



四国学院大学  
香川西高等学校

～日々善進～

バレーボール新聞

12月号

MERRY CHRISTMAS

発行日：2019.12.9

12月に入り、とても寒い日が続いています。しっかりと体調管理をして、生活リズムが崩れないように、心がけましょう。

四国私学大会

イルミネーション点灯式

11月21日にイルミネーション点灯式がありました。今年比去年よりLEDの数が2万球も増えバージョンアップしたイルミネーションになっています。

私達も練習が終わったあとに見て、とても癒されています。

夕方17:00～夜21:00の間、点灯されていますので、時間があればぜひ見に来てみてください。(年：植田 明日香)

12月1日に徳島県の池田総合体育館で、全国私立高等学校男女バレーボール選手権大会の四国ブロック大会が行われました。この大会は、上位3チームが3月に東京で開催される全国大会、通称、さくらバレーに出場することができまふ。私達も、1試合目に愛媛の帝京第五高等学校と対戦しました。3年生が引退して初めての試合で、私達も緊張していましたが、ラリーをしていくなかで、少しづついつも通りのプレーができるようになり、勝つことができました。2試合目は、高知県の香高出場校であり、高知高校との対戦でした。サーブで相手を崩してから、ラリーで得点したり、嫌なところをついたりすることができましたが、まだまだ力不足で、練習でできていないところが、そのまます試合にできてしまいました。

今回の試合で、私達も、多くの課題ができました。しつづつクリアしていき、全国に行けるようなチームになるために頑張ります。(年：田島 彩夏)

ママさんバレーボール

11月24日にはつらつママさんバレーボールのひまじよ、というイベントが三豊市総合体育館にて行われました。そこでは、植田辰哉監督率いる、狩野舞子さんと佐野優子さんなど計12名の元全日本選手の方々が集まりました。

午前中は、ママさんと一緒にポジション毎に分かれて、トス・ラリー・スパイなどの約1時間半という短い時間の中、たくさん教えていただきました。私はセッターなので、ゼッターランド・ヨーコさんにアドバイスをたくさんいただきました。その後、全体での練習ではチーム毎に分かれて、シートラリーをしました。狩野舞子さんと坂本清美さんにスパイを打ってもらい、楽しく汗を流しました。

午後からは、三豊市のママさんチームとドリムチームの試合を、補助員としてラインスマン・モップを担当し、元全日本選手のプレーを間近で見ることができました。テレビで観ていたのとは迫力が全く違い、とても楽しく見ることができました。ママさんバレーのルールはありますが、プレーのすごさには変わりなく、トス回し・スパイのコース・サーブの強弱、コースなど私達もとても勉強になりました。

最後には、選手とハイタッチしてお見送りをしました。元全日本の選手とふれ合える貴重な一日になりました。教えてもらったことを自チームに持ち帰って、試合で生かせるように、日々の練習で取り入れていきたいです。(年：岡部 美咲)

シットイングバレーボール

12月3日に西瀬地区の保健体育の先生方が集まって、実技研修会がありました。競技がシットイングバレーボールだったので、私達も参加させて頂きました。

シットイングバレーボールは、座った姿勢で行うバレーで、健常者も脚に障がいを持った人も、一緒に楽しむことができます。講習をしてくださった先生方は、協会会長や、元日本代表で活躍していた方でした。

実際に体験してみると、お尻を上げてはいけないので、普段しないような動きをしたり、思っているように素早く動けなかったり、とても難しい競技でした。

私達も普段やっているバレーとルールはあまり変わらないので、初めて挑戦する人でも気軽に楽しめると、皆が笑顔になれます素敵なスポーツだと思います。

来年の8月に東京パラリンピックに出場することが決まっていると聞いたので、速くからでが応援したいと思います。(年：福丸 珠目)

# 三豊市卓球バレー交流大会

12月7日に三豊市卓球バレー交流大会のボランティアに参加しました。私たちは、審判や戦っているチームの応援、会場の設備などのお手伝いをしました。

卓球バレーは、卓球台を使って、ネットを挟み1チーム6人がイスに座ってピンポン球を打ち、相手コートへ3打以内で返すというゲームです。健常者だけでなく、車イスの人、視覚・聴覚・肢体・知的障がいのある人でも誰でも簡単にできる競技です。

お手伝いの面では、少し不安もありましたが、選手の方々や運営の方々がとても優しく教えて下さったので、安心してできました。

選手の方々が、楽しそうな笑顔でしていたので、参加してよかったなと思いました。

みなさんも一度卓球バレーを挑戦してみてください。

(年:岡 右毛)

## 大会結果報告

一四国私学大会結果一

1戦目: 〇 2 四学香川西一帝京第五〇●

2戦目: ● 〇 四学香川西一高知高校2〇

一結果順位一 (女子)

1位: 松山東雲 (愛媛)

2位: 高知高校 (高知)

3位: 高知中央 (高知)

## バレー教室のお知らせ

1月20日(月) 19:00~

○ 対象者 (小学生・中学生)

○ 持ち物 (シューズ・タオル・水筒)

読んで頂きありがとうございます。

発行元: 四国学院大学香川西高校