

華頂女子高等学校 柔道部 クラブガイド



- か 感謝の気持ちを忘れない
- ち 近道はしない
- よ 寄り道はしない
- う 上を目指す
- じ 地道に努力する
- よ 余力を残さない
- し 信念を持って何事にも取り組む

華頂女子高等学校の柔道部が2025年4月より始動します。

初心者・経験者を問わず、柔道を通して「人間力の向上」を目指していきます。試合で勝つことだけでなく、大会運営などを通し、社会に通用する力を育成していきます。

初心者の生徒は黒帯取得、公式戦 1 勝を目標に、経験者は近畿大会・全国大会出場を目指し、日々の稽古に励みます。

また上記のクラブ目標を掲げ、当たり前なのが当たり前になるような人物の育成を目指しています。

【稽古日】 月～土曜日、日曜祝日は休み 朝トレーニングなし（予定）

月～金 15:30～17:30 土 13:30～15:30

- 京都の高体連の試合は基本的に土曜日開催です。
試合直前等日曜・祝日に稽古をした場合は、平日に振替で休みにするようにします。
- 朝トレーニングは実施しません。
- 家庭学習や自分の時間を確保できる時間設定にします。
柔道漬けにするのではなく、リフレッシュの時間も大切にします。
- 柔道以外のいろいろなことに目を向けること、部活生以外の生徒との交流も大切です。
クラブ活動以外の時間の有意義な使い方が「成長」への証であると考えています。
- テスト1週間前のクラブ活動は、基本的に休みにします。
ただし、試合とテストの時期が重なる場合は短時間稽古をします。
- 学校の入試部のイベントにスタッフとして参加します。
これに参加することで「人前で話す力」、「プレゼン能力」を培います。

【クラブ費】 費用 なし（予定）

- クラブ費は0の予定です。

【試合着】 ¥25,000 前後 ※ 練習着の価格帯は様々です。（¥15,000～¥20,000 程度）

- メーカー指定はありません。練習着に関してもメーカー指定なし、自由に購入できます。
希望がない生徒に関しては、東洋の柔道着（オーダーメイド）を購入していただいています。
- 高校生の京都の大会は、2日間連続の開催はありません。
3年間で試合着は1着の生徒が多いです。
（近畿大会以上になると、団体戦・個人戦と試合が2日連続である場合があります。）
- 試合着1着、練習着1～2着で3年間過ごす生徒が多いようです。

【クラブグッズ】 クラブジャージについては未定です。

- 作った場合でも購入の強制はしません。希望者のみとします。

【合宿・遠征について】

- 基本的に日帰りできる場所での遠征をメインに組んでいきます。
- 合宿費用はその都度徴収します。実施に関しては、その年のレベルによって考えていきます。

【監督】 いのうえ なみ
井上 奈美



経歴	大分県立中津北高校 普通科 卒業 国立鹿屋体育大学 体育学部 武道課程 卒業 国立鹿屋体育大学大学院 体育学研究科修士課程 終了
免許	講道館柔道四段 全日本柔道連盟公認柔道指導者 B 指導員 中学校教諭 専修免許状(保健体育科) 高等学校教諭 専修免許状(保健体育科) 幼児体育指導者 2 級 発達障害コミュニケーション初級指導者
実績	日本ベテランズ国際柔道大会 優勝 (2014・2015)
論文	マダガスカル柔道の現状—青年海外協力隊短期派遣活動の視点からの考察—(2007 年 12 月) 武道の捉え方—主に柔道の視点から(2007 年 12 月) 知的発達障害者における柔道療法(2008 年 9 月)

○ 指導歴

2004 青年海外協力隊 バックアッププログラム隊員(スリランカ 3 週間)

2006 青年海外協力隊 短期派遣隊員(マダガスカル共和国 1 カ月)

2011-2014 乳山道場 (福岡県北九州市)【乳山幼稚園】

ジュニアの部, 少年の部, 中学の部

乳山幼稚園のカリキュラムで年中と年長の園児を対象に柔道の授業を担当しました。乳山幼稚園は願書受付に並ぶほど人気の幼稚園で、カリキュラムに柔道があるところが特徴です。

当時少年の部は 50 名を超える人数が所属していました。

中学の部は個人戦で全国大会日本一、団体戦でも全国大会上位入賞をしています。

2015-2022 京都市内 A 中学・高等学校

京都市内 A 中学・高等学校は初心者も経験者も在籍する伝統ある部です。男女の指導経験があり、在籍中、団体戦と個人戦で近畿大会出場、個人戦で全国大会出場の経験があります。特に初心者の育成に自信があります。

○ 表彰歴

2020 年 8 月のコロナ禍の第一波の際、柔道界にも厳しい制限が設けられました。その際に「柔道絵本」を作成し、京都府柔道連盟の取り組みとしてから各道場、中学校に絵本が配布されました。

その後第 3 作まで作成し、大会で読み聞かせをするなどの取り組みを実施しています。柔道普及活動に貢献したとして、京都府柔道連盟に表彰されました。



公益財団法人 全日本柔道連盟 HP

【高校生 公式戦スケジュール】（予定）

4 月	国体予選(個人)	武道センター
5 月	京都府総体(団体)	武道センター
	IH 予選(個人)	武道センター
	IH 予選(団体)	武道センター
8 月	IH(団体・個人)	—
9 月	私学総体(団体) 段外選手権(個人)	福知山市武道館
10 月	近畿予選(個人)	武道センター
11 月	全国高校選手権予選 兼 近畿予選(団体)	亀岡運動公園体育館
1 月	全国高校選手権予選・段外選手権(個人)	武道センター
2 月	近畿大会(団体)	—
	近畿大会(個人)	—
3 月	全国高校選手権(団体・個人)	—

京都府の高体連は中学校と違い、近畿大会の予選は秋にしかなく、また高校 1・2 年生だけを対象としています。

○ 京都府の女子の団体戦エントリー数は 2023 年度は 7 校でした。

近畿大会は最低でも 6 校(+αあり)が出場できます。(2 名で団体戦に出場する学校もあります。)

個人戦は各階級 4 名が近畿大会に出場できます。

※ 2023 年度近畿大会京都府予選(個人戦)のエントリー数

48 kg 級 5 名, 52 kg 級 5 名, 57 kg 級 4 名,

63 kg 級 4 名, 70 kg 級 3 名, 78 kg 級 4 名, 78 kg 超級 0 名

高校まで継続すれば、多くの人が近畿大会に出場できるようになっています。

<お問い合わせ先>

華頂女子高等学校 入試部

〒605-0062 京都市東山区林下町 3-456

TEL 075-541-0391 Mail h-nyushi@kacho.ed.jp