

# RAINBOW通信

第6号

## Toin Blast

～桐蔭旋風～

発行日: 2009/8/24  
 発行者: 桐蔭横浜大学ハンドボール部  
 問合せ先: 岡本大研究室045-974-5753  
 URL: <http://www.cc.toin.ac.jp/sc/handball/>

### 桐蔭 爆発宣言!

私達、桐蔭横浜大学男子ハンドボール部は秋季リーグに向けて、夏休み強化トレーニングを行いました! 2部、3部練習の日々の中で基礎体力・基礎技術の向上をメインとした練習を行いました。また、明星大学、東京学芸大学、東京大学、慶應大学、上智大学、玉川大学や桐蔭学園高等部、桐蔭学園のOBの方々と練習試合などを精力的に行い、実戦経験も積んできました。3部練習では岡本先生と一緒にタイム走や坂道ダッシュなど全員でやり遂げることができ、非常に充実感でいっぱいでした。格上との練習試合では自分達の弱い所や課題を見つけることができました。勝ち負けに限らず、相手に走り負けしないことを目標にし、接戦することも多くありました。辛い練習の中で最後までみんなで声を掛け合いながら自分を極限に追い込むことができ、パワーアップできたと感じています! 秋季リーグにおいて、桐蔭横浜大学は自分達のパワーアップした力を爆発させ、圧勝し、昇格を目指していきます! ぜひ、応援のほどよろしくお願いいたします!

1年 外山 翔太

### <女子 秋季リーグ日程表>

月日	8月29日	8月30日	9月6日	9月12日	9月19日	9月21日	9月26日	9月27日
曜日	(土曜日)	(日曜日)	(日曜日)	(土曜日)	(土曜日)	(休日)	(土曜日)	(日曜日)
会場	日大八幡山	日大八幡山	国際武道	昭和薬科	昭和薬科	昭和薬科	昭和薬科	昭和薬科
第一試合			11. 20- B国武大 都留文	11. 00- B順天堂 北里大	11. 00- A成蹊大 武蔵丘	10. 00- A玉川大 日大混	10. 00- A桐蔭大 玉川大	10. 00- A6位 B6位
第二試合			12. 40- B東学大 東洋大	12. 25- A桐蔭大 慶應大	12. 25- B東学大 昭葉大	11. 25- B国武大 昭葉大	11. 25- A成蹊大 日大混	11. 25- A5位 B5位
第三試合			14. 00- A玉川大 慶應大	13. 50- B東洋大 都留文	13. 50- B順天堂 都留文	12. 50- A慶応大 成蹊大	12. 50- B国武大 東洋大	12. 50- A4位 B4位
第四試合			15. 20- A聖徳大 文教大	15. 15- A聖徳大 日大混	15. 15- A桐蔭大 成蹊大	14. 15- A武蔵丘 日大混	14. 15- B東学大 順天堂	14. 15- A3位 B3位
第五試合			16. 40- A桐蔭大 武蔵丘	16. 40- B国武大 宇都宮	16. 40- B北里大 宇都宮	15. 40- A桐蔭大 聖徳大	15. 40- A参考 B8位	15. 40- A2位 B2位
第六試合	18・00- A桐蔭大 文教大	17・20- A桐蔭大 日大混				17. 05- B都留文 宇都宮	17. 05- A7位 B7位	17. 05- A1位 B1位

### <男子 秋季リーグ日程表>

試合日	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
月日	8月29日	8月30日	9月6日	9月13日	9月20日	9月22日	9月27日
曜日	(土曜日)	(日曜日)	(日曜日)	(日曜日)	(日曜日)	(休日)	(日曜日)
会場	東京理科大学	首都大学東京	首都大学東京	首都大学東京	東京理科大学	東京理科大学	東京理科大学
第一試合	11.00- 東理大 桐蔭大	11.00- 成蹊大 桐蔭大	11.00- 埼玉大 桐蔭大	11.00- 首都大 桐蔭大	11.00- 千葉大 桐蔭大	11.00- 創価大 桐蔭大	11.00- 獨協大 桐蔭大
第二試合	12.20- 獨協大 高経大	12.20- 東理大 獨協大	12.20- 獨協大 首都大	12.20- 獨協大 埼玉大	12.20- 獨協大 創価大	12.20- 獨協大 千葉大	12.20- 創価大 千葉大
第三試合	13.40- 創価大 埼玉大	13.40- 創価大 首都大	13.40- 東理大 創価大	13.40- 創価大 成蹊大	13.40- 東理大 首都大	13.40- 首都大 成蹊大	13.40- 首都大 埼玉大
第四試合	15.00- 千葉大 首都大	15.00- 千葉大 埼玉大	15.00- 千葉大 成蹊大	15.00- 東理大 千葉大	15.00- 埼玉大 成蹊大	15.00- 東理大 埼玉大	15.00- 東理大 成蹊大

### リベンジの秋

春季リーグが終わり、三ヶ月がたちます。女子部は二部優勝という結果となり、この夏はさらに上を目指してトレーニングや練習に打ち込んできました。数々の練習試合を経験する中で、今の自分たちの実力を上回るチームのプレーに触れ、「すごい」と感心する一方で「追いつきたい」「自分は何がダメなんだろう」「もっとこうしたい」という、春にはなかったハンドボールに対する欲がじわじわとチームの中にあらわれてきました。練習試合を繰り返す中で、自分たちより上のチームにも弱点や打開策を見つけて立ち向かおうとする姿勢も、春季リーグの頃に比べたら考えられないような変化だと思えます。さて、もうすぐ秋季リーグが開幕します。春季リーグでの結果は嬉しいものでしたが、もちろん悔しさも残るものでした。夏の経験を無駄にすることなく、また次の一歩が踏み出せるようチームで一つになって、一部昇格の目標を達成したいです! どうか、応援よろしくお願いいたします!!

1年 日下石 萌果

# ☆東日本学生ハンドボール選手権大会☆

桐蔭横浜大学 女子部 出場  
2勝1敗 グループ2位 インカレ切符逃す！

桐蔭横浜 20(9-19, 11-18) 37 富士大学  
桐蔭横浜 46(27-5, 19-8) 13 北星学園  
桐蔭横浜 29(15-14, 14-13) 27 小松短大



## 登り坂の夏

大学生になって初めての夏休みの練習では二部練習・三部練習などを通し体力や技術など自分に足りないものや自分は今何をやらなければいけないのかなどを改めて実感することができ、とても充実した練習をすることができました。  
格上との練習試合なども数多くこなし、試合経験も積むことができました！  
チーム的にも個人的にも辛い練習を励ましあい、乗り越えたことで以前よりいっそう、全員の団結力が増したと思います！

1年 渡邊 満

## いまから、ここから...

春リーグの入れ替え戦を終えてから8月まで東インカレに向けて一部のチームの方々の力もお借りして練習に取り組んできました。この2ヶ月の練習で入れ替え戦のときは出来なかったことも少しずつですがみんなが理解できるようになりました。しかし、初戦の富士大に負けてしまいインカレのキップは手に入れることができませんでした。そして、残りの2日間の試合では勝つことができましたが決して内容が良かったというわけではありませんでした。  
この大会を通して自分達の経験の無さや、大切な試合の時に自分たちの実力を発揮することの難しさを実感しました。  
その学んだことを大切に、秋リーグに向けてみんなが一丸となって頑張っていきたいと思います。また応援してくれている方々に日々感謝しながら練習していきたいです。

1年 山田 京実

## 男子 スローガン！

名もない草も  
優勝という名の花を咲かせる



## ☺ 海へ ☺

行ってきたのだ！



## 8月4日、サプライズが起きました！

岡本先生から練習が終了した際に次の日をご褒美で練習を休みにして、チームで「海に行ってみよう！」という言葉がもらいました。まさかの出来事に全員が驚きました！！  
午前中はあいにくの曇り空でしたが、海に着くころには快晴となり、天気にも恵まれた海日和でした！  
日々の練習の中で鍛え上げた!?身体を周りの人に見せつけながら、泳いだり、身体を焼いたりなど疲れた体をリフレッシュすることができました。  
浜辺では石井さんのバック転と満の前回り受け身の夢のコラボレーションも実現し、非常に楽しかったです！  
全員集合しての写真も撮り、絆を深めることができ、秋季リーグに向けて、気持ちを一つにすることができました！

1年 松月 誠

## 東インカレを終えて

私達は、インカレに行くことを目標に辛い練習などもみんなで乗りこえて東インカレにのぞみました。富士大に負けてインカレに出場することはできませんでした。その中でも課題が見つかり、これからつなげていけるように努力していきたいと思っています。東インカレに行くまでにいろいろな大学の方々にお世話になりました。保護者の方々やたくさんの方々にはいつも応援して下さいとても感謝しています。  
常に感謝の気持ちを忘れずに今後も頑張っていこうと思うので応援よろしくお祈りします。  
東インカレでの悔しさをばねにし、そして、課題を克服し秋季リーグに向けて頑張りたいと思います。

1年 荒木 聡美

