

「文武両道」のススメ

第10版



奈良県立五條高等学校

力を蓄える

校長 中井 基雄

「悪い時が過ぎれば、よい時は必ず来る。おしなべて、事を成す人は、必ず時の来るのを待つ。あせらずあわてず、静かに時の来るを待つ。時を待つ心は、春を待つ桜の姿といえよう。

だが何もせずに待つ事は僥（ぎよう）倖（こう）を待つに等しい。静かに春を待つ桜は、一瞬の休みもなく力を蓄えている。たくわえられた力がなければ、時が来ても事は成就しないであろう。」

これは、現在のパナソニックの創業者である松下幸之助氏の言葉です。彼は父が米相場で失敗したのち、小学校を中退し、9歳で丁稚奉公に出ましたが、くじけることなく、多くの経験を糧として商売人としての心得を学びました。明治43年、開通した大阪の市電が「電気で走る」のを見て、電気事業の将来性を感じとり「電気の世界」へ第一歩を踏み出しました。

そして、大正6年、手元資金わずか95円で独立。生活していた狭い借家に工場スペースをつくり、妻と妻の実弟などと改良ソケットづくりをはじめました。厳しい試練をのりこえ、大正7年、本格的に電気器具製造・販売に着手するため「松下電気器具製作所」を創業し、現在のパナソニックに至っています。

新入生の皆さん、この五條高校は県下でも有数の歴史と伝統をもち、施設設備も充実しています。学習面においては学習効果を高めるために少人数制による授業を行っています。本校での3年間で未来に向けて大きく羽ばたくための力を蓄えてくれることを

五條高校が目指す「文武両道」



「文武両道」って言葉は、いつから使われている？

文武両道という言葉が最初に使われたのは、『平家物語』の中で木曾義仲の配下の僧「覚明」が勇猛果敢で達筆であったことに対して「文武二道に優れ」と表したことからではないかと言われています。

五條高校が目指す「文武両道」とは？

このように、「文武両道」とは、一人の人が「文」にも「武」にも長けていることを表します。これまで五條高校は、学校全体として、学業にも部活動等にも積極的に取り組み、成果をあげてきました。

しかし、五條高校が目指す「文武両道」とは、単に進路実績と部活動実績をあげることではなく、一人一人の生徒が、まずは**学業に一生懸命取り組み、あわせて学業以外の何かに自発的に取り組むこと**により、自己の内面を成長させることなのです。

「文」とは？「武」とは？

「文」が勉強で、「武」はスポーツというのが最もイメージしやすいでしょう。五條高校が目指す「文武両道」においても「文」は授業をはじめとする「**学習**」と位置付けますが、「武」は幅広く「**自分を伸ばしてくれる体験**」と位置付けます。

いわば、「文」は静的な学び、それに対して、「武」は動的な、ダイナミックな学びと言えるでしょう。これら二つの学びを、結び付けることが、「文武両道」の本質なのです。

特に、生徒全員に「武」の本質である「**為すことによって学ぶ**」という姿勢を身に付けてほしいと考えます。



なぜ、「文武両道」が必要なのか？



一言で言うと、「経験をともなった学び」により、自分を「幅のある人間」に作り上げるためです。

様々なことに努力する中で、多くの経験を積み、様々な価値観と出会うことで、周りの人を理解する力や、時代の変化に対応する力などが自然に身に付いてきます。

高校時代に培った「幅の広い人間性」が、きっと将来、役に立つときが来るでしょう。

「文武両道」により、目指す姿とは？

校訓に示されている「質実・剛健・礼節」という、この三つの言葉にも体現されています。

- 教科の学習や、その他様々な活動に、精一杯取り組むこと。
- 何事に対しても、まじめに、誠実に、あきらめずに立ち向かうこと。
- 周りの人に感謝し、周りの人を大切にすること。

校訓により本校は、このような姿勢を身に付けることを目指しています。

それでは、これから、文武両道を目指した卒業生の中から7人の皆さんを紹介し、具体的にどのような生き方をされたのか、一緒に見て行きましょう。





ケース1 「誰かが見ている」

窪田 涉菜（くぼた あづな）－平成23年度卒－
(警察官 部署 西和警察署 地域課)



○ 高校時代に頑張ったこと

部活動と勉強の両立を頑張りました。高校に入学してからソフトボールを始め、毎日部活動に明け暮れていきました。経験者半分、未経験者半分で私は未経験者でしたが、お互いに切磋琢磨し合い、「あの子より上手くなつてやる！」との思いで、どんなにしんどくても最後までやり遂げました。勉強は、得意教科の英語だけは誰にも負けないよう授業で配布されたプリントを何度も繰り返し復習していました。「これだけは、絶対誰にも負けたくない」との思いで色々なことに取り組めば、「形は違っても結果は必ず出るのだ」と実感しました。

○ 部活動と勉強の両立の仕方

授業中にノートを書き写すとき、同時にそれを自分なりに理解し覚える気持ちを持って取り組むこと、また、分からぬ点があれば、すぐに先生や友達に聞くことが一番効率の良い勉強法だと思います。人それぞれ、理解力・記憶力等が各々異なると思いますので、自分に合った勉強法を見つけることが大切だと思います。やる気さえあれば、できないことはないので、一生懸命取り組んでください。

○ 五高生へのメッセージを。

私は、社会人になった今、「高校時代にやっておけば良かった」と思うことがあります。高校時代は一生に一度しかなく、自分がしたいこと、したくないこと、しなければならないこと等たくさんあると思います。どのようなことにも失敗を恐れず、積極的かつ前向きな姿勢で取り組んでください。成功から学ぶことより、失敗から学ぶことの方が自分を成長させてくれます。

特に、他人がやりたがらないことは積極的に頑張ってみてください。そこから学ぶものは一生ものです。頑張れば頑張るほど、必ず見てくれている人々がいます。高校時代にはこれまでにない努力をしてください。そうすると、必ず自分のしたいこと、将来の夢等が見えてくるはずです。また、高校時代の友達は、自分が生きていく上で一生の宝です。大切にしてください。色々なことに挑戦して、「高校時代」を充実したものにしてください。

【教職員からのコメント】(仲川 裕一)

初心者ながら、持ち前の負けん気で努力し、最後は4番打者。成績も常に上位。おかげに、3名しか募集のなかった女子警察官の試験に見事合格。「努力は報われる」とは、まさに彼女のことです。



ケース2 「何事も全力で」

宮内 清孝（みやうち きよたか）－平成25年度卒－
(大阪大学基礎工学部電子物理科学科)



○ 高校時代に頑張ったこと

僕が特に意識して頑張っていたことは、**どんなことでも全力でやり切ること**です。勉強しているときは勉強に、部活のときはその練習に、今、向き合っていることの一つ一つに集中して取り組んでいました。

○ 今活かされている高校時代の教訓

続けることの大切さです。毎日コツコツと続けていくことの大切さは部活動を通して学ぶことができました。このことは勉強や部活動、その他のことでも当てはまります。高校で培ったこのことは、今も胸に刻んで日々実践していて、とても役立っています。

○ 五高生へのメッセージを。

今、頑張っていること・頑張ろうとしていること、まずはそれを全力でやり切ることです。たとえ短い時間であってもその一瞬一瞬に集中し、全力で挑戦し続ければ必ずその成果は出てきます。結果は、ほとんどの場合すぐには出ませんが、そこで耐え忍び、続けていく忍耐力を養っていくことも大切なことです。そして、その壁を乗り越えたときの達成感は自信にもつながっていきます。最後に、「何事にも全力トライ」「一瞬の集中力」、そして何より短い高校生活を楽しんで過ごしてください。

【教職員からのコメント】(高橋 知子)

周囲からは何事も苦もなくこなしているように思われがちですが、頭の中では常に為すべきことを考え、短い時間を本当に集中して取り組んでいました。このたゆまぬ努力が、センター試験後に信念を曲げることなく第一志望校に挑み、合格する強さをもたらしたと思います。

ケース3 「諦めない」



小泉 雄大（こいづみ ゆうだい）一平成26年度卒ー^一
(高知大学 理学部 理学科 生物科学コース)



○高校時代に頑張ったこと

高校時代に一番頑張ったことはやはり部活動です。僕はサッカーチームに所属していて、1日中休みになることは3年間でも数えるほど、平日は学校を出るのはいつも20時を過ぎていました。出場機会はあまり多くはなかったですが、現役中は「だれにも負けたくない」という気持ちを忘れたことはありません。部活を引退したのは11月中旬で、センター試験まで時間がなく、引退翌日からは平日は放課後20時まで学校に残り、休日も学校でひたすら試験問題と英単語の暗記などを繰り返しました。センター試験後は2次試験に向けて試験問題と問題集を繰り返し勉強しました。

○今活かされている高校時代の教訓

諦めないことの大切さです。部活でも3年間諦めずやり続けたので最後の大会では少しですが出場機会をもらい、それなりに結果も残せました。センター試験は目標より100点近く少ない点数しか取れずかなり不安でしたが、それでもやり続けたので国立大学に合格することができました。

○五高生へのメッセージ

高校生活は勉強のことや、部活は部活が忙しいと思いますが、やりがいや楽しみを一つでも見つけたほうがいいと思います。それがないと何事も頑張るのはかなりしんどいと思います。あと自宅学習をできるだけ早く始めたほうがいいです。僕は2年の後半あたりから意識して少しずつやりましたが、それでは最後のほうはかなり焦ります。部活生は特に難しいと思いますが、少しでも時間を見つけて勉強してください。あとはほどよく休憩してください。頑張りすぎはよくないです。なにより高校生活を後悔無いように楽しんでください。

【教職員からのコメント】(馬場 順平)

サッカーチームの主将として選手権まで部活動を続ける決断をしたとき、「勉強も妥協しない」という覚悟が出来たのだと思います。引退後は級友たちと遅くまで教室に残って勉強していました。切り換えるの早さと集中力、最後まで諦めない強い気持ちが国立大学合格の力となりました。

ケース4 「できることを全力でする」

石本 涼（いしもと りょう）一平成29年度卒ー^一
(奈良教育大学 教育学部)



○高校時代に頑張ったこと

部活と勉強の両立を頑張りました。部活に打ち込みながら定期テストではいい点を取れるようにならりと復習していました。そして引退後は学校で行われる講習などにも積極的に参加して苦手教科であった英語を重点的に勉強しました。放課後にも友達と残って勉強をしていました。時には受験勉強がしんどい時もありましたが部活をやり切ったという経験で持ちこたえることができました。

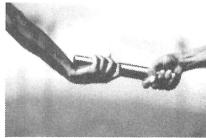
○五高生へのメッセージ

まずは、自分が行きたいと強く思える進路先を早く見つけてください。希望進路が決まればモチベーションも上がり、勉強がしやすくなるからです。そして、使えるものは何でも使ってください。進路観察室の過去問や進路講習など積極的に利用しましょう。また、頑張って希望進路を実現しようと頑張る皆さんのために先生方は力を惜しみなく貸してください。なので、先生方も皆さんの受験勉強の道具といつても過言ではありません。存分に利用して希望進路を実現してください。自分ができることを受験が終わるまでやり通すことが大事です。最後に皆さんが受験勉強を頑張る際にこれだけは忘れないでほしいことがあります。それは、感謝の心です。一緒に頑張っている仲間、サポートしてくださる先生方、そして皆さんのおことを一番近くで応援してくださる家族への感謝を忘れないように頑張ってください。皆さんが希望進路を実現できることを願っています。

【教職員からのコメント】(菅原 愛理)

早くから目標を設定し「どんなことも夢の実現に繋がる」という思いから、何事にもコツコツと一生懸命取り組んできました。彼ならば、大学でもさらに努力を重ね、ずっと持ち続けていた中学校の数学の先生になるという夢を、きっと叶えてくれることと期待しています。

ケース5 「部活から学んだ粘力」



久保見 裕平(くぼみ ゆうへい) 一平成29年度卒
(鳥取大学 農学部 生命環境農学科)

○高校時代にがんばったこと

高校時代に頑張ったことは部活動です。僕は、陸上部の長距離パートで活動していました。部活の練習は厳しく、それに伴った結果がついてこなかったときは正直辛いと思いました。しかし、周りの仲間が頑張っているのを見て僕も最後までやりきることができました。



○部活動と勉強との両立

部活動と勉強との両立は、勉強が好きとかでない限りはっきり言って大変です。そのため、自分自身の目標をしっかりと見定め、それを達成したいという気持ちをモチベーションに頑張ること。そして小さなステップをいくつも作り、そして到達したことによる達成感を原動力にすることが大切だと思います。

○五高生へのメッセージ

部活の話でも書いたように一緒に頑張り、そして応援してくれる仲間をたくさん作っておくことが大切だと思います。そうすることで、就職活動や受験勉強といった辛い場面でも必ず心の助けになると思います。最後に、高校生活は多くのことに挑戦できる絶好のタイミングです。初めてのことに物怖じせずにどんどん挑戦し、経験を積んで進路に対しての幅を広げていってほしいと思います。

【教職員からのコメント】(菅原 愛理)

夏に陸上部主将を引退してからの受験モードへの切り替えは素晴らしい。部活に打ち込んでいた時間の全てを勉強に費やし、少ない時間を有効に使いました。また、受験校を決定するにあたり、受験方式や科目、問題の傾向を独自に沢山調べ、自分の力を最大限に生かせる志望校と受験方法を決定することができました。決して自分に妥協せず、努力を重ねて合格を勝ち取ることができました。

ケース6 「自分は自分」



柳竹 菜々美(ますたけ ななみ) 一平成29年度卒
(和歌山大学観光学部観光学科)

○高校時代に頑張ったこと

勉強と部活の両立です。私は卓球部に所属し、毎日部活に明け暮っていました。2年からはキャプテンとしてチームを引っ張り、コミュニケーション力や責任感を養うことができました。また生徒会役員として、学校行事が円滑に進められるようにサポートしました。勉強面では、定期試験の勉強に加えて、検定取得にも積極的に取り組みました。苦手な科目では、授業でわからないところはすぐに先生に質問し、苦手を作らないようしていました。

○部活動と勉強の両立方法

時間にメリハリをつけるように心がけました。部活で帰るのが遅くなり、家で勉強時間があまり取れなかつたので、授業は『目で聞く』つもりで集中して受け、授業中に内容を理解するようにしていました。また休憩時間や部活へ行く前に図書館で検定の勉強をするなど、時間を有効に活用していました。

○今活かされている教訓

「常にまわりへの感謝を忘れない」ことです。特に入試では、多くの先生方が放課後遅くまで、時には休日にも熱心に指導してくださいました。また、友人や家族の応援があったからこそ、第一志望の大学へ合格できたと思います。

○五高生へのメッセージ

やってみたい事はすべて一度挑戦してください。私も何度も失敗し、挫折もしましたが、そのおかげで自分に合った方法や、本当に自分のやりたい事を見つけることができました。もちろん試験や検定、部活で「結果」を出すことは大切ですが、それまでに努力した「過程」はもっと大切だと思います。「まわりはやっていないから…」ではなく、「自分は自分」という強い意志を持って様々なことに挑戦し、努力し続けていれば、結果は後から必ずついてきます。毎日を楽しんで、後悔のない高校生活を送ってください。

【教職員からのコメント】(川崎 敦子)

彼女の自分に厳しく何事も直向きに取り組む姿を見て、本気で努力すれば必ず結果はついてくると確信しました。これからも応援しています。

ケース7 「感謝を言葉で表す」

西口 歩希（にしぐち あゆき） 一平成29年度卒
(阪南大学 経営情報学部 経営情報学科)



○高校生活で頑張った事

- 僕が高校生活で頑張った事として、生徒会、部活動、勉強の三つを挙げます。
1. 生徒会では生徒会長として、学校全体がより楽しいものになるように頑張りました。具体的には、文化祭の運営、体育大会の種目や仕組みの変更、普段の学校生活上での問題点への対応などです。
 2. 部活動では弓道部副部長として勝利を目指して頑張りました。上手とは言えない実力でしたが、一年生の時から努力し、二年生の冬にあった「学年別大会」で優勝するなどの成績を残すことが出来ました。
 3. 勉強については特に英語がとても苦手でしたが、提出物はきちんと提出し、成績の向上に向けて努力しました。部活動引退後は受験に向けて猛勉強しました。第一志望の大学には合格できませんでしたが、納得できる進路に進むことができました。

○在校生の皆さんへ

上記の文章だけを見ると、僕がひとりで頑張っていたように感じるかもしれません、実際はその逆です。僕ほど周りの人に助けられていた人間はいない、と思うほどです。生徒会長をしていた時も、顧問や担任の先生、副会長を筆頭に生徒会役員のみんなに本当にたくさん助けてもらったおかげで、何事にも全力で向き合うことができました。部活動も、生徒会との両立で忙しい僕を、部長や顧問の先生を中心に、みんなが気遣ってくれたおかげで集中して練習に臨むことができました。勉強も、親身に相談に乗ってくれる先生方や互いに高め合える仲間がいたから、諦めずに頑張ることができました。

僕は、ここまで育ってくれた家族はもちろん、今までに僕と関わってくれた全ての人々に感謝しています。そしてそれを言葉にして伝えるようにしています。これはとても大事なことです。感謝に限ったことではありませんが、いくら自分が思っていても、言葉にしなければ相手には伝わりません。ありがとうございます。だったらその時に声に出してみてください。みなさんがより良い高校生活をお送りすることを願っています。

【教職員からのコメント】(松本 真紀)

努力する人だからこそ、周りに人が集まり、支えられていたと思います。

最後に、これまで登場した7人に共通する点を挙げながら、先輩から、どんなことを学ぶべきか、まとめていきましょう。



「7人の先輩から学ぼう」

1 心構え編

○開かれた人間づくり

学習活動、部活動、生徒会活動など、それらから学んだことや身に付けたことを、将来、自分が進んでいく分野において、生かそうとする「**どん欲さ**」が彼らの魅力の一つとなっています。

何事にも、そして、どんな人にも関心をもつ「**開かれた人間**」づくりを目指そう。

○向上心・負けん気

ある先輩は、自分が頑張れた理由の一つに、お互いに切磋琢磨し合い、「**あの子より上手くなってやる!**」という思いで自分を奮い立たせ取り組んだことを挙げています。

自分の現状に満足せずに、自分の可能性を追求していくこうとする「**向上心**」こそが、文武両道実現への原動力となっています。

是非、楽しんで「**自分との勝負**」をしてみよう。



○感謝の気持ちをもつ

多くの先輩に共通しているのは、友達や家族、先生など、周りからアドバイスをもらったり、**励まして**もらったり、様々な**支援**をもらっていることです。「私はそんな人はいないから」・・・そうでしょうか？

みんな誰かに支えられ、守られています。誰に対しても**心から感謝**をすることで、必ずその思いが伝わり、**あなたを支える輪**が広がっていくことでしょう。



「7人の先輩から学ぼう」

2 学習編

○ 授業を大切にする

「文武両道」を実現するための必要条件の一つは、日々の学習を二つこつ積み上げることです。7人の先輩たちは、授業を大切にしています。日々の6～7限授業の時間数を積み上げると、年間どれぐらいになるのでしょうか。この時間を大切にするかどうかで、大きな差がつくことは明白です。

「授業を大切にする」という当たり前のことができるかどうか、それが「文武両道」実現への分かれ道になるでしょう。

○ 目標に向かって計画をたてる

「勉強は大事と分かっているけど…」とてもよく聞くセリフです。分かっていてもなかなかできない勉強。いかにモチベーションを維持するかが問題ですね。まずは、「自分はこうなりたい」という将来目標をもつことです。そして、そこから「逆算」して、今何をしなければならないかを確認することです。『私の夢プラン』(進路指導部)に自己実現目標を明記し、自分を奮い立たせることで理想を現実に近づけていくことになるでしょう。

○ 仲間とともに支え合う 進路実現は団体競技

ここに登場した先輩たちは、受験勉強の際に、「自分だけがやっているんじゃない、みんなも頑張っているんだ」という思いをもって努力しました。「仲間と励まし合いながら取り組んだ」という先輩たちのアドバイスは、きっとあなたの力になるでしょう。

○ 定期考査に集中する

「頑張ろうと思うが、どんな勉強をしてよいか分からない」という人も多いようですが、まずは定期考査を一つの身近な努力目標にしてみましょう。身近な目標をクリアすることで将来の大きな夢に一步ずつ近づきます。定期考査のための学習から、学ぶことの意義や楽しさを見い出した先輩に学びましょう。

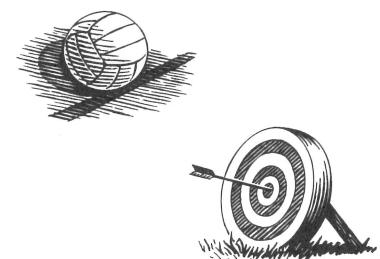


ここ10年間(平成21～30年度)の五條高校部活動の活躍

全国大会出場の記録(出場年度)《平成31年1月現在》



弓道	インターハイ	22	23			27	29
	国民体育大会			24			
	全国選抜		23			29	30
バレー ボール	インターハイ	21					
	春高バレー						
卓球	インターハイ					29	
陸上競技	インターハイ		23		27		
	国民体育大会		23		27		30
柔道	全国高校柔道選手権大会						30
ビジネス	全国高校情報処理競技大会	21	22				
	全国高校簿記コンクール	21		24	25	26	27
	全国商業高校英語スピーチコンテスト			23		27	
書道	全国高校総合文化祭	22					30
吹奏楽	全国高校総合文化祭					27	



ここ10年間(平成21~30年度)の五條高校部活動の活躍

近畿大会出場の記録(出場年度)《平成31年1月現在》



剣道	近畿大会				25				
弓道	近畿大会	21	23	25	26	27	28	29	30
	近畿選抜大会			25	26	27	28	29	30
バレーボール	近畿大会	21	22	23	25				
サッカー	近畿大会			23					
陸上競技	近畿大会	21	22	23	24	25	26	27	28
	近畿高校ユース	21	22		24	25	26	27	28
水泳	近畿大会	21	22	23	24	25	26	27	28
	近畿新人大会								30
ソフトテニス	近畿大会	21	22	23	24	25		27	28
	近畿高校インドア大会	21	22	23				27	
卓球	近畿高校卓球選手権		22	23	24	25	26	27	29
	近畿高校新人卓球大会		22	23			26		29
ソフトボール	近畿公立高校大会		22	23					
柔道	近畿大会							28	29
ゴルフ	関西ゴルフ選手権	21	22	23	24	25	26	28	29
ビジネス	近畿高校ワープロ選抜	21	22						
	近畿商業生徒研究発表大会			23					
書道	近畿高校総合文化祭				25				30
コーラス	近畿高校総合文化祭					27		29	
写真	近畿高校総合文化祭						28		30
吹奏楽	関西吹奏楽コンクール	21				26			

五高「文武両道」宣言!

- 一. 私たちは、興味・関心の幅を広げます。
- 一. 私たちは、あきらめず、最後まで努力します。
- 一. 私たちは、感謝の気持ちを大切にします。

互いに励ましあえる友人、先生、先輩、
そして、親や家族、みんな私たちの応援団です。

五高で、「文武両道」を実践し、自分を磨こう。





「文武両道」のススメ第10版
平成31年2月1日発行
奈良県立五條高等学校

