

12月のHPでは、11月に続き大会の様子やオフシーズンに入った12月の練習の様子などをお知らせしてきました。

12月1ヵ月間の子供たちの成長の様子を、今年最後の「藍通信」でふりかえっていただければと思います。

【12月5日掲載】

【北海道中学校新人バドミントン競技選手権大会室蘭地区予選会の様子】

12/2(土)、伊達市総合体育館にて個人戦、12/3(日)、室蘭栗林アリーナにて団体戦が行われたバドミントン。1月に室蘭で行われる全道大会出場券獲得を目指して、熱戦が繰り広げられました。

個人戦では、伊達中からは男子シングルの部で優勝した遠藤くん、3位入賞の竹迫くん、女子ダブルスの部で3位入賞のペア。光陵中からは、男子ダブルスの部で準優勝したペア。徳舜警からは女子シングルの部で準優勝した安田さんが。翌日行われた団体戦では、伊達中男子が優勝し、伊達中女子は準優勝を飾り、団体戦での全道大会出場を決め、市内3校からすべて全道大会への出場となり、市内のバドミントンのレベルの高さが証明されました。

選手の頑張りはもちろんですが、兼業兼職で指導されている顧問の先生方や、地域指導の方々の質の高い指導のおかげだと思っています。全道大会に向けて、引き続き指導の方よろしくお願いします。



優勝の表彰



3位表彰



準優勝の表彰



シングルス優勝伊達中



シングルス3位入賞



準優勝の光陵ペア



3位の表彰

準優勝の表彰

※賞状伝達者は、光陵の永堀校長先生！



3位入賞の伊達中女子ペア

女子シングルス準優勝の徳舜警

【若狭杯近隣市町村バレーボール大会の様子】

12/2（土）、虻田体育館で行われた若狭杯。久々の大会の光陵中は、直前に学校内でインフルが流行し、思うように練習ができなかったため、残念ながら勝利を飾ることはできませんでしたが、10月の大会より進歩が見られ、準優勝した倶知安中との決勝トーナメントでは、ラリーが長く続く様子が見られました。1月の大会に向けて頑張ってください。

優勝した伊達中学校は、サーブが良く、他のチームを圧倒していた感じを受けました。ラリーポイント制で25-0というには、非常に難しいのですが、それが出来たというのは、自分たちの初歩的なミスが減ってきた証拠です。この優勝に満足せず、伸びしろはまだまだあるチームなので、光陵同様に1月の大会に向けて頑張ってくださいと思います。

＜光陵中試合の様子＞



ラリーが続くようになりました

サーブカットの様子

光陵の良いところは声が出ます

＜伊達中の様子＞



強いサーブで得点

キャプテンも良いサーブ

ジャンプサーブも！



サーブを打つ時のチーム

ブロックの様子

全体的に良かった！

【12/2（土）光陵中体育館の様子】

バレーやバドミントの合間に、伊達中と光陵中の体育館にお邪魔してみました。光陵中の体育館では、陸上部がトレーニング代わりに「鬼ごっこ」をしていたので、その様子をご紹介します。



【12月13日掲載】

【光陵中体育館の様子】

（バレー部）

12/9（土）の午前中の体育館では、バレー部が練習をしていました。久々に3年生が集まり、引退試合ということで、1・2年生と3年生が練習試合をしていました。3年生の保護者も見学に来ていましたが、残念ながら顧問の松下先生は、インフルエンザに罹ってしまい先週お休みしていたようですが、この日も顔を出すことはできませんでした。しかし、地域指導者の石澤さんが、松下先生に代わって、3年生の引退試合を盛り上げていました。



3年生との練習試合

久々に顔をそろえた3年生

練習の成果を発揮する下級生

(陸上部)

同じ時間帯に、廊下と会議室で練習に取り組んでいたのが陸上部でした。先週は体育館で鬼ごっこを含めたトレーニングでしたが、今週は、校舎内を活用した練習でした。



練習の様子①

練習の様子②

練習の様子③

(バドミントン部)

午後からはバドミントン部が練習していました。先週の大会では、男子ダブルスが準優勝となり全道大会を決めました。光陵中は大会のたびに成績を上げてきており、この日も今井先生の熱い指導が行われていました。



今日も熱い指導の今井先生

練習の様子①

練習の様子②

(テニス部)

12/10(日)の午前中の体育館では、テニス部が練習をしていました。胆振のトップクラスの實力を誇る光陵中。全道大会での上位進出を目指して、この日も山田さんの熱い指導が行われていました。



山田さんが全体に説明

山田さんの指示でボール打ち

サーブ練習も

【伊達中体育館の様子】

（バスケット部）

12/9（土）、午前中の体育館では、体育館半面でバスケット部が練習をしていました。現在の室蘭地区では、上位チームの力が突出していて、ちょうど中間の実力に位置する伊達中バスケット部は、上位チームとの差を少しでも詰めようと、練習が行われていました。



練習の様子①



練習の様子②



指示を出す金子先生

（バレー部）

先週の大会で優勝を飾った伊達中バレー部。次の大会まで少し期間が空くこともあり、少し余裕が出来たのか、カメラマンに対してポーズ。たまにはこういうのも！



カメラにポーズ



さあ、練習開始！



見守る加藤先生

（テニス部）

午後の体育館にお邪魔すると、テニス部が練習をしていました。この日は、合田さんも指導に当たっていただき、合田さんは夜、総合体育館で行われた伊達開来高校の練習にも参加していて、午後から連続して中高の指導をしていただきました。たいへんありがとうございます！



指導する山本先生

中高ダブルコートで指導の合田さん

選手の様子

(野球部)

12/10(日)、午前中の体育館では、野球部が練習をしていました。ピッチャーの投球練習が行われていて、阿部先生が各投手にスピードガンを持って球速を測定していました。

この日は岩佐コーチも練習に参加。バッターとして打席に入り、投球練習をするピッチャーのサポート役を務めてくれていました。



球速を測る阿部先生

練習の様子

バッターとなる岩佐先生

【総合体育館の様子】

(合同練習の様子)

12/9(土)、午後より総合体育館(サブ)では、卓球の合同練習が行われていました。卓球の合同練習は人数も多く、そして指導者も多いことから、いつ見ても圧巻です。この日は翌日の大会に向けて、個人の課題を設けながら、ゲーム中心の練習でした。



常に大人数の合同練習

色々なところでアドバイスが

いつ見ても圧倒されます

(大会の様子)

12/10(日)の大会当日、やはりインフルエンザが流行しているからでしょうか? かなりの欠席があり、前日合同練習に参加していた選手でも、欠席している状況で、ダブルスでは急遽組み換えがあり、欠席した生徒の代わりに、地域指導者の方々が、生徒と組んでダブルスに参加してくれました。



開会式の様子

寺島コーチは女子選手と参加

山下コーチは男子選手と参加

【12月13日掲載】

【光陵中の様子】

（陸上部）

12/12（火）、光陵中陸上部は、顧問の宮崎先生からの要望もあり、初の総合体育館のトレーニング室を活用した練習に取り組みました。

事前にトレーニング室を管理している道南スコーレに相談して、ちょうど部活の時間は、トレーニング室がすいている時間なので、ぜひ活用してほしいとのことで、練習メニューも紹介していただき、練習に取り組みました。

生徒たちは、楽しそうに、そして真剣にトレーニングに取り組んでいました。光陵中陸上部では、3学期も何度かトレーニング室を活用した練習に取り組む予定です。



楽しみながらトレーニング①

楽しみながらトレーニング②

宮崎先生は真剣です！

（バドミントン部）

12/16（土）の午前中の体育館では、バドミントン部が練習していました。この日は、地域指導者の小笠原さんも指導に加わって、今井先生と小笠原コーチの熱い指導が行われ、体育館の中は熱気ムンムン状態でした。



小笠原さんが練習に参加

熱い指導が・・・！

こちらでも元祖熱

(バレー部)

12/9 (土) の午前中の体育館には、3年生の引退試合ということで、1・2年生は全員集まっていたのですが、今週 12/16 (土) 午後の体育館を覗くと、3人しか集まっていませんでした。伊達中が学校閉鎖になるくらいインフルエンザ等が流行っているの、光陵中にも影響が出ているようです。

ただ、「継続は力なり！」という言葉があるように、合同練習の様子を見ている、休みの多い人と少ない人の力が、少しずつ開いて来ているので、健康管理をしっかりし、コンディションを整えて、チーム全体の力を高めてほしいと思います。



3人は少し寂しい！

2対2が練習の中心

当然松下先生も参加

【総合体育館の様子】

(合同練習の様子)

12/16 (土)、午後の総合体育館 (サブ) の合同卓球の練習も、今日は伊達中が参加しないのと、光陵中の欠席者もいて、いつもより少ない人数での練習となりました。

しかし、その分、指導者の方々の人数分グループを作り、少人数による熱いグループ練習が行われていました。



指導者による多球練習①

指導者による多球練習②

指導者による多球練習③

【12月13日掲載】

【冬休み最初の土曜日の様子】

(伊達中バスケ部)

12/23 (土)、最初にお邪魔したのは、伊達中体育館でした。伊達中体育館では、バスケット部が練習を行っていました。来月の大会に向けて、練習時間が長くなるこの冬休みを利用して、チームのレベルアップを図っていくそうです。



来月の大会目指し練習 金子先生が練習の時間設定 今日は中谷 T も参加

(光陵中バレー部)

次の訪問したのが、光陵中体育館でした。光陵中の体育館では、3月に開催される各地区選出による選抜大会に向けて、女子の室蘭選抜の練習が行われていました。伊達市内からは、伊達中から3名、光陵中から1名の計4名が選ばれ、練習を行っていました。他の光陵中バレー部員は、練習のサポートに当たっていました。



室蘭地区から選手が集合 2チームに分かれて練習 光陵中の生徒がサポート

(陸上部：伊達中・光陵中)

午前中の総合体育館では、室内陸上の競技会が行われていました。小学生から高校生までが参加する競技会で、伊達中や光陵中の選手は、選手と参加する他に、役員の中島先生や宮崎先生の手伝いも行っていました。

室内ではありますが、総合体育館のメインアリーナ全面を活用して走路を作っていることから、久々に長い距離を全力で走ることが出来たのではないのでしょうか。



室内陸上競技会の様子① 室内陸上競技会の様子② 室内陸上競技会の様子③

(合同卓球の様子)

午後の総合体育館（サブ）のでは、合同卓球の練習が行われました。先週は、学校閉鎖のため光陵だけの参加でしたが、この日は伊達中も合流し、いつものかたちの合同練習となりました。

この合同練習には、うわさを聞き付けたのか、毎週どこかの学校や少年団、クラブチームの選手が参加するようになっていきます。この日は蘭越から参加した選手もいました。



塙コーチの指導

この日は前田先生も

齋藤先生も多球練習を指導

(光陵中バドミントン部)

午後の光陵中体育館では、バドミントン部が練習をしていました。この日は、東明中学校から選手が来校しており、光陵中の選手と一緒に合同練習をしていました。



東明中学校が練習参加 今井先生はいつもの調子で ダブルスとシングルスに分かれて

(伊達中バドミントン部)

伊達中の午後の体育館では、光陵中と同じくバドミントン部が練習をしていました。1月中旬の全道大会に、男女とも団体戦と個人戦で出場することから、この冬休みの練習期間で、もう一段レベルアップを図っています。



練習の様子①

練習の様子②

練習の様子③

【冬休み最初の日曜日の様子】

(光陵中テニス部)

翌日、12/24日曜日クリスマスイブ、午前中の光陵中の体育館では、テニス部が練習を行っていました。この日は、地域指導者の山田さんのみによる指導。体育館の玄関から出入りするようにし、校舎の中には入らないかたちで練習が行われていました。



(伊達中テニス部)

光陵中から移動して、伊達中体育館を覗いてみると、午前の伊達中体育館でもテニス部が練習をしていました。伊達中テニス部では、山本先生の他に 2 名の地域指導者の方が練習に参加していただき、複数体制での指導が行われていました。



外部指導者の方が球出し 山本先生は生徒と一緒に ことらでも外部指導者の方が

(光陵中野球部)

午後の光陵中体育館では、野球部が体育館全面を活用して練習を行っていました。この日はテニス同様、外部指導者の鈴木さんのみで指導。テニス部同様、体育館の玄関から出入りするかたちで練習が行われていました。

「今日、サンタさん来るのかな？」の質問に対して、光陵中野球部の選手の回答は、「来る？ 来ない？」が半々というところでした。



ステージに集合

練習開始

ダッシュに挑戦

(伊達中野球部)

光陵から移動して伊達中体育館を覗いてみると、伊達中体育館でも野球部が練習していました。この日は、中西コーチも練習に参加。選手に「今日サンタさんは来るの？」と何人かに聞きましたが、ニコッと笑って「来ます！」と答える選手が多かったです！



ショートバウンドの捕球

中西コーチも参加

阿部先生はマイクで指導

編集後記

4月、疑心暗鬼でスタートした「スポーツクラブ藍」ですが、気がつくと12月の終わりを迎え、まもなく新年を迎えることとなりました。まだまだ改善が必要な部分もありますが、選手の頑張り、顧問の先生方や地域指導者の方々の指導もあり、予想を上回る成果を上げることが出来ました。本当にありがとうございました！

冬休み中に全道大会や3学期早々大会を迎える部活動もありますが、素晴らしい成果を上げ、令和6年の素晴らしいスタートの口火、勢いをつけてくれることを期待しています。まだまだ、インフルエンザが流行っていますので、体調管理には十分に気を付けて下さい。

選手の皆さんや地域指導者等、関係各位に、4月より協力いただいたことに改めて感謝し、まもなく新年を迎えますが、良いお年をお迎えください。令和6年もよろしくお願い致します。