

特別の夏 へ向けて

忘れもしない。
2020年5月20日。テレビのニュース速報で流れた「夏の甲子園中止決定」の文字。この瞬間、全国の高校球児の夢が絶たれた。もちろん星槎国際湘南硬式野球部も

例外ではなかった。わが野球部は69名全員が親元を離れ寮生活を送っている。たくさんものを犠牲にして3年生は2年半、暑い日も寒い日も努力を積み重ねた。なぜそこまでやれたのか。それは間違いなくその先に「甲子園」という目標があったから。想像以上に高く険しいものなのかもしれない。それでも3年生29名は「土屋野球」という一筋の希望の光を信じ、この星槎国際湘南硬式野球部の門を叩いたのだ。しかし、その目標を失った。辛く厳しい日々の先にあるはずだったゴールを突如奪われてしまった。3年生は想像を絶するよ

— 星槎国際湘南硬式野球部 —

うな悲しみと、虚無感に襲われた。新型コロナウイルス感染拡大という見えない敵の前に、すべてを失ったのだ。それでも星槎国際湘南の野球部は前を向いた。甲子園中止発表の翌日か

ら練習を再開した。もしかすると気持ちの整理できていない選手や、目標を失い野球に対する情熱が消えかかっていた選手もいたかもしれない。チームがバラバラになりかけたこともあった。それで

も、この辛く苦しい状況を3年生29名全員で乗り越えた。脱落者は1人もいなかった。仲間同士でお互いに鼓舞しあい、選手ミーティングを繰り返す中で、今までにない大きな絆が育まれた。

そんな長く厳しい2カ月間を経て、8月1日から行われた令和2年度 神奈川県高等学校野球大会に挑んだ。そんなチームの合言葉はただ一つ、「土屋監督を神奈川の監督に」だ。緊急事態宣言が発令された状況下でも、野球部の高飛勢は解散すること

なく、69名全員でスクラムを組み、この窮地を乗り越えてきた。このチームの「絆」はどの高校にも負けるはずがない。今大会は優勝しても甲子園大会が無かったり、無観客での開催になるなど例年とは違った特別な大会となる。それでも3年生にとって最後の大会

であることは変わりない。この2年半積み重ねてきた集大成をこの大会で体現したい。またコロナ禍で世間が落ち込む中、高校野球を通じて、野球部スローガンである「必笑」を全国の皆さんに届けたい。

直接足を運んでいただくことはできませんが、ぜひ今年の夏も、星槎国際湘南硬式野球部へ熱い声援をよろしくお願い致します。



夏の大会 入場行進



集合写真

VOICE

特別の夏へ向けて主将・副主将にそれぞれインタビューしました

①印象に残っている出来事

②俺のここを見てくれ!

③特別の夏へ意気込み

④応援して下さいませまへ一言!

主将 濱田 琉大

①2年生のオフシーズン。秋負けで悔しさがあって厳しい練習もみんな乗り越えられました。

②広角に打ち、野手の間を抜いていくバットティングに、ご注目ください!

③2年半やってきた集大成として、これまで積み上げてきたものを存分に発揮し、みんなが「必笑」します!

④ON THE TEAMとして、この大会を戦い抜くので応援よろしくお願いします!

副主将 茂木 陸

①入寮したあの日です。特に塩谷貴男先生が、ものすごく怖くてこの先やっていくか不安になりました。

②50mを5秒8で駆け抜ける自慢の足で相手をかき乱す走塁と、どこまでも打球を追う広い守備範囲を見てくださーい!

③準決勝、決勝が行われる横浜スタジアムで69名、全員で笑って終わりたい。

④精一杯楽しくプレーします! 星槎の活躍にご期待ください!

副主将 平松 弦樹

①高橋航平コーチのランニングメニュー。とにかくきつすぎて、もう二度とやりたくない。

②キャッチングとピッチャーをリードする姿勢は誰にも負けません!

③神奈川の頂点を取り、土屋監督を漢にする! 全力プレーで頑張るので最後まで熱いご声援お願いします!

④ON THE TEAMとして、この大会を戦い抜くので応援よろしくお願いします!



左から茂木、濱田、平松



未来に向けて スポーツを超え

アーチエリーで繋げる 共感の輪

『いま、できること。』

新型コロナウイルス感染症拡大で、国内・世界各地のアーチエリー大会中止が相次いでいる。
ブータンアーチエリー連盟(BAF)ヘッドコーチのサリ・パーク氏の発案により、ブータンと星槎国際湘南アーチエリー部をZoomで繋ぎ、リモートアーチエリー交流大会を開催した。
去る6月20日、ブータンも緊急事態宣言が解除され、スポーツ施設の利用が可能となった。アーチエリー選手も射場練習が再開された。

梅雨明け宣言がされた8月1日(土)、翌2日(日)、両国共に快晴、『第1回ブータン(BAF) & 日本(星槎)リモートアーチエリー交流大会』を行った。
ブータンからは、11月にネパールで行われた南アジア大会の銀メダル、銅メダル、4選手、東京五輪予選アジア選手権大会でブータンの出場権を勝ち取ったカルマ選手に加え、バラ車椅子アーチエリーのペマ選手を揃えて参加した。星槎からは、ニドウ、ソナム、奥村選手、JOCエリートアカデミー精鋭日本代表の早川連(デンソー)、武藤弘樹(トヨタ)、大井一樹(三菱自動車)選手が出場した。



ブータンチーム

ブータンと日本の時差3時間を1日目/日本14時、ブータン11時開始(個人予選後、男女MIX戦)、2日目/日本13時、ブータン10時開始(個人戦決勝)で行った。
Zoomでお互いの試合進捗を見つつ、両国コ

チはスマホで連絡を取り合った。会場には、日本語・韓国語・ソナカ語・英語が入り混じり、賑わい、国際色豊かとなった。男女MIX戦では、両国応援の声がスピーカー越しに響き合った。ニドウとソナムのペアで出場した男女MIX 1回戦は、ブータン代表1チームと対戦し0-6で敗退。3位決定戦では、日本代表エリートアカデミー・コーチ陣の応援も手伝いリズムを取り戻し、6-0でブータン代表2チームに勝利し、3位入賞した。また、同日程で開催

された『第1回 全国リモートアーチエリー大会』に全選手出場登録もした。この大会は記録した得点で競う全国リモート大会であり世界初の試みとなった。小学生から社会人まで国内外1,035選手がエントリー。各自スマートフォン等で得点を入力し競った。
世界選手権覇者ブレディ・エリソン(米国)は698点、2012年ロンドン五輪男子銀メダリストの古川高晴(近大職)選手は665点をマークした。ブータンのカルマ選手は656点で自己新記録し、結果から女子リカーブ3位入賞を果たした。

いつも私たちの活動を応援していただき、ありがとうございます。
SEISA OSAレイア湘南FCは、現在、関東女子サッカーリーグと皇后杯全日本女子サッカー選手権の予選大会を戦っている。
昨シーズンは神奈川県リーグで優勝することができ、さらに関東リーグ入れ替え戦を制して、クラブ初となる関東リーグへの昇格という大きな一歩を踏み出すことができた。日頃から活動を応援し、支えてくださる皆様のお力添えがあったからこそです。
初挑戦となった関東リーグでは、新型コロナウイルス感染症拡大の影響で開幕が遅れたため大会方式が変更となり、年間で15試合から4試合の大会となった。7月に開幕を迎え関東リーグの開幕戦は武蔵丘短期大学と対戦し、初めての試合で勝利をつかむことができた。

第2節、第3節は8月22日と11月26日にホームで行われる。勝利を重ねられるよう頑張る。
もう一つの主要な大会である皇后杯は現在、神奈川県予選で優勝し関東大会に出場が決まった。その先の全国大会出場を目指して戦っていく。
皇后杯は、勝ち上がればレベルの高い相手と対戦し、日本一を目指すことのできる大会だ。
課題をクリアしながらチャレンジしていきたい。
新型コロナウイルス感染症拡大の影響が様々なところで出ていて、活動を制限される時期もあったが、こうしてシーズンが開幕し、試合を行えることには感謝の気持ちでいっぱいだ。
決して当たり前ではない今の状況を噛み締めながら、常に上を目指して活動していきたいと思う。リモートマッチが多く、観戦していたことも多いが、応援に

● 皇后杯神奈川県予選

8月 1日	1回戦 vs ノジマステラ神奈川相模原ドゥエ	3-1 ○
8月 8日	2回戦 vs 藤沢清流高校	12-0 ○
8月 10日	準決勝 vs 日体大FIELDS横浜サテライト	7-2 ○
8月 16日	決勝 vs 神奈川大学Fortuna2016	1-0 ○

● 関東女子サッカーリーグ 2部

7月 27日	vs 武蔵丘短期大学シエンシア	5-1 ○
--------	-----------------	-------

7月18日に北海道千歳市青葉陸上競技場で開催されたホクレン・ディスタンスチャレンジ2020千歳大会に星槎大学陸上競技部のデージェン・テスファアルムワアルドゥが5000mに出場し、13分46秒28(A組13位)だった。
4月末までの故障と新型コロナウイルスの影響を受けて、6月までトラック練習ができない状況。ホクレン・ディスタンスに向けては故障しない身体づくりと今後の課題を見つめる目的を持ちながら練習を行ってきた。
今季初レースだったが前半から積極的なレースを進めていき、3000mの通過はベストタイムを出した時と変わらないタイムで通過することができた。中盤でペースメーカーが設定タイムより速い選手をペースメイ

クした為に、一番きついところでデージェンが集団の先頭を引っ張ることに。ラストの切り替えが上手くできずにベストタイムまでもう少しというところだった。ホクレン・ディスタンス出場に向けての練習では、レースに近いタイムでの練習は数回しか行わなかったにも関わらず、中盤に集団の先頭を引っ張りながら目標としていたタイムより速く走ることができたのでいいレースになったと思っている。故障しない身体づくりの一環で、デージェンからの提案でウエイトトレーニングを多く取り入れたことも今回の好結果につながったと考えられる。
この結果を踏まえて、9月11日から13日に行われる「天皇賜盃 第89回日本学生陸上競技対抗選手権大会」(日本インカ

デージェン
ホクレン・ディスタンスに出場する事ができて本当に嬉しかったです。怪我とコロナウイルスの影響で大会までの準備期間が短く、トラックでの練習があまりできない中での大会となり、自己新記録が出ませんでした。大会はいい天気と強い選手と走れたのですごく良かったです。
日本学生選手権大会に向けて集中して頑張りたいと思います。



デージェン

星槎道都大学の教職科目『教育課程論』の中で、スピードスケートのサラエボオリンピック日本代表だった鈴木靖氏の特別授業が行われた。鈴木氏は、500メートルのスプリントが専門で、全日本選手権でも3連覇したほか、数々の国際大会でも優勝した実績を持つ。

また、北海道出身のオリンピック選手で作る『北海道オールオリンピックアンズ』の事務局長を務めており、現在は札幌市スポーツ局招致推進部調整課の課長職という、まさに札幌の冬季オリンピック招致活動の中心に籍を置いている方である。

札幌が招致を目指しているのは、2030年の冬季オリンピック。

1972年、日本で初めてアジアド杯として行われた冬季オリンピックでは、『日の丸飛行隊』と呼ばれた『立谷・金野・青地』の3選手が70メートル級ジャンプで金銀銅を独占

星槎道都大学でオリパラの特別授業 ～オリンピック、鈴木靖氏の特別講義が行われる～



講演をする鈴木靖氏

うけている学生もいるかもしれない。中国武漢で発見された新型コロナウイルスが猛威を振るって、日本中がオリンピックとでは、メダルのサイズの基準が異なる。から始まり、今回のオリンピック・パラリンピックの為にメダルがどのように作られたか

授業は、オリンピックやパラリンピックが生まれた歴史的意義やメダルの話(オリンピックとパラリンピックとは、メダルのサイズの基準が異なる)から始まり、「今回のオリンピック・パラリンピックの為にメダルがどのように作られたか」

「木製メダルケースの話(北海道津別町の家具メーカーが作っている)など、非常に盛りだくさんの内容。さらに、実際にオリンピックに出場した人だけが知るメンタルやものの見方や考え方の話や指導方法の話まで膨らんでいた。

「できないのは選手が悪いのではない。指導者が導いていないのだ。」失敗を恐れていては、次に進めない。「スポーツは相手を思いやる気持ちを育む」といった話は、教員を志す学生にとっては心に刻んでおくべき貴重なものばかりであった。

来春からは星槎国際帯広を中心とした『スピードスケートエリートアカデミー』が始まり、星槎の高校生のホープが地元の高豪高校生らと共に切磋琢磨する。2030年は、彼らは20代半ば。選手としては脂が乗りきっているはずだ。

With Corona 時代 基本的な生活習慣 ②

オピニオン 星槎国際声別 養護教諭 平野 実佳

前回は生活習慣病の発生要因と、その予防としての運動習慣について述べた。今回は食生活の予防策から述べていく。

食生活

食事摂取基準というものを知っていますか？厚生労働省が出す、健康な心身の維持・増進に必要な栄養バランスの基準となるものだ。

特に、思春期にあたる皆さんに不足しがちな栄養素を毎日摂れているか

養分はカルシウム・鉄・タンパク質。15～17歳の一日当たりの推奨摂取基準は、以下の通り。

○カルシウム
男子804mg/日
女子673mg/日
○鉄
男子6.9mg/日
女子10.6mg/日
○タンパク質
男子61g
女子52g

*身体活動レベルⅡ
(座位中心の生活だが通学や買い物などの移動や家事労働で一日2時間程度費やしている人)

皆さんはこの食事摂取基準を毎日摂れているか

カルシウム804mgは牛乳4カップ分に相当するが、小松菜(1/4束119g)などの野菜、豆腐(1/2丁180g)などの大豆製品にも多く含まれる。

鉄分はレバー(50g中6.5mg)、あさり(10g中3.8mg)などに多く含まれる。

タンパク質は牛肉(100g中28.3g)、マグロ(100g中26g)など肉・魚・大豆類に多く含まれる。

このように栄養素で食材を見て、バランスよく摂取することが大切だ。ここに挙げた食材以外にも、これらの栄養素が含ま

まれている食べ物にはたくさんあるので是非調べてほしい。そして、生活習慣病予防のためにも今一度、自己の食事のバランスを見直し、食材の栄養素を気にしながら食生活の改善を図ってほしい。

前回と今回で述べたように適度な運動習慣・バランスの取れた食生活を心がけることで生活習慣病になりにくい体を作ることができる。

私にはサッカーを小学校6年間、中学校2年間の8年間続けていた。しかし、練習にあまり参加せず学校を早退や欠席するなど、必ずしも真面目なスポーツ少年ではなかった。そんな中途半端な私に転機が訪れたのは中学2年の夏に行われた神奈川県総合体育大会の陸上競技に特設の陸上部員として参加したことからだった。

陸上部のない中学校だったため、色々な部活動から足の速い生徒や力のある生徒が集まり特設で作られた部ではあったが、個人200mで県大会に出場することができた。それまでは団体スポーツで仲間と楽しくワイワイと行っていたところから、個人の力で結果が左右される競技の面白

さにすっかり魅了され、サッカー部を退部し、陸上競技をやるかと決断した。しかし、陸上部のない中学校だったので、その簡単にはじめられなかった。顧問になってくれる先生を探し、校長先生に許可をもらいようやく陸上部ができる環境ができたのだ。が、陸上を指導してくれる先生は中学校にはいなかった。そんな時、隣接する高校の陸上部の先生が練習をみてくれることとなった。

高校生との練習では体格の違いや練習内容のキツさから練習に行くのを休みがちになってしまった時期もあったが、熱心に指導してくれる先生の気持ちに伝えたいと思い夢中で練習を行うようになった。高校生とも打ち

星槎 教師 列伝

スポーツを通じた 人との出会い 星槎学園高等部湘南校 教諭 山本 洋司



解け、大会での結果にも繋がるようになっていった。

中学2年の夏から始めた陸上競技だったが、大会に行くたびに他校に友達ができるのも楽しく充実した時間だった。あつという間に中学3年になり進路を考えなければならぬ時期になると、いくつかの高校から推薦の話をいただいたが、私が希望していた高校ではなかった。

そんな時、高校の先生が私が希望していた高校の顧問の先生を繋げてくれ、高校入りが決まり、大学まで陸上競技を続けることができた。

スポーツを通じてたくさんの人と出会い、その人々を通じてまた沢山の

セイスポ

文武両道の
エリートアカデミー生

NTCでのひと時

卓球 エリートアカデミー生の主な戦績

木原 美悠

2017年 ITTFジュニアサーキット香港ジュニア&カデットオープン(ジュニア女子ダブルス)優勝
全国中学校卓球大会(シングルス)優勝

2019年 世界ジュニア選手権(ダブルス)優勝
ITTFグランドファイナル(ダブルス)優勝

小塩 遥菜

2018年 全国卓球選手権大会(カデットの部^{※2})優勝

2019年 ITTFジュニアサーキット香港オープン(ジュニア女子シングルス)優勝
(カデット女子ダブルス)優勝

2019年 全国中学校卓球大会(シングルス)優勝
世界ジュニア卓球選手権大会(シングルス)準優勝

松島 輝空

2018、19年 全日本卓球選手権大会(ホープスの部^{※3})優勝

フェンシングと近代五種の2種目であった星槎国際川口のスポーツサポーターコースに本年度より新たな種目である「卓球」が加わり、3名の生徒が入学した。

彼らは、JOCエリートアカデミー^(※1)生として、普段は東京都北区にある味の素ナショナルトレーニングセンター(以下、NTC)を拠点にトレーニングと学業の両立を行いながら生活をしている生徒である。

て専属スタッフのもと、星槎国際川口が提示する学習課題を行っている。彼らの学習はスポーツIEP(アスリート生用の個別教育指導計画)の下、一人ひとり管理されており計画的に学習できる環境が整っている。これは星槎らしい取り組みの一つである。

入学して4カ月が経ち、学校の感想を生徒たちに尋ねると、木原美悠は次のよう話してくれた。

「同じ年の生徒と話せるかどうか不安だったが、話をする人がすぐにできなくなかった。以前、通っていた中学校でも登校時に話しかけてくれる人がいて嬉しかった記憶があったが、それが星槎でもできて安心した。授業については、どの先生もゆとりと話をしてくれて解りやすく授業にもついていけるので安心できた。」

また、松島輝空は「星槎国際川口に通っている生徒は、一人ひとり個性があり面白く、別競技でスポーツをやっている生徒とも仲良くなる事ができた。授業については、自分ができる教材が解るようになって嬉しい」とのこと。

8月に入り学校は夏休みとなったが、休み中はほぼ卓球合宿で終わること。

合宿について小塩遥菜は「今回の合宿を通して新しい技術を吸収したい」。木原は「この合宿では、練習試合があるため、勝って自信をつけていきたい。合宿ができるということは、練習試合でも試合でも、とにかく卓球ができるということ。それが嬉しい」と、合宿に

(※1) JOCエリートアカデミー…味の素ナショナルトレーニングセンターの機能を活用し、オリンピックで活躍できるトップアスリートを育てる機関

(※2) カデットの部…日本オリンピック委員会と日本卓球協会主催の大会

(※3) ホープスの部…小学6年生以下

対する想いや意気込みを語ってくれた。

この合宿が終わると彼らにとってわずかな夏休みとなり、それぞれが実家へ帰省する。夏休みが終わると、前期試験となり勉強にも力を抜けない状況である。

まさに文武両道、学業とスポーツの両立に一生懸命な彼らである。

(センター長 武内隆央)



左から松島、小塩、木原

IRIS CHITOSE

よみこびがつく世界へ
KIRIN

ひとつ上の、休息を。
午後の紅茶

キリンビバレッジ株式会社 GOGO-TEA.jp

のんだあとはリサイクル

人工芝のパイオニア。

Astro

株式会社 アストロ
www.astroc corp.co.jp〒103-0021 東京都中央区日本橋本石町一丁目2番2号
TEL: 03-3279-3219