

RAINBOW通信

第45号

発行日: 2017/8/25
 発行者: 桐蔭横浜大学女子ハンドボール部
 問合せ先: 岡本大研究室045-974-5766
 URL: <http://handball.toin.ac.jp/>

2017年度関東学生
 ハンドボール
 秋季リーグ開幕!!

9月9日(土)、9月10日(日)

◆ホームゲーム◆

<女子1部秋季リーグ日程>

月日	会場	第一試合	第二試合	第三試合	第四試合
9月2日 (土)	日女体大	11.00- 東女体 国士館	12.20- 筑波大 早稲田	13.40- 東海大 日体大	15.00- 桐蔭大 日女体
9月3日 (日)	日女体大	11.00- 東海大 日女体	12.20- 桐蔭大 日体大	13.40- 筑波大 国士館	15.00- 東女体 早稲田
9月9日 (土)	桐蔭横浜大	11.30- 筑波大 日女体	12.50- 東女体 日体大	14.10- 桐蔭大 早稲田	15.30- 東海大 国士館
9月10日 (日)	桐蔭横浜大	11.30- 東海大 早稲田	12.50- 桐蔭大 国士館	14.10- 東女体 日女体	15.30- 筑波大 日体大
9月16日 (土)	三郷市	11.40- 日体大 早稲田	13.00- 日女体 国士館	14.20- 東女体 桐蔭大	15.40- 筑波大 東海大
9月17日 (日)	東女体大	11.00- 日体大 国士館	12.20- 日女体 早稲田	13.40- 東女体 東海大	15.00- 筑波大 桐蔭大
9月24日 (日)	国士館大	11.00- 早稲田 国士館	12.20- 日女体 日体大	13.40- 東海大 桐蔭大	15.00- 東女体 筑波大

<男子2部秋季リーグ日程>

月日	会場	第一試合	第二試合	第三試合	第四試合	第五試合
8月26日 (土)	エスフォルタ アリーナ八王子	11.00- 立教大 文教大	12.30- 桐蔭大 上智大	14.00- 駿河台 慶應大	15.30- 関学大 大東大	17.00- 青学大 明星大
8月27日 (日)	立教大学	11.00- 大東大 慶應大	12.30- 桐蔭大 文教大	14.00- 駿河台 青学大	15.30- 関学大 明星大	17.00- 立教大 上智大
9月2日 (土)	関東学院大学	11.00- 関学大 青学大	12.30- 駿河台 文教大	14.00- 立教大 明星大	15.30- 慶應大 上智大	17.00- 桐蔭大 大東大
9月3日 (日)	関東学院大学	11.00- 明星大 上智大	12.30- 桐蔭大 青学大	14.00- 関学大 文教大	15.30- 駿河台 大東大	17.00- 立教大 慶應大
9月9日 (土)	関東学院大学	11.00- 駿河台 上智大	12.30- 立教大 大東大	14.00- 桐蔭大 明星大	15.30- 青学大 文教大	17.00- 関学大 慶應大
9月10日 (日)	関東学院大学	11.00- 駿河台 明星大	12.30- 桐蔭大 慶應大	14.00- 立教大 青学大	15.30- 関学大 上智大	17.00- 大東大 文教大
9月16日 (土)	立教大学	11.00- 青学大 上智大	12.30- 大東大 明星大	14.00- 慶應大 文教大	15.30- 桐蔭大 駿河台	17.00- 立教大 関学大
9月17日 (日)	立教大学	11.00- 明星大 文教大	12.30- 青学大 慶應大	14.00- 大東大 上智大	15.30- 桐蔭大 関学大	17.00- 立教大 駿河台
9月24日 (日)	立教大学	11.00- 上智大 文教大	12.30- 慶應大 明星大	14.00- 青学大 大東大	15.30- 駿河台 関学大	17.00- 立教大 桐蔭大

鍛錬期を終えて

初めての鍛錬期で、桐蔭生としての姿勢や意識を改めて学ぶことができました。ただハンドボールをするだけでなく考えてプレーしたり、一人一人が責任を持って自分たちでチームを作ったり、大学でハンドボールをすることの大変さを感じました。わからないことがあったとき、先輩方がその場で声をかけてくれたり、先輩のプレーを見て学ぶことができました。難しくできないと思ったプレーでも、考えて練習していくうちにどんな相手でも通用するプレーができるようになり、高校の頃とは違ったハンドボールの楽しさを知ることができました。厳しい練習も全員で声をかけ合い、自分たちでやるという意識を持って限界に挑戦し、一体感もより強くなったと思います。この鍛錬期で強くなったチーム力をこれからのリーグ、インカレに向けてさらに磨きをかけていきます！1年 今井淑乃



秋リーグに向けて



いよいよ9月から四年生最後の秋リーグが始まります。春リーグでは様々な自分達の欠点、課題が多く残りました。練習ではその課題の1つである速攻、逆速攻のディフェンス練習をしました。練習からしっかりコミュニケーションを取り、コートに立っている人全員でゲームの流れを作って、しっかり攻めきれようこれからの練習で詰めていきます。自分達が春リーグから秋リーグまでにどのくらい成長できたのか、コートに立つ姿、負けていても食らいつく姿勢、チーム全員で戦う桐蔭ならではの一体感を毎試合で表せるよう残り少ない日数を大事にしていきたいです。1つ1つの練習を今までよりも欲深く熱心に取り組んでいきたいと思います。そして、良い形でインカレにも繋げられるよう、頑張りたいと思いますので、応援よろしくをお願いします。3年 田代真樹

今回の鍛錬期では、春リーグでの課題である速攻の走り出しや判断、オフェンスからの逆速攻、波のある雰囲気など、チームとしての課題は終盤にかけて良くなっていったように思います。また、練習試合や合宿などを重ね、秋リーグに向けてゲーム感覚や流れなどを思い出していくことができました。個人としては怪我をしてしまったので、筋トレや体幹を行いながら、チームを外から見る機会が多くあり、いつもとは違う雰囲気など、ちょっとした変化に気づくことが出来ました。また、学年が上がったことで感じることはたくさんあり、前よりもっと積極的にチームに関わることができたと思います。個人がレベルアップできた夏の鍛錬期を終えて、秋リーグに向けて春よりもチームが1つになり、さらに上へと目指していきたいです。



2年 渡辺冬華

夏の鍛錬期や北國合宿、昭和合宿を終えて、もうすぐ四年生の私達にとって最後の秋リーグが始まります。夏の鍛錬期では、走練、ウエイトなどの体力づくりや筋力づくりだけではなく、戦術理解も全員で頑張って乗り越えてきました。北國合宿では、日本一の北國銀行の選手の方々に触れ合う機会が多く、細かい動きや、分からないことをたくさん教えて頂きました。北國合宿で学んだこと、得たものを秋リーグに生かせるように頑張ります。四年生にとって最後の秋リーグ、たくさんの方々感謝の気持ちを忘れず一戦一戦大切にチーム一丸となって全力で戦います。応援よろしくをお願いします。

4年 中村琴音



創部初！

日本一の北國銀行来校！

6月10日、11日に、日本一である北國銀行の方々在本学に来校し、他大学との合同練習をさせていただきました。速攻を中心とした練習をしていただき、それ以外にも、常に足を動かすことや練習の切り替えの早さなど、改めてトップチームの意識の高さを感じられた練習でした。北國銀行の方々に教わったことを活かし、個々の意識を高め、試合に向けて頑張ります。ありがとうございました。

夏の北國銀行合宿！

8月14日～17日に北國銀行へ合宿に行かせていただきました。初日から日本代表の北國銀行の選手や大学日本一の大阪体育大学と練習試合をさせていただきました、新たに技術・戦術面での課題を見つけることができました。個人的に北國銀行の選手に教わったこと、北國銀行との練習で感じた選手一人一人の姿勢など、学んだことを秋リーグ、インカレで表現できるよう頑張ります！ありがとうございました。

U-20 日本代表選出！！

1年 スポーツテクノロジー学科

松浦志織

《第5回東アジアU-22ハンドボール選手権 6月26日～7月2日》
《第14回女子ジュニアアジア選手権 7月15日～7月23日》

東アジアU-22ハンドボール選手権 **3位**

女子ジュニアアジア選手権 **3位**



世界選手権（2018年）
出場権獲得！

6月26日から岩手にて行われた第5回東アジアU-22ハンドボール選手権及び、7月15日から香港にて行われた第14回女子ジュニアアジア選手権に参加してきました。今までこのような経験をしたことは一度もなかったので、ユースに参加できることが決まった時はとても驚きました。試合では、動揺しながらプレーをしてしまった部分もあり、まだまだ自分に実力が足りないということを実感させられました。また、ハンドボールの勝敗を決めるのは体格や技術面ではなく、誰でもできるような基礎的なこと、最後まで諦めない気持ちが重要だということを改めて感じることができました。この経験は、誰もがすることではないので、参加できたことを誇りに思い、送り出してくださった桐蔭のチームメイトにも感謝をして、この経験で得たことを活かしてチームに貢献していきたいです。これからも桐蔭横浜大学の応援をよろしくお願いします。

1年 松浦志織

銘苅淳ふれあい
ハンドボール教室開催！



夏のイベント初！！大江戸温泉物語

8月4日に29人全員で大江戸温泉物語へ行ってきました。全員浴衣に着替えて食事をしたり、足湯・大浴場・サウナ・露天風呂で疲れをとりました。その中で、学年をこえて色々な話をし、より一層絆を深めることができた良いイベントとなりました。秋季リーグに向けてチーム一丸となり、目標に向かって頑張っていきます！！



6月25日に昨年に引き続き桐蔭横浜大学にて、ハンドボール講習会が行われました。日本代表選手の銘苅淳さんによって、小中学生を対象に行われ、私たちも一緒に指導していただきました。

ハンドボールの基礎・基本となるような動きを、参加している全員が楽しみながら身に付けられました。小中学生が無我夢中で練習に取り組む姿が多く見られ、自分たちも初心にかえることができました。

このような機会を増やし、これからのハンドボール界に必要な、ハンドボールの素晴らしさを広めていけたら良いと感じました。昨年に引き続き、今年も素晴らしい講習会に携われたことに感謝し、銘苅さんに教えていただいたことを活かして、自分たちもハンドボール界に貢献していけるようなチームになれるよう日々努力していきます。

銘苅さん、ありがとうございました！