



星槎スポーツ新聞

第10号★2017年5月10日(水)

星槎グループ セイスポ編集部発行
神奈川県 中郡大磯町国府本郷 1805-2

2020年オリンピック・パラリンピック東京大会のブータン王国選手団の事前キャンプを神奈川県に招致する協定が4月13日に横浜で締結された。

王子殿下が第5代ブータン国王の名代として、星槎グループ会長 宮澤保夫氏と名を連ねた。

この招致決定は勿論「キャンプ」関係だけでなく、オリンピック・パラリンピックを超えて、スポーツの分野を超えて、ブータン王国との民間レベルでの友好交流をより強固にする礎とするものだ。

昨年9月、星槎グループ宮澤会長は、井上一理理事長とブータン王国を訪問し、ジゲル会長をはじめ、関係者と協議を重ねた結果、現地で「Bhutan-Japan Sports Collaboration 2016-2020」のMOU(覚書)を締結した。

この調印は、宮澤保夫会長のご支援とご協力なしには実現できていないことは言うまでもありません。宮澤会長と私は、無二の友情以上の関係を築いてきています。

私は、あなたの方の最も寛大な「おもてなし」に感謝するとともに、ブータン王国と日本のスポーツを通じたこれからの発展における、生産的で且つ希望に満ちたパートナーシップの成功を楽しみにしています。

協定締結前、五輪担当大臣・丸川珠代氏をジゲル王子御一行が表敬訪問された。ジゲル王子からは、2020年オリンピック・パラリンピック東京大会に向けた意気込みが表明され、また、スポーツを通して子どもたちの教育、若者

術者から学ぶことができないことを大変嬉しく思っています。

に夢を与えることの重要性が語られた。

今回の招致決定により、神奈川県がブータン王国オリンピック代表団の2020年オリンピック・パラリンピック東京大会事前キャンプ地に正式に決まった。既に確定しているアフリカのエリトリアの事前キャンプも同じ星槎箱根キャンパスで行なわれる。日本も含めた複数の国々がスポーツを通じて関わり合う場面が星槎を起点に出来てきた。

競い合う場面、相手を蹴落とすのではなく、互いに切磋琢磨し高め合う「共創(きょうそう)」する学びの環境が星槎から生まれる。星槎の仲間達「おもてなし」の気持ちを持ち、新たな仲間を迎え入れる。星槎のチームである「人を認める」「人を排除しない」「仲間を作る」を体現していきます。星槎での学びは無限です。



ブータン王国 事前キャンプ協定締結式

—東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会に向けて—

協定締結後、ジゲル会長からは次のコメントを頂いた。

「昨年は、日本とブータン王国との間の外交関係30周年にあたり、とても特別な年でした。両国の関係は、従来の外交関係よりもはるかに深いものとなっています。私は、外交関係は公式レベルで起こるだけでなく、人から人へと起こり繋がるものと確信しています。

私は、最良の関係とは、紙面のものでなく、良い友人を通じて創られるものであり、管理、維持されていると信じています。

過去30年間の日本とブータンの関係は、友人によって創造され、持続されてきました。

私は今日、スポーツの分野での相互協力を通じてこの関係をさらに強化することができるとの希望に満ちて此処に立っています。

そして、この事前トレーニングキャンプ合意に署名し、我々はブータンの選手が、日本が提供してくれる最高のコーチと技

術者から学ぶことができないことを大変嬉しく思っています。

今回の招致決定により、神奈川県がブータン王国オリンピック代表団の2020年オリンピック・パラリンピック東京大会事前キャンプ地に正式に決まった。既に確定しているアフリカのエリトリアの事前キャンプも同じ星槎箱根キャンパスで行なわれる。日本も含めた複数の国々がスポーツを通じて関わり合う場面が星槎を起点に出来てきた。

競い合う場面、相手を蹴落とすのではなく、互いに切磋琢磨し高め合う「共創(きょうそう)」する学びの環境が星槎から生まれる。星槎の仲間達「おもてなし」の気持ちを持ち、新たな仲間を迎え入れる。星槎のチームである「人を認める」「人を排除しない」「仲間を作る」を体現していきます。星槎での学びは無限です。

ブータン王国と星槎グループの交流

【1993年】

当時、まだ鎖国といってもいい状態だったブータン王国を宮澤会長が初訪問

【1995年】

横浜ブータン友好協会を設立し、以降要人の来日の際にはアテンドを務める

【2010年】

ロイヤル・ティンプー・カレッジと交換留学等についてのMOU(覚書)を締結し、毎年度日本・ブータン間で学生が行き来し文化・教育交流を行う

【2016年5月】

BOC会長ジゲル・ウゲン・ワンチュク王子殿下ほか5名が来日し、星槎グループおよび県内施設を視察

【2016年9月】

宮澤保夫会長がブータン王国を訪問し、同国オリンピック委員会と「ブータン日本スポーツコラボレーション2016-2020」のMOU(覚書)を締結

【2016年12月】

ブータン王国オリンピック委員会関係者、並びに同国のアーチェリー連盟等の代表者総勢9名が来日し、協定締結に向け星槎グループおよび県内施設を視察

【2017年2月】

2020年オリンピック・パラリンピック東京大会事前キャンプ招致協定を締結

全国私立高等学校 男女バレーボール選手権大会 創部3年目で 初出場



試合に臨む女子バレーボールチーム

VOICE

益山珠世さん(3年)キャプテン

今回初めての全国大会に出場してとてもいい経験になりました。私はキャプテンとしてコートに立ちプレーしましたが、大事な場面でも確実に点数を取ることができず、悔しかったです。身長の高い相

手にも打ち抜ける力や技術をつけていきたいです。

小島梨奈さん(2年)

私はセッターとして出場しました。身長の高いチームに星槎らしいコンビバレーを展開し、しっかりと攻めきることができました。どんなボールでも諦めずに追いかけて粘り強さが勝利につながったと思います。

初めて全国大会という大きな舞台に出場し、緊張や不安もあったが、たくさんの経験ができた。成績は、5チームリーグ戦で2勝2敗だった。全国大会で2勝することができ、選手たちは自信になった。2敗した試合も、結果は負けでしたが、強豪校とも対等に戦うことができた。練習してきた成果が表れた試合だった。良いプレーもあったが、課題も多く見つかったことができた。一人一人が自分の課題としっかり向き合い、これからは個人の技術を向上させ、チーム全体のレベルアップを図っていききたい。今回この大会を通して、星槎バレー部は多くの方に応援されていることを改めて知ることができた。感謝の気持ちを忘れず、これからも頑張る。(バレーボール専攻 教諭 廣田歩)

平成28年度 第22回全国私立高等学校 バレーボール選手権大会 結果

3月22日(水) 会場: 稲城市総合体育館

予選リーグ1日目

- ◆ 予選① 対 土佐女子(高知代表) 0-2(22-25 13-25) 敗戦
- ◆ 予選② 対 松商学園(長野代表) 2-1(27-25 22-25 15-8) 勝利

予選リーグ2日目

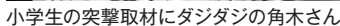
- ◆ 予選③ 対 盛岡誠桜(岩手代表) 1-2(25-20 19-25 13-15) 敗戦
- ◆ 予選④ 対 札幌山の手(北海道代表) 2-0(25-12 28-26) 勝利

サーフィン指導をする鈴木校長

昼の放送担当 ゆい&みか

と銘打ち、お昼12時から午後9時までの完全生放送。ステーションジングルのあとに星槎グループのあとに星槎グループの会長の宮澤保夫氏のメッ

朝8時台と昼の12時台は、オール星槎スタツプで担当する生放送。ふだん、生徒の前や保護者の前ではしっかりと話す教職員も、スタジオに入りマイ



小学生リポーターも活躍!!

地域スタッフに加え、近隣在住の大学生スタッフが企画から制作まで担当する番組も、数多くあります。そして小学生リポーターも大活躍。小学生ならではの疑問を大人にぶつけていました。

箱根町と 星槎大学が協定

3月28日、星槎大学は人材の育成や学術研究の向上、活力ある地域社会の形成や発展を目的に箱根町との間で連携・協力に関する基本協定書を締結した。箱根を舞台にしたスポーツを通じた国際交流や地域活性化を図っていく。

骨格筋の柔軟性の改善・骨格筋の緊張緩和・血流などの循環改善・神経機能の向上・骨格筋筋委縮の抑制予防という効果がある。ストレッチを行うことで怪我をしにくい筋肉・体を作ることができる。

ストレッチをする際の 注意点

ストレッチにはいくつか種類があるが、今回はスタティックストレッチについてです。スタティックストレッチとは反動を使わずゆっくり筋肉を伸ばしていくストレッチ。なぜゆっくり伸ばすのか？というところ筋肉には紡錘と呼ばれるセンサーがあり、急激な伸張が行われると紡錘から脊髄へ信号が送られる。そうすると脊髄から筋肉を収縮させる信号が送られて自分の意思とは関係なく筋肉が収縮するという「伸張反射」という現象がおこる。伸張反射が起こること筋肉を伸ばそうとしている意思に逆らっ

筋肉が収縮してしまうので筋肉は上手く伸びなくなってしまう。次にストレッチをする際の呼吸についてです。ストレッチをする時に頑張っ曲げようと痛いのを我慢して呼吸が上まっています。

んか？呼吸を止めてしまおうと筋肉が硬直して力が入った状態になるのでしっかりと筋肉が伸びなくなります。呼吸を止めることなく自然な呼吸をしてほしい。

①反動を使わずゆっくう、
じっくり伸ばすこと。
②呼吸を止めず自然な呼吸

③ 今どこの筋肉を伸ばしているのかを意識しながら伸ばすこと。

④ 痛気持ちいいというポイントで20〜40秒保持すること。

この4つのポイントを意識するだけで今までと同じストレッチでも効果が高まる。

スポーツで使う
大きな筋肉

どのスポーツでも股関節の筋肉は使う頻度の多い筋肉だ。そして股関節に関わる筋肉は体の中でも大きな筋肉なので、その筋肉が固くなると体に不調が出やすくなる。股関節の筋肉をストレッチすることで疲労が蓄積しにくくなり、怪我の予防にも繋がる。今回は3つの筋肉を紹介する。

腿前の筋肉で骨盤から膝のお皿の下まで付いている筋肉。足首を持って

小学生リポーターも活躍!!

地域スタツフに加え、近隣在住の大学生スタツフが企画から制作まで担当する番組も、数多くあります。そして小学生リポーターも大活躍。小学生ならではの疑問を大人にぶつけていました。

Jリーグのユースチームに挑む

現在、男子サッカー専攻クラブチームは日本クラブユース選手権関東予選を戦っています。5チームのリーグ戦を行い上位3チームが2次ラウンドに進出できる大会です。

4月8日(土)につくばFC と対戦し3対2で勝利しました。初戦で貴重な勝ち点3をとることができました。また、新1年生も6名試合に出場し貴重な経験を積むことができました。次節は5月3日(水)に水戸ホーリーホックユースと対戦します。Jリーグのユースチームにどんな戦いができるか楽しみです。

**宮澤ひなた 神奈川県
高体連総合開会式選手宣言**

星槎国際高等学校湘南学習センター
女子サッカー専攻の宮澤ひなたが4
月22日(土)に藤沢市善行の県立体
育センター陸上競技場で行なわれる
『第55回神奈川県高等学校総合体
育大会平成29年度全国高等学校総
合体育大会神奈川県予選会総開
会式』の選手宣言を行なうことにな
りました。神奈川県の高校生を代表
して選手宣言を行います。当日の様
子など詳細は次号で。

男子サッカー部 新たな挑戦

昨年はベスト16で涙を飲んだ関東大会神奈川県予選。星槎の初戦はシードされて3回戦からとなった。初戦の上鶴間高校戦は2対0で勝利した。続く4回戦の対戦相手は秦野高校。堅い守備で無失点に抑えてブロック決勝へと駒を進めた。決勝の相手は強豪の湘南工科大附属高校となった。延長戦までもつれ、PK戦の末勝利を勝ち取った。この試合の主役になったGK佐野(3年)は毎日下校前に学校の玄関周辺、皆が帰った後の部室の清掃をサボらず行ってきた。コツコツと積み重ねた成果が表れた結果となった。4月30日(日)にベスト4をかけて県立座間高校と対戦する。詳細は次号で。

**野球部 神奈川県春季大会
ベスト4進出！**

神奈川県春季大会において星槎国際湘南野球部が、2回戦湘南台に5対1、3回戦川和に5対2、4回戦日大藤沢に4対3、準々決勝慶應に3対1で勝利して見事にベスト4に進出した。その結果、目標だった夏の神奈川大会予選第一シード権を獲得した。準決勝では、エース本田投手を中心に守りからリズムを作り、競り勝つ星槎の野球を心がけ、秋季大会準々決勝で惜敗した王者横浜に挑戦する。詳細は次号で。

星槎
教師
列伝

星槎国際高等学校
努力は必ず
報われる
青木由実 教諭



6歳上の兄が当時バレーボール部に所属していて、家の庭でよくパス練習の相手をしていたのがきっかけで小学3年生からバレーボールを始めました。小学生・大学生の頃はライト、中・高校生の頃はセッターで活躍し、輝かしい経歴をもつ。

高校1年生は国民体育大会・ベスト5、2年生は春の高校バレー・ベスト8、関東高等学校バレーボール大会・優勝。3年生は小学6年生の時にも受賞した栃木県最優秀選手賞を再度受賞した。道都大学（現・皇経道都大学）では1年生、4年生の全学年で全日本バレーボール大学男女選手権大会に

出場。3年生・4年生では国民体育大会に出場した。現役の頃は木村沙織選手に憧れ、全日本の試合があるとビデオに録画して、コマ送りでスパイクの打ち方、フロックの動きの動作など研究した。このような努力を積み重ねた結果、常に大きな大会に出場することができた。バレーボール人生を振り返って嬉しかったことは、強豪校のチームに勝つことができたこと。特に高校2年生の関東高等学校バレーボール大会で優勝したことがバレーボール人生でとても嬉しかった。辛かったことは、高校3年生の時、通っていた國學院栃木高校、夏のイン

ターハイ25年連続出場という伝統を途切れさせてしまったこと。その時は何も考えることができず、涙を流すだけだった。

高校時代の監督はバレーボールの技術はもちろんのこと、勝負に對しての姿勢や考え方を教えてくれた。辛い練習の日々も続きた。辛い練習の日々も続き心が折れそうになったこともあったが、諦めずに努力を続けた。そんな辛経験乗り越えたことで、いくら怒られたり、怒鳴られたりしても前に向かって諦めない精神がついた。

バレーボールをしていて良かったと思つことは、チームのことや自分自身のこと、練習や試合のことを自分で考えるように

ながら、声掛けをしたり自分が緊張していても緊張している雰囲気を見せないようにしていた。

星槎の部活動等でスポーツを頑張っている生徒に対してのメッセージ。NO.1になるためには努力が必要。努力をしない選手でNO.1になる選手はいない。私は高校時代から練習後に必ず30分、1時間走るようにしていた。そのおかげで体力がについて自分の力を全力で発揮することができるようになった。努力することとは今からでも遅くないので頑張してほしい。今後も星槎でスポーツを頑張っている生徒を全力で応援していきたいと話す。

セイスポ

2017年シーズン始動
春季大会

応援にも自然と熱がこもる

長かった冬を超え、ようやく春季大会を迎えることができた。初戦の立花学園戦は昨年秋季大会2回戦で対戦。2対1と僅差で勝利したため、決して気が抜けなく、選手からは味わったことのない緊張が伝わってくる。過去2大会は星槎が勝利しており、立花学園からも闘志を感じた。先発は本田、立ち上がりから制球に苦む。先頭打者に甘い球をレフト前に運ばれ、続く2番打者には四球を与え、いきなり無死1、2塁のピンチ。続く3番、4番打者を連続三振で打ち取るも、5番打者にも四球を与え2死満塁。6番打者を三振で切り、なんとか凌いだ。嫌な雰囲気は立ち込める。

3塁で迎えた1番打者に130メートルを超える特大ホームランをレフトスタンドへ運ばれ2点を先制された。その後も四球を重ね、苦しい展開が続くが、5回・6回と1点ずつ得点し同点に追いつくと、8回には2死1、2塁から2番有賀の左中間を破る2点タイムリー2塁打で逆転に成功した。しかし、立花打線の先頭1番打者と2番打者に連続安打を許し、その後送りバントと四球で2死満塁となった。そして迎えた6番打者の2球目。ワイルドピッチで1点を許すと、4球目をレフト前に運ばれて同点とされた。こうなるとう立花の勢いを止めることが難しく、続く7番打者にライト前へ運ばれ逆転サヨナラ負け。続く2回戦は足柄高校。ともに1敗同士の対戦で、負ければ予選敗退という後がない試合となった。立ち上がり、先発した石橋が相手打線を3人で打ち取ると、その裏、四球と守備のミスをつき星槎が2点を先制。2回は両チーム無得点。3回は石橋がつかまる。四球と安打で2死満塁のピンチを招くと、迎えた3番打者にレフト線へ2点タイムリーヒットを打たれ同点とされた。その裏、星槎の攻撃は無得点で、またも嫌な空気が。しかし、4回の攻

撃で星槎が猛攻に出る。先頭打者の松下と大城の連打や四球も絡んで1死満塁とする。途中出場の佐野がセカンドを強襲するヒットを放ち1点を勝ち越す。更に、代打宮木の2点タイムリー2塁打、1番小倉の2点タイムリー2塁打、打者一巡して松下がタイムリーを放ち、この一回一挙7得点を上げて試合を決定づけた。最後は、5回に1点を追加し、有賀の左中間を破る2点タイムリー2塁打で10点差となり、5回コールドゲームで勝利した。



好球必打

星槎道都大学4年Vチャレンジャー所属水上真悠子さん

女子バレーボールVチャレンジャーリーグIIのクラブチーム「プレス浜松」に所属する星槎道都大学4年の水上真悠子さん。大学のチームと実業団チームの二刀流を実践している彼女のバレーボール人生は、決して順風満帆ではなかった。



躍動する水上選手

マイナスからの挑戦！

「それでも「やるべき」とは解っていた。」と無我夢中でボールを追いつつ、試合の最中の記憶はほとんどなかった。それでも終わってみると、これくらいは決めたかと思っていたよりも多くの点数を取っていた自分がいた。

大学チームとVリーグチームの一番の違いは、試合前の集中力の差だという。各々が自分のコンディションに合わせて、試合前の準備をする。誰かに言われなくても、自らのために自らが行う準備。『できて当たり前』や『当たり前』の数の多さも、大学チームの比ではない。その上にプラスαをどれだけ積み上げることが出来るか、が勝利の鍵だということを思い知らされる日々の連続であった。

プレス浜松の選手のほとんどはフルタイムの仕事で、18時過ぎからチームの練習が始まる。練習はその日によって異なるが、だいたい毎回2〜3時間行われる。そして、その後、監督の家に集まって、全員で夕食をとる。チームがファミリーであり、そういった雰囲気の良い、彼女はこのクラブに入ることを迷わずに決めたという。

今は、プレス浜松で学んだことを活かして、4月下旬から始まる大学の春のリーグ戦を目指している。まだまだ、体力不足。もっともっと身体能力を上げて、一皮むけ、即戦力として、プレス浜松のレギュラーを狙いたい。

彼女の、マイナスからの挑戦は、始まったばかりである。

やがて中学校に進学。しかし中学校にはバレーボール部はなく、上級生の保護者が指導者として就くことを条件に、クラブチームとして中体連の大会に参加が認められていた。やがて上級生が引退すると指導者だった保護者も退き、彼女のチームは隣接する岩見沢市の

やがて中学校に進学。しかし中学校にはバレーボール部はなく、上級生の保護者が指導者として就くことを条件に、クラブチームとして中体連の大会に参加が認められていた。やがて上級生が引退すると指導者だった保護者も退き、彼女のチームは隣接する岩見沢市の