

関東大学女子駅伝 昨年を上回る5位でゴール

第22回関東女子駅伝対校選手権大会は9月25日、千葉県印西市の千葉ニュータウン中央公園コース(6区間30・6区)で行われた。昨年の6位を上回る5位となり、10月30日に宮城県仙台市で行われた第34回全日本女子駅伝対校選手権大会に22年連続3回目の出場を果たした。

22年連続23回目 全日本選手権に出場



トップを快走する1区・上田

1区・上田は 区間賞

1区の上田未奈(経済2)は落ち着いた走りで行った。2区の高沢真歩(現代政策2)は順位を上げて、3区の小笠原晴季(経営1)に順位を渡す。小笠原は区間2位の走りで順位をキープし、4区・三ツ木桃香(現代政策1)へ。三ツ木はペースを落とさず走り、順位を一つ落としたが、3位で5区の佐光菜々子(医療栄養1)へとつなげた。3・5区は駅伝デビューの1年生3人の繰り出しとなった。佐光は順位を三つ落とし、6位でアーカーの福居紗希(現代政策3)に最後を託した。福居は粘りの走りで、順位を一つ上げてゴールした。

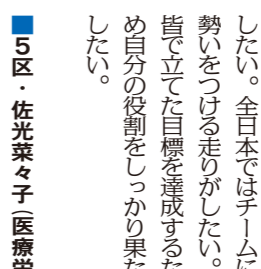


Table with 2 columns: Rank, Name (Year, Department). Rows include 1区 (4.6km) and 2区 (4.5km).

2区・高沢真歩 現代政策 区間3位

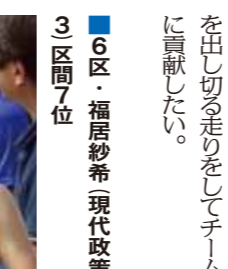


Table with 2 columns: Rank, Name (Year, Department). Rows include 3区 (3.3km) and 4区 (5.8km).

2区の高沢真歩(現代政策2)は順位を上げて、3区の小笠原晴季(経営1)に順位を渡す。小笠原は区間2位の走りで順位をキープし、4区・三ツ木桃香(現代政策1)へ。三ツ木はペースを落とさず走り、順位を一つ落としたが、3位で5区の佐光菜々子(医療栄養1)へとつなげた。3・5区は駅伝デビューの1年生3人の繰り出しとなった。佐光は順位を三つ落とし、6位でアーカーの福居紗希(現代政策3)に最後を託した。福居は粘りの走りで、順位を一つ上げてゴールした。

3区の小笠原晴季(経営1)は順位を上げて、4区・三ツ木桃香(現代政策1)に順位を渡す。三ツ木はペースを落とさず走り、順位を一つ落としたが、3位で5区の佐光菜々子(医療栄養1)へとつなげた。3・5区は駅伝デビューの1年生3人の繰り出しとなった。佐光は順位を三つ落とし、6位でアーカーの福居紗希(現代政策3)に最後を託した。福居は粘りの走りで、順位を一つ上げてゴールした。

4区・三ツ木桃香(現代政策1)は順位を上げて、5区・佐光菜々子(医療栄養1)に順位を渡す。佐光は順位を上げて、6区・福居紗希(現代政策3)に順位を渡す。福居は粘りの走りで、順位を一つ上げてゴールした。

5区・佐光菜々子(医療栄養1)は順位を上げて、6区・福居紗希(現代政策3)に順位を渡す。福居は粘りの走りで、順位を一つ上げてゴールした。

6区・福居紗希(現代政策3)は粘りの走りで、順位を一つ上げてゴールした。

私は2年生の時に、友人の強引な勧誘に根負けし、渋谷「城西大学スポーツ」(Jスポ)に参加した。参加当初は、記事の書き方など全く分からず非常に困惑した。しかし、教職員のスタッフの方などからの丁寧なサポートを受け、少しずつ記事が書けるようになっていった。これまでに野球部やソフトボール部、柔道部、剣道部の記事の作成にかかわったが、最も印象に残っているのは、硬式野球部の取材だった。小原沢監督自ら我が々のために時間を割いて下さり、質問にも丁寧に答えていただいた。また、選手たちも...

関東大学リーグ昇格戦に出場 サッカー一部

前期を3位で折り返した埼玉工業大学は、6勝1分の無敗で昇格争いを果たした。10月29日の関東大学リーグ昇格戦で3度目の関東大学リーグ2部入りを目指した。後期は快進撃が続いた。9月4日の第8節・独協大学戦は6-1と大勝利。好スタートを切った。同日の第9節の相手は文教大学。1-0で返すと、同日の第10節・共栄大学戦も4-1で快勝。同25日の第11節・駿河台大学戦も4-1と2勝を挙げ、無敗で優勝を決めた。この時序、順位は勝点を決め、2位に上がった。10月1日の埼玉工業大学戦は前半1点を先行されたものの、後半、主将の星野尚希(経営4)が2ゴールを挙げ、引き分け持ち込んだ。そして10月9日に迎えた順位争いの相手は文教大学。1-0で返すと、同日の第10節・共栄大学戦も4-1で快勝。同25日の第11節・駿河台大学戦も4-1と2勝を挙げ、無敗で優勝を決めた。この時序、順位は勝点を決め、2位に上がった。

Table with 2 columns: Name, Department. Lists staff and advisors.

新しい歴史に向けてリベンジの1年

第93回箱根駅伝予選会



金子元気(経営2)



山本竜也(経営3)

14年連続出場逸す

第93回東京箱根間往復大学駅伝競走(箱根駅伝)の予選会が10月15日、東京都内で行われた。城西大は目標タイムの10時間12分に大きく遅れる10時間19分10秒で総合12位となり、14連続14回目の本戦出場を逸した。出場した12人のうち3年生以下は9人だ。チームを去る4年生は、下級生たちにリベンジを託した。新たな伝統をつくる長い1年が始まる。【高桑霞美、写真も】

チーム力を上げて 箱根切符を 奪還を!!



菅 真大(経営3)



大石 巧(経営2)

Table with 3 columns: Rank, Name (Year, Department), Time. Lists individual runner results.

金子が学連チームのメンバーとして出場

予選落ちした大学上位1名が関東学生連合チームとして選出される。城西大からは金子がメンバーにエントリーされた。大学を代表して走る金子の箱根に注目した。



中島公平(経営2)

松村陣之助(経営4)

報告会から しっかりと受け止める

残念ながら今回、箱根駅伝に出られない事態となった。(1月)の箱根駅伝が記憶したところ、今年はやれるだろうという甘さがあったのかと感じている。今回は、予選会を経験する人と少なく、やはり簡単に言ってしまうと、結果として受け止めて、長い長い1年になると思う。これまで以上に頑張りたい。必ずや残った総勢60名の選手たちが、1年をかけてしっかりと受け止めてくれると信じている。



報告をする榎部監督

白幡晶 誠に残念な結果となりましたが、監督も言っているように、これから1年、心機一転、一からやり直して監督もコーチも鍛え上げてくれると思う。ぜひとも、こういう時こそ、大きな成長を今後とも目指して頑張りたい。

榎部陣之助 監督(経営4) チーム一丸となって戦ったが、12位というところで、本戦に出場できない結果となった。今回、4年生が走ったのは3人というところで、来年以降はかならずチームの底上げができると思うので、1年間頑張りたい。

陸上・日本インカレ

日本学生陸上競技対抗選手権大会（日本インカレ）は9月24日の3日間、埼玉県熊谷市の熊谷スポーツ文化公園陸上競技場で開かれた。男子400mの堀井浩介、男子400mハードルの鍛冶木峻、女子5000mの由未奈がそれぞれ5位に入賞した。男子1600mリレーは4位と健闘した。
【渡辺真輝・高桑霞美】

男子1600メートルリレー 追い込んで4位に食い込む



写真・高桑霞美

男子400mの堀井浩介（経営4）が46秒7で5位入賞した。男子400mハードルでも鍛冶木峻（経営3）が50秒88で5位入賞した。表彰白を担った男子1600mリレーは、一走堀井、二走渡部佳朗（経営2）、三走・加藤孝太郎（経営4）、アンカー・鍛冶木峻で臨んだ。三走まで上位争いを展開、鍛冶木は途中下がったものの、最後に追い込みを見せ、4位に食い込んだ。

部して本当に良かったと振り返った。

1600mリレーは、加藤の代わりにリオ五輪出場の前藤孝太郎（経営4）で出場した昨年の関東インカレで初優勝の快挙を達成した。400mの佐藤・堀井の両エースが抜ける来季、渡部、鍛冶木ら下級生の奮起に期待がかかる。

堀井
男子400m
決勝で戦えて良かった

堀井は「表彰白上がるのができず悔しい思いをしたが、決勝という舞台で戦え良かったと話した。4年間を振り返って日本代表にまで成長することができた。リオ五輪は行けなかったが、4年後の東京オリンピックには出場できるように精進していきたい」と語り、加藤は「関東インカレと日本インカレの1600mリレーで入賞できたが、表彰白に届かなかったと悔しい。4年間はとも完璧を目指していた。城西大学陸上競技部を誇りに思う。入賞できてよかった」と話した。

鍛冶木
男子400mハードル
また一つ成長できた

鍛冶木は「400mハードルでは、なかなか自己ベスト決勝に進出することができ、また一つ成長できた。急ぎ、リレーを走ることに、心の準備はできていなかったが、チームのために必死に走った。4位は日本インカレでの最高順位だったが、来季こそは皆で表彰白に立ちたい」と決意を述べ、渡部は「先輩たちと走る最後のマルリレーだったので表彰白に立つことができず悔しい思いをしたが、このメダルで走れて良かった。二走として満足して、来年度も応援よろしくお願いします」と語った。

男子400メートルの堀井、男子400メートルハードルの鍛冶木 ともに5位入賞



400m決勝で5位フィニッシュする堀井

硬式野球部 最下位に終わる 秋季リーグは3勝8敗、勝ち点で最下位の6位となり、1部残留をかけて2部リーグ優勝校との入れ替え戦に臨んだ。

秋季リーグは出だしから、初の東海大学戦にまさかの0-21で大敗。翌4日の2回戦も1-4で敗退した。続く松林大学戦、筑波大学戦と連敗が続く。なかなか白星が挙げられない。10月7日の日本体育大学戦の1回戦で、ようやく4-3と初勝利、1勝1敗持ち込んだ。

ゴルフ部 Cブロック残留決める

8月31日、9月1日に千葉県横芝町のカレドニオン・ゴルフクラブで開かれた関東秋季プロブロック対抗戦のCブロックで、6チーム中6位となり、Cブロック残留を決めた。対抗戦は人が出場し、上位5人のトータルスコアで順位を決める。Dブロックで優勝した春大を同じく6位以下の6人出場。Cブロック優勝はプロブロックを指したが、及ばなかった。悲願のBブロック昇格に向けて新チームがスタートする。

台風の影響でコースセッティングの難しさをあもって初

上田
女子5000m
粘りの走りで5位入賞

女子は5000m以上で上田未奈（経営2）が16分10秒18で5位入賞を果たした。福原紗希・現代政策3が14位、また、1方以外の和田書（経営3）は20位だった。今季、数多くのレースをこなした上田は「昨年1500m3位と表彰を飾ったが、今年は5000mに挑んだ。上田、福原ツトム、桃香とも序盤は良い位置、レースを進めたが、中盤から長い縦長となり、上田以外は置いてかれる形になった。上田は粘りの走りで5位に食い込んだ。」

「城西大学陸上競技部を誇りに思う」(加藤)

渡部 400メートルハードルで 7位入賞

6月に開かれたアジアジュニア陸上競技選手権大会の男子400mハードルで優勝した渡部佳朗は7月24日にポランド・ヒドフツで開かれた、20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した。

400mハードルは予選、準決勝と危むなく通過。決勝は上位入賞が期待されたが、5秒09で7位入賞だった。

自己ベストの49秒96には及ばなかったが、三走として出場した男子1600mリレーでは、5分47秒02で4位入賞に貢献した。



1600mリレー決勝でゴールする鍛冶木(左)

リオ五輪に出場して 佐藤孝太郎 4年後に向けて努力 雰囲気も空気も別次元の世界

リオ・オリンピックは初出場ということもあり、大変緊張をしました。周りの人たちからはオリンピックは違うと聞いていましたが、雰囲気も空気も盛り上がり方も全く違い、別次元の世界でした。今まで世界陸上やユニバーシアードなどたくさん世界大会に参加しましたが、それが小さく感じてしまうぐらいのスケールでした。

本番では走ることはできませんでしたが、日本チームとして戦っているのが、日本チーム最高のパフォーマンスが出るよう行動をしました。いつでも走れる準備はしておきました。

4年後に向けては、もちろん出場をしたいと思っています。ただあまりオリンピックを意識してしまうと、目の前から一つ二つ、目先の試合から結果を残して行きたいと思っています。東京オリンピックは、25歳で迎えます。陸上競技者としては最高のパフォーマンスができる年齢、こんないいタイミングでオリンピックが来るなんて本当に運がいいと思っています。オリンピックの借りはオリンピックでしか返せない。4年後に向けて努力をします。



▲8月27日開かれた東欧競技選手権大会で、千原佳輝、陸上競技部監督（右）と並んでリオ五輪出場を報告する佐藤

男女ソフトボール部

全日本大学選手権大会 男子ベスト8

8月26・28日の4日間、鹿児島県南州市の知豊平和公園で第51回全日本大学男女ソフトボール選手権大会が開かれた。男女とも大男子日本一を目指して健闘した。

男子は初戦の広島大学戦を2-10と白星発進、続く日本福祉大学戦は3回まで3点先取されたものの、4回裏に点の大量得点で逆転。その後も1点を争う激戦を展開して延長戦に突入した。8回まで6-16の同時9回表に日本福祉大が1点を挙げると、その裏、三番大野利典（経営4）のタイムリーが出て8-17で3回表に逆転した。準々決勝の相手は環太平洋大。準々決勝まで上のヒアンドを許しなかつたが、取れない。ようやく最終回5点を返して善地を見せたが、ベスト8止まりだった。環太平洋大はその後も勝ち上がり、今年の覇者になった。

一方、女子は1回戦の大阪大を3-5で退けると、2回戦の本城学院大を4-0で勝利。勝てた相手は勝進出がなかった。3回表に3点を許す苦しい展開。4回に1点を返したものの、後がつかず1-4で敗退。女子ソフトボール部の夏はベスト16で終わった。

男女とも目標としていた優勝に

薬学スキー同好会 競技会を目標に活動

薬学スキー同好会は、普段の練習は月に1回。主に体験やジャンプ力を鍛えるためランニングや縄跳びなどを行っている。シーズン中には魚沼大原スキー場で合宿を行っている。回数は、北里大学をはじめ、実践女子大学、昭和大学、千葉大、東京薬科大学、東邦大学、富山大学、新潟薬科大学、日本薬科大学、明治薬科大学などが参加しており、大会を通じて全開の交流も深めている。

メンバーは学業で忙

運動と脳の関係 ニューロンの数を増やす最大の要因

有酸素運動をすると、筋細胞からイリジンと呼ばれるホルモンが放出されます。このホルモンは、白色細胞に働きかけて脂肪を燃やすことによってエネルギーを産生させます。一方、脳の中では脳由来神経細胞因子(BDNF)を増加させます。BDNFは、神経栄養因子でニューロンの分化・成長に関係するほか、脳に栄養を送る血管の形成を促すことがわかりました。このことから、ものを覚えたり、認知能力を高めたりするのだろうと見られています。

また、運動によって交感神経が優位になりドーパミンやセロトニン、ノルアドレナリンと

来季の活躍に期待 女子はベスト16

全日本インカレベスト8の男子ソフトボール部

8月26・28日の4日間、鹿児島県南州市の知豊平和公園で第51回全日本大学男女ソフトボール選手権大会が開かれた。男女とも大男子日本一を目指して健闘した。

男子は初戦の広島大学戦を2-10と白星発進、続く日本福祉大学戦は3回まで3点先取されたものの、4回裏に点の大量得点で逆転。その後も1点を争う激戦を展開して延長戦に突入した。8回まで6-16の同時9回表に日本福祉大が1点を挙げると、その裏、三番大野利典（経営4）のタイムリーが出て8-17で3回表に逆転した。準々決勝の相手は環太平洋大。準々決勝まで上のヒアンドを許しなかつたが、取れない。ようやく最終回5点を返して善地を見せたが、ベスト8止まりだった。環太平洋大はその後も勝ち上がり、今年の覇者になった。

一方、女子は1回戦の大阪大を3-5で退けると、2回戦の本城学院大を4-0で勝利。勝てた相手は勝進出がなかった。3回表に3点を許す苦しい展開。4回に1点を返したものの、後がつかず1-4で敗退。女子ソフトボール部の夏はベスト16で終わった。

男女とも目標としていた優勝に

スキー経験なくても大歓迎!



文武両道の人

文武両道の人、周囲にいたことはないですか。運動もできて、勉強も出来るうらやましいと感じたことありませんか。運動をすると、学業成績が上がるというデータがあります。なぜそうなのか、運動と脳の関係が研究で明らかになってきました。

今まで、脳のニューロンの数は生まれた時に決まっており、その後は歳を取るにつれて減っていくと思われていました。しかし、現在ではさまざまな後天的要因で増えることが判明しました。脳を活性化させ、ニューロンの数を増やす最大の要因が運動なのです。

文武両道の人、周囲にいたことはないですか。運動もできて、勉強も出来るうらやましいと感じたことありませんか。運動をすると、学業成績が上がるというデータがあります。なぜそうなのか、運動と脳の関係が研究で明らかになってきました。

今まで、脳のニューロンの数は生まれた時に決まっており、その後は歳を取るにつれて減っていくと思われていました。しかし、現在ではさまざまな後天的要因で増えることが判明しました。脳を活性化させ、ニューロンの数を増やす最大の要因が運動なのです。



運動と脳の関係

有酸素運動をすると、筋細胞からイリジンと呼ばれるホルモンが放出されます。このホルモンは、白色細胞に働きかけて脂肪を燃やすことによってエネルギーを産生させます。一方、脳の中では脳由来神経細胞因子(BDNF)を増加させます。BDNFは、神経栄養因子でニューロンの分化・成長に関係するほか、脳に栄養を送る血管の形成を促すことがわかりました。このことから、ものを覚えたり、認知能力を高めたりするのだろうと見られています。

また、運動によって交感神経が優位になりドーパミンやセロトニン、ノルアドレナリンと



世界ジュニアに出場した渡部(左)、1600mリレー・メンバーと月刊陸上競技部提供

【巻幅仁美】