



男子ハンドボール世界選手権 筑波勢 多数活躍!!



彗星 JAPAN で出場した筑波大生 & OB メンバー
左から：吉田、坂井、徳田(廉)、高野、徳田(新)、出村

インカレ室内テニス 我那覇 & 阿部ペア 優勝!!



吉田 守一 (体育2)

写真(上段2枚) © Yukihiro TAGUCHI / JHA



飯塚 千遥 (体育2)



阿部 宏美(体育2, 左),我那覇 真子(体育3, 右)

TOPICS

【男子ハンド】世界選手権で筑波大生 & OB大活躍!

【競泳】ジャパンオープン 飯塚千遥 (体育2)

100mバタフライ自己新記録で初優勝!

【硬式庭球】インカレ室内選手権 女子ダブルス優勝!

【運動部インタビュー】氷上競技に特集!

アイススケート部 & 男女アイスホッケー部

【AD】新チーム始動に向けビジョナリーリーダー研修

【TSA】トレーナーチーム紹介 & コーチフォーラム報告



2021 日本体操祭 体操部出場

LATEST 2021.1/11-2/28 RESULTS

【オリエンテーリング】

第10回全日本スキーオリエンテーリング大会

佐野 響 (院1)	女子スプリント競技	第2位
	女子バシュート競技	第2位

【硬式庭球】

全日本学生室内テニス選手権大会

男子シングルス		
田形 諒平 (体育3)		第3位
石樽 元晴 (体育2)		2回戦敗退
男子ダブルス		
田形 諒平・弘光慎太郎 (体育3/体育3)		1回戦敗退
女子シングルス		
阿部 宏美 (体育2)	ベスト8 (3回戦敗退)	
女子ダブルス		
我那覇真子・阿部 宏美 (体育3/体育2)		優勝

【水泳(競泳)】

ジャパンオープン2020

男子			
50m自由形	岩崎 世那 (体育1)	22"83	第8位
女子			
50m自由形	込山 瞳 (体育2)	25"57	第4位
50m背泳ぎ	片桐 珠美 (体育1)	29"07	第7位
100mバタフライ	飯塚 千遥 (体育2)	58"37	優勝
	新野 杏奈 (体育3)	59"20	第4位
200m個人メドレー	横田 早桜 (体育3)	2'13"16	第5位

【体操】

2021日本体操祭

筑波大学体操部 出場

【卓球】

全日本卓球選手権大会(一般・ジュニアの部)

男子シングルス	村田 聖 (体育4)	2回戦敗退
	熊本 竜己 (体育3)	2回戦敗退
	田中虹太郎 (体育3)	2回戦敗退
	竹内 佑 (体育2)	2回戦敗退
	佐藤 祐人 (体育1)	2回戦敗退
女子シングルス	高東 沙奈 (体育4)	3回戦敗退
	中田 玲奈 (体育2)	4回戦敗退
	花木 愛理 (体育1)	2回戦敗退

【男子ハンドボール】

第27回男子ハンドボール世界選手権

本学から在学学生3名、OB3名が日本代表チームで出場

高野 颯太 (体育4)	
徳田廉之介 (体育4/ SPR Tarnów所属)	
吉田 守一 (体育2/ SPR Tarnów所属)	
※SPR Tarnów…ポーランドのプロリーグ	
出村 直嗣 (2012年3月卒/豊田合成)	
徳田新之介 (2018年3月卒/豊田合成)	
坂井 幹 (2018年3月卒/豊田合成)	

日本代表 第19位 (メインラウンド進出)

*日本の予選ラウンド突破は1997年世界選手権以来、12大会ぶり2度目!

※所属・学年は当該大会出場時点 (2020年度) のものです。

●試合結果の詳細はこちら●

つくばスポーツオンライン



<http://tsa.tsukuba.ac.jp>



【運動部インタビュー】氷上競技特集!

冬季スポーツの運動部の中から、今回は3つの氷上競技チームにお話を伺いました。大学にスケートリンクがない中、どのように活動をしているのでしょうか。

※学年や部員数は2021年3月現在です。

アイススケート部

一部について

現在は部員は全員フィギュア部門に所属しております。したがって、スピードスケート部門は経験者のみの募集とさせて戴いております。年に約5回ある大会出場と、級を取得するためのバッチテストを目標に練習しています。春は関東学生フィギュアスケート選手権大会、秋は東日本インカレ、秋季交流戦、新人戦、国公立フリースケーティング大会に出場します。

一般段のようにトレーニングをしていますか?

陸上練習では、柔軟体操のほか、学内を走り、ジャンプ力をつけるトレーニングや、スピナーを使ってスピンの感覚を得る練習などを行なっています。氷上練習では、基本的なステップからジャンプ、スピンなどまで部員で教え合いながら練習を行なっています。

オフシーズン中のトレーニングは?

通年で営業しているスケートリンクにできるだけ通うほか、陸上トレーニングを定期的に行なっています。

一冬季スポーツならではの苦労を教えてください。

スケートリンクが大学の近くにないため、練習場所の確保に苦労しています。しかし、その分陸上トレーニングを工夫して、長期の休みに集中的に氷上練習に行くようにしています。

一アイススケートの魅力とは?

自分の好きな音楽に合わせて演技や振り付けを考え、氷上で自分を表現できることです。同時に、練習でジャンプやスピンの技術を向上させ、実際に試合の演技で成功すると、とても嬉しいことです。また、フィギュアスケートは競技人口が少なく、大学生から始める人も多いほか、試合も級ごとに分かれているので、大会に出場しやすいと思います。

一今後の部の目標は?

筑波大学として試合に継続的に出場すること、部員を増やして、部活動として確立させることです。

杉本 理紗 (主将・主務/医学3)



男子アイスホッケー部

下原 望海 (TSA担当/人文2)

一部について

現在プレイヤー 19人、マネージャー 7人で活動しており、関東2部リーグに所属しております。年間スケジュールは、例年通りであれば、5月に関東大学アイスホッケー選手権大会、7月に国公立大学アイスホッケーリーグ戦、9月に医学アイスホッケー部と合同で参加する関東大学アイスホッケーリーグ戦などの大会に出場しています。

一般段どのようにトレーニングをしていますか？

週2回の氷上練習、陸上トレーニングを行っています。氷上練習では、試合を想定した基礎練習から試合形式の練習、陸上トレーニングでは、基礎的な体力をつけるためのトレーニング、パス練習などを行っています。

オフシーズン中のトレーニングは？

上記の陸上トレーニングに加えて、陸上でのハンドリング練習、パス練習などを行っています。

一冬季スポーツならではの苦労を教えてください。

アイスホッケーはスケートリンクを貸し切って練習、試合を行うのですが近隣にスケートリンクが少ないことが苦労する点です。特に今年はコロナの影響で練習時間が確保できない上に、営業を停止したリンクも多く苦労しました。

アイスホッケーの魅力とは？

氷上ならではのスピード感に加え、「氷上の格闘技」と評されるほどの激しいボディチェックなどが魅力です。特にスピード感は、パックのスピードだけでなく、選手のスケートスピードや目まぐるしく入れ替わる選手など、試合全体を通してスピード感を感じられることが魅力です。

今後の部の目標は？

目下の目標は、選手権大会、国公立大会での優勝です。現在5月に開催予定の選手権大会優勝に向け、部で一致団結し練習に取り組んでいます。最終的な目標といたしましては、リーグ戦大会で優勝することを掲げています。



女子アイスホッケー部

伊藤 美侑 (主務/看護2)

一部について

現段階でプレイヤー 21名、マネージャー 5名、トレーナー兼マネージャー 1名の計27名で活動を行っています。年に1回行われる日本学生女子アイスホッケー大会での勝利を目指し、またアイスホッケーというスポーツをさらに普及させるべく日々活動に励んでいます。

一般段どのようにトレーニングをしていますか？

週1～2回女子部での練習に加え、プレイヤーは男子アイスホッケー部の練習にも個人的に参加することで練習時間を確保しています。外部コーチにも指導を頂きながら、基礎から応用まで、また試合形式など内容を工夫し、短時間の中でも幅広い練習メニューに取り組んでいます。

オフシーズン中のトレーニングは？

個人で陸上トレーニングやアイスリンクでの一般滑走に取り組み、それについてメンバー間で共有することによって互いを高め合えるよう努めています。

一冬季スポーツならではの苦労を教えてください。

通年して空いているアイスリンクが少ないために春夏は相対的に練習数も減ってしまうことは、冬季スポーツかつマイナースポーツならではの苦労に感じます。また夜中の寒さとの戦いである面もありますが、毎回の練習を充実させること、メンバー同士での支え合いを大切に苦労も乗り越えています！

アイスホッケーの魅力とは？

前後左右に素早く動き回る選手のスピード感、攻防のめまぐるしい入れ替わり、「氷上の格闘技」と呼ばれるほどの激しいぶつかり合いによる迫力が大きな魅力です。また、ハイスピードで飛んでくるパックを体を張って止めるゴーリーの姿、瞬時の判断力や緻密な戦略によって試合展開がスピーディーかつ大きく変わるという意外性のある見どころなどポイントだと感じます！

今後の部の目標は？

「大学女子決勝進出」です。



「TSUKUBA OWLS ATHLETIC AWARDS 2020」 を開催！

「学業」「競技」の両立と「理念の体現」を表彰する 次世代の学校スポーツのアワード

筑波大学アスレチックデパートメント（AD）では2020年度の総括となる「TSUKUBA OWLS ATHLETIC AWARDS」を開催致しました。

本アワードでは、筑波大学ADが掲げる人材育成の柱である「学業充実」と「競技力向上」、そして「大学の理念」の全てを前提とした学生アスリートを表彰するイベントです。4つの賞（All Academic, All Athletic, Special, Student-Athlete of the Year）が設定され、その選考要件として学業基準「GPA（成績平均）3.2以上」が無ければ、どんなに競技で成績を上げていてもノミネートすることはできません。

本アワードは、現在モデルチームとして5チームの学生たちを対象に表彰を行っており、部内やOB会による表彰ではなく「大学として」学生アスリートのあるべき姿を定義し、その基準に基づく「表彰のモデル」を構築しています。



今年度、MVPにあたる「Student-Athlete of the Year」は、女子ハンドボール部でキャプテンを務めた、小林紗加さん（体育専門学群・4年）が受賞しました。

コロナ禍という厳しい状況の中においても「学業と 競技の両立」そして「チームの理念」を実現した学生アスリートに、心より敬意を送ります。

1年間お疲れ様でした！

新チームの始動に向けて、 2日間の「ビジョナリーリーダー研修」を開催！

チームが目指す、勝利の先にある「ビジョン」とは何か？ チームの力を最大限に発揮するための、リーダーシップを学ぶ。

筑波大学アスレチックデパートメントでは、人材教育コンサルティング企業「アチーブメント株式会社」様と共に設計した、これからチームを率いるリーダーのための、「ビジョナリーリーダー研修」を実施しました。

本研修には、モデルチーム（5チーム）から、新チームのキャプテン及び中心メンバー計21名が参加しました。参加した学生は丸2日間に渡る研修を受講しました。



この研修は、アチーブメント株式会社と筑波大学アスレチックデパートメントが共同で、全国の学校スポーツのモデルとなるプログラムを準備。2日間を通して、高いパフォーマンスを発揮するための条件や、ビジョナリーリーダーの基礎、チームのビジョンの描き方、そしてビジョンを浸透させるためのコミュニケーションについて学びました。

研修の最後には、各チームが描いたビジョン達成に向けたプランニングと発表を実施。新たなチームがビジョンの実現に向けて、高いパフォーマンスを発揮するための極めて重要な準備の場となりました。

研修の様子を見る
(YouTube内)



【参加者コメント】

「この2日間は、しっかり自分たちのためになっていて、必要な時間だったと思いました。」

「日本一の組織の一員としての自分の役割について、しっかりと考えることができました。」

「研修を受けることに抵抗がありましたが、実際に受けてみると、ためになったし、リーダーのあり方について見つめ直すきっかけになりました。」

TSAトレーナーチーム

TSAトレーナーチームには、アスレティックトレーナーを目指す学生はもちろんのこと、各運動部で選手のコンディションを支える役割を担っている学生、教員や指導者を目指している学生、医療の道でアスリートに関わっていききたい学生など、様々な学生が登録しています。その多くは運動部に所属し、選手としてあるいはスタッフとして日々活動しながら、勉強会などでトレーナーとしての基本を学び、先輩トレーナーの下で現場実習や競技会サポートに参加するなど貴重な経験を積んでいます。

TSAトレーナーチームでは筑波大学独自の認定制度があり、活動状況や認定試験によって4段階のレベルがあります。レベル認定されることは、選手に接する際の自信に繋がり、所属運動部での活動を積極的に行うきっかけになります。学外でも活動できるレベルになれば、地域貢献や部活動支援など視野も広がります。



ラグビー部でトレーナーとして活動する金さん（Sレベル）

TSAトレーナーチームHP

<http://tsa.tsukuba.ac.jp/trainers/>



今後は、アスレチックデパートメント（AD）所属のアスレティックトレーナーとも連携し、さらに競技の垣根を超えたトレーナー活動を充実させていくため、今以上に多様な学生が参加しやすいTSAトレーナーチームになることが期待されています。



蹴球部でコンディショニングコーチとして活動する藤井さん（Sレベル / 左から3番目）

- Eレベル：トレーナーに関するセミナー参加
- Tレベル：現場とトレーナーズクリニックでの実習クリア
- Sレベル：筆記・実技の試験クリア 自立した活動へ
- Aレベル：有資格者 指導的な立場として活動



TSAトレーナーに興味のある方はメールにてお問合せください。

E-mail: tsa-trainers@ml.cc.tsukuba.ac.jp

TSAコーチフォーラム 兼 TSAトレーナーセミナーを開催！

『アスリートにおけるメンタルヘルスの実態とその対処策～チーム筑波で取り組むための提案～』をテーマに、雨宮怜先生（体育系・スポーツ心理学／アスリートメンタルサポートルーム）を講師に迎え、2月22日にオンラインで実施しました。

アスリートにおけるメンタルヘルス問題の特徴や事例について、国内外における研究結果をもとに説明いただいた後、大学やチームなどコミュニティベースでの支援について、参加者間で実際にロールプレイ等を行いながら“チーム筑波”で学生アスリートを守るためにできることを考えていきました。

TSAでは運動部の指導者間での情報共有や交流を図り、競技力向上に役立てるため、コーチフォーラムを定期開催しています。今回はTSAトレーナーセミナーも兼ねた開催となり、様々な運動部の指導者や学生スタッフ、トレーナー、選手など約60名が参加しました。



講師の雨宮先生（オンライン開催）

筑波大学スポーツサポーターの皆様（2021年1-2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）
 ホテルニューたかはし様 脇田建介様 吉村優様 水田裕様 中川知秋様 宇佐美慧様 西健一郎様
 ヘリヤー万紀子様 野呂裕樹様 土屋真実様 阿江通良様 真田久様 久内崇史様（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。

