



さわやか

第 58 号

平成 22 年 6 月 発行

神奈川県高等学校体育連盟広報誌

高校総体開会式特集

～活躍した生徒たち～

県高校総体開会式に参加した高校生達の感想文を掲載いたします。

【選手宣誓】

竹迫 翔平（横浜創学館・空手道部）

今回、初めて県高校総体開会式に参加しました。高校総体は自分達3年には今までやってきたことの集大成の大会であるので絶対県予選を勝ち、沖縄で行われる『美ら島総体』に出てやるという気持ちでした。そんな大会の開会式の選手宣誓という大役をやらせていただけとは思っていませんでした。

選手宣誓をやらせていただけることになった時は嬉しい反面、自分で良いのかという不安がありました。しかし一緒に選手宣誓をやるのが同じ空手道部の廣瀬さんで顔見知りだったのでやりやすかったです。初めて2人で合わせた前日リハーサルではまず会場の広さに圧倒され、自分は重大な役目をやらせていただいたんだと改めて実感しました。実際に選手宣誓を2人でやってみると自分で練習してた時はしっかり暗記できていると思っていましたが、所々文章が抜けてしまい廣瀬さんに迷惑をかけてしまいました。リハーサルをやっていくうちにだんだん抜けなくなってきましたが、次の日の本番に不安が残りました。

開会式当日の朝の直前リハーサルでは2人とも緊張していましたが、間違えることなく完璧にでき、良い成功イメージを持ち本番に臨むことができました。本番が近づくにつれて開会式に参加する選手がぞくぞく来たので人の多さに緊張感が大きくなってきました。開会式が始まり、遂に自分達の出番の時になると緊張は最高潮に達していました。「しっかり練習したのだから大丈夫」と自分に言い聞かせました。本番の選手宣誓では廣瀬さんが少し文を短縮してしまいましたが臨機応変に対応してくれたので自分も臆することなくでき、自分としては大成功だったと思います。空手の試合とは一味違った緊張を経験でき本当に良かったです。

このような経験をする事ができたのは日頃から自分を支えてくださっている沢山の人のおかげだと思います。これからも感謝の気持ちを忘れずにしていこうと思いました。

今回このような貴重な経験をさせていただき本当にありがとうございました。



廣瀬 まり（光明相模原・空手道部）

この度は、選手宣誓という大役をやらせていただき有難うございました。選手宣誓をやるのが自分だと知った時、今までにそういう経験をした事が無かったので正直不安でいっぱいでしたが、県の代表として選んでいただいたので自信を持って自分らしく全力でやるしかないと思いました。寮では同期の仲間が竹迫君の言葉を言ってもらい一緒にやっているうちに同期の子も覚えてくれて水曜日から毎日自分のために練習に付き合ってくれました。日が経つにつれ緊張もしてきて、リハーサルでは最後の最後で成功し、良いイメージで次の日を迎えました。本番の日がやってきて、もう一度最後に確認して、その時のリハーサルでは2人とも完璧でした。けれど、開会式の始まる時間が近づくにつれ、人もどんどん増えていくし、この人たちの前で自分が選手宣誓をやるだけだと緊張してしまい、正直空手の大会より緊張しました。開会式が始まり、やっと自分の出番になり、自分の名前が呼ばれ、大きな声で返事をして前に出ました。もうその頃には緊張を通り越してやるしかないと思い、不

安などありませんでした。選手宣誓では、自分の言う言葉をとばしてしまいましたが、臨機応変に文を繋ぎ、その後も無事最後まで冷静を保ち、何事も無かったかのように言い終わりました。ここで最後まで何事も無かったかのように言い切れたのも、今までやってきた空手というスポーツで、いかなる時にでも冷静な判断で対処し最後までやりきるといふことに繋がっているのだと感じました。

ここで選手宣誓ができたことも、空手を今まで続けてきたからです。光明で大好きな空手ができていること、ここまで空手を続けてこれた事も全て両親や今まで支えてくれた周りの人達のおかげです。この選手宣誓をやらせていただいた事を通して、今まで深く考えたことがなかった「感謝の気持ち」を持つことができました。今後も光明で日本一を取るという目標に向けて一日一日全力で頑張っていきたいと思います。

有難うございました。

【アトラクション】

合同チアリーディングチーム一同
県麻生・県生田東・県金井・市高津
県住吉・日本女子大附高・県百合丘
日大・県横浜国際・県茅ヶ崎



勝村 華奈 (日大)

神奈川県内の高校10校総勢168名のチームで、総合開会式のアトラクションで演技をしました。初めてチームの仲間たちに会った時、「これだけ大人数でよい演技をしたらどれだけの感動を与えられるのだろうか、その反面、みんながひとつになって同じリズムで整理された動きができるのだろうか」私はそんな期待と不安で胸がいっぱいでした。

練習は全部で5回、人数が多いせいで連携がうまく取れず、フォーメーションがおかしかったり、演技がスムーズにいかなかったり。そして、コーチには何度も何度も同じことを注意させてしまうこともありました。しかし、練習会に参加するたびにチームメイトの名前と顔を覚え、激励しあって、チームがまとまっていくのを感じていました。そして、このチームでなら、絶対見てくださる皆さんに感動を与えられる演技ができるという強い気持ちで本番に挑みました。

本番の演技は大成功でした。1回しかない本番で練習以上の演技ができたのは、168名全員が1つの気持ちにな

れたからです。この演技を通して、チームの人数の少なさにも多さにも限界がないことを学び「チアリーディングが好き」という気持ちがあるだけで何人でも演技ができることを心と体で実感しました。そして、ともにがんばった仲間もできて、本当に楽しくて素敵な時間を過ごすことができました。

暖かい拍手をくださった選手団、保護者の方々、会場の皆様方、高体連の先生方、熱く指導してくださったコーチ、顧問の先生、そして168名の方々に言葉に出せないくらい感謝の気持ちでいっぱいです。

この演技を見てくださった皆さんの心に「元気・勇気・笑顔」を届けることができた、一生忘れることのない大切な演技でした。ありがとうございました。



我孫子 愛 (県茅ヶ崎)

高校総体のアトラクション演技に初めて参加させていただきました。168人で演技することは容易なことではなく、全員で合わせるのはとても大変でした。ですが、大変だった以上に多くのことを得ることができ、何より本番は168人全員がミスなく、とても楽しく演技することができました。アトラクションへの参加は、初めてのことだらけの私たちにとって本当に貴重な体験でした。協力してくださった方々、ご指導くださった先生方、発表の機会を与えてくださった高体連の先生方、本当にありがとうございました。また、機会があればぜひ参加させていただきたいです。

【放送】

手島 早紀 (鶴沼)

私は、今回初めて開会式に参加しました。

あいにくの雨で、入場行進が無くなってしまい、残念に思いました。

私の仕事だった放送は、式を進めていく重要な役割だったので、とても緊張しました。

式が始まっても、ずっと緊張していました。放送原稿をかんでしまったり、早口になってしまいましたが、先生のサポートなどのお陰で、中盤あたりからはだいぶ冷静になれました。

吹奏楽やアトラクションのチアリーディングも、とてもすごかったです。人数がとても多いのに、見事にそろっていて、楽しませてくれました。

今年、初めて参加させていただきましたが、とても良い経験になりました。私はもう高校3年生なので、来年

も放送をするということは出来ません。しかし、たくさんの方の前であの放送が出来たことは、とても良いことだと思います。

今回、この開会式に参加できて、本当に良かったです。ありがとうございました。



【救護係】

辻岡 友里恵（県二俣川看護福祉）

私は今回、初めて高校総体開会式に参加させていただきました。県内の様々な高校が集まっていて、選手の方々の顔を見ることができ、そしてそれぞれの高校の活躍を知ることができました。

今回の開会式の中で、特に印象に残っているのはチア部のパフォーマンスです。ここまで多く的人数で、そしてここまで素晴らしいパフォーマンスを見たのは、本当に初めてです。数々の大技や、少しも疲れた表情を見せない笑顔は、今でもはっきりと覚えています。あのパフォーマンスは、選手の方々の希望へと繋がったのではないかと思います。救護係として参加させていただいた私達も勇気づけられ、そして感動しました。来年も素敵なパフォーマンスが見れることを、今から楽しみにしています。

最後に、この開会式で怪我人や体調不良の人が出ることなく終わることができて、とても良かったです。これからは傷病者が出ることなく、大会が行われていけばいいと思います。今回は参加させていただき、本当にありがとうございました。



高倉 智穂（県二俣川看護福祉）

今年度も9名で高校総体開会式・救護係として参加させて頂きました。

昨年は、2名体調を崩してしまった方がいたので、今年は、1名も出ることなく無事終わることができたら良いなと思いながら参加させて頂きました。

当日はあいにくの天気でしたが、どの学校の生徒も、天気とは裏腹に大変晴れがましく輝いており、非常に素晴らしい開会式だったと思います。又、様々なユニホームや制服が、この式典で各々の学校の特徴を引き出して大変良かったです。200校あまりも集まると迫力があるなと感じました。

迫力を感じたということ他にも選手宣誓が素晴らしかったと思います。宣誓は、大変力強さがあり堂々としていて勇ましかったと思います。選手の声が体育館中に響き渡り思わず身震いしてしまいそうでした。凜とした大きな声の宣誓が印象に残りました。

吹奏楽の演奏は、百数人の息が合っていて感動しました。音楽のことはあまり存じませんが、一つ一つの音色が大変綺麗で聞いていて気持ち良かったです。特に国歌には威厳を感じました。

何と言っても一番会場にざわめきが起こったのは、アトラクションのチアリーディングだったのではないかと思います。躍動的な動き・高度な技術など、会場にいた方の視線を引き付けていたと思います。今年は昨年よりも近くで見ることができ、大変楽しむことができました。全体が上手にまとまっていて、応援の声にも勢いがあり選手の方々も頑張ろうという気持ちになれたことと思います。

今回全体を通して、沢山の貴重な物事を見させて頂いたことに感謝をしたいと思います。又、今年は1名も怪我・体調不良の方が出ず、大変嬉しく思います。

最後になりますが、大変貴重な経験をさせて頂き誠に有り難う御座いました。来年も傷病者が1名も出ることなく、無事に終わることを願っております。

【プラカード】

稲津 郁奈（県湘南）

第48回高校総体開会式で、私は行進の先頭をプラカードを持って歩くという大役を任せられました。不安や緊張もありましたが、当日を楽しみにしていました。しかし当日、天候に恵まれず、行進はありませんでした。各校個性豊かで様々な工夫がされている行進だと聞いていたので、少し残念でした。

開会式が始まると、神奈川県各校から選手が学校の代表として集まっているということもあり、どの選手も真剣な表情をしていて、会場の雰囲気にも圧倒されそうになりました。優勝杯返還では、各種目ごとに優勝校が紹介されました。珍しいスポーツも色々あり驚きました。

私にとって一番印象に残ったのは選手宣誓でした。大きな声で堂々と誓われた言葉一つ一つに私はとても感動しました。自分も大会に向けて精一杯努力しようと思いました。

アトラクションでは神奈川県チアリーディング合同チ

ムによるパフォーマンスが行われました。ジャンプのタイミングなどがピッタリ合っていて、感動しました。この日のために沢山練習して見せてくれたのだと思うと、演技はより一層素晴らしいものを感じられました。

今回開会式に参加できたことは、私にとってとても貴重な良い経験になったと思います。リハーサルを含め、お世話になった先生方、色々ありがとうございました。



【標旗保持】

蟹江 遼平（県湘南）

今回、初めてこの開会式に標旗係として参加させていただきました。

当日は雨で標旗の仕事がなくなるかもしれないと言われていましたが、リハーサルとは違った形ですが参加することができほっとしました。

選手宣誓は、二人とも堂々としていて迫力がありました。彼らの力強い声で自信に満ち溢れた姿に圧倒されました。

全体を通して最も印象に残っていることは、合同チアリーディングチームのパフォーマンスです。総勢100人以上の心が一つになった演技は、チアリーディングについてよく分からない私にも、そのレベルの高さを感じることができ、感動しました。また、はつらつとした姿に多くの選手たちが勇気づけられたと思います。

ただ、体育館で行われたため、各学校の行進の際の演技や吹奏楽の演奏を見れなかったことが唯一の心残りです。

長時間標旗を持って立っていることは、寒かったこともあり大変でしたが、近くでこの開会式を見ることができ、貴重な体験をすることが出来ました。本当にありがとうございました。

【受付・接待】

藏本 未来（鵜沼）

生憎の雨の中、私は初めて開会式に、受付・接待の役員として参加しました。今年が初めての参加ということもあり、戸惑いも多く、緊張がほぐれないまま補助役員として、多くの方の接待を行いました。

開会式が始まると、体育館いっぱいに並ぶ各学校の選手の方々を見て圧倒されました。選手宣誓では、代表の2人の力強さを感じると共に、いよいよ高校総体が始まるのだと改めて実感させられました。

開会式の中でも一番印象が強かったのが、アトラクションでの神奈川県チアリーディング合同チームのパフォーマンスでした。初めて生で見たチアリーディングの迫力と選手達一人一人の明るさに元気づけられ、ここまで息を合わせるために沢山の練習をしたのだろうと思うと自分も頑張ろうととても背中を押されるものでした。

今回、このような会場で受付・接待の補助役員として参加し、とても良い経験が出来たことを嬉しく思います。またこのような機会があれば進んで受けたいと感じました。一日、ありがとうございました。

【吹奏楽】

小松 明日香（横浜創学館）

私が高校総体開会式に参加したのは二度目でした。雨のため、スポーツアリーナでの開会式でしたが、外とはまた違った緊迫感で、各学校が胸を張って参加していて素晴らしいと思いました。

今回は同じ学校の生徒が選手宣誓をしていたので、親近感が湧くと同時に去年にも増して緊張感や迫力を感じました。

吹奏楽部として演奏するときは、他の学校と曲を合わせるのが難しかったです。その分やりがいを感じました。また、他校との音楽面での関わり合いが新鮮で楽しかったです。各学校の選手に対する吹奏楽部の熱い想いはそれぞれ同じだったと思うので、その想いが演奏から伝わってきて嬉しかったです。

アトラクションのチアリーディングは人数がとても多い中で、みんなの息がぴったりと合っていて、私も元気をもらうことができました。選手の方々もチームワークの大切さを改めて実感できたのではないかと思います。

選手の方々の中に吹奏楽部として参加することで、同じ「部活動に熱中する仲間」としての誇りを再発見することができました。みなさんには、各大会で精一杯頑張ってください。

最後になりましたが、今回このような貴重な経験の場を頂きありがとうございました。



安全対策委員会

委員長 桃木 祥（県瀬谷）

第48回県高校総体開会式救護結果報告

今年度の県高校総体開会式は、4月17日土曜日に雨の為県立体育センター（藤沢市・善行）スポーツアリーナに於いて実施されました。当日は、救急用品と担架等の資材を準備し、救護所として救護室の他に2カ所救護施設を置き、緊急時に備えました。救護所には、安全対策委員と毎年救護係として御協力戴いている県二俣川看護福祉高校の生徒JRC部員を配置、万に備え万全の体制を整えました。

今回は、傷病者は無く、安全対策委員会としては、今後も開会式での傷病者等『0』を目指し、予防を第一に考え高体連加盟校の先生方に前日からの体調管理、特に、『十分な睡眠時間』『食事と水分の摂取』等に御指導、御協力をお願いしていきたいと考えております。

平成22年度赤十字救急法一般講習会報告

日常生活における事故防止、手当の基本、人工呼吸や心臓マッサージの方法、止血の仕方、包帯の使い方、搬送などについて、学科と実技の講習を次のように行いました。

[日 時] 5月12日(水) 9:00~17:00
[会 場] 県立体育センター
(第一会議室・第二トレーニング場)
[参加者] 20名(女性8名・男性12名)
[講習内容] 午前 開講式
学科 赤十字救急法基礎講習
実技 心肺蘇生法
午後 実技 A E D講習
傷病者の観察
体位
保温
止血
運搬
包帯
基礎講習検定
閉講式

[講師] 赤十字救急法指導員
小泉 政貴・愛甲 祐二

受講者には、日本赤十字社神奈川県支部発行の「受講証」が交付されました。

平成22年度赤十字水上安全法一般講習会報告

水と親しみ、水の事故から人命を守るため、泳ぎの基本と自己保全、事故防止、溺れた人の救助、応急手当の方法などの知識と技術を特にプールでの事故防止を中心に次のように行いました。

[日 時] 5月12日(水) 9:00~17:00
[会 場] 県立体育センター
(第一会議室・屋内プール)
[参加者] 5名(女性0名・男性5名)

[講習内容] 午前 開講式
学科 赤十字救急法基礎講習
実技 心肺蘇生法、A E D講習
午後 基礎講習検定
実技 水慣れ
スーリングとフィンク
エレメンタリーバックstroke
泳がないで救助する方法
溺者の運搬
水中での気道確保
水中での体位の変換

閉講式

[講師] 赤十字水上安全法指導員
大友 伸二・福岡 真理

受講者には、日本赤十字社神奈川県支部発行の「受講証」が交付されました。



赤十字救急法・水上安全法講習会に参加して

(受講者感想文より)

後藤 功(慶応義塾)

普段、駅やデパートなどで救命行為を行うことは少ないかもしれないが、約20年前に祖父母が相次いで自宅で倒れた時、救急隊が来るまで何もできず、結果として2人も亡くなってしまったことを思い出した。とっさには何が出来るかは自分の判断と行動力によるが、こうした講習会で基本的な考え方や技術を一度でも学んでおけば、いざという時に大きな力になるだろうし、20年前のことも結果は同じであったとしても、今の気持ちとは違うものが持てただろう。

現在は運動部の顧問として、150名の部員と彼らの年間300日以上活動に対して責任を持つ身となった。日々の安全確認には最大の注意を払うようにしているが、大きなケガも時として起きてしまう。今回の講習で学んだことを、今後の活動に生かしていきたいと思う。

田部 葉子(県柏陽)

私は体育会系部活動の技術指導ができないので、事務的な面でしか担当の部活動に関わっていなかったのだが、今回この講習会を受講したことにより、技術指導をしなくても、また例えばその現場に居合わせなくても、負傷した生徒に何らかの処置が出来るのではないかと気づいた。また、普段AEDが「どこかに」ある、ということは知っていても、具体的な場所まで知らなかったのだが、今日以降は学校内でも意識して探すことになるだろう。その上、正直今まではAEDを使うのが怖かったのだが、今回実際に人形につけて使ってみることができ、そのことも今後の大きなきっかけになることとと思っている。

このように、たとえ基礎講習であっても、運転免許を取得する時くらいしか心肺蘇生法を学んだことがない私にとって、受講することにより意識を高めることができ、多くの知識を身に付けることができた。おそらく今後は、今までのようにあわてているだけでなく、冷静に事故、災害に向き合えるのではないかと思う。

松井 智美(生蘭高等専修)

大学3年のときに、消防署の講習を受けたが、今回の講習を受けて、毎年講習するべきだと感じた。AEDは、指示に従うだけだけれど、どの処置も冷静さが必要であり、どの程度的確にできるのかが大切だと思う。特に、学校現場では、傷病者だけでなく、周囲に多くの生徒がいながらの対応、処置となるため、周囲の生徒が、パニック等になることなく、迅速に行う必要がある。また、傷病者本人が登校するようになってから、登校しづらいなどというようにならないためにも、現場での冷静な対応、大事にしないような配慮が大切だと思う。

実際の講習会では、学科でも、実際に起こったことなどもふまえていたことから、時に「それが、うちの学校だったら」と鳥肌が立つ程の危機感を持つことができた。

実技では、なぜ、どうして、根拠ある説明があったり、学科で学んだことをそのまま実技でやっていただいたり、とてもわかりやすく、学ぶことができた。

養護教諭として、学校の中で、時に専門的な医学知識を求められたり、判断を任されたりすることがある。その時に、「知らない」「わからない」では済まないで、これからも、様々な講習会に参加していきたい。

勤務して、1ヶ月半程という短い間に、多くのケガ、そして救急車要請と、忙しい学校現場で、今回のことを活かしていきたいと思う。

今日はありがとうございました。

行事予定

- 全国高校総体・全国高校定通大会結団式
7月14日(水) 14:30~
於: 横浜西公会堂
- 関東高等学校水泳競技大会
7月25日(日)~27日(火)
於: 横浜国際プール(競泳・飛込) 【神奈川県】
相模原市立総合水泳場(水球) 【神奈川県】
- 全国高校ライフル射撃大会
7月28日(水)~31日(土)
於: つつがライフル射撃場 【広島県】
- 全国高等学校総合体育大会
7月28日(水)~8月20日(金)
於: 沖縄県
※詳しくは評議員会資料を御覧ください。
- 全国高校少林寺拳法大会
7月30日(金)~8月1日(日)
於: ビッグタートル 【埼玉県】
- 全国高等学校定時制通信制大会
7月27日(火)~8月20日(金)
於: 東京都・静岡県・神奈川県
※詳しくは評議員会資料を御覧ください。
- 全国高校ダンス大会
8月4日(水)~6日(金)
於: 神戸市文化ホール 【兵庫県】
- 赤十字救急員資格取得講習会
8月17日(火)、18日(水)、24日(火)、25日(水)
9:30~
於: 県立武道館
・申込締切 7月14日(水) 必着
・申込方法 申込書により、神奈川県高等学校体育連盟事務局宛に申込みください。
※教員だけではなく、加盟校の生徒であればどなたでもお申し込みいただけます。
生徒の方は往復はがきでの申込になります。

問い合わせ先
神奈川県高等学校体育連盟
電話 045(311)8817
FAX 045(313)2669
E-mail kotairen@pastel.ocn.ne.jp
<http://www.kanagawa-kotairen.gr.jp>