

足達が首位打者、見目主将はベストナイン リーグ最終節で連勝 硬式野球部



▲首位打者の足達太郎(左)と主将の見目雅哉

今春から5年ぶりに6校による2戦先勝の勝ち点制に戻った首都圏大学野球の1部リーグ。城西大は最終節の帝京大学に連勝して5位で1部残留を決めた。5位ながら連敗は優勝した日本体育大学だけで、5勝8敗(勝率3割8分5厘)となり、8校による戦勝率割った昨秋の勝12敗(1割4分3厘)を大きく上回った。足達太郎(現代政策3)が打率4割3分1厘で首位者に輝き、足達とともに吉の目目雅哉(経営1)もベストナインに選ばれた。新人3投手がデビューし勝ち星も増えた。

左投手の足達は左投げ左打ちのトップバッター。「塁に出てチャンスを広げる役割が出来た」とリーグ戦を振り返る。冬期練習で1日1000本以上、バットを振

り込んだことで体が鍛えられ、スムーズにバットが出るようになったという。秋に向けてはもっと打率を上げてチームに貢献したいと、きっぱりと選手の見目は、監督もリーグ2位だった。ベストナインが複数出たのは、リーグ史上初めてのことだ。7年ぶりのことだ。

硬式野球部は今年、昨日の自勝を越える「下剋上」をスローガンに頑張ってきた。見目は練習にも一生懸命を出し、たとえ手応えを感じていない様子でも同じようなレベル。自分たちの野球が出来れば上位食い込めると言葉に力をこめる。小原重雄監督は「選手個々の力は十分にある。取りそこなう戦目を取るべく進化を遂げて戦いたい」と話している。

5位ながら明るい兆しも

城西大学 Sports
夏学期
2016年 7月 vol.26
城西大学の歴史は創立者・水田三喜男先生
発行所 〒350-0295 埼玉県所沢市けさ台1-1 城西大学

記者募集
記事を書いてみませんか。初心者でも大丈夫です。新聞記者経験がある職員が取材・書き方を基本から指導します。留学生も「学生記者」として活躍しています。興味がある学生、やる気がある学生、大歓迎です。写真、イラスト、漫画などでも協力してくれる学生もぜひ参加してください。

連絡はこちらまで j-sports@josai.ac.jp

400メートルハードル 渡部が金メダル!

第17回アジアジュニア陸上競技選手権大会が6月3~6日、ベトナム・ホーチミン市で開かれた。日本代表として出場した渡部佳朗(経営2)が400メートルハードルで優勝、見事に金メダルを獲得した。上田未奈(経済2)も1500メートルで銀メダルに輝いた。渡部は7月9~24日、ポーランド・ビドゴシチで開かれるU20世界陸上競技選手権大会(世界ジュニア)に日本代表として出場する。また、5月19~22日に横浜市で開かれた第95回関東学生陸上対抗選手権大会(関東インカレ)では、上田が1500メートルで悲願の初優勝を果たした。男子は渡部と400メートルの佐藤孝太郎(経営4)が2位になるなど10年連続の1部残留を決めた。

アジアジュニア陸上 U20世界陸上の日本代表に

上田は1500メートルで銀



▲メダルを手に笑顔の上田未奈

準備の上田は「1位との差が1秒しかなくて、あと少しというところで優勝を逃したのでも悔しい。しかし、2位として結果を残せたことはよかった」と安堵の表情。「今回初めて海外レースで、準備がたかたかあったので、それをこれから生かしていきたい」とこれからの女子駅伝部を担う存在として頼もしい言葉を述べた。

【高桑霞美】

初海外レースで優勝を飾った渡部佳朗。決勝タイム50秒86は、関東インカレで出した自己ベストの49秒96には及ばなかったが、優勝という結果には「安心が大きかった。自分の競技は最終日、周りのメンバーが入賞、優勝していく中、喜びの半面、レースもかなりホッとした。表彰台の一番で聞いた『君代』が、とても印象に残っている」と喜びを語った。

好調が続いている理由について渡部は「準備が揃っている」と話している。

佐藤がリオ五輪代表候補に 現役では初の五輪選手に

佐藤孝太郎(経営4)がリオデジャネイロ五輪の陸上男子4x400メートルリレーの代表候補に決まった。リレー種目は7月10日時点で、世界ランキング上位16カ国に出場権が与えられる。6月20日時点で日本は14位で、3カ国以上が日本の記録を上回らなければ出場が決まる。出場すれば、運動部の現役で初の五輪選手となる。佐藤は今年10月の日本選手権の400メートルで5位だったが、昨年は2位に入り、8月に開かれた世界陸上北京大会の同リレーの代表にも選ばれていた。

秋の日本ジュニアで、前半からの積極的な走りの感覚をつかんだ。積極的に行きつづもりラックスして走れていることが、今シーズンのレースに生きていると話す。世界ジュニアについては「目標はメダルの獲得。積極的なレースをして上位の選手に食らいつづいていきたい」と抱負を語った。

【渡辺真輝】

「現役では初の五輪選手に」



▲関東春季リーグ準優勝の女子ソフトボール部

第11回関東学生ソフトボール春季リーグ戦は5月3~5日、坂戸市で開かれた。また第24回関東大会兼第51回全日本大学ソフトボール選手権大会(ソフトボール選手権大会)は、22日に神奈川県相模原市で開かれた。

男子は春季リーグ戦で5戦全勝で優勝を果たした。今シーズンで引退となる池田昭一郎(現代政策4)をはじめとする4年生の頑張りに加え、新1年生の活躍も力となった。選手県予選でも好調を維持。決勝では関東学院大学にコールド勝ちする。大学の近くでハイ

て優勝を決めた。女子は春季リーグ戦の最終戦、対山梨学院大学で、対山梨学院大学を運んでみてもうどうだろう。【岩内菜緒】



▲日本代表として打席に立つ榎本千波

女子ソフトボール部 榎本が東アジア杯に出場

主将の榎本千波(経営4)が韓国・益山(益山)で6月9~12日に開催された第5回東アジアカップ女子ソフトボール大会に日本代表として出場した。日本代表チームは予選を1位通過したが、決勝で中国に1-0で敗れ5連覇を逃した。榎本は「前回大会まで連続優勝していたものの今回優勝を逃してしまい、

でも悔しい」と感想述べ、「現役生活も残りわずか。自チームでの日本一を最終目標なので、今回の経験を生かしチームに良い影響を与えられるよう頑張っていきたい」と今後の抱負を述べた。

【岩内菜緒】

「Jスポ」の存在を知ったのは高校生の時、大学のオープンキャンパスで手にしたのがきっかけだった。スポーツに打ち込む学生にフォーカスした学生新聞に興味を持ち、入学後は一読者として毎号楽しみに読んでいた。

大学では選手を支える立場としてスポーツに携わっていたが、なかなかうまくいかず1年足らずで辞めてしまった。目標を見失いかけていた時、今春卒業した学生記者の吉田美咲さんに「Jスポに

女子は惜しくも準優勝 男子が全勝優勝



▲関東春季リーグ優勝の男子ソフトボール部

毎回感想をくれる読者がいるから頑張れる

「Jスポ」の存在を知ったのは高校生の時、大学のオープンキャンパスで手にしたのがきっかけだった。スポーツに打ち込む学生にフォーカスした学生新聞に興味を持ち、入学後は一読者として毎号楽しみに読んでいた。

大学では選手を支える立場としてスポーツに携わっていたが、なかなかうまくいかず1年足らずで辞めてしまった。目標を見失いかけていた時、今春卒業した学生記者の吉田美咲さんに「Jスポに

入っていない」と声を掛けていただいた。しばらくスポーツにかかわることを意識的に避けてきた私にとって、それは挑戦だった。しかし、このまま何もやらずに大学生活を終えるのもいやだった。やりがいを見つけたかった。悩んだ末、入部を決意した。大学2年の終わり。遅いスタートだった。

入部してもう半年が過ぎた。Jスポの活動は主に個人だ。大会に出向き、選手たちの頑張る姿をカメラに収め記事に起こす。私は選手の力にはなれないが、多くの人に城西大学のスポーツを広めることはできる。読み手のことを考えた記事を書くことは容易なことではないが、毎回感想をくれる読者がいるから頑張れる。

Jスポはスポーツに打ち込む学生と一般学生をつなぐ場所だ。多くの人にとってもらえるJスポを目指して、これからも支えてくれる周りの人に感謝しつつ卒業まで記事を書き続けたい。

【高桑霞美】

取材スタッフ

編集長 松岡史史 (薬学部4年)
 巻頭 杉本仁美 (薬学部4年)
 西村健太郎 (薬学部4年)
 岩井田成美 (薬学部4年)
 岩内菜緒 (経営学部3年)
 渡辺真輝 (経営学部3年)
 高桑霞美 (経営学部3年)
 本間貴久 (薬学部3年)
 本多里菜 (薬学部3年)
 足田彩海 (経営学部2年)
 渡邊春花 (経営学部2年)

アドバイザー

知見寺美紀 (2014年度卒業)
 吉田美咲 (2015年度卒業)
 佐川由紀 (2015年度卒業)

Jスポフェイスブックはこちら
<http://www.facebook.com/JOSAISPORTS>

4年連続20回目の出場「アミノバイタル」カップ 関東大会へ



▲対平成国際大学戦の先発メンバー

「アミノバイタル」カップ2016は、4月24日の県予選決勝で埼玉工業大学にPK戦で敗れたものの5月28日の北関東とのプレーオフで群馬大学に4-2を勝利。6月25日から始まった関東大会兼総理大臣杯全日本大学サッカー選手権大会予選に4年連続20回目の出場を決めた。

一方、連朝中の県予選1部リーグ前期は開幕戦となった5月1日の獨協大学戦、第2節の駿河台大学戦に勝利する好スタートを切ったが、第3節の文教大学戦と第4節の共栄大学戦に連敗。第5節の尚美学園大学戦には勝利したものの第6節の埼玉工業大学戦で星を落とした。しかし、最終節の6月19日の平成国際大学戦に勝利し、8チーム中3位で折り返した。勝ち点はトップの尚美学園大学とは3点差にまで詰めた。後期で逆転は十分可能だ。

狼山誠監督は「経験値の低い若いチームで取りこぼしもあったが、最後は追い込んでチーム力を強化していきたい」と話している。

サッカー部



▶4000m決勝。2位の佐藤太郎(右)と7位の堀井亮介

男子4000mは佐藤・堀井、加藤の関東インカレだからといって藤澤(経営4)の今年がラストに思い入れはなく、自分らしく走りたいという思いで、準決勝で10月1日開催された1600mインカレに向けて、市で開かれる日本インカレに向けてへと駒を進めた。佐藤は7月、ではインカレ、自分がかかると堀井は9月と迫られる外側の競技者として成長できたか確かめられなかった。最終コーナー付近で横並びになり、最終ストレートであと一歩及ばず、佐藤は46秒96、堀井は47秒81で7位と2位、堀井は47秒81で7位と2位をアテイルできたらうれしかった。

【岩内菜穂】

関東インカレ

陸上競技の関東インカレは、一面既報の通り、女子駅伝部の上田奈緒(経済2)が1500mで優勝(4分35秒)、1万1千500mで福居希希(現代政策3)が5位、和田春香(経営4)が6位とダブル入賞を決めた。陸上競技部は男子4000mで堀井亮介(経営2)が49秒96の城西大新記録で準優勝を挙げた。男子4000mで昨年ワンツーフィニッシュだった佐藤太郎(経営4)が準優勝、堀井亮介(経営4)も7位と順位を落とした。また連朝を追った1600mは4位で惜しくも表彰台を逃した。男子駅伝部は000mで中島公平(経営2)が4分08秒08の自己新記録で7位入賞、1万1千500mで菊地(経営4)が8位になった。男子は福居が2人で総合優勝、写真は高桑麗美

佐藤2位、堀井7位

日本インカレに向け意気込み「競技者として成長を」(佐藤)

5000mは吉吉の松村陣之助(経営4)、勢いのある中島公平(経営2)、ルキの中島貴弘(経営1)が出場した。上位入賞が期待された松村、前半は集団を引っ張ってレースを進めたものの後半からラジドが落ちて下位に沈んだ。そんな中、中島貴弘の走りを賞賛し、14分08秒08の自己ベストで7位入賞した。前半は思っていたのハイペースだった。ラストの1000mを意欲的に走った。ラストの1000mを意欲的に走った。ラストの1000mを意欲的に走った。

【高桑麗美】

男子駅伝部 粘って全カスパート 中島公平

5000mは吉吉の松村陣之助(経営4)、勢いのある中島公平(経営2)、ルキの中島貴弘(経営1)が出場した。上位入賞が期待された松村、前半は集団を引っ張ってレースを進めたものの後半からラジドが落ちて下位に沈んだ。そんな中、中島貴弘の走りを賞賛し、14分08秒08の自己ベストで7位入賞した。前半は思っていたのハイペースだった。ラストの1000mを意欲的に走った。ラストの1000mを意欲的に走った。ラストの1000mを意欲的に走った。

【高桑麗美】



▶1万1千500mを走り切る中島公平

中島 5000m 自己ベストで7位

菊地 1万1千500m 8位で意地見せる



▶5000m決勝。1位の和田春香(中央左)と和嶋香(中央右)

1500mは、勝負を意識したラストとなりスローペースで推移した。勝負がついたのはラスト1000m。上田奈緒(経営4)は、他の選手をぐんぐん突き去り、彼女の優勝。昨年7月の雪辱を肩に晴らしたスローペースだったので周りを見守る余裕があった。個人もチームも一度意識改革をして夏場の練習の取り組みたい。学生最後の駅伝で上位にいたいので、トップでゴールできたいので、目標を語った。これから駅伝シーズンに向けて始動する。今後の活躍に期待した。

【高桑麗美】



▶5000mで力をつける中島公平

和嶋香(経営4)が5分51秒で優勝、6位入賞した。福居は昨年1万1千500mを果したという順位を下げた。福居は昨年1万1千500mを果したという順位を下げた。福居は昨年1万1千500mを果したという順位を下げた。

【高桑麗美】



▶1万1千500mを走り切る福居希希(中央左)と和嶋香(中央右)

福居は5000m 8位、1万1千500m 5位 主将の和田が1万1千500mで6位

ソフトテニス部

3部優勝 2部昇格果たす



▶2部昇格を果たしたソフトテニス部

5月9、10の両日、千葉県・白子町で関東学生ソフトテニス春季リーグ戦が開催された。3部リーグの男子は、初戦の帝京大学戦を3-1で勝利。2戦目の文教大学戦には4-1、3戦目の千葉商科大学戦に5-0と快勝した。そして迎えた最終戦の東洋大学戦。西里・河野ペア、茂垣・櫻井ペアが立て続けに勝利したものの、3、4ペア目を落とした。しかし、吉田・前田ペアが死闘の末、5-3で勝利し、2部昇格を果たした。入れ替え戦では6位の順天堂大学と対戦。これ前しの部昇格を果たした。ソフトテニス部は、11部を所属チームがあり、昇格が大変なスポーツの一つだ。2部昇格を達成して、さらなる上を目指してほしい。

【岩内菜穂】

ゴルフ部

Dブロック優勝 笠原主将は最優秀選手



▶ゴルフ部のメンバー

5月17、18日に静岡県御殿場市の軍方ゴルフクラブで開かれた関東春季対抗戦のDブロック優勝。Cブロック優勝を果たした。対戦は6人が出場し、上位入賞のトーナメントで順位を決めた。そのうちの6人の部員で出場したゴルフ部主将の笠原隆輝(経営4)は149ストロークで最優秀選手に輝いた。笠原は「人数は少ないが、個々にいい選手が集まっているので、ちゃんと力を発揮すればその結果になる」と話していた。振りの良さ、自身のスコアについては「2日目の残り4ホールくらいでOBがあって力が尽きた。最後のOBは、歴代主将を務めた笠原三兄弟の末弟。秋は学生最後のシーズンとなる。いい思い出を残したい」と話している。

チームのポテンシャルを引き出しCブロック優勝

チャリリーダー部

「BLUE CATS」



▶「BLUE CATS」

「元気、勇気、笑顔」をモットーに城西のスポーツを盛り立てているのが、チャリリーダー部だ。写真、普段の活動場所は総合体育館の格技室。リスミカルにカナルを唱える声で補給する。彼女たちにもメールを送りたい。

【岩内菜穂】

Pharmacy×Sport

たんぱく質とアミノ酸スコア

普段から体を鍛えている選手たちは、一般的な生活をしている人たちよりも多くのエネルギーを消費するため、食事量もずっと多くなります。しかし、何をどれだけ摂りたいのでしょうか。栄養素は大きく分けるとたんぱく質、炭水化物、脂質に分けられ、三大栄養素と呼ばれています。今回はたんぱく質に焦点を当てます。

たんぱく質は、普段普通に生活をしている人でも1日に体重1kgあたり1.2gは摂った方が良いと言われています。体重60kgの人なら60g。60gという量は、納豆、豆腐などに換算するとそれぞれ約10個です。1日にこれだけの量は食べられません。そこで考えたいのが、アミノ酸スコアです。

アミノ酸スコアとは、食品に含まれているたんぱく質の栄養価を表したもので、9種類の必須アミノ酸の含有量を数値化、上限は100点です。点数が高い食品ほどアミノ酸をバランス良く含んでいるということになります。良質のたんぱく質と言えます。このアミノ酸スコアが高いタンパク質をバランスよく摂ることが健康で若々しい体をつくる秘訣となります。

肉、魚、乳製品、卵など動物性のタンパク質のアミノ酸スコアは多くが100点です。これに対し、白米と小麦の場合は65点と37点で、両方とも100点には至らず、不足しているアミノ酸を他の食材で補う必要があります。白米に合うのが大豆です。小麦やトウモロコシにも豆類が含まれます。世界各地で先人たちは、伝統的な食の組み合わせで欠けたアミノ酸を補い合い良好なたんぱく質を摂ってきたのです。

【松岡遊史】

全日本大学駅伝対抗選手権 関東選考会

出場権内まであと30秒

第48回全日本大学駅伝対抗選手権大会の関東選考会が6月18日、さいたま市駒場運動公園陸上競技場で行われた。男子駅伝部は総合12位で、上位9校までの出場権を獲得することはできなかった。9位まであと30秒という結果だった。

和嶋香(経営4)が5分51秒で優勝、6位入賞した。福居は昨年1万1千500mを果したという順位を下げた。福居は昨年1万1千500mを果したという順位を下げた。福居は昨年1万1千500mを果したという順位を下げた。

【高桑麗美】