

2025年度の「じゅうく。」

いつも「じゅうく。」を応援いただきありがとうございます！
いよいよ新年度がスタート。「じゅうく。」では、生徒さんのさまざまな「やってみたい」を
応援するサービスを展開しています。2025年度も、生徒の皆さんが
たくさん挑戦できるようなサポートをしていきます！

やりたいことを
形にしたい！



昨年度は、生徒のさまざまな「やりたい」を形にしてみました。写真は「花でまちを元気にしたい！」とプロジェクトを始めた生徒の例です。

高校の勉強は
難しく大変...



科目授業を実施していますが、宿題やテストなどはありません。学ぶことを「楽しい」と思える授業づくりをしています！

定期テスト
頑張るぞ！



相談ができる部屋や、集中できる個別ブースなど、さまざまなニーズに合った環境を用意しています。

居場所が
欲しい！



ゲームをしてもよし、スタッフとお話してもよし！授業前後も教室はにぎわっています。

地域に出て
活動してみたい！



マルシェに出店したり、観光を盛り上げたり。地域でもさまざまな活動ができます。

将来のことを
考えたい！



興味関心を一緒に探るところから、就職試験や大学・専門学校の受験サポートをしています。

塾に関する情報

開室日時 平日16:30~20:30

テスト期間やプロジェクトによる例外もあります。

新年度入塾説明会

4月上旬予定です。
詳しくは合格者登校日にお知らせします。

中学部の開始時期について

詳細が決まりましたら、学校を通じてお知らせします。

進学実績

・高知県立大学・桜美林大学・幡多看護専門学校
・高知工科大学・共立女子大学・大阪テクノロジー&
・岡山大学・阪南大学・デザイン専門学校
・同志社大学・大阪経済大学 など

就職実績

・県内公務員
・県外公務員
など



じゅうく。

町営塾「じゅうく。」

四万十町役場人材育成推進センター

☎050-5482-333

☎0880-22-3163

このコーナーでは、県立窪川高校、県立四万十高校、町営塾「じゅうく。」での生徒たちの活動を月替わりで紹介します。

走ることにつながる

早朝の三島キャンプ場に、四万十町内外から約100人のランナーが集まった。未舗装の山道を走る「十和トレイルランニング」。序盤の集団から抜け出した川口由芽子さんが、両手を挙げてフィニッシュラインを駆け抜けた。

「めっちゃしんどい」と言いつつ満面の笑み。女子ショートの部で5連覇を果たした。レースを終えた他のランナーが次々に「おめでとう！」「ユメちゃん、さすが」と声をかける。「走ること知り合った人ばかり。いろんな年代の方とこうやってワイワイできるのは本当に醍醐味ですね」と笑う。

道なき道を行くトレイルランから、100キロを走破するウルトラマラソンまで。高知県内の大会で入賞する実力の川口さん。ストイックなアスリート、のイメージとは遠いニコニコ顔で、周りを明るくするようなランナーだ。

ランニングを始めたのは2017年。当時、父親が「四万十川桜マラソン」の実行委員長を務めていて、関係者の打ち上げで「次は走ってや」と誘われた。バレーボールの経験し

かなかったが、「ダイエットのために」と走り始めた。

育児と仕事の合間を縫って週に2回、2キロずつからスタートし、少しずつ距離を伸ばした。「5キロ走れるようになったのがうれしくて。子どもたちが寝てる朝5時くらいから、もうどんどん走る距離が伸びて」。走ると気分が晴れたし、知らなかった風景にも出会えた。そのうち、町内のランナー仲間と一緒に走る機会も増えた。

初のフルマラソンは2018年の桜マラソン。経験者にアドバイスをもらいながら走り、4時間以内で完走する「サブ4」を達成した。「ゴールした後の『やったー！』っていう達成感。これは走った人にしか分からないですね。あとはおいしいご飯とビールを楽しみに走るっていう」。

今年の桜マラソンにも出場し、女子6位に入った。「走ること一つですごく人につながるので、やっていて良かったなと思います」。小さい頃、よく大会に連れてきていた2人の子どもは今、どちらも陸上部で汗を流している。

川口 由芽子さん
(市民ランナー)



町にはこんな waza も

ミニバスのキャプテンで活躍！ 林 新大さん 窪川中学校1年

体育の授業をきっかけに小学5年生からバスケットを始め、窪川ミニバスケットボールクラブでキャプテンを務めた。中学校でもバスケットを続け「シュート率を上げて、うまくなって試合にたくさん出たい」。河村勇輝選手が憧れ。

こだわりの「技」できらりと光る四万十町の人々を紹介します。
ちょいwaza!!は随時募集中!▶



ちょい
waza!!