

筑波大学ADフレッシュマンセミナー 新学生アスリートを対象にオンライン開催！

ようこそ、筑波OWLS(アウルズ)へ！

アスレチックデパートメント (AD) は今春から筑波大学に入学し、ADがマネジメントを行う5チームに入部する新一年生を対象に「フレッシュマンセミナー」をオンラインで開催しました。

当日オンラインで繋がった新一年生には、新たに制作された「STUDENT-ATHLETE HANDBOOK」を元に、ADの活動指針やこれまでの取り組み、また学生アスリートとしての心がまえなどについて説明がされました。フレッシュマンセミナーの最後には総勢40人を超えるヤングOWLS全員の「OWLポーズ」で終了しました。

ADが志あるOWLSたちと共に2020年度のスタートを切りました！！



FRESHMAN SEMINAR 2020

【インタビュー】院生コーチに聞く！

現在、大学院で学びながら後輩の指導にあたっている高柳さん(院2)にお話を伺いました。

高柳 昂平
(人間総合科学研究科 体育学専攻2年)

2017.3 体育専門学群卒業(蹴球部主将/インカレ優勝)
2017.4~ いわきFC(社会人リーグ/選手)
2018.2~ グルージャ盛岡(プロサッカーJ3リーグ/選手)
2019.4~ 筑波大学 大学院



―プロチームでの競技生活は？

プロでの競技生活は短かったですが非常に充実していました。様々な経歴ある選手が集まっているので他の環境はどんなものか、トップレベルの選手はどういったメンタリティーで行動していたのかを共有できたのは自分にとって貴重でした。

J3といえどプロなのでやはり結果を出さないとクビになります。サッカーでお金をもらって生きていくために試行錯誤した日々は先々に活きて感じています。プロとはいえサッカーだけでは生活できなかったので仕事もしていました。職場も含め多くの方に応援してもらい、支えられてサッカーができていたことを改めて感じました。

―大学4年次、主将としてチームを率いてインカレ優勝へ

その時に感じたのは組織のまとまりがチームの力を何倍も高めてくれることです。自分たちの代是最弱世代といわれるほどタレントはいませんでした。チームづくりに注力したことで結果が出たと思っています。その経験は卒業後もチームに対してどのように働きかければいいのか、どうすれば勝利に近づくのかを考えるにあたって活かしたと思っています。



2016年度全日本大学サッカー選手権にて13年ぶり優勝

―選手引退後、大学院進学を選んだ理由は？

一般企業就職や教員なども考えましたがサッカーに携わりたいという思いがあり、サッカーの指導を勉強するならもう一度筑波大学でと思い進学しました。指導を学ぶに

も、研究をするにも筑波大が一番環境もノウハウもあると思っています。特に蹴球部監督の小井土先生のもとでコーチングを学びたいと選手時代から考えていたのは大きな決め手でした。

―大学院ではどんな研究をしたい？

GPSを利用したサッカーのパフォーマンス分析、トレーニング負荷の定量化に関する研究です。トレーニングを考えるにあたって負荷のコントロールは非常に重要であり、海外では当たり前に行われています。しかし、日本サッカーでは海外に比べるとまだまだ遅れていると感じます。海外の研究を参考に日本に取り入れるための新たな知見になるような研究ができればと考えています。



大学4年次

蹴球部ではGPSを利用したトレーニング、試合のモニタリングを行っているのですが、研究で学んだことが実際の現場に活かされていると感じます。研究成果や、やろうとしていることをすぐに現場で試して活かすことができるのは筑波大学の良さです。

―現在、指導時に心がけていることは？

常にトップレベルを意識して、トライさせることを促しています。ただ何となく無難なプレーをするのではなく、思い切ってチャレンジすること。プロでは他の選手と違いを出せる選手でなければ生き残れません。プロに行ける選手、活躍できる選手は必ず違いを出せる武器を持っているので、学生にはトライするようにとつこいくらい言っています。

同部出身なので選手の気持ちは理解しやすいと思っています。指導者だからだけではなく、選手の気持ちをなるべく理解して、一緒にやっというスタンスで選手に向き合うことを意識しています。スポーツにおいてはメンタルが重要なので話を聞いたり、励ましたりなども積極的にいこうと心がけています。

―後輩たちへ伝えたいこと

筑波大学にはあらゆる才能を持った優秀な人材が集まります。他の研究室や部活の人と情報交換をして、様々なことにトライすれば必ず自分の価値が高まっていくと思うのでこの環境を存分に活かしてほしいです。

筑波大学スポーツサポーターの皆様(2020年1-3月にご寄附を頂いた皆様)

TSAでは、特定基金によるご寄附をお願いしております。支援先は、TSA全体、各運動部(44団体)、TSAトレーナーチーム、箱根駅伝復活プロジェクトから選択いただけます。

ご寄附いただいた皆様には、感謝の意を込めてご芳名を掲載させていただいております。(ご希望者のみ)
大橋真様 伊藤正広様 山中陽一郎様 高野量子様 平野幸久様 秋本啓太様 越智五平様 BENES NICHOLAS 様
加藤正行様 河岡稔和様 三枝里江様 山本玲央奈様 寺園淳様 TAMA 合同会社様 但次男様 加門寿美代様
大園尚美様 松本寛代様 阿川修三様 吉野純平様 (有)雨甲斐畜産様 星野修様 加川有希子様 松本智様 中鉢友彰様
亀谷賢様 村井洋平様 村上ゆかり様 野呂裕樹様 桐漕倶楽部様 一般社団法人桐漕会様 渡邊徹様
ヘリヤー万紀子様 西健一郎様 (順不同)

※筑波大学特定基金につきましては TSA ウェブサイト <http://tsa.tsukuba.ac.jp/supporter/> をご覧ください。

記事URL：つくばスポーツオンライン
<http://tsa.tsukuba.ac.jp>
編集協力：筑波大学アスレチックデパートメント
<http://www.tsukuba-athletics.com/>



発行元：筑波大学スポーツアソシエーション (TSA)
URL： <http://tsa.tsukuba.ac.jp>
TEL：029-853-8093

TSUKUBA SPORTS NEWS FLASH Vol.77 2020.2/1-4/30



TOPICS

- 【サイクリング】トラック世界選手権 梶原悠未 日本女子初金メダル!東京五輪で金を狙う!
- 【体操競技】種目別W杯 宮地秀享 鉄棒5位!
- 【柔道】ベルギー国際 女子78kg超級 桑田晴乃 2位!
- 【競泳】コナミオープン 横田早桜 第2位!
- 【硬式庭球】全日本室内選手権 川橋勇太 準優勝!
- 【AD】フレッシュマンセミナーをオンライン開催!
- 【裏面コラム】大学院生コーチにインタビュー!



トラック世界選手権優勝 梶原悠未 今春から大学院へ
写真：More CADENCE (morecadence.jp)

LATEST 2020.2/1-3/31 RESULTS

【オリエンテーリング】

スキーオリエンテーリング ワールドカップ2020最終戦

佐野 響 (エシス4)		
女子スプリント	29:00	第35位
女子ミドル	1:45:42	第32位
男女混合スプリントリレー	1:04:33	第19位

【弓道】

令和元年度早稲田大学定期戦(女子)

○筑波大 55中 - ●早稲田大 48中

【硬式庭球】

第56回鳥津全日本室内テニス選手権大会

男子シングルス		
川橋 勇太 (体育4)		準優勝

2019年度関東学生新進テニス選手権大会

男子シングルス		
加藤 拓巳 (体育3)		本戦2回戦敗退

男子ダブルス		
田形 諒平・弘光慎太郎 (体育2/体育2)		優勝
片山 樹・石樽 元晴 (体育2/体育1)		本戦1回戦敗退

女子シングルス		
我那覇真子 (体育2)		本戦3回戦敗退
草野 京香 (体育1)		本戦1回戦敗退

女子ダブルス		
阿部 宏美・草野 京香 (体育1/体育1)		優勝
千村もも花・我那覇真子 (体育3/体育2)		2回戦敗退

【サイクリング】

2020年トラック世界選手権大会

女子オムニアム		
梶原 悠未 (体育4)		金メダル!

*日本人で33年ぶり、日本女子初の快挙!



全日本学生RCS最終戦

グループ1 (大学対抗:30km)		
横山 裕司 (社会4), 岡田 俊平 (情報4), 古賀 太暁 (地球3)		DNF
グループ3A (6km)		
中原 秀昂 (医学1)	9' 45"	第20位
グループ3B (6km)		
渡邊 瑛吾 (M1)	9' 52"	第22位

全日本学生TRS第6戦

男子1kmタイムトライアル		
古賀 太暁 (地球3)	1' 09.899	第1位

中原 秀昂 (医学1)	1' 18.681	第9位
-------------	-----------	-----

【柔道】

2020年ベルギー国際柔道大会

女子78kg超級 (21歳以上の部)		
糸田 晴乃 (体育3)		第2位
女子63kg級 (21歳以上の部)		
明石ひかる (体育2)		第5位

第32回全国体育系学生柔道体重別選手権大会

男子60kg級		
豊島 我空 (体育2)		準々決勝敗退
鷺見 仁義 (体育1)		2回戦敗退

男子66kg級		
西村 優太 (体育3)		3回戦敗退
若狭 智也 (体育1)		2回戦敗退

男子73kg級		
齋五澤航介 (体育1)		2回戦敗退
荒川 大智 (体育3)		3回戦敗退

男子81kg級		
日高 友樹 (体育3)		1回戦敗退
嶋崎 洸太 (体育2)		3回戦敗退

男子90kg級		
大西 一真 (体育2)		3回戦敗退

男子100kg超級		
河野 壮登 (体育3)		第3位
川井 康平 (体育3)		2回戦敗退

【準硬式野球】

関東地区大学準硬式野球選手権大会

1回戦	○筑波大 20 - 2 ●麻布大 (5回コールド)
2回戦	○筑波大 8 - 2 ●東京都市大
3回戦	●筑波大 5 - 14 ○法政大

よって、ベスト16

【水泳(競泳)】

第36回コナミオープン水泳競技大会

女子		
200m平泳ぎ		
赤石 咲乃 (体育3)	2分30秒49	第6位
50mバタフライ		
新野 杏奈 (体育2)	26秒95	第5位
100mバタフライ		
飯塚 千遥 (体育1)	59秒13	第4位
新野 杏奈 (体育2)	59秒14	第5位
200m個人メドレー		
横田 早桜 (体育2)	2分13秒82	第2位
400m個人メドレー		
横田 早桜 (体育2)	4分45秒73	第5位

【体操競技】

2020 FIG種目別ワールドカップ・メルボルン大会

男子鉄棒 宮地 秀享 (D1)	13.400	第5位
-----------------	--------	-----

2020スタンフォードカレッジオープン

山本 威吹 (体育3)	ゆか3位, つり輪10位, 跳馬17位
橋 汐芽 (体育1)	ゆか2位, 鉄棒4位, 平行棒4位, あん馬4位

*日本学生チームとして派遣 (男子団体優勝)

【スキー】

第93回全日本学生スキー選手権大会

男子3部			
大回転	金谷 洸晟 (体育2)	2:01.13	第20位
	酒井 直希 (医学1)	2:30.68	第40位
回転競技	酒井 直希 (医学1)	2:00.54	第27位
学校対抗			第30位



写真:大回転 金谷洸晟 (体育2, 兼ラグビー部)

【卓球】

48th Safir International Table Tennis Tournament

*関東学生卓球連盟代表派遣		
田中虹太郎 (体育2)		
男子シングルス (Class 1)		第3位
男子シングルス (エリート)		ベスト16
U-21男子シングルス		2回戦敗退
望月 樹奈 (体育3)		

コロナに負けるな! おうちで筑波大アスリート式トレーニング

筑波大生が自宅のできる様々なトレーニングを動画やSNSでご紹介しています。皆さんと一緒にLet's Try!



●体操部YouTube『みんなでやってみよう!』

リモート体操や頭の体操など楽しくお手軽に!



●硬式野球部Twitter『Training Lab』

野球部のトレーニングを自宅体験しよう!



●男子ハンドボール部YouTube

ハンド部式ファンクショナルトレーニングで追い込もう!



●蹴球部Twitter『#おうちトレーニング企画』

エクササイズ, 食トレ, 心の健康まで幅広く!

筑波大学ADアワード2019 2019シーズン学生アスリートの活躍を表彰!

「学業」と「競技」の両面から優秀学生を選出

アスレチックデパートメント(AD) は2月に、1年間の学生アスリートの活躍を表彰する「TSUKUBA AD AWARDS 2019」を開催しました。

アワードは、ADが掲げる柱の中でも「学業充実」と「競技力向上」を体現した「学生アスリート」を表彰するイベントです。平均GPA3.2以上の学業成績をすべての表彰の必須条件とし4部門から表彰を行いました。

当日は、ADがマネジメントを行う5チームから総勢200人が集結。パーティー仕様の衣装に身を包み、それぞれの活躍を振り返りました。最後には新チームの代表者から新ビジョンのスピーチまで行われました。

学業とスポーツの両立! 学生アスリートの皆さん1年間お疲れさまでした!!

