

秋田県立能代高等学校 柔道部

【能代高校 柔道部とは？】

能代高校柔道部のページへようこそ。柔道部は昔から全国大会に出場している古豪です。かつてはインターハイ入賞者も輩出しています。近年競技人口減少や生徒数減少により、部員が少ない時期もありました。令和4年より30年ぶりに柔道部OB監督である佐藤が赴任し、もう一度県北地区を盛り上げようと思い、生徒と共に活動してまいりました。昨年度女子団体において、初めて全国高等学校柔道選手権大会に出場しました。この勢いで女子だけでなく男子も上位大会を目指して頑張っていきたいと思います。応援のほどよろしくお願いいたします。

【柔道部の実績】

男子団体 全国大会出場5回

女子団体 全国大会出場8回

～令和3年度～

全県総体男子団体ベスト8
全県総体73kg級3位
全県総体52kg級3位
全県新人男子団体ベスト8
全県新人73kg級1位(全国出場)
全県新人66kg級3位

～令和4年度～

全県総体男子団体ベスト8
全県総体73kg級1位(全国出場)
東北大会73kg級2位
県民体育大会73kg級1位
全県新人73kg級2位(東北出場)
選手権東北地区大会73kg級ベスト8
慶應杯争奪柔道大会73kg級2位
81kg級ベスト8

～令和5年度～

全県選抜柔道大会女子団体3位
全県総体73kg級1位(全国出場)
東北大会73kg級2位
全国大会73kg級ベスト16
全県新人女子団体3位(東北出場)
全県新人52kg、63kg、無差別級各3位

～令和6年度～

全県高校柔道大会女子団体3位
全県総体女子団体2位(東北出場)
全県総体男子団体ベスト8
全県総体78kg超級1位(全国出場)
全県総体70kg級2位(東北出場)
全県総体48kg、52kg、70kg級各3位
加藤杯争奪全県柔道大会男子団体3位、女子1位
全県新人女子団体1位(19年ぶり3回目)
全県新人48kg、52kg、70kg、78kg超級各1位
全県新人100kg級2位、63kg級3位
全国高校選手権県予選女子団体1位(全国出場)
全国高校選手権県予選52kg、63kg、無差別各1位
(3階級全国出場)、48kg2位(東北出場)
全国高校選手権東北地区大会女子団体ベスト8



【活動内容】

平日 月・火・水 16:20～18:20 木・金 15:20～17:40

土日祝日 9:00～11:30

週1回は休養日

基本練習を中心に、短時間集中、量より質にこだわり、反復練習と乱取り稽古をつなげる練習を心がけています。また、日々考えることに重点を置き、自分の課題を考えて練習に取り組んでいます。成長するためにも、やらされる練習ではなく、自分でやり込む練習を目指しています。

【指導者】

佐藤 寛仁(さとう ひろひと)

・競技実績

中学校総体55kg級1位(全国出場)、高校総体60kg級2連覇、(全国ベスト16)
全日本ジュニア出場(高校3年、大学2年)、国体出場(選手・監督)、全日本学生体重別出場
全日本選手権東北予選出場、全国教員大会2位 など

・監督より、中学生へメッセージ

歴史と伝統のある能代高校柔道部です。出身者には、警察官や教員が非常に多いのが特徴です。そこには、部活と勉強の両立を真面目に取り組む伝統があるからだと思います。私自身高校生活において、日々の練習と学習の両立に苦慮しましたが、言われたからやっていたのではなく、自分の成長のために自ら取り組んでいました。高校生活は一度しかありません。もっとこうしていればよかったと後悔することがないよう、全力で取り組んでいく姿勢が大切です。それが充実した生活に繋がってきます。最初から柔道が強い、勉強ができる人はいません。一つずつ積み重ねていくことで成長していくのです。ぜひ一緒に能代高校の新しい伝統を築いていきましょう！

【活動の様子】



新入生歓迎会の様子



年末掃除後のご褒美



加藤杯男女アベック入賞



練習始め、沢山のOBたちと



選手権予選女子団体初優勝



日本武道館の前で