



兵庫県加古川市神野町石守71-3

TEL 079-429-6363

HP <https://e-toprun.com>

MAIL info@e-toprun.com



トップラン



広域通信制・単位制高等学校

相生学院高等学校

兵庫県加古川市加古川町北在家2723

TEL 079-420-0100

HP <https://aigaku.gr.jp>

<https://aigaku-tennis.com>

MAIL information@aigaku.gr.jp



相生学院高等学校



AIOI × TOPRUN

#夢を実現させよう!



2025 年度 START!

ソフトテニス部 創部!



広域通信制・単位制高等学校

相生学院高等学校



トップランテニスカレッジ

相生学院高校ソフトテニス部が**2025年度始動!**

日本一の充実した練習環境で
ソフトテニス**No.1**を目指そう!

これまで硬式テニスで

日本のトップを走り続けてきた相生学院高校が、
2025年度より新たにソフトテニス部を始動!

充実の練習環境を用意し、
トップレベルのコーチ陣と共に
日本一を目指します!

テニスもその先の夢も、
一人一人の個性を大切にしながら、
一人一人の夢の実現に向けて
全力でサポートしていきます。

*Be Legends
from AIOI*

AIOI×TOPRUN

夢をかなえる
充実の環境

相生学院高校の魅力

練習
環境

充実した練習環境

ナイター完備のテニスコートが14面、経験実績豊富なコーチ陣、本格的フィットネスジムや最新設備（ハイブリット酸素カプセル・ハイボルテージ治療器）を取り揃えた鍼灸接骨院など充実した練習環境があります。

全日制
対面授業

全日制対面授業

単位制通信制の高校でありながら、全日制高校と同様の対面授業を行います。相生学院高校ならではの個性を伸ばすシステムで「なりたい自分」に近づけます。

英語
ICT

磨ける英語力・ICT教育

ネイティブ講師による英語特進コース、eラーニングとClassiを導入しICT教育にも力を入れています。

夢の
実現

夢の実現に全力サポート

相生学院高校のスローガンは、生徒の「夢の実現」です。それぞれの夢を実現させるための教育環境、サポート体制があります。

Our Professionals

実績経験共に豊富な監督が就任！

無名の選手を育て
強豪校に勝つ
チームを作る



男子監督

安川 雅則

MASANORI YASUKAWA

元明石西高校監督
高体連ソフトテニス部副専
門委員長・競技審判部長

指導実績

神戸高塚高校

1989・1991年 近畿大会・インターハイ男子個人出場

明石西高校

1991年 県総体男子団体優勝・近畿大会男子団体ベスト8
インターハイ男子個人出場
男子国体選手

1992年 県総体男子団体優勝2連覇 / 男子個人優勝
近畿大会出場
インターハイ男子団体ベスト16
男子国体選手

1993年 県総体男子団体優勝3連覇
近畿大会男子団体ベスト8
インターハイ男子個人出場

1994年 県総体男子団体3位
近畿大会男子団体準優勝
インターハイ男子個人ベスト8

1995年 近畿大会男子個人出場
県新人大会男子個人優勝、準優勝、男子団体3位

1996年 県総体男子団体3位 / 個人3位
近畿大会男子団体ベスト8
インターハイ男子個人ベスト32

2000年 県総体男子団体3位
近畿大会・インターハイ男子個人出場

北須磨西高校

2012年 県新人大会男子団体3位
2013年 近畿インドア大会男子個人出場

選手実績

全日本教員選手権大会 準優勝
世界大会国内予選出場
天皇杯出場
兵庫県選手権大会成年男子 優勝
兵庫県国体選手

元実業団
トップ選手が就任！

目標は日本一！



女子監督

上村 早代

SAYO KAMIMURA

天皇賜杯・皇后賜杯全日本
ソフトテニス選手権大会優勝
元東芝姫路所属
元ナショナルチーム

小学2年生から始め、実業団選手へ登りつめた。忘れられないのは18年間続けた実業団最後の引退試合の日本リーグ。もうラケットは握らない。これが最後。と思って挑んだ団体決勝の3番勝負は、負け越していた相手と優勝を懸けての試合。簡単に0-2とリードされ劣勢に。でも気がついたら最後は勝っていました！「このままだと後悔する！」「何のために練習してきたんだろう」と思い、必死に戦った結果でした。

引退後のある日、部活動が外部委託されることを聞きました。今後部活動ってどうなるのかな、自分にできることがあれば力になりたいと思ったのが相生学院高校ソフトテニス部の監督になったきっかけです。

相生学院では一人ひとりのレベルに応じ、型にはめず、その子の良いところを伸ばしていきたいと思っています。言われたことに対して自分で考え行動に移してほしいです。そうすると自分に合う合わないが見えてきます。考える力を養い、試合にも活かしてほしいです。いいことばかりではなく、苦しいことも多いかもしれない。でもそこから逃げず挑戦する！そうすればきっといつの間にか「なんだこんなことで悩んでたんだ！」って乗り越えられると思います。人それぞれみんな違って当たり前。人と比べるとしんどくなります。苦しいとき、悩んだ時は私を頼ってほしいです。監督だから相談できない、そんな気を遣わないでください。一緒に悩んで、解決の方法を一緒に探していきたい。みんなと一緒に夢や目標に向かって、楽しみながら挑戦していきましょう！

目標はズバリ…日本一！私が背中を押します！高い目標を持ち、やる気と元気があれば大歓迎です。一緒に日本一を目指しましょう！

選手実績

2004年 日本リーグ 優勝
アジアカップ広島国際大会 優勝
全日本王座決定戦 優勝
2005年 チャイニーズカップ 3位
全日本女子団体選抜大会 優勝
小村旗全国大会 優勝
2006年 ハンガリー国際大会 優勝
ソフトテニスカーニバル 優勝
全日本ジュニア選手権大会 優勝
全日本王座決定戦 優勝
全関西大会 優勝
2007年 ソフトテニスカーニバル 優勝
小村旗全国大会 優勝
全日本社会人選手権大会 3位
国体近畿地区大会 優勝
2008年 ソフトテニスカーニバル 優勝
全日本シングルス選手権大会 3位
全国大会大阪 優勝
2009年 日本リーグ 優勝
全日本天皇賜杯・皇后賜杯全日本選手権大会優勝
全日本女子団体選抜 優勝
国際熊本大会 優勝
井ノ口杯全国大会 優勝
東京インドア全日本大会 3位
国際札幌大会 3位
全関西大会 優勝
2010年 日本リーグ 優勝
全日本実業団選手権大会 優勝
ソフトテニスカーニバル 優勝
国民体育大会 準優勝
2011年 日本リーグ 優勝
国体近畿地区大会 優勝
全関西大会 優勝

これまで県立高校監督時代に無名な選手を育て、強豪校に勝てるチームを作ってきました。どんなレベルの選手が入部しても、県で団体優勝を目指すチームを作ることを宣言しました。その影響なのか、やる気のある選手がたくさん入部してくれました。入部した選手のほとんどは中学で無名な選手ばかりでしたが、選手一人ひとりの意識が高かった。ただ練習するだけでなく、練習を通じて達成目標を常に意識していたと思います。次第に大きな大会に出場し結果を出す生徒も。それを見て触発され、自主練習をしたり、もっと色々なプレーをしたいという思いが芽生え、上手くなる「好循環」がチームに生まれたことが結果に繋がったと思います。

たとえ今中学校で思い描くような結果が出せていなかったとしても、相生学院高校なら結果が出るよう育てます。相生学院高校の練習環境と施設はとても充実しています。例えば、天候に左右されないインドアコート1面、アウトドアコート14面（人工芝10面、ハード4面）あります。また、フィットネスジムや鍼灸院があり他の学校にはない環境の元で練習ができます。

上達していくと、ソフトテニスがもっと楽しくなります。高校で上手くなりたい！結果を出したい！という人は、相生学院ソフトテニス部にぜひ入部してください。目標を高く持って、ここで自分の力を開花させ、県大会優勝！そして全国大会優勝を目指しましょう！！

Our Professionals

経験豊富なコーチ・トレーナーが選手たちをサポートします！



コーチ

井上 宏明

Hiroaki Inoue

指導実績

神戸国際大学付属高校監督約 40 年
兵庫県国体男女総監督
兵庫県高体連ソフトテニス強化委員長担当

選手実績

近畿高等学校ソフトテニス選手権大会個人・団体優勝
インターハイ3年連続出場
全日本学生シングルス1位
全日本選手権出場(天皇賜杯・皇后賜杯)学生～40歳まで出場

資格

ソフトテニス技術等級Expert

相生学院にあれば、

もっともっとソフトテニスが上手くなります！

相生学院にあれば、今より更にソフトテニスが楽しくできます！なぜなら技術的なことを深く指導できる自信があるからです。「なぜそうなのか」「なぜミスするのか」その理由を全て説明できます。私たちの元で練習すれば、ソフトテニスの技術的な部分をより深く知ることでき、ソフトテニスをもっと楽しくなります！

上達するコツは、ソフトテニスを楽しむこと。技術的なことが分かってくると、上達速度が上がります。私たちが練習や試合中で分からないことを全て解決します！みなさんと楽しくメキメキ上達できる指導をしていますので、ぜひ相生学院ソフトテニス部と一緒にやりましょう。

コーチ

小河 徹

Toru Ogawa

指導実績

姫路工業高校

2004 年 インターハイ男子個人出場
2005 年 インターハイ男子個人出場
兵庫県総合体育大会優勝(個人)
2006 年 インターハイ男子個人出場

選手実績

令和4年度全日本シニアソフトテニス選手権大会ベスト16(55才の部)
令和4年度兵庫県秋季選手権大会3位(55才の部)
令和5年度全日本シニアソフトテニス選手権大会ベスト8(55才の部)

資格

ソフトテニス技術等級Specialist



悩んで、トライして、チャレンジする。
自分を変えるチャンスがここにある。

私はソフトテニスを通して、新しいことにチャレンジし続ける気持ちを与えたいと思っています。どんなに頭の中でイメージしても、どんなに悩んでも、それをやらなければ今の自分を変えることはできません。トライし、チャレンジしてほしいです。もしそれが結果に繋がらないのであれば、違う方法を試すだけです。新しいことにチャレンジし続け、早く成長できるきっかけを掴んでほしいですね。

自分が抱えてる不安を1人で抱え込む必要はありません。一緒に楽しくそして悩み、新しいことにチャレンジし続けていきましょう。今の自分を変えたい!上達したい!という方は、ぜひ一緒にやりましょう。

高いレベルを目指すためにも

「好き・楽しい!」の気持ちが上達の近道。

何より大事なのは「ソフトテニスが好き!」と思う気持ちを持つこと。そのうえで小さな目標を立て、達成する成功体験をたくさん重ねられるよう指導していきたいと思っています。それを経た上でさらに大きな目標に挑戦してほしいですね!楽しいから継続できる。その結果、技術向上に繋がります。技術が向上すると、レベルの高い試合でも楽しめ、さらに上達できます。楽しかったらどんな壁にぶつかっても自力で乗り越えられると思います。

相生学院ソフトテニス部は実績のある監督やコーチが在籍しています。また、充実した施設や環境がここに 있습니다。「もっと上手くなりたい」「高校では大きな大会に出場して活躍したい」と、思っている方はぜひ相生学院と一緒に楽しくソフトテニスをしましょう!!



トレーナー

上原 百希

Yuki Uehara

資格

健康運動指導士
TRX - STC

実績

元強豪高校女子バレーボール部
トレーナー

一般的な部活動では、個人にあわせたトレーニングを行うことが難しいのが現実です。まだ成長段階での適切な身体の使い方を知らないことで、無理をしすぎてケガをしてしまうこともあります。

相生学院では成長過程の子どもたちのレベルに応じたトレーニングを行い、選手一人ひとりがパフォーマンスを発揮できるようトレーニングサポートを行い、勝負に勝てる土台と軸を作ります。

資格

JSPO-AT
NSCA-CPT
NASM-PES

実績

プロ野球チームインターン
プロアスリート育成多数

トレーナー

越田 航

Wataru Koshida

テニスコートに併設のフィットネスジムは専属のトレーナーが常駐し、最新のトレーニングマシンを多数揃えています。

選手が本来のパフォーマンスを最大限に発揮するためには基礎的な身体能力をしっかりと鍛えることが必要不可欠です。成長期の身体に必要な土台作りをしっかり行い、アスリートとして怪我をしにくい身体を作るトレーニングサポートを、またパワーやスピードを強化するためのパフォーマンスアップトレーニングを行います。



相生テニス部の強さの秘密は、 充実した練習施設

強くなるための万全のテニス練習環境で選手をサポート。
英会話教室や塾なども敷地内にあり、勉強もテニスも一拠点で完結する複合施設。

9 個別指導塾トライ



英会話教室



10 スポーツスクール



5 トップランアカデミークラブハウス



6 WESTエリア

ハードコート2面、オムニコート3面。



NORTHエリア

7 NORTHエリア

ハードコート2面。世界を戦う選手を目指せます。



HOMEエリア

1 HOMEエリア

人工芝6面のアウトドアコート。



2 クラブハウス

ガット張りや、テニスグッズの購入もできます。

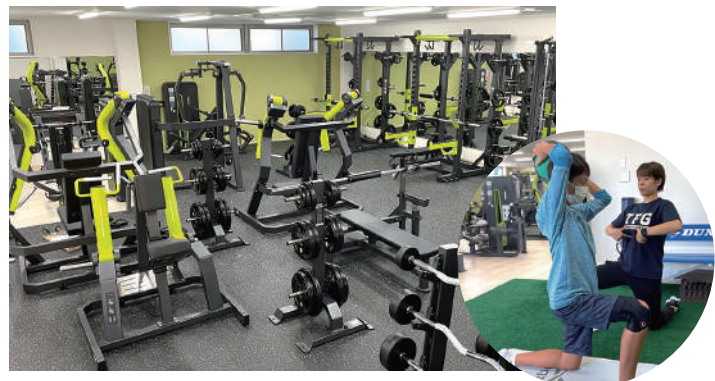


3 インドアコート(人工芝)



4 フィットネスジム

最新のトレーニングマシンを揃えたジム。テニス部専用トレーニングメニューで専属トレーナーが指導にあたります。



関連施設

加古川校

トップランテニスカレッジ加古川校。冷暖房完備のインドア1面、インドアキッズコート2面、アウトコート1面、テニスプロショップ併設。



明石大久保校

トップランテニスカレッジ大久保校。最新インドアコート2.5面。



西神戸校

トップランテニスカレッジ西神戸校。インドア3面、アウトドア7面。



姫路書写校

トップランテニスカレッジ書写校。アウトドア7面、姫路市内唯一のハードコート1面。



関西鍼灸整骨院

トップランテニスカレッジ加古川校に併設する鍼灸整骨院。ここで体のメンテナンスもできます。



普通特進科
スポーツコースで

オーストラリア出身の英語教師David先生の授業が受けられる！

テニスも勉強も両立する！

スポーツコースの「文武一道」の理念のもとに目指す GLOBAL EDUCATION

GLOBAL 学習システム



相生学院高校は、通信制・単位制の高校ですが、普通特進科は全日制の高校と同様の対面授業を実施しています。
月曜日から金曜日まで、毎日通学して授業を受けます。
普通課程の5教科に加え、OAアプリケーション操作など、パソコンに特化した授業も行っています。

目標に合わせて選択できるWスクール制度！

相生学院高校の魅力は、「Wスクール学習」ができること。
高卒資格はもちろんのこと、自分の夢に合わせて英語特進コースを選択できます。英語の授業はネイティブの講師が担当。TOEIC対策や生きた英会話を教えます。テニスで海外遠征や留学を目指す生徒にはWスクールがおすすめです。

高校卒業資格に関わる学費

9,000円/単位 + 30,000円(施設維持費)
※その他諸経費別
(就学支援制度有り)



スポーツコース受講料

360,000円/年間 + 実費(コート使用料など)
(特待生制度有り)

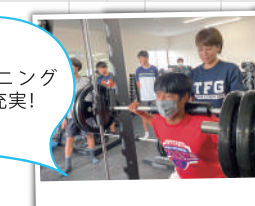
特進科スポーツコースでは、学費の他にコース受講料や実費などが必要になりますが、テニスで優秀な成績を収めた生徒には、「特待生制度」が適用され、学費免除の規定もあります。

ソフトテニス部 生徒の1日！

1 WEEK スケジュール!!

☺ 月曜日

9:00	12:00	15:00	19:00
起床準備	学校	学校	帰宅
9:10 授業 月曜日は朝から学校で授業!通信制でもスポーツコースは全日制と同じです。	12:00 昼休み 午前の授業が終わったら学校でランチタイム。	13:10~15:00 授業 午後も勉強を頑張ります!	15:40 部活 テニスコートに移動して練習を開始!
			19:00 部活終了 本日の部活は終了!お疲れ様でした。



トレーニング環境も充実!

ジムでトレーニング。専属のトレーナーがレベルアップに向けたメニューを作成してくれます。

☺ 火~木曜日

8:30	12:30	13:40	16:40
起床準備	部活	昼休み	学校
8:30 部活 火~木曜日は午前中が部活。お昼まで練習します。	12:30 昼休み 部活が終わったらランチタイム。	13:40 授業 午後は学校で勉強を頑張ります!	16:40 下校 授業が終わったら下校します。



各コートに別れてその日の練習メニューをこなします。



パソコンの学習もあります!

☺ 金曜日

9:00	12:00	15:00
起床準備	学校	学校
9:10 授業 金曜日は月曜日と同じく朝から学校で授業です。	12:00 昼休み 午前の授業が終わったら学校でランチタイム。	13:10~15:00 授業 午後も勉強を頑張ります!
		15:40 フリー 金曜日はフリーのため休息日。時には自主練習やジムでトレーニングしたりします。



英語の授業はネイティブの先生が担当。海外遠征や留学にも役立つようにしっかりと勉強します。



進路だって、自分が輝けるステージへ。
夢の実現に挑戦している先輩がたくさん！

入学当初は不安だった。
でも、ここで自分の進みたい道がはっきりした。

大切な仲間と出会えた場所。
叶えたい夢を見つけた場所。

最終学歴を得るための場所じゃない。
自分の進みたいステージを選べる学校。
未来へ向かって、この先も進もう。

相生学院高等学校 卒業証書授与式



有名大学合格者多数！ バツグンの進学実績

関東私立大学

29名 合格！

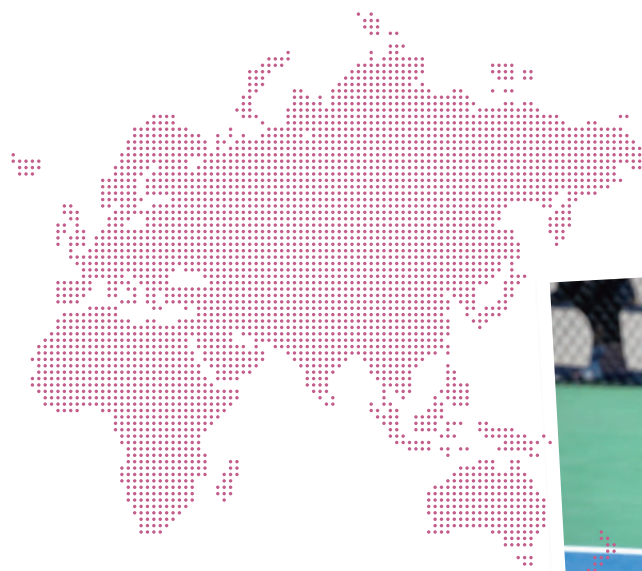
関西私立大学

95名 合格！

2010～2022年合格実績

慶應義塾大学	1名	東海学園大学	1名	武庫川女子大学	2名
早稲田大学	8名	関西学院大	11名	神戸松蔭女子大学	4名
立教大学	4名	関西大学	14名	関西外国語大学	4名
日本大学	6名	同志社大学	9名	姫路大学	16名
亜細亜大学	4名	近畿大学	6名	神戸学院大学	8名
駒澤大学	2名	立命館大学	3名	兵庫大学	9名
専修大学	2名	甲南大学	3名	大阪体育大学	4名
東京国際大学	1名	大阪学院大学	1名	びわこ成蹊スポーツ大学	1名

部活動と勉強の日々。
毎日培った成長が、夢の実現へとつながる。



海外テニス留学実績

- 🇬🇧 2012 山下晃希-ロンドン大学
- 🇺🇸 2014 松岡雄介-カンバーランド大学
- 🇺🇸 2017 大島立暉-オレゴン大学
- 🇺🇸 2018 菊地裕太-カルフォルニアB大学
- 🇺🇸 2018 前田大稀-フィットヒル大学
- 🇺🇸 2019 阿多竜也-テキサスA&M大学
- 🇺🇸 2018 飯塚陽貴-ウェストバージニア大学
- 🇺🇸 2019 丸山隼弥-ネブラスカ大学
- 🇺🇸 2019 五島拓己-アイオワセントラル大学
- 🇺🇸 2020 東 竜平-クレムソン大学
- 🇺🇸 2020 三又貴文-ケネソー大学
- 🇺🇸 2021 三百莉珠佳-ウィンゲイト大学
- 🇺🇸 2021 三井駿介-テネシー大学
- 🇺🇸 2021 金田諒太-セントジョーンズ大学
- 🇺🇸 2022 南 颯汰-オースティンピー大学
- 🇺🇸 2022 小熊一慶-デポー大学
- 🇺🇸 2022 久田康登-ミズーリバレーカレッジ
- 🇺🇸 2022 福島一輝-アベレット大学
- 🇺🇸 2022 木本海夢夏-シラキュー大学

プロ実績

14名

開校創部以来
プロテニスプレイヤーが誕生！



家族、コーチ、仲間。
みんなに支えられて成長できる
ことが実感できる場所！

相生学院の生徒が

本音で語る！

INTERVIEW



不安や迷いはあっても、実際に入学し
たらコーチや同級生、先輩が支えくれ
るので安心してきてください！

テニスを始めたきっかけは？

両親がテニスをしていたので、小さい頃からテニスが身近にありました。
テニスを本格的に始めたのは小学校2年生のときで、最初は父からテニスを教わっていました。小学校3年生ぐらいから、試合に出るようになって、地元熊本クラブチームに入りました。

相生学院高校に入学を決めたきっかけは？

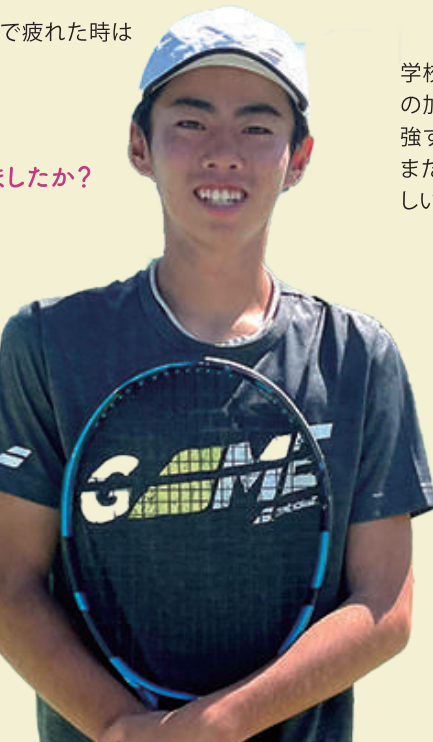
相生学院高校は、熊本でも知られていて、全国で一番というイメージが自分の中にありました。ただ、相生学院に行こうと決めたのは、テニスに集中できる環境があるということと、もう一つ、親元を離れて自分で何でもできるようになりたいという思いがあったから。何でも自分でやらないといけなくなるので、少しは自立できるようになるかなと思ったんです。

寮では自炊もしてるのか！大変じゃない？

時間や体力に余裕がある時は体のことを考えて、できるだけ自炊をする様にしています。
料理は好きです！料理の腕をあげるためのスキルアップにもなるので苦ではないです！
でもいつもいつも自炊ができる訳ではないので疲れた時は外食もしています！

入学してみてイメージとのギャップはありましたか？

入学した当初は、3年生が強く勝てなかった…でも、とにかく追いつこうと必死に頑張りました。それが成長につながって、結果を出せるように。相生学院は全国でも優秀なプレイヤーが集まるので、レベルの高い環境で、仲間と切磋琢磨できる。それがいいところだと思います。練習のときはバチバチやって、でも苦しいときには助け合う。そんな環境があるから1日1日成長できるんだと実感しています。



Hiroyuki Sakamoto
坂本 日色さん

キャプテンとしてチームをまとめるのってどんな感じ？

最初は1年生があまり動いてくれなかったりして悩みましたが、それが自分自身の行動を見直すきっかけになりました。自分が正しい行動をすれば、信頼してついてきてくれるはず。そう思って行動した結果、だんだんとついてきてくれる1年生、2年生が増えてきたのでやりがいを感じています！

印象に残っている試合は？

2022年の高知で行われた四国インターハイでの個人戦の試合が印象に残っています。特に4回戦の試合ですね。強敵達を倒し、初の全国ベスト8を決めた瞬間はとても嬉しかったです。

海外遠征にも行っているそうですね！

年に3回ほどの海外遠征に行っています。
僕は将来プロテニス選手になりたい。だからプロとして活躍するために、Jr.世界ランキングを上げたいし、少しでもその道へ近づく為の活動も行っています！

海外に行ったりしながらの勉強は大変じゃない？

学校の勉強に関しては、日本にいる間は毎日相生学院の加古川校に登校して授業を受けています。しっかり勉強することができるのでとても充実感がありますね！
また、海外に行くことが語学の面や経験の面で素晴らしい勉強や体験になると思っています。

卒業後の目標は？

卒業後は、アメリカの大学に進学して、将来はプロのテニスプレイヤーになりたい！そのために、海外に遠征してITFのランキングをあげられるように頑張っています。
もちろんランキングをあげるの簡単ではないけれど、決して無理な目標ではありません。海外の選手がたくさん出場する大会なので、夢のために経験を積んで行きたいと思っています。

テニスを始めたきっかけは？

テニスを始めたのは年長さんくらいの時。お父さんの練習に付き添ってダブルスに入ったのがきっかけでした。それがすごく楽しくてテニスを習い始め、小学4年生ぐらいから週5回練習していました。でも中学生のときはバスケ部に入っていて部活もしっかりやっていたので、テニスでめちゃくちゃ良い成績を残したわけではありません。

相生学院高校に入学を決めたきっかけは？

実は相生学院に入学するか地元九州の強豪校に行くか迷っていました。でも、卒業生の先輩と同じ鹿児島出身の姫野ナルさんという方がいて、その方に色々お話を聞いていただいて。
それに、兄も相生学院に進学していたこともあって安心材料がありました。
でも決め手は体験でトップランに来たことですね。体験では丸尾コーチがたくさんアドバイスをくれました。そのおかげで地元に戻った時にレベルアップできて自信に繋がったんです。それに先輩たちがたくさん話しかけてくれてとても優しくなったのを覚えています。コーチがくれたアドバイスも、先輩たちの気持ちもすごく嬉しかったですね。それで最終的には相生学院に決めました。

入学してみてイメージとのギャップはありましたか？

慣れるまでは練習がきつと感じることもありました（笑）。私は走るのが苦手です・・・だからランニングとかはしんどいなと思うこともありました。でも今は慣れましたね！

先輩後輩の仲って実際どうなの？

学年問わずみんな本当に仲良い！私は寮に住んでいます。寮には10人いて和気あいあいとしていますね。ケンカすることもあるけど、基本的にほんとに仲良い。テニスではお互いがライバルだけど、試合が終わったらすぐにワイワイ！リーグ戦前だってライバル同士だからと言って陰険になることもなくて「バチバチになっとく？（笑）」とか冗談言い合ったりします。

困った時や悩みごとはなかった？

1年生で入学した時は兄が3年生にいたので何かあったら兄に相談できていました。それ以外は同級生に話を聞いてもらったりしていたので大丈夫でした。



Nanami Fukushima
福島 菜未さん

相生学院高校テニス部の魅力ってどんなところ？

部活のイメージって上級生がコートで練習して、下級生は球拾いばかりをイメージしていたんですけど、相生学院の練習環境は学年関係なくしっかりコートで練習できる。そこが魅力だと思いますね。
あとは10分間休憩の時間が一番好きかも。
基本練習が終わった後に休憩があるんですけど、その時間にみんなとおしゃべりするのが楽しいんです！テニスの話もするけど、アイドルの話とか他愛もなくみんなとワイワイできる時間が好きなおところですね。

コーチは厳しい？

コーチは「締めるときは締める、楽しむときは楽しむ」という感じでメリハリがしっかりしています。
それに調子が悪い時は球出しに入ってアドバイスをくれるので、悪いところをもっと悪くなる前にしっかり修正してくれます。
あとは、ただ教えるだけではなく「自分で考える」機会も与えてくれます。
試合中は自分一人で判断して戦わなければいけないし、将来的には自分で考えて動く力が必要だから、ただ教えるだけではなく、しっかり一人ひとりを見て、今と将来を見据えた指導をしてくれるところもありがたいと思っています。

通信制高校だけど学習環境は整っていますか？

通信制だけど毎日学校へ通って授業を受けています。月金は9時～15時まで、火水木は9時～12時まで学校で授業です。特に英語に力を入れていて、英会話の授業はネイティブの先生の授業でしっかりと会話をします。また、英語特進コースは、ほとんどが英語で授業が進むのでしっかり英語が勉強できます。将来はアメリカ進学を目指しているのでしっかり英語の勉強ができるのでいいですね。

休日は何して過ごしているの？

休みの日は友達とショッピングによく行きます。1日オフの日には食べ歩きで大阪の道頓堀や鶴橋に行って韓国料理を食べたりしています。

卒業後の目標は？

卒業後はテニスで日本の大学か、出来ればアメリカの大学を目指したいと思っています。兄もアメリカ進学を決めたので自分も後に続きたいですね！

卒業生の先輩たちから
応援メッセージ！

OB OG Interview

相生学院高校を卒業して、大学テニス部でも活躍を続ける先輩たちからメッセージ！



2019年度卒業 **堺 太志** 兵庫県出身
兵庫大学



2019年度卒業 **山崎 秀斗** 大阪府出身
兵庫大学



2021年度卒業 **矢羽多 菜月** 兵庫県出身
姫路大学



2021年度卒業 **石川 こころ** 岡山県出身
姫路大学

ここでしか味わえないプレッシャーこそ相生の魅力！

小学生の頃から通っていたトップランで見ていた先輩たちが毎日練習する姿。まだ小学生だった僕を可愛がってくれた1期生2期生の先輩たちは僕にとって憧れの存在でした。姉も相生学院に進学し、試合の応援に行くようになると、常に勝つ先輩たちの姿を見て「自分も強くなりたい！日本一になりたい！」と思うようになり相生学院に進学することを決めました。

一番の思い出は2年生の時に主将として出場した全国選抜大会で男女アベック優勝を果たすことができたこと。入学当初は総体県予選で敗退してしまうくらいだった自分には考えられなかった成果です。チーム全員で長時間練習して声をかけ合ったり、共に努力して勝ち取った日本一は僕の人生の宝物になりました！

相生では常に勝たないといけないというプレッシャーもあるけれど、こんなプレッシャーを感じられる場所は日本でも数少ない。だからこの3年間という短い時間、毎日の練習からそのプレッシャーを楽しんで日本一を目指して頑張ってください！

極めたい道に向かって真っすぐ頑張った！

とにかくテニスが大好きだったの、たくさん練習ができてうまく慣れる高校を探していたところに会ったのが相生学院高校でした。練習に参加させてもらった時に活気があり、上手な先輩たちを見て、「ここしかない！」と思ったのを思い出します。

高校時代は午前中に学校で授業を受けて、午後から部活動、休日も1日練習などテニス漬けの毎日でしたが、3年間同じ仲間たちとやってきたので苦しい日々も楽しく過ごすことができました。

特に、苦楽を共にした仲間や後輩たちと共に戦った全国選抜高校テニス大会での団体優勝は、僕にとって今までに感じたことのない最高の感動と喜びでした。これは僕の一生の思い出であり、宝物でもあります。

これから相生学院へ行くのか迷っているならばぜひ一歩踏み出して見てください！文武両道が体現できる学校だし、自分が極めたい道に向かって頑張って欲しいです！

努力は絶対に報われる！その日々を楽しんで！

小学生の頃から近くで見てきた相生の先輩方。中学の時に見に行った全国選抜では、先輩方の強くカッコいい姿、一丸となって戦う姿を見て、「私もこんな選手になりたい」と憧れたのを思い出します。そしてテニスの環境がどの高校よりも整っていることや、信頼できるコーチがいるということを踏まえ、相生学院へ進学しました。

高校時代の思い出は、色々な場所に遠征に行ったこと。同期や先輩と泊まる楽しさがあり、とても良い思い出です。また、みんなと一緒に戦った団体戦は個人戦とは違った緊張感があり、勝ったときの嬉しさはとても大きかったです。

キャプテンを任せられ大変な反面、毎日が充実してやりがいのある日々でした。その日々が全て私の大切な思い出です。テニスは、良い時だけでなく、大きな壁にぶち当たるときもあると思います。でも努力は絶対にいつか報われます。それがいつか分からないけど、自分を信じて毎日の練習を頑張ってください！そして、その日々を存分に楽しんでください！

高校3年間は短くてあっという間！1日を大切に楽しんで！

初めて相生学院テニス部に体験に行った時に、練習環境はどここの学校よりも良くて長時間練習できること、強くなるための環境が全て揃っていると感じました。また、強い先輩方を見て「自分ももっと強くなりたい！勝ちたい！」と思って相生を選びました。

高校3年間は寮も学校も部活もずっと仲間と一緒に切磋琢磨してきました。全員で戦った団体戦は全国ベスト8という結果だったけど、最高の仲間と戦うことができたのは一番の思い出です。そして、高校に入るまでは全国で全然勝てなかった自分が、3年生の全日本ジュニアではベスト4に入ることができず成長したと感じています。

相生学院は毎日テニスに打ち込めるし、自分の目標に向かって努力できる環境です。高校3年間は短くて本当にあっという間。だから1日を大切に楽しんで楽しむことも忘れずに頑張ってください！

兵庫大学男子テニス部実績



兵庫大学硬式庭球部ではトップランと提携し学内のオムニコート4面に加えて、トップランのコート14面を使用し、充実した練習環境の中活動。全員が練習と学業に集中して取り組みながら、インカレ優勝、1部リーグ昇格を目指す。

- 【2019年度】 関西学生春季テニストーナメントダブルス ベスト32
関西学生テニス選手権大会 本戦出場
関西学生チャレンジテニストーナメント シングルスベスト4
関西学生地域テニストーナメント ダブルス準優勝・シングルスベスト16
関西学生新進テニストーナメント シングルス、ダブルス本戦出場
三木谷杯兵庫県テニス代表チーム対抗戦 2位リーグ優勝
- 【2020年度】 関西学生テニス選手権大会 シングルス、ダブルスベスト32
- 【2021年度】 全日本学生テニス選手権出場
関西学生地域テニストーナメント シングルス優勝
三木谷杯兵庫県テニス代表チーム対抗戦優勝
- 【2022年度】 関西学生春季テニストーナメントシングルスベスト4
全日本学生テニス選手権シングルスベスト64 ダブルスベスト32
関西学生チャレンジテニストーナメントベスト8
関西学生テニス選手権シングルスベスト8
関西大学対抗テニスリーグ戦 5部優勝、4部昇格

姫路大学女子テニス部実績



姫路大学女子テニスは2014年に創部し、関西学生テニス連盟に加盟して以来、文武両道を目指して活動。山本康博コーチが就任後、関西大学対抗テニスリーグ戦を勝ち抜き、ストレートで1部リーグへ昇格。

- 【2019年度】 ブリヂストン京都オープン ダブルス準優勝
関西学生春季テニストーナメント 本戦ダブルスベスト4
東海愛知オープン シングルス優勝
全日本大学対抗テニス王座決定試合 団体ベスト4
かすみ黒潮オープンテニス選手権大会 ダブルス優勝
関西大学対抗テニスリーグ戦 1部 団体2位
- 【2020年度】 全日本学生テニス選手権大会 ダブルス準優勝
関西学生テニス選手権大会 ダブルス優勝
- 【2021年度】 関西学生新進テニストーナメント ダブルス準優勝
関西学生リーグ 優勝
全日本大学対抗テニス王座決定試合 3位入賞
- 【2022年度】 関西学生春季テニストーナメント シングルス準優勝
関西学生テニス選手権大会 シングルス 準優勝
関西大学対抗テニスリーグ戦 第2位
全日本大学対抗テニス王座決定試合 第4位



365日、毎日が充実するスクールライフ！

年間スケジュール

EVENT SCHEDULE



4月	5月	6月	7月	8月	9月
・入学式 ・履修ガイダンス ・オリエンテーション ・ハイスクールジャパンカップダブルス予選	・ペーロン ・ペーロン競漕 ・ボランティア活動 ・県総体予選	・個人面談 ・三者面談 ・進路ガイダンス ・県総体 ・ハイスクールジャパンカップ	・漁業体験 ・農業体験 ・前期スクーリング ・近畿選手権大会 ・全国高校総体	・夏休み ・観光甲子園 ・AO入試対策 ・県民大会 ・全日本ジュニアソフトテニス選手権	・修学旅行 ・センター試験説明会 ・高校認定試験説明会 ・前期卒業式 ・県新人大会予選
10月	11月	12月	1月	2月	3月
・個人面談 ・履修ガイダンス ・国体	・後期スクーリング ・羅漢の里もみじ祭り ・スポーツ推薦入試 ・県新人大会 ・県シングルス大会	・特別推薦入試 ・冬休み	・単位認定試験 ・推薦入試 ・近畿インドア大会	・卒業式 ・ハイスクールジャパンカップシングルス予選	・春休み ・全国選抜高校テニス大会

硬式テニス部の実績 ソフトテニスでも日本一を目指そう！！



もっと知りたい！ Q&A

- Q1** 高校の全日制と通信とでは卒業資格に違いはありますか？
- A** どちらも高校卒業資格なので違いはありません。
- Q2** 通信制高校は学校に登校しないのですか？
- A** 一般的な単位制通信制高校は年間に、10日ほどのスクーリング（本校に登校）しかありませんが、相生学院高等学校特進スポーツコースは全日制同様の対面授業を、月曜から金曜まで毎日5時間実施しています。（火・水・木は、午前中8時半～12時半まで練習、午後1時40分～4時40分まで授業）
- Q3** 大学進学において、通信制高校と全日制高校の違いはありますか？
- A** スポーツ推薦入学、AO入試、一芸推薦入学においては違いはありません。
- Q4** 単位認定試験は、年に何回ありますか？
- A** 単位認定試験は、大学方式で本校では年2回（前期1回、後期1回）行われます。各履修教科の提出レポート（1科目8～10枚程度）やスクーリングなどで学んだことを中心に出題されます。集中力をもってすれば全員がクリアできます。
- Q5** 学校行事やソフトテニス部の行事にはどんな行事がありますか？
- A** 各学年毎にユニバーサルスタジオ遠足を実施。また、学校体験学習として、漁業体験も行っています。さらに、ホテルを貸切りクリスマスパーティ、テニス部卒業生の壮行会などたくさんのイベントがあります。
- Q6** 海外留学を希望する場合、英語教育はどのようになっていますか？
- A** 相生学院高校では英語特進コースがあり、オーストラリア人でネイティブスピーカーのデイビット先生が親切丁寧に英語の指導をしてくれます。海外留学をしている生徒は、ほとんどが英語特進コースと、スポーツコースの両方に籍を置いて、勉学に励んでいます。
- Q7** 相生学院高校ソフトテニス部の練習する使用施設について教えてください
- A** 相生学院高校ソフトテニス部の練習拠点は、IMGアカデミーと連携協定している民間テニスクラブトップランテニスカレッジの石守校（ハードコート4面・人工芝コート9面・インドアコート1面）14面のコート施設を使用します。また、最新式トレーニングマシンが揃ったトップランフィットネスジム（120坪・-390㎡）も使用施設となっております。
- Q8** ソフトテニスの練習日程を教えてください
- A** 月曜日は午後3時40分から7時の練習、火曜日～木曜日は午前8時半から12時半まで練習、金曜日はフリー練習 or 休み、土日はほとんどが大会および練習試合です。また、週2回のウェイトトレーニングをトレーナーが指導します。部活動以外の時間帯もコート練習、フィットネスジムのトレーニングが可能です。
- Q9** 各大会に参加する場合、学校の出欠扱いはどうなりますか？
- A** 高体連主催の大会、連盟及び協会主催の大会、ジュニアトーナメント全てのトーナメントが公認欠席になります。
- Q10** 練習や試合などで故障したときのケアシステムについて教えてください
- A** トップラングループとして、関西鍼灸整骨院をテニス関係者のために経営していますので身体のケアや故障箇所の回復施術を受けられます。また、フィットネスジムでトレーナーのアドバイスのもと、ケガをしにくい身体を作る適切なトレーニングを行っています。