# Monthly Report

# SENDAI UNIV. PUBLIC RELATIONS

Vol.164 / 2019.DEC (月1回発行)

バスケB2リーグ・仙台89ERS 冠スポンサーゲームで体操競技部男子が演技披露& セベツ・アリーナ 2020 東京ホストタウン親善大使がMVP賞プレゼンター



**©SENDAI 89ERS** 

コートで演技を披露し会場を沸かせる体操競技部男子

12月14日、ゼビオアリーナ仙台で、バスケB2リーグの仙台89ERS・東京EX戦が行われ、ハーフタイムで仙台大学体操競技部男子の南選手他が、明成高校体操部選手とともに床運動の演技披露を行いました。また、ベラルーシ新体操事前合宿ホストタウン親善大使のセベツ・アリーナさんがプレゼンター役を勤め、勝利した仙台89ERSチームの片岡選手に、ベラルーシ共和国を代表する花をあしらった民芸品の「テーブルクロス・セット」をMVP賞として授与しました。

この試合は、「仙台大学附属明成高校発足記念」と冠し、設置学校法人の朴沢学園がメーン・スポンサーとなったところから、各種イベントに仙台大学が参画し、仙台89ERSとのアカデミック・パートナー協定に基づく菊地遥管理栄養士(出向)によるスポーツ栄養関係の連携その他、各種提携内容についてのビデオ紹介、 また、NBAで活躍中の明成高校出身の八村塁選手の高校時代の雄姿の披露等を行いました。



©SENDAI 89ERS

MVPプレゼンターを務めた セベツ・アリーナさん



会場には八村ブースを設置

### 〈目次〉

・仙台89ERS 冠スポンサーゲームで体操競技部男子が演技披露& セベツ・アリーナ 2020東京ホストタウン親善大使がMVP賞プレゼンター	1
・「中学校部活動支援事業」に関する連携 協定調印式を開催しました ・第3回学内ATプログラム認定証書授与式 を開催 ・女子サッカー部:4連覇達成 東北Liga Student2019	2
・第24回仙台大学新体操演技発表会を開催 しました ・ウエイトリフティング部:全日本学生選 抜大会で保科魁斗が大会新記録 結果報告	3
・体操競技部:王者の貫禄、男女とも団体・個人で上位独占/東北・北海道学生選手権	4
<ul><li>・「留学生交流クリスマス会」を開催しました</li><li>・女子バスケットボール部:インカレ結果報告</li></ul>	5
・アスレティックトレーナー(AT)による中学生へ体幹トレーニング指導 ・「仙台大学教育実習懇談会」開催報告について ・UNIVAS研修会報告及び指導者向けコンプライアンス研修会を開催	6
・女子サッカー部:5年連続なでしこリーグへ!船木里奈選手がなでしこリーグ1部マイナビベガルタ仙台レディースに入団・子ども運動教育学科:ピアノの発表会を開催しました	7
<ul><li>・第2回仙台大学アスレティックトレーナー会開催</li><li>・芝草通信 NO. 9</li></ul>	8
・「高校スポーツの安全を守る」Vol. 21	9

学生の活躍や、取り組みなどをご 存知でしたら広報室までお寄せく ださい。

Monthly Reportで紹介する他、 報道機関にも旬な話題を提供して 参ります。

本誌へのご意見・ご質問等がありましたら広報室までご一報ください。

仙台大学 広報室

直通 0224 - 55 - 1802

Email kouhou@sendai-u.ac.jp



# 「中学校部活動支援事業」に関する連携協定調印式を開催しました



連携協定調印式の様子



岩沼市内中学校の女子バレー部を指導する菅野舞香さん

12月3日(水)岩沼市役所にて、岩沼市・仙台大学・㈱フクシ・エンタープライズ社における、「中学校部活動支援事業」に関する連携協定調印式(三者協定)が行われました。

本協定は、教育現場の長時間労働における問題の解決が大きなねらいであり、岩沼市内の部活動に対して、本学から学生を派遣し、部活動指導を行う取り組みになります。

将来、指導者を目指している学生に対して、大学で学んだことを教育現場で実践できる貴重な機会でもありま す

先月から、岩沼市内中学校の女子バレー部の指導に当たっている菅野舞香さん(健康福祉学科4年)は「将来は学校の先生になってバレーボールを教えたいと考えており、こういう機会を頂けることは私にとって非常に嬉しく、生徒の皆さんにもバレーボールの楽しさを知ってもらえたらと思います」と話してくれました。 <報告:スポーツ局>

# 第3回学内ATプログラム認定証書授与式を開催

12月4日(水)A棟大会議室にて、第3回学内ATプログラム認定証 書授与式が行われました。昨年までの初級・中級に加え、今回は 初となる上級の認定も行うことが出来ました。今回認定されたの は、初級11名、中級5名、上級4名の計20名でした。

このプログラムは、学内のNATAアスレティックトレーナーと日本スポーツ協会ATが一定期間の講習と検定試験を行い、アスレティックトレーナーを志す学生の学習意欲の向上を促し、活動の指標とすることなどを、主な目的として実施しております。

授与式では、遠藤学長より「将来を担う若者に対し、正しいサポートが出来る人材となれるよう尽力してもらいたい」と激励のお言葉をいただき、認定された学生からは「今後さらなる高みを目指して周囲を引っ張っていきたい」「将来若者のサポートに携われるようになりたい」などといった、力強い抱負が述べられ、大変良い雰囲気で認定式を終えることが出来ました。最後になりますが、今回の上級の認定に際し、多くの方々にご協力いただき、認定式を開催できましたことに、深く感謝いたします。



記念写真

<報告:鈴木のぞみ 助手>

# 女子サッカー部:4連覇達成 東北Liga Student2019

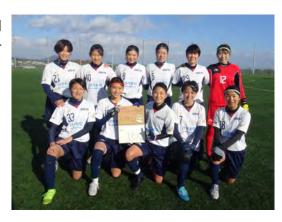
12月8日(日)東北Liga Student2019の決勝戦が明仙フィールド川平で常盤木学園高校と決勝戦が行われ、7対1で勝利し、見事4連覇を達成しました。

本大会は、東北地域の高校及び大学の14チームが参加し、4月~12 月まで行われました。

今回の結果を自信にして、12月24日(月)から行われる第28回全 日本女子サッカー選手権大会(インカレ)に繋げます。

1回戦は筑波大学と三木総合防災公園第2陸上競技場(11:00キックオフ)で行われます。引き続き、ご支援の程、よろしくお願いいたします。

<報告:女子サッカー部>





# 第24回仙台大学新体操演技発表会を開催しました



12月8日(日)本学第5体育館にて「第24回新体操演技発表会」を開催し、約150名のお客様にご来場いただきました。

冒頭に遠藤保雄学長と白石市・柴田町の東京オリンピック・パラリンピックホストタウン親善大使のセベツ・アリーナ氏よりご挨拶いただき、2020年東京オリンピックのベラルーシ共和国新体操ナショナルチームのホストタウンとして本学の役割をご来場頂いた皆様に向けて発信しました。

演技発表では新体操競技部、男子新体操競技部、仙台大学開放講座ジュニア新体操教室生の子どもたちがこれまでの練習の成果を発表し、幼児から小学生までのジュニア新体操教室生は、新体操競技部員の指導の下、小さなからだをいっぱいに動かした元気な演技を披露してくれました。

新体操競技部員は、一年間の活動の成果を演技にて発表いたしました。

会場に足をお運びいただいた観客の皆様をはじめ、発表会の開催にあたりご尽力いただきました皆様のおかげ で発表会を無事に開催できましたことを心より感謝申し上げます。

今後の活動も部員一同精一杯頑張ってまいりますので、ご声援の程よろしくお願いいたします。

<報告:新体操競技部>

# ウエイトリフティング部:全日本学生選抜大会で保科魁斗が大会新記録 結果報告

第64回全日本学生ウエイトリフティング新人大会(12月5~7日)、第16回全日本学生ウエイトリフティング選抜大会(12月7~8日)が埼玉県上尾市にあるスポーツ総合センターで行われました。

新人大会においては、髙橋凜(体育1年)が3位になり表彰台に昇りました。

選抜大会においては、保科魁斗(体育4年)、遠藤朱李(体育2年)が優勝、福塚真羽(体育3年)が第3位と健闘し、その中でも保科魁斗は大会新記録による記録での優勝でした。

結果の詳細につきましては、以下の通りになります。(種目別、トータルにおいて3位入賞の学生のみ掲載)

# ●全日本学生新人大会

#### 【女子】

59kg級

佐藤愛香(体育1年) スナッチ3位 クリーン&ジャーク5位 トータル4位 64kg級

髙橋凜 (体育1年) スナッチ3位 クリーン&ジャーク3位 トータル3位

#### ●全日本学生選抜大会

#### 【男子】

109kg級

保科魁斗(体育4年) スナッチ優勝 クリーン&ジャーク優勝(大会新記録 185kg) トータル優勝(大会新記録 318kg)

#### 【女子】

76kg級

福塚真羽(体育3年) スナッチ3位 クリーン&ジャーク3位 トータル3位 81kg級

遠藤朱李(体育2年) スナッチ優勝 クリーン&ジャーク準優勝 トータル優勝 <報告:ウエイトリフティング部>





# 体操競技部:王者の貫禄、男女とも団体・個人で上位独占/東北・北海道学生選 手権

第51回東北・北海道学生体操競技選手権大会は12月1日(日)、本学の第3体育館で行われ、仙台大勢が男女とも団体、個人、種目別の上位を独占しました。4年生が引退し1~3年生にとっては「腕試し」の大会でしたが、何とか好成績で乗り切ることができました。新年にはいよいよ全国の舞台です。大きく羽ばたきます。

成績は次の通り。

<本学関係分>(3位以上)

#### 【男子】

団体総合 ①仙台大A293.150点②仙台大B287.850点

個人総合 ①中澤岳大(体育3年)74.300点②西村琉(体育2年)

73.500点

種目別床運動 ①西村琉12.65点▷あん馬 ①中澤岳大13.05点③西村琉10.30点

つり輪 ①中澤岳大12.20点③西村琉10.60点

跳馬 ①西村琉14.00点②中澤岳大13.80点

平行棒 ①西村琉13.05点②中澤岳大12.35点

鉄棒 ①西村琉12.90点②中澤岳大11.90点

#### 【女子】

団体総合 ①仙台大A151.250点

個人総合 ①社家間楓花(子ども運動2年)51.700点②藤本亜祐奈(運動栄養2年)49.600点③道林千咲希(体育3年)48.900点

種目別跳馬 ①藤本亜祐奈13.70点②社家間楓花13.10点③道倉羽花(子ども運動2年)12.50点

段違い平行棒 ①道倉羽花14.30点②道林千咲希13.50点③社家間楓花13.10点

平均台 ①社家間楓花13.10点②道林千咲希11.00点③藤本亜祐奈10.90点

床運動 ①道林千咲希12.50点②社家間楓花12.40点③道倉羽花12.20点

大会は新人選手権も兼ねて行われました。

<本学関係分>(3位以上)

#### 【男子】

種目別床運動 ①杉本祥永(体育3年) 13.75点②上原史温(体育1年) 13.10点③村上遼青(体育2年) 12.45点 あん馬 ①表慎一郎(体育1年) 12.80点②岡田空知(体育2年) 11.85点③青木直樹(子ども運動3年) 11.75点つり輪 ①杉本祥永12.80点②上原史温11.80点③岡田空知11.70点

跳馬 ①杉本祥永13.90点②青木直樹13.80点③寺島龍雅(体育1年)13.80点

平行棒 ①杉本祥永12.95点②青木直樹11.90点③村上遼青

鉄棒 ①杉本祥永13.10点②吉川英駿 (現武1年) 12.20点③星慶弥 (体育2年) 11.80点

#### 【女子】

種目別跳馬 ①冨岡こころ(体育1年) 13.20点③里見萌々子(体育2年) 12.40点

段違い平行棒 ①里見萌々子13.10点②松井桃香(体育1年)12.10点③鈴木莉子(体育1年)11.80点

平均台 ①里見萌々子12.50点②松井桃香12.10点

床運動 ①冨岡こころ13.10点②松井桃香12.60点

<報告:体操競技部>



団体、個人とも上位を独占した本学体操競技部。 写真は男子の面々



# 「留学生交流クリスマス会」を開催しました





大山さく子支援センター長より乾杯の挨拶



ジェスチャーゲーム



おでこに乗せたクッキーを手を使わずに だれが一番早く食べられるかゲーム

12月17日(火)学生支援センター主催の留学生交流クリスマス会を学生食堂なちゅらで開催しました。 この会は、留学生と本学の学生との交流を通し、学生たちが主体的に日本人の学生とかかわるきっかけとなるよ うな活動を行っていき、留学生と仙台大学の学生の交流をもっと深められるようにすることを目的としています。 参加者は以下の通りです。

教職員24名、留学生16名、国際交流サークル10名、外部講師1名、語学支援ボランティア学生7名

9月以降、本学に入学、復学した留学生は、中国から2名、台湾から4名、韓国から1名で、クリスマス会では参加 した留学生全員に日本語で自己紹介をしていただきました。自己紹介の時には参加者から質問が飛び交いなど和や かな雰囲気で行われました。

また、9月から留学している中国の留学生たちからは手作りの生チョコ、台湾の留学生たちからは手作りのタピオ カミルクティーを差し入れしていただき、参加者はおいしそうに食べたり、飲んだりしていたのが非常に印象的で した。

学生支援センター主催の留学生交流ゲームでは「ジェスチャーゲーム」と「おでこに乗せたクッキーを手を使わ ずにだれが一番早く食べられるか」という2つのゲームを行い、留学生と本学学生が一緒になって交流し、終始笑顔 楽しく過ごしました。国籍関係なく学生間で親睦を深められ、非常に意義のあるクリスマス会となりました。

留学生にとって日本人の友達を作るというのは、日本に留学に来た目的の1つでもあります。そのきっかけを作っ ていくのが、学生支援センターの役割でもあります。今後もこのような留学生と本学学生が交流できるような機会 を増やしていき、留学生が本学に留学してよかったと思えるように、これからも学生支援センター一同、努力して まいります。

<報告:学生支援室 櫻井 一樹 臨時職員>

# 女子バスケットボール部:インカレ結果報告

12月9日(月)~15日(日)にかけて、駒沢オリンピック公園総合運動場 体育館・エスフォルタアリーナ八王子にて第71回全日本大学バスケットボー ル選手権記念大会が行われました。

私たちは10日(火)が初戦で、筑波大学と対戦しました。結果は残念なが ら一回戦敗退となりましたが、全員が一つとなり強気な姿勢で試合に挑むこ とができました。

本大会で、4年生は引退するものの、1・2・3年生は今回の試合で学んだこ とを生かしてこれから練習に励んでいきたいと思います。

また、1・2年生は12月21日、22日に行われる東北大学バスケットボール新 人大会に向けてより一層力を入れ、練習に励んでいます。応援よろしくお願 いいたします。

〈結果〉

仙台大学 47 (17-28 13-16 11-11 6-30) 85 筑波大学

<報告:女子バスケットボール部>



集合写真



試合中の様子



# アスレティックトレーナー(AT)による中学生へ体幹トレーニング指導

12月18日(水)、宮城県白石中学校にて「体幹トレーニング」をテーマに講習会を実施してきました。医療法人三省会おおはし整形外科様が主催となり、同院の医師とスタッフ(柔道整復師)、白石中学校運動部代表者(約30名)と運動部顧問の先生方、総勢約40名に参加頂きました。内容は、「成長期の特徴、体幹の捉え方、体幹の機能解剖学、体幹トレーニングの意義、体幹能力チェック、トレーニング実技」という流れで進行。中学生達はどの内容も真剣に理解しようと必死に聴講しているのが印象的でした。講演前の狩野隆校長先生から、今回の講演依頼の経緯として、教員発信ではなく、各種



運動部の部長達で開催される部長会にて、自分達に必要なことが何かないか話し合い、始めは「怪我の後の応急処置について知りたい」との声が上がる中、「応急処置ではなく、ケガをしないために必要なことを学びたい」と "予防の大切さ"を中学生達自身が感じ講習会依頼に至ったとの話を受け、中学生の意識の高さに驚かされました。さらに、講習会後半の質疑応答では、時間いっぱいまで質問が中学生達から挙げられ、予防分野への関心の高さも伺えました。ATはリスク管理や予防の専門家です。今回の外部講習会にて、我々ATの価値を改めて感じることができたことは大きな収穫でした。

<報告:助手 小野勇太>

# 「仙台大学教育実習懇談会」開催報告について

毎年、教員を目指す本学学生の教育実習を実施していただいている宮城県内の指定校・協力校の小中学校及び高校の校長先生や実習担当者等との懇談会が、12月6日(金)に行われました。この会は、母校実習以外で教育実習に協力をいただいている県内の学校から校長先生や関係教員の方より、本学学生の教育実習の様子や課題などについてお話しいただき、本学の今後の教員養成の改善に繋げるため、毎年実施しています。今年は、30校の先生方に出席いただき、本学からは、遠藤学長と朴澤理事長をはじめ、13名が出席いたしました。

朴澤理事長・学事顧問からは、挨拶のなかで教員としての姿勢や心に関し、若いうちから意識を持つことの重要性を話しました。

また、金井里弥教職支援センター長が令和元年度の本学の教育実習の概要について説明を行い、次に本学における教員養成の現状についてプロジェクタースクリーンを使いながら、説明しました。

引き続き、指定校・協力校・通信制とそれぞれ異なった立場からの、教育実習の指導や学生への要望などに対する意見交換が行われました。

出席者からは、本気で教員を目指す学生は教育実習においても元気で生徒たちの信頼も厚い一方、実習日誌を書きに来たのではなく、現場での授業以外にも積極的に参加し、生徒との触合いを大事にしてほしいなどの意見も聞かれ、最後に来年度の実習についての協力を要請し、閉会としました。







懇談会の様子

# UNIVAS研修会報告及び指導者向けコンプライアンス研修会を開催

12月17日(火)14:00~B棟103教室において「UNIVAS研修会報告及び指導者向けコンプライアンス研修会」を開催しました。指導者向けコンプライアンス研修会では外部講師としてひろむ法律事務所の斉藤睦男弁護士をお招きし、

「社会の変化と大学における部活動指導」をテーマに過去の部活動における体 罰やハラスメントの実例の紹介や、法律を元にした部活動指導における留意点 等を講話頂きました。また、UNIVAS研修会報告では名取教授より、UNIVASの現 状や抱える課題等の報告がなされ、質疑応答は活発な意見交換の場となりました。今後のスポーツ局の取組みに向け、大変有意義な研修会をなりました。 <報告:スポーツ局>





# 女子サッカー部:5年連続なでしこリーグへ!船木里奈選手がなでしこリーグ1部マイナビベガルタ仙台レディースに入団

この度、女子サッカー部の船木里奈選手(体育学科4年)が、日本女子 サッカーリーグ マイナビベガルタ仙台レディースへの入団が内定しました のでお知らせいたします。

【船木里奈(ふなき りな)選手(体育学科4年)プロフィール】

■ポジション:フォワード ■ 生年月日:1997年5月10日

■チーム歴:ジェフユナイテッド市原・千葉レディースU-15 ~仙台育英学

園高校~仙台大学(現在)



#### 【船木里奈選手(体育学科4年)のコメント】

来シーズンからマイナビベガルタ仙台レディースに加入することになりました。なでしこリーグという高いレベルでプレイできることを楽しみにしています。常に全力を尽くし取り組み、チームの勝利に貢献していきたいと思います。

応援よろしくお願い致します。

#### 【黒澤尚監督(講師)のコメント】

この度、本学女子サッカー部の船木里奈選手がマイナビベガルタ仙台レディースに入団が内定し、大変嬉しく思います。

なでしこリーグでプレーしたい目標を持ち、自分が進化するために日々、目的意識を持ってサッカーや大学生活に取り組んできた成果です。

船木選手には現状に満足せず、さらに進化し、世界で戦える選手になることを期待します。

# 子ども運動教育学科:ピアノの発表会を開催しました



ピアノ発表会の様子①



ピアノ発表会の様子②



遠藤保雄学長より激励の言葉が送られました

12月24日 (火) 仙台大学 第4体育館2階において、子ども運動教育学科1年生41名による<ピアノの発表会(弾き歌い)>を開催しました。

4月に入学し、ピアノを弾くのが初めてという学生が多かったのですが、前期(7月)はピアノで子どもの歌を弾くという発表形式で、後期は難易度を上げてピアノを弾きながら歌うという弾き歌いの形式を取りました。

1年生41名と、ピアノの先生方2名、学科の教員1名が見守る中、1人1人が前に出て弾き歌いを行いました。

そんな中、緊張している学生のところに、遠藤保雄学長先生がサプライズでお見えになり、発表前に練習している様子をご覧いただき、学生たちに「保育士、幼稚園教諭としてしっかりピアノを学び、将来に向けて日々頑張ってください」と、力強い励ましの言葉をプレゼントしてくださいました。

初めてピアノに触れる学生たちのために、KMCH棟の2階にあるピアノ室に毎日午後の時間ピアノの先生方が来て教えてくださるという練習環境を整えていたたき朴澤理事長・学事顧問、遠藤学長に感謝を申し上げます。

来年度、子ども運動教育学科は完成年度を迎えます。今後4学年160名の学生が、ピアノの練習ができるように、 来年度からは週2日、午前中もピアノの先生に来て頂きレッスンができるように、環境をさらに整えていきたいと思 います。

参加した学生は、「発表会当日は緊張しましたが、仲間達と一緒に練習に励み、無事演奏することができました」、「毎週ピアノに触れて練習してきたので、7月よりも自信を持って弾くことができました」、「ピアノの他に、楽器遊びや合唱の練習ができる音楽室が欲しいです」と、感想を述べていました。

今後も、前期・後期1回ずつ全学年の学生がピアノ発表会を行い、保育士、幼稚園教諭としての技術を高めていきたいと思います。

<報告:子ども運動教育学科 佐々木和 講師>



# 第2回仙台大学アスレティックトレーナー会開催

12月22日(日)、仙台大学第4体育館演習室にて、仙台大学アスレティックトレーナー会(AT会)の第2回目を開催致しました。講師として、本学卒業生であり現在龍谷大学ATとして活躍されている森嶋和樹さんによる「ATの立場から考えるアンチ・ドーピング」というテーマにてご講演頂きました。参加者は、日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー(JSPO-AT)有資格者が5名(講師含む)、国家資格者(柔道整復師・鍼灸師)1名、専門学生(柔道整復科)2名、現役大学生(AT部)3名と総勢11名が参加し、講師からのたくさんの情報提供後に行われたグループディスカッションでは、非常に活発で有意義な意見交換が行われ、参加者全員の自己研鑽の場となりました。JSPO-AT資格の取得後においては、NATA-ATC(全米アスレティックト



レーナーズ協会公認トレーナー)のように、資格取得後のCEU制度が不十分である事が、JSPO-ATとNATA-ATCとの大きな違いです。JSPO-AT認定校である本学において、資格取得後の研鑽の場としての機能を果たすべく、このAT会発足に至った経緯があり、第2回目とまだまだ駆け出したばかりの会ですが、こういった活動を継続し、仙台大学同窓生が中心となってAT領域のリーダー的役割を担っていこうと思います。

<報告:助手 小野勇太>

# 芝草诵信 NO. 9

担当:体育施設管理コンサルタント 小島文雄

## 1月(冬)の芝生管理 (暖地型芝生と寒地型芝生) について

この時期の維持管理について記載しますのでご自宅などの芝生の参考にしてください。

#### 1. 噴水まわりの天然芝生の維持管理 (暖地型日本芝生)

1月から2月は最も気温が低くなる時期で、温暖な気候を好む暖地型芝生のコウライ芝生(噴水まわりの芝草)には厳しい季節です。葉は完全に白っぽく枯れ上がりますが、地表や地中を這っている匍匐系やそこについた芽は生きていて、休眠状態で冬を越します。

- 1) 刈り込み:この時期は行いません。
- 2) 草取り:緑色の葉をつけた雑草はよく目立ちます。大きくなる前に、抜根しましょう。
- 3) 水やり:必要ありません。寒地型には乾燥が続くようなら必要です。
- 4) 肥料:施しません。雑草だけに有効になり逆効果です。
- 5) 病害虫防除: 必要ありません。

### 2. 第二グラウンド天然芝生ラグビー・アメリカンフットボール場の維持管理 (寒地型洋芝+ 暖地型洋芝)

寒地型洋芝(ペレニアルライグラスorトールフェスク)にサマーオーバーシーデイング(S. O. S)を実施した暖地型洋芝(バミューダグラス)が混じりあっています。それゆえに白っぽい休眠中の芝に緑色の寒地型芝生が混じり、ぶち模様を呈しています。冬季間でも授業や部活動の利用が継続する当グラウンドは、通常の練習場であるので、裸地化を防ぐために、また管理費低減のために、ぶち模様でも結構と考えています。

- 1) 刈り込み~5) 病害虫防除までは同様です。
- 6) 保 温: 寒さには強いとされている寒地型洋芝ですが、霜や寒風にあたって、葉色がくすんだ鈍い色になってきます。夜間不繊布などをかぶせて霜よけをしてやると、葉色が悪くなるのを防ぐ効果があります。日中は外しておきます。当グラウンドではシートが少ないので中心部の一部しか行っておりません。(12月23日記)



写真1. 噴水まわり芝生 暖地型のため休眠中



写真2. 第二グラウンド 暖地型+寒地型



写真3. 第二グラウンド 接写 休眠中の暖地型+緑色寒地型





# 「高校スポーツの安全を守る」Vol.21

担当: 浅野 勝成 助手

明成高校生を対象としたS&C事業も3年目を終えようとしています。1年生時から指導を続けてきた生徒たちももう卒業間近となります。3年間指導をさせて頂いた各部活動を振り返ってみたいと思います。

#### 【女子サッカー部】

今年は高校総体県予選で第3位に入りました。ウエイトを必死に取り組んでスクワット75kgを挙げる選手、ラントレではトップであり続けることでチームを引っ張るエース、そしてキツイトレーニングでも士気を下げないよう笑顔で声を出して周りを鼓舞する3年生全員。3年生が示す模範的な行動・言動がチームに良い影響を与えているのかなと思います。

#### 【陸上部長距離】

ウエイトやプライオメトリクスにあまり馴染みのない競技ですが、顧問の先生の理解や選手が効果を実感してくれることもあり、継続してトレーニングを行っています。競技特性上、身体の硬い選手が多い多い・・・ そんな中でチームのエース (3年生) は日頃からストレッチを欠かさず行っています。継続的な取り組みがエースに押し上げたのかもしれません。

#### 【陸上部短距離・投擲】

スクワット140kgを挙げるなど、身体の強い選手が集まっていて、ウエイトに対する取り組みも熱心でした。大学で競技を続ける者は、引退後も真摯にトレーニングに取り組んで、ウエイトに取り組む姿勢などは後輩達の良いお手本になっています。

#### 【男子バレーボール部】

春高バレー県予選で2年ぶりのベスト4を果たしました。今年の3年生もウエイトに熱心に取り組んでくれました。リバースランジ(5回3セット)を100kgで行うキャプテンやバックスクワット145kgを挙げるサブ選手など、物静かでしたが、トレーニングに対する前向きな姿勢を示すことで下級生・チームを引っ張って行ってくれました。

#### 【女子バスケットボール部】

今年の3年生は見事にインターハイとウィンターカップの出場を決めてくれました。3年生のリーダーシップはかなり強かったです。1年生時は腰のケガで離脱が続いたが、トレーニングで身体を強くし、献身的なプレーと笑顔でチームを引っ張るキャプテン。ウエイトが苦手だが根気強く取り組んで跳躍力を伸ばし、今や高さとリバウンド力でチームに欠かすことの出来ない選手までに成長したセンター。意欲的に高重量に挑戦し続け、主力が取り組むトレーニングへのあるべき姿を他へ見せつけるエースガード。例を挙げれば枚挙に暇がありません。

#### 【スケルトン同好会】

この3年間で身体が大きく・強くなったことはもちろん、人間的な成長を強く感じました。スケルトン同好会は2名しかいません。良きトレーニングパートナーであり、良きライバルでもあります。2年生時は、競技成績の優劣でお互いや他者への尊敬や礼儀が薄くなっていたよう感じていました。ですが3年生になると、周りへの感謝の意を表す礼儀、相手の実力を認めて良い所を自分に落とし込む他者への尊敬と自己成長のための工夫、そして何よりも家族をとても大切にするという点が見られました。彼らの競技成績を押し上げた一番の要因は、身体が強くなったことや滑走技術が向上したことよりも、人間性の成長がとても大きいと感じています。

3年間継続して指導を行った初めての学年でした。高校にS&Cを落とし込めてきている背景には、彼ら3年生の存在がかなり大きいです。トレーニングへの真摯かつ継続的な取り組みによって競技パフォーマンスが上がった3年生の背中を見ている後輩達もトレーニングに精進する。良いサイクルが徐々に出来てきているのかなと思います。私自身もかなり勉強させて頂くことの多かった学年です。今後の彼らの活躍を期待しつつ、令和2年度の高校S&C事業も更なる飛躍を目指して努めていきます。

次回は、「はじめまして」(担当:今野 桜 新助手)