



🏆 活動内容

目標

- ワールドカップで活躍できる選手を育成する
- 情熱あるいい指導者を育成する

理想とするチーム像

- 誰からも応援してもらえるチームでありたい
- 部員としてOBとして誇りを持てるようなチームでありたい
- 能力や学年に関係なくサッカーを愛する仲間として、尊重し合えるチームでありたい



🏆 部員数 (学年別)

1年生

31名

2年生

30名

3年生

34名

合計 **95** 名

みんなで
高め合える環境が
ここにある!

🏆 活動日

活動日: 週 6 日程度 (活動時間は日によって異なります)

OFF: 週 1 日程度

平日 放課後～19:00頃まで (練習・トレーニング・ミーティングなど)

土日 練習試合・公式戦・トレーニングなど

その他 長期休暇中は合宿や遠征を実施し、
技術・体力・チーム力の向上に取り組んでいます。

🏆 クラブのPR・中学生に向けて一言!

本気でサッカーに
打ち込みたいなら、
ここが**最高**の場所だ!

仲間と共に汗を流し、笑い、時にはぶつかり合いながら、
人としても成長できるのが四中工サッカー部。
サッカーが上手になりたい!
全国を目指したい!!
そんな君を待っている!



一緒に **夢** を追いかけてよう!

🏆 過去の成績

1973年	第52回全国高校サッカー選手権	ベスト4
1977年	第56回全国高校サッカー選手権	準優勝
1983年	全国高校総体 優勝	
	第62回全国高校サッカー選手権	ベスト4
1984年	全国高校総体 優勝	
1985年	第64回全国高校サッカー選手権	準優勝
1987年	第66回全国高校サッカー選手権	ベスト4
1991年	全国高校総体 ベスト4	
	第70回全国高校サッカー選手権	優勝
2011年	第90回全国高校サッカー選手権	準優勝
2013年	第92回全国高校サッカー選手権	ベスト4



YONCHUKOU_FOOTBALL



四中工魂

伝統と情熱を胸に、
未来へつなぐ四中工サッカー **一蹴入魂**

見学・体験いつでも大歓迎!

詳しくは顧問または部員まで!



四日市中央工業高等学校

柔道部



活動日

活動日：週6日程度

O F F：週1日程度

平日 放課後～3時間程度（練習・トレーニングなど）

土日 練習試合、公式戦、練習など

その他 長期休暇は、合宿・遠征など



過去の戦績

全国高校総体（個人）**優勝**

三重県高等学校柔道選手権大会 **優勝**（30回）

東海総体・県総体（個人・団体）**優勝**（多数）



～柔道部のPR～

本気で柔道に打ち込みたいなら四中工！！

技術の向上はもちろん、人としての成長も大切にしています！

四中工水球部の紹介



～～ 水球とは・・・ ～～

コートに各チーム7名（GK 1名）ずつが入水し、水深2mのプールでボールを取り合い、ゴール数を競う競技。

水中でのスピーディーな攻防、華麗なパス、豪快なシュート、水面下の駆け引きが見所。ヨーロッパではプロリーグが存在し、人気絶大を誇るスポーツです。

～～ 三重県の水球事情 ～～

全国でもトップクラスの環境と活動力、競技人口を携えており、小～高・社会人ともに全国の常連。水球界ではモデル県として注目されている。また中学校のクラブ活動廃止傾向にある中で、地域・社会スポーツとの連携が上手く進んでいる競技としてメディアにも注目され取り上げてもらった。

～～ 水球部の現状 ～～

四中工水球部は、全国トップクラスの実力を誇り、近年は、全国優勝を達成し小中学生からの経験者が多く在籍しています。

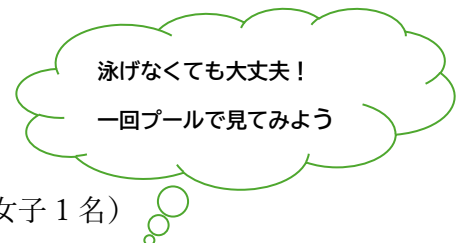
《3年4名》《2年8名》《1年11名》（うちマネージャー男子2名、女子1名）

しかし、昔から変わらず高校から水球を始める人も多く、中には泳げない状態で入部してきて3年生には全国大会で活躍する選手もいます。

毎日30人近くが一緒に練習し、切磋琢磨して体を鍛え、楽しく活動しているのが四中工水球部です。

【近年の成績】

- R.2年度 全日本ジュニア（U17）選手権優勝
- R.3年度 全国高校総体（インターハイ）優勝、東海高校総体優勝、全日本ジュニア選手権ベスト4
- R.5年度 東海高校総体優勝（三年連続）、U20世界選手権日本代表輩出、全国高校総体準優勝
特別国民体育大会優勝、全日本ジュニア（U17）選手権3位
- R.6年度 東海高校総体優勝（四年連続）、U18世界選手権日本代表輩出、全国高校総体4位
- R.7年度 アジア選手権 2025 日本代表2名輩出



該当する人、大募集！

- ・球技をやりたいな…という人
- ・スポーツで全国大会を目指してみたい人
- ・泳ぎを覚えたい人や体を鍛えたい人
- ・興味が出てきた人 など



四中工水球部は、社会で即戦力となり、魅力ある人材の育成を目標に活動しています



四中工 野球部

部員数：1年生 11 名、2 年生 10 名(女子マネージャー 1 名含む)、3 年生 8 名

活動内容：月曜日 休み

火曜日～金曜日 練習 15:40 から 3 時間程度

土曜日・日曜日・祝日 練習試合(校内もしくは遠征)

～チーム紹介～

現在、選手 28 名、マネージャー 1 名の計 29 名で活動しています。

選手は、硬式チームや、軟式の選抜チームで活躍した人もいれば、中学校から野球を始めた人、中には高校から始めた人もいて、いろんな選手がそれぞれの目標を設定し練習に励んでいます。春の大会では北地区予選において 21 世紀枠候補に選出された四日市高校に勝利し、県大会に出場することが出来ました。まだまだ、発展途上のチームですが、甲子園出場に向かって日々練習に励んでいます。四中工野球部の一番の特徴は何といても、『自主練習』です。それぞれの選手が目的意識をもち、課題と向き合って練習しています。先輩後輩の垣根もなく、お互いが助言し合って、高め合っているのも四中工野球部の良さです。

新人部員大募集！

四日市中央工業高校 硬式テニス部

😊 初心者歓迎！

🏠 文武両道！

🎾 ラケット貸出有！

みんなでテニスを楽しもう！

👁️ 見学歓迎！

👥 部員構成 【合計12名で元気に活動中！】

3年生
2名

2年生
4名

1年生
6名

🕒 活動時間

平日は**毎日約2時間**の集中練習！
日曜&テスト期間は**完全オフ**で
勉強もバッチリ！

🏆 活動・実績

地区予選3回戦進出！
豊富な練習試合をこなし、県公
式戦に全員で挑戦しています！

👉 まずはコートへ来てみてね！

テニス経験がなくても、優しい先輩がゼロから丁寧に教えます！
新しい仲間を、部員一同心より待っています！



YOKKAICHI
CHUO
TECHNICAL
HIGH SCHOOL

SOFTTENNIS



本気で何かに挑戦したい人を募集しています。



部員数

三年生4人、二年生3人、一年生3人

活動日

基本月曜と日曜休み

大会結果

県大会団体ベスト16

- 陸上競技部
- 部員数 3年生1名、2年生11名、1年生11名
- 活動日 普段の練習は 月曜日～土曜日 約2時間
- 大会結果 春季大会、県総体、新人戦、高校駅伝、三四記録会等に出場
- その他

中学時代に実績がなくても、写真のような成績を残しています。

★2025年箱根駅伝に出場した化学工学科の土器屋君
写真は春季大会3000m障害第3位

鈴木健斗先生

高校駅伝7位（2021年）



男子100m			
決勝	GR 諏訪 達郎	(三重)	10.54
	GR 中脇 裕也	(三重)	10.54
RETARD +0.4m			
1	山路康太郎	四日市工 (三重)	10.76
2	的羽 陽尚	宇治山田商 (三重)	11.00
3	高橋 陸景	四日市工 (三重)	11.01
4	伊藤 和磨	津西 (三重)	11.01
5	清田 尚弥	桑名西 (三重)	11.02
6	奈良 圭特	四中工 (三重)	11.03
7	宮田 真寿	伊勢 (三重)	11.31
0:01.17	島田健太郎	皇學館 (三重)	



初心者・経験者問わず大歓迎！
女子も同好会として活動の場があります！



実際に四中工の合同練習に参加して、
チームの雰囲気ぜひ体験してください！



RESULT

インターハイ三重県予選
ウィンターカップ三重県予選
新人大会三重県予選
三重県ベスト16
U18三重県リーグ戦2部昇格

SCHEDULE

平日 16:00 ~ 19:00
休日 半日練習 or 練習試合

CONTACT

TEL 059-326-9596(化学工学科)
MAIL nagamine.k@mxs.mie-c.ed.jp

顧問：藤原・長嶺・成川・吉崎

8.9^{SUN}
VS. 稲生高校

AM 9:00 TIP OFF !!

2部リーグ開催中！！@四中工 体育館

男子バレーボール部紹介

活動内容

僕たち四中工バレー部は、キャプテン副キャプテンを筆頭に選手が主体となるチーム作りをしています。練習を見てくださる顧問の先生はみえますが、先生には僕たちが目指すチームの土台を作っていただき練習方法や内容、目標などその他のことは全て選手みんなで話し合い決めています。

部員数

3年生 10人

2年生 4人

1年生 13人

合計 27人

活動日

火曜日、水曜日、金曜日、土曜日、日曜日

(月曜日、木曜日はオフ。)

月曜日と木曜日には朝練があります。

四中工の周りを外周した後、筋トレをします。

大会結果

令和8年度三重県高等学校総合体育大会

ベスト 16



クラブPR・中学生に向けて

四中工バレー部はバレーボールの実力だけではなく、選手主体のチームなので自分自身が成長できる部活でもあると思います。

チームの雰囲気も良くて、仲もととてもいいです。経験者の人よりも高校から始める初心者の方が多くて、初心者でも入りやすいと思います。今の目標は三重県でベスト4を目指しています。僕たちと一緒に目標に向かって練習しましょう。

四中工高 卓球部

私たち卓球部は、仲間と協力しながら楽しく活動している部活です。団体戦県ベスト8を目標に、それぞれが日々努力しています。初心者も所属しています。

部員数

活動日

活動場所

学年	人数	曜日	活動時間
1年	4人	月	放課後～17時30分
2年	7人	火	放課後～17時30分
3年	4人	水	放課後～17時30分
		木	放課後～17時30分
		金	放課後～17時30分

体育館



※土日には、大会や練習試合があります。

こんな人におすすめ！

- 新しいことに挑戦したい人
- 友達を増やしたい人
- 本気で頑張りたい人
- 楽しく活動したい人



メッセージ

ぜひ一度見学に来てください！ みなさんの入部を待っています！



バドミントン部は、3年生11人(女子2人)、2年生6人、1年生16人で活動しています。

活動日は、体育館の都合により月・水・木・土・日です。土日は練習試合を組んだりしています。

ほとんど高校スタートの初心者ばかりで経験者は少ないです。大会は、1部・2部・3部(高校から始める1年生)にわかれていて、個人シングルス、ダブルス、団体戦とあるので、たくさんの公式戦に出場することができます。

個人戦は全員出場することができ、全員が試合で活躍することができます。

1部に所属する選手は、他校のトップクラスの選手と戦い、全国や東海大会出場を目指して練習しています。

1年生で1部に出場している選手もあり、ますますバドミントンを頑張る生徒が増えています。また初めてバドミントンをする部員もこつこつと努力し、練習に励んでいます。

経験者・初めてバドミントンをする方、男女問わずぜひ四日市中央工業高校に入学し、一緒にバドミントンをしてみませんか？

