



# 頑張っていましょい!! 北海道小樽潮陵高等学校 女子排球部



平成28年度 全国高等学校総合体育大会バレーボール競技大会 北海道予選会 出場(3年ぶり14回目)

最終更新日 平成28年6月20日

## 全国高等学校総合体育大会バレーボール競技大会 北海道予選会 7ブロック決勝トーナメント戦 わずかに届かず! 予選グループ戦敗退

up 平成28年6月20日



6/14(火)~17(金) 函館アリーナ他 ☆全国高等学校総合体育大会バレーボール競技大会 北海道予選会(参加30チーム)  
予選グループ戦 × 小樽潮陵 0-2 札幌大谷 ※対戦チーム敬称略  
× 小樽潮陵 0-2 士別翔雲 0勝2敗 予選グループ戦敗退

およそ7か月前に突然転がり込んできたチャンスを懸命に手繰り寄せて掴んだ3年ぶりの高校総体(高体連)北海道予選会。残念ながら夢の舞台は2試合で終わってしまいました。でも、通用するしないは抜きにして今できる自分たちのバレーはできたのではないかと思います。そう、いわゆる敗者復活戦の1セット目がまさに自分たちの等身大のバレーでした。みんなすごく輝いていました。緊張してできることが何もできずに大舞台から去るなんてことにならなかったのが一番うれしいです。

3年生のバレーボールに対する直向きな姿勢があったからこそこの3年ぶり、そして現部員たちみんなの潮陵での全道大会初出場でした。後輩たちはその姿を見、その思いを感じて一緒に成長してくれたのだと思います。2年と3か月ありがとう。そしてお疲れさまでした。

これからは自分の未来のために頑張ってください。バレーボールをこんなに頑張れたのだから、勉強もきっと大丈夫! 大切な大切な2つ目の大きな花もきれいに咲かせてください!

2年と3か月、3年生たちを支えてくださったご家族のみなさまをはじめ、応援していただいたみなさまにお礼と感謝を申し上げます。本当にありがとうございました。引き続き、5名の進路実現に向けて応援をいただきますよう、今後ともよろしくお願いたします。





# 3年ぶりの全道大会へ！ 高校総体(高体連)支部予選会 準優勝！

全国高等学校総合体育大会バレーボール競技大会 北海道予選会出場権獲得(3年ぶり14回目)  
up 平成28年5月30日



最後に男女部員みんなで  
3年男子のみんな、2年2か月お疲れさまでした。

5/27(金)・28(土) 倶知安町総合体育館

## ○北海道高等学校総合体育大会バレーボール競技大会 小樽支部予選会(参加6チーム)

予選7チーム  
決勝7チーム

○ 小樽潮陵	2-0	岩内
○ 小樽潮陵	2-0	小樽商業
○ 小樽潮陵	2-1	小樽桜陽
× 小樽潮陵	0-2	双葉

1勝0敗

決勝7チーム進出

※対戦チーム敬称略

2勝1敗

準優勝

大会の内容はみんなが一番よく知っているし、とやかく言う気はまったくありません。本当にみんなよくやってくれました。とにかく3年生の引退がこの支部予選会ではなくて本当によかった…みんなの潮陵での全道大会初出場おめでとう！

どこのチームも懸命に頑張っているけれど、みんなもそれに負けまいと本当に日々一生懸命頑張りました。前3年生引退後からの約1年、現3年生がしっかりと部を牽引してくれました。現2年生はしっかりとついて行ってくれました。大会では頑張って練習で身につけたことを発揮できず、悩んだり苦しんだりしたこともあったと思います。怪我や故障をした人も少なくありませんでした。そのため大事な大会に出られなかった人もいました。基本・基礎の反復練習やボールを使わないトレーニングなども頑張りました。未経験者や中途からの入部者もいますが、そういった部員たちもみんないつもやさしく気遣ってくれました。まだまだいっぱいありますが、何より、いつもみんな仲良く、励まし合い、明るく、元気に、楽しくバレーボールに向き合い、バレーボールに励んでいたことがこの結果に結びついたのでと思います。

さあ、ご褒美の函館です。みんなの初めての宿泊遠征です。夢の舞台で小樽潮陵高校女子排球部のバレーをして来ましょう。みんなを支えてくれたたくさんの方への感謝を忘れず、また強化練習会などでいつもともに切磋琢磨したチームの子たちのぶんまで頑張って来ましょう。どこも強いチームばかりだけど委縮することなくみんなの「等身大」のバレーを。

いつも部員たちの活動を支えてくださっている保護者やご家族の方々、小さい頃からバレーボール指導に携わるとともに応援してくださっているみなさま、いつも日々の指導をいただいている本校の先生方と支えてくれる生徒たち…、部員たちを応援してくださっているみなさまに感謝の気持ちでいっぱいです。本当にありがとうございました。そして今後とも応援のほどよろしくお願いいたします。

## 今年度は7人の新入部員を迎えました！

up 平成28年5月6日

支部春季大会翌日という近年にない遅い日程だった今年度の部局集会でしたが、当日は7人の1年生が来てくれました。このwebページ下部にもあるように、総勢22名の小さな小さな力を結集して、6月の高校総体(高体連)全道大会出場に挑みます。

2日間+半日の強化練習会後の5/5(木祝)の新入部員歓迎会でしばし疲れを癒し、親睦が深められたものと思います(体調不良で1人欠けているのが残念)。

新入部員のみんなもこの集合写真のようにいつも笑顔で元気に明るくバレーボールを楽しんで欲しいです。

そして、誰からも好かれる人になってください。頑張っている人を応援してあげてください。苦しんでいる人を助けてあげてください。誰からも応援される人になってください。誰からも応援されるチームに…。



# 3年ぶり！ 支部春季大会 準優勝！ 高校総体(高体連)支部予選会 第2シード獲得！

up 平成28年4月25日



4/23(土)・24(日) 小樽潮陵高校体育館

## ○小樽・後志高等学校春季バレーボール大会 [上位大会なし] (参加6チーム)

予選リーグ戦

決勝リーグ戦

○小樽潮陵	2-1	小樽桜陽
○小樽潮陵	2-0	倶知安
○小樽潮陵	2-0	岩内
○小樽潮陵	2-0	小樽桜陽
×小樽潮陵	0-2	双葉

2勝0敗	決勝リーグ戦進出
2勝1敗	

※対戦チーム敬称略

準優勝

3年ぶりの支部春季大会準優勝は現チームでの地区・支部大会の最高位です。そしてそれは3年ぶりの全道大会出場ラインになります。高校総体(高体連)支部予選会でも継続してこのラインを越えられるように…みんなで力を合わせて頑張ろう！



## 過去5年で 最高位！ S Q杯バレーボール大会 第3位

up 平成28年4月7日

春休み強化練習会は、恒例の「スプリング・クイーンズ杯バレーボール大会」、参加6チームによる総当たりリーグ戦を2回行う形式で4/1(金)～3(日)の3日間、小樽桜陽高校体育館で行われました。

対 札幌北陵	2勝0敗(1回目○、2回目○)
対 札幌国際情報	0勝2敗(同×、同×)
対 札幌新川	1勝1敗(同×、同○)
対 小樽商業	2勝0敗(同○、同○)
対 小樽桜陽	1勝1敗(同×、同○)

※対戦チーム敬称略

6勝4敗(同2勝3敗、同4勝1敗)で 第3位！

日々の練習で出来ることがゲームでも出来て、また結果も伴い、自信になったはず。でも「まだだめだ」を忘れずに。目標はただ1つ!!

## 平成28年度 大会予定・結果一覧

平成28年6月19日現在

日時	会場	○地区・支部大会 → ☆全道大会	順位		備考
			○地区・支部	☆全道	
4/1(金)～3(日)	小樽桜陽高校体育館	*(非公式大会) S Q杯バレーボール大会	3位	-	参加6チーム
4/23(土)・24(日)	小樽潮陵高校体育館	○小樽・後志高等学校春季バレーボール大会 [上位大会なし]	2位	-	参加6チーム
5/27(金)・28(土)	倶知安町総合体育館	○北海道高等学校総合体育大会バレーボール競技大会 小樽支部予選会	2位	-	参加6チーム
6/14(火)～17(金)	函館アリーナ他	→ ☆全国高等学校総合体育大会バレーボール競技大会 北海道予選会	-	予選リーグ戦敗退	参加307チーム
9/11(日)	小樽桜陽高校体育館	○小樽市内高等学校バレーボールリーグ大会 [上位大会なし]	-	-	
10/1(土)	小樽桜陽高校体育館	○全日本バレーボール高等学校選手権大会 北海道代表決定戦 小樽地区予選会	-	-	
11/14(月)～17(木)	札幌市	→ ☆全日本バレーボール高等学校選手権大会 北海道代表決定戦	-	-	
12/10(土)・11(日)	余市町総合体育館	○小樽・後志高校新人戦バレーボール大会 [上位大会なし]	-	-	
1/9(祝)	小樽桜陽高校体育館	○北海道高等学校バレーボール新人大会 小樽地区予選会	-	-	
2/3(金)～5(日)	室蘭市	→ ☆北海道高等学校バレーボール新人大会	-	-	
2/12(日)	小樽桜陽高校体育館	*(非公式大会) 小樽・後志高等学校春季バレーボール大会	-	-	

↑ 小樽潮陵高校女子排球部を知りたい小・中学生は是非会場に足を運んで観戦してください！



# やった！おめでとう！ 北海道大学合格！

up 平成28年3月7日

このwebページ下部の「卒部生の進路状況」の欄で、先輩たちのバレーボールだけでなく、勉強の面での頑張りを紹介していますが、今年度卒部生が、北海道「最難関」看護学科である「北海道大学(医学部・保健学科<看護学専攻>)」に合格しました！

## 現顧問になってから、北海道大学合格は初の快挙！

学業とバレーボールの両方で大きな花を咲かせたのは本当に見事です。高いレベルでの勉強と部活の両立は本当に大変だったと思います。また診療放射線技師という目標に向け、確かな一歩を踏み出した卒部生もいます。きっと大丈夫！そしてこれからが大事！目標(夢)に向け頑張れ！先輩たちが学業でも素晴らしい結果を出していることは、現部員たちに勇気と希望を与えてくれます。本当におめでとう！そして、ありがとう！

2/12(日) 小樽桜陽高校体育館 \* (非公式大会) 小樽・後志高等学校冬季バレーボール大会 (参加5チーム)  
 リーグ戦(変則2セットマッチ) △小樽潮陵 1-1 小樽桜陽 ※対戦チーム敬称略  
 ×小樽潮陵 0-2 小樽商業  
 ×小樽潮陵 0-2 倶知安  
 △小樽潮陵 1-1 岩内  
**2分2敗で 第4位**

支部新人戦の12月移行に伴い、2月に引越しをして今年度から非公式大会(交流大会)となった支部冬季(旧秋季)大会は、次代を担う1年生が今後の大事な公式大会で緊張することなく、練習で培ったことを発揮できるようになるための練習の機会としました。5月の大勝負までに残された時間はあと3か月と少いです。これからも、みんな仲良く、励まし合って、明るく、元気に、楽しく、バレーボールをしよう！

1/9(土) 小樽桜陽高校体育館 ○北海道高等学校バレーボール新人大会 小樽地区予選会 (参加4チーム)  
 リーグ戦 ×小樽潮陵 0-2 小樽商業 ※対戦チーム敬称略  
 ×小樽潮陵 0-2 双葉  
 ○小樽潮陵 2-1 小樽桜陽  
**1勝2敗で第3位[地区予選敗退]**

今年度最後の全道大会に繋がる地区予選会は、残念なことに万全の状態では臨みませんでした。3日間の冬休み強化練習会で成長がうかがえた部分が大大会という緊張感にのまれ、緊張がほぐれるまで十分に発揮できなかったのが残念でした。ただ、まだまだ、もっともっとできるということはしっかり感じ取ってくれたのではないかと思います。総体支部予選会突破に向け、またみんなで楽しく元気にバレーボールをしよう！

12/12(土)・13(日) 余市町総合体育館 ○小樽・後志高校新人戦バレーボール大会 [上位大会なし] (参加7チーム)  
 予選リーグ戦 ○小樽潮陵 2-1 岩内 →決勝トナリ戦進出 ※対戦チーム敬称略  
 決勝トナリ戦 準決勝 ×小樽潮陵 0-2 双葉  
 3位決定戦 ×小樽潮陵 1-2 小樽商業  
**第4位**

良いところと悪いところがはっきりとした大会でした。今回の悔しさは次回のほねにして、課題はみんなで励まし合いながら、変わることはない日々の真摯な努力によってクリアしてくれと信じています。「一段抜かし」ではなく、また一段ずつ階段を昇っていきましょう。大会当日は遠方まで応援に足を運んでくださいましたみなさまに感謝申し上げます。今後とも応援よろしくおねがいいたします。

10/3(土) 小樽桜陽高校体育館 ○全日本バレーボール高等学校選手権大会 北海道代表決定戦 小樽地区予選会 (参加4チーム)  
 リーグ戦 ×小樽潮陵 0-2 小樽商業 ※対戦チーム敬称略  
 ×小樽潮陵 0-2 双葉  
 ○小樽潮陵 2-0 小樽桜陽  
**1勝2敗で第3位[地区予選敗退]**

1・2年生の新チームにとって、最初の全道に繋がる大会であるこの選手権(春高)地区予選会は、残念ながらあと一歩おぼず、3年がりの春高全道切符獲得はなりませんでしたが、次の挑戦となる1月の道高高校新人大会地区予選会に向け、収穫も多い大会となりました。会場へ足を運んでいただき、応援くださいましたみなさま、ありがとうございました。

### 平成27年度 大会結果一覧

日時	会場	○地区・支部大会 → ☆全道大会	順位		備考
			○地区・支部	☆全道	
4/1(水)~3(金)	小樽市総合体育館	* (非公式大会) 小樽・後志高等学校春季バレーボール大会	5位	-	参加5チーム
4/25(土)・26(日)	小樽潮陵高校体育館	○小樽・後志高等学校春季バレーボール大会 [上位大会なし]	5位	-	参加7チーム
5/22(金)・23(土)	小樽市総合体育館	○北海道高等学校総合体育大会バレーボール競技大会 小樽支部予選会	4位	-	参加7チーム
6/16(火)~19(金)	旭川市	→ ☆全国高等学校総合体育大会バレーボール競技大会 北海道予選会	-	×	(支部予選敗退)
9/12(土)	小樽桜陽高校体育館	○小樽市内高等学校新人バレーボール大会 [上位大会なし]	3位	-	参加4チーム
10/3(土)	小樽桜陽高校体育館	○全日本バレーボール高等学校選手権大会 北海道代表決定戦 小樽地区予選会	3位	-	参加4チーム
11/12(木)~15(日)	札幌市	→ ☆全日本バレーボール高等学校選手権大会 北海道代表決定戦	-	×	(地区予選敗退)
12/12(土)・13(日)	余市町総合体育館	○小樽・後志高校新人戦バレーボール大会 [上位大会なし]	4位	-	参加7チーム
1/9(土)	小樽桜陽高校体育館	○北海道高等学校バレーボール新人大会 小樽地区予選会	3位	-	参加4チーム
2/5(金)~7(日)	帯広市	→ ☆北海道高等学校バレーボール新人大会	-	×	(地区予選敗退)
2/14(日)	小樽桜陽高校体育館	* (非公式大会) 小樽・後志高等学校冬季バレーボール大会	4位	-	参加5チーム

～ 小樽潮陵高校女子排球部 F A Q ～



栄光の記録 ～全道大会出場回数～

平成28年6月17日現在

☆ 全国高等学校総合体育大会バレーボール競技大会 北海道予選会	14回	
☆ 全日本バレーボール高等学校選手権大会 北海道代表決定戦	10回	(含 南北分離開催大会)
☆ 北海道高等学校バレーボール新人大会	2回	



平日(月～金)の活動

体育館練習  
4～11月：週2または3日、12～3月：週3日  
トレーニング  
週2または3日 内容はランニングをはじめ、時期に応じて様々な  
休み(週1日程度)

平日の体育館練習は時間が長い分、平日より濃い内容となります。夏期は18時半までの約2時間半、冬期は18時までの約2時間、時期に応じたメニューをこなします。体育館練習のない日は基礎体力や筋力育成など、より高いレベルの技術習得のための器作りに励んでいます。



休日(土日祝,長期休業期間)の活動

体育館練習  
4～11月：3時間、12～3月：2時間15分～3時間  
試合期などに不定期で練習試合(チーム敬称略)  
平成28年度は 札幌白石、札幌東商業、札幌稲雲、札幌手稲、千歳、札幌旭丘、小樽桜陽、小樽商業などに出かけています。

休日の体育館練習は時間が長い分、平日より濃い内容となります。試合期や冬期は実践練習を増やすために、体育館練習が始まる前にアツを済ませたりします。また、不定期で練習試合を行います。本校に他チームを迎えたり、札幌などの市外へも積極的に出かけています。



強化練習会で鍛錬!

春休み(ｽﾌﾟﾘﾝｸﾞ・ｷﾞｰﾝｽﾞ 杯バレーボール大会) 4月1～3日(3日間)  
GW 5月3～5日(3日間)  
夏休み 8月3～6日(4日間)  
冬休み 1月4～6日(3日間)  
※日程・日数などは年度によって多少異なります

夏休みなどの長期休業やGWに、強化練習会に参加しています。北は稚内から南は函館まで、全道各地から小樽の公立高校や総合体育館に集って切磋琢磨しています。単純なゲーム練習だけではなく、バレーボール教室や大会形式の試合などもあり充実した内容となっています。

先輩に続け!

卒部生の進路状況(平成24～27年度卒部生)

平成28年3月31日現在

国公立大学 8名	北海道大学(医学部・保健学科<看護学専攻>) 札幌医科大学(保健医療学部・理学療法学科) 小樽商科大学(商学部・商学科) 北海道教育大学旭川校(教育学部・保健体育教育専攻) 弘前大学(農学生命科学部・食料資源学科) 石川県立大学(生物資源環境学部・食品科学科) 他
国公立大学短期大学部 1名	名寄市立大学短期大学部(児童学科)
私立大学 6名	立教大学(現代心理学部・映像身体学科) 北星学園大学(社会福祉学部・福祉心理学科) 北海道医療大学(リハビリテーション科学部・理学療法学科) 他
私立大学短期大学部 1名	北海道武蔵女子短期大学(英文学科)
高等看護学校 1名	市立小樽病院高等看護学院
専修・各種学校 3名	北海道医療専門学校(診療放射線学科) 北海道メテカル・スポーツ専門学校(柔道整復師学科) 他

楽しいことや好きなことだけやる...ということ、厳しい現実社会は許してはくれません。近い将来のための「1」は学業で「バレーボールはやって1」になることのない、でも限りなく1に近い2であることを忘れずに学業にも懸命に取り組み、卒部生たちは左記のような高い進路目標を実現させています。さらには国家試験に合格し、看護師や柔道整復師等として、すでに北海道医療の最前線で活躍している先輩も少なくありません。定期考査などに向けてはもちろん、学習時間をしっかり確保して練習予定を組んでいるので、学業との両立、進路目標の実現は自らの強い意志次第です。高い進路目標の実現に向け、バレーボールと学業の切り替えをきちんとすることで、おのずと未来の夢への扉は開かれます。日々「1」も「2」も全力で!!

PICK UP! **平成28年度入試**  
平成27年度卒部生：国公立大学2名、私立大学1名、私立大学短期大学部1名、専修・各種学校1名  
平成26年度卒部生：国公立大学1名



部員

平成28年6月18日現在

計：16名(うち マネージャー3名)  
2年生：10名(うち マネージャー2名)  
1年生：6名(うち マネージャー1名)  
途中入部者や初心者もいます。試合でコートに立つみんなの代表...それはこれから「よいどん」です。

高校総体(高体連)全道大会の後、3年生が引退し、次なる目標に向け、16名の新チームが始動しました。未来の自己実現のための学業とバレーボールの両方で大きな花を咲かせたい人は小樽潮陵高校女子排球部で2つの大きな目標達成に向かって一緒に頑張ろう!