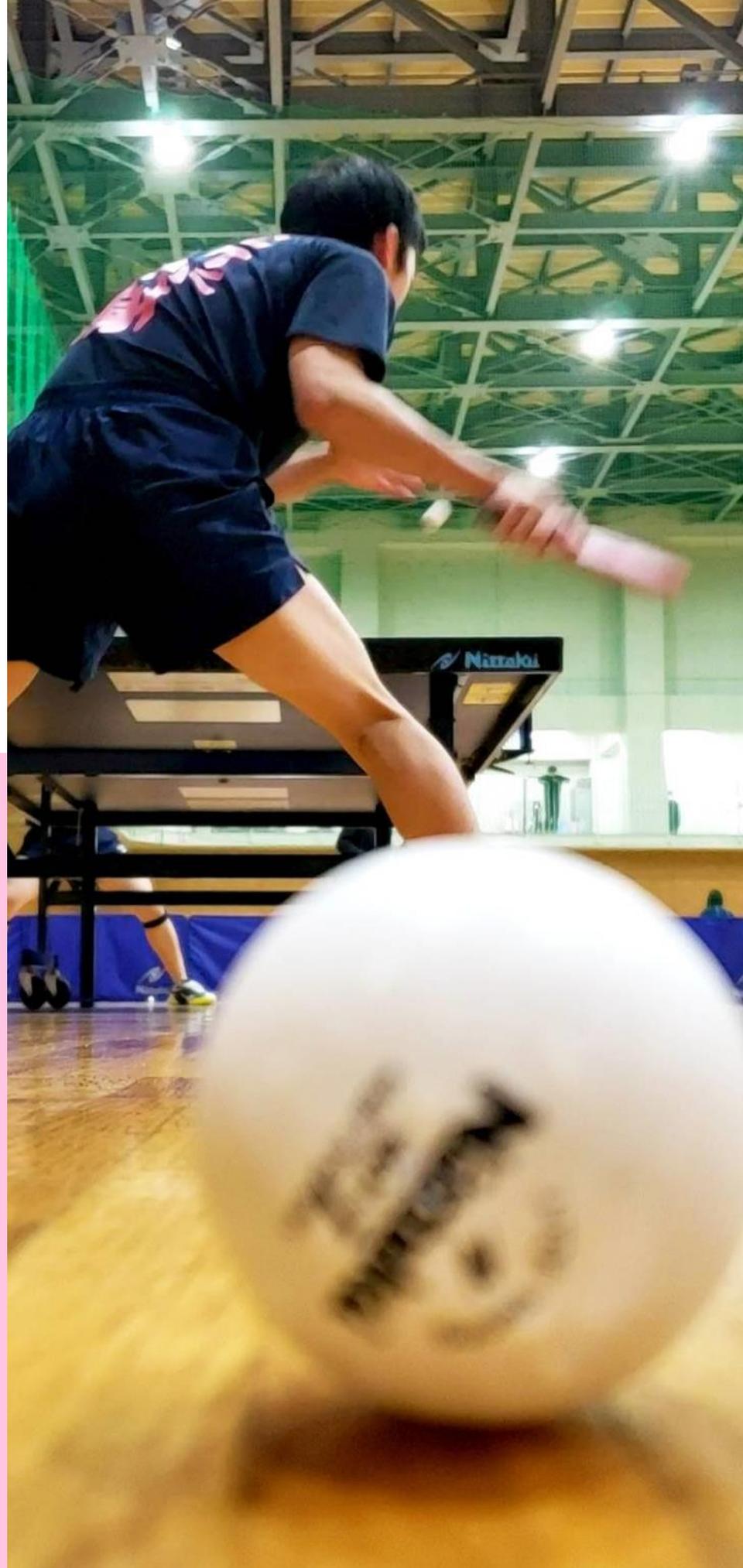
上越高校

NAVI

今回のテーマは

文武両道

この春卒業した卓球部員は
インターハイに出場し、
國學院大學や日本体育大学
といった有名大学に進学！
そんな卒業生に文武両道の
コツを聞きました！！



上越高校 NAVI 発行：上越高等学校 令和5年10月10日
〒943-0892 上越市寺町3-4-34 TEL:025-523-2601

文武両道の秘訣は「志の高さ」と「気持ちの強さ」

上越高校卓球部員の紹介

「練習量の多さ」だけでなく、「礼儀などの生活面」に関しても厳しい上越高校卓球部。そんな卓球部に入部してくる生徒たちは、**厳しいことを承知で入ってきた生徒ばかり**です。みんな「強くなりたい」、「人として成長したい」といった強い思いをもっています。厳しい場所と知りながら、覚悟をもってやってきた**「志の高さ」**が文武両道を支える秘訣かもしれませんね。



写真1：日頃の練習風景

写真2：勉強は集中できる図書室で！

写真3：女子ダブルスでインターハイ出場

写真4：笑顔沢山卓球部



強い気持ち

1日練習や遠征をすることも多い卓球部。厳しい練習にも弱音を吐かず取り組むことで**気持ちが強くなります**。気持ちの強さは、勉強をするときにも生かされていて**集中力・継続力の向上につながっている**と感じます！！



全てに感謝

「全てに感謝」が顧問の丸山先生の口癖です。そんな卓球部の合言葉も「全てに感謝」！人だけでなく施設への感謝も大切にしています。卓球部は休日練習の前に朝清掃で体育館、トイレ、玄関の掃除に取り組み、感謝の気持ちを行動にうつしています。



顧問小林先生は上越高校卓球部OBです

顧問の小林先生は上越高校の卒業生。高校3年生の時には県総体で団体とシングルスで優勝し、2種目で**インターハイに出場**しました。3冠を狙っていましたが、ダブルスは3位だったので、3種目での出場はできませんでした。それから8年、教員になった1年目に、3年生の高橋洸太・山本謙成ペアがダブルスで優勝しました。小林先生が高校時代に叶えられなかったダブルスでのインターハイ出場を教え子たちが叶えてくれた！！まるで**ドラマのような展開に感動**しきりだったとのこと。



↑高校時代の小林先生



↑高橋・山本ペア



母校で教員として、
後輩たち、恩師と一緒に戦える。
この時間は宝物です！！

文武両道の卒業生。今も新たな夢に向かって頑張っています！

小嶋己順 國學院大學進学

- Q. 上越高校の良いところは？
A. 先生方は頑張っている生徒を応援してくれます。進路決定の時も手厚いサポートをしてくれました！！学校行事も楽しくて、沢山の思い出をつくる事が出来ます！



大学でも卓球を
続けています！
夢はインカレ出場

松井遥哉 日本体育大学進学

- Q. 進路達成に向けてどう頑張ったかを教えて！
A. 先生方、保護者など多くの方々に協力してもらいました。周りの力を借りることで、自分自身もしっかりと予定を立てて毎日努力しないといけないという気持ちが高まりました。あとは、絶対に合格するという、強い気持ちを持たないと受かりません！



目指せ！
アスレティック
トレーナー

神林あゆみ 十日町看護専門学校進学

- Q. 上越高校卓球部のいいところを教えて！！
A. 上越高校卓球部はインターハイ出場を目標に練習しています。技術だけでなく人としても成長できます。本気でやりたい人はぜひ！！

頼られる
助産師に
なりたい！



今野美咲 新潟病院附属看護専門学校進学

- Q. 文武両道のコツを教えて！！
A. 一番はオンとオフをしっかりとすることだと思います！部活動に取り組むときも、勉強に取り組むときも自分の決めた目標に向かって、1分1秒大切にに取り組むとよいです。そして、休むときはしっかりと休むことが大切！！

実践を積んで
早く一人前に！



星野彩佳 新潟薬科大学進学

- Q. 高校で部活動に入ると良い理由を教えて！！
A. 高校3年間の中で同じ目標を持った仲間と出会い、お互いに切磋琢磨することができます。部活動を通じて成長を感じる事が沢山あります。ぜひ部活動に入部してみてください！

目指すは
知識豊富な
保健師！！



創立120周年で第2体育館新設

学校創立120周年記念事業の一つである第2体育館建設にむけ、地鎮祭が行われました。冷暖房完備の体育館は来年3月竣工を目指します。卓球部の活動も第2体育館を予定しています。ますます集中して練習に取り組める環境が整います！



文武両道で頑張る部活動が沢山

サッカー部

進路実績 新潟大学・長岡技術科学大学・名古屋大学
工学院大学・上越地域消防事務組合 など
大会実績 高校サッカー県1部リーグ優勝
北信越ルーキーリーグ1部で優勝！！



いいね！ 221件
joetsufc 【国立 新潟大学 合格】
上越高校サッカー部 宮崎陽佑 君が
国立 新潟大学に見事合格いたしました！！
文武両道を成し遂げました！

陸上競技部

進路実績 横浜市立大学
群馬大学・名桜大学・三条市立大学 など
大会実績 走り高跳びでインターハイ出場！



ダンス部

進路実績 関西外国語大学など
大会実績 ダンスドリル選手権全国大会2年連続出場



野球部

進路実績 都留文科大学・新潟大学・新潟医療福祉大学・
警視庁・上越地域消防事務組合 など
大会実績 新潟県第3位



柔道部

進路実績 上越教育大学・新潟大学・富山大学
新潟県警・上越地域消防事務組合など
大会実績 インターハイ・全国高校選手権出場



上越高校には頑張っている生徒たちが沢山います
上越高校 HP の進学・就職実績もチェックしてね！！



上越高校 HP
進学・就職実績

制作：上越高校写真部

今回のNAVIでは、表紙を始め、色々な写真を
上越高校写真部が撮影しました。
最近は動画制作にも取り組んでいる写真部！！



@JOETSUHS_PHOTOGRAPHYCLUB

公式Instagramで
部の活動や学校の様子
などを発信しています！

←写真部Instagram
フォローしてね♪

