



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



## 今年度は全道大会に2度出場しました!

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)  
平成28年度 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 出場!(4年ぶり11回目)

最終更新日 平成29年2月15日

Activity Log 2016 vol. 13

up 平成29年2月15日

2/12(日) 小樽桜陽高校体育館

\*(非公式大会) リーグ戦(変則2セットマッチ)

小樽・後志高等学校冬季バレーボール大会 [上位大会なし] (参加4チーム)

○ 小樽潮陵 0-2 倶知安  
△ 小樽潮陵 1-1 小樽桜陽  
△ 小樽潮陵 1-1 小樽商業

2分1敗

第4位

今年度も1年生に試合経験を積ませる良い機会となりました。1年生がみんなで必死に1つのボールを追いかけている姿は見ていた人々をやさしい気持ちにさせてくれました。すごく楽しい1日でした。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、大好きなバレーボールを頑張ってくれたらうれしいです。

Activity Log 2016 vol. 12

up 平成29年1月23日

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 (参加3チーム)

○ 小樽潮陵 2-0 小樽桜陽  
× 小樽潮陵 0-2 双葉

1勝1敗

準優勝[地区予選敗退]

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] (参加4チーム)

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

1勝2敗

第3位

※対戦チーム敬称略

## 残念ながら全道大会初戦の壁は敗れませんでした 素晴らしいプレーがたくさん出ました！ 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 1回戦敗退

up 平成28年11月21日

11/14(月)～16(水)・26(土) きたえーる他 ☆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(参加557-6)  
トナリ対戦 1回戦 × 小樽潮陵 0-2 市立函館

※対戦チーム敬称略  
1回戦敗退

地区予選会から1か月強、いつものように見学旅行をはさんでの調整となりましたが、男子部員たちのありがたい援軍のおかげもあり、この大会の直前にはいい状態に仕上がっていたと思います。

実際に大会でも、以前には見られなかったような素晴らしいプレーがたくさん見られました。その成長には私もびっくりさせられました。自分たちで話し合い(計画)→実行→話し合い(反省と計画)→実行→話し合い(反省と計画)→… 気をつけさえすればすぐにでも解消できるつまらないミスが少なくなってきました。たったそれだけのことで全道でも十分に戦うことができたということをお忘れずに、まだまだ、そしてもっともっと純粋にバレーボールを上手になりたいと思って、これからもみんなで、そしてみんなのためにバレーボールに励んでください。そうすれば間違いなく、まだまだみんなは成長できる(その成長の程度もスピードもみんなしだい)！

敗れましたが、本当に楽しいゲームでした。強化練習会などでも互いに切磋琢磨している市立函館さんというゲームができてよかったです(互いに成長してまた再戦できたらいいですね)。

大会当日、会場まで応援に足を運んでいただいたみなさま、ありがとうございました。

## 4年ぶりの「春高」全道大会へ！ 選手権(春高)地区予選会 準優勝！ 全日本バレーボール高等学校選手権大会 北海道代表決定戦出場権獲得(4年ぶり11回目)

up 平成28年10月3日



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(参加47-6)  
4-7 戦

○ 小樽潮陵 2-0 小樽桜陽 ※対戦チーム敬称略  
○ 小樽潮陵 2-0 小樽商業  
× 小樽潮陵 0-2 双葉  
2勝1敗 準優勝

この選手権(春高)地区予選会に向けての練習試合が荒天で流れるアクシデントなどもあり、実戦練習は決して十分だったとは言えませんでした、とりあえずなんとか間に合いました。4年ぶりの春高全道出場決定おめでとう！

今まで練習で頑張ってきたことが十分に発揮できず、試合内容的には不完全燃焼のまま終わってしまいました、ベンチに入っているマネージャーが他のマネージャー2人のところで大泣きするのを見て、本当によかったと胸を撫で下ろしました。

献身的に部活を支えていた3年生が抜け、新たな目標に向けて3か月半ほど頑張ってきた新チームですが、やはり絶対的な支柱が抜けたままの感が否めないままこの大会を迎えました。あらためて3年生の偉大さを感じたのではないのでしょうか？

みんなにとって初めての春高、そしてきたえーる。まだ約1か月半あります。まだまだいっぱいあるできないことを解消して、3年生がいた時の自分たちを超えていってください。そう、他人と比較するのではなく、おのおのが過去の自分を超えたところにみんなが見たことのない景色が広がっているはず。全道大会出場で満足することなく、伸びしろを伸びしろのままにすることなくこれからも真摯にバレーボールに向き合ひましょう。

大会当日は応援のための会場へ足を運んでくださったご家族のみなさま、軟式野球部のみなさん、また、貴重な自チームの練習時間を割いて練習試合をしてくださったチームのみなさん、そしていつも潮陵女子バレーボール部を応援してくだっているみなさん、ありがとうございました。今後ともご支援のほどよろしくお願いいたします。

## 新チーム初の公式大会 市内リーグ大会 準優勝！

の予定でした→ up 平成28年9月12日

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] (参加3チーム)

リーグ戦

○小樽潮陵 2-0 小樽桜陽  
×小樽潮陵 0-2 双葉

1勝1敗

※対戦チーム敬称略  
準優勝

いつものこととはいえ、中間考査直後の新チーム初の公式戦。結果云々抜きで、公式大会の緊張感を楽しめたでしょうか？ まだまだ選手権大会までの調整段階ではありますが、自チームの課題はもちろんのこと、他チームの状況など勉強することが少なくなかったと思います。あとわずか3週間弱。ここからは各自がこれまで自分を追い込めるかがチームの仕上がりを左右します。限られた時間の中で、可能な限り心身を成長させてください。弱い自分に負けるな！

新チーム発足にあたり新調したユニフォーム「白ユニ」も初陣でした。次は勝たせてあげたいね。

## 夏休み小樽強化練習会 参加

2016. 8. 4(木)・5(金) 於：小樽桜陽高校

の予定でした→ up 平成28年8月8日



夏休み恒例の強化練習会に参加しました。他校とのゲームは新チームになってから初めて…というより、自チームでのゲーム練習自体も8月に入って始めたばかりで、今回はみんなで頭と身体を一致させることが目的でした。(左の写真はバレーボール教室)

今回は大学のオープンキャンパスが重なり、予定より半日短い参加となったことなどもあってこの強化練習会中にやりたかったこと(当初の目的)をすべては消化できませんでした。近い未来のための方向性は見つけられました。あとは目標に向けてみんなで真摯にバレーボールに向かい合うのみ！

## 新しい仲間が加わり 17名に！

の予定でした→ up 平成28年8月8日

学校祭も終わり、本格的に1・2年生の新チームが始動しました。精神的な支柱だった3年生がいなくなりました。もう2年生は自分のことだけでいっぱいではだめですよ。きっとみんなもそうだったように、今、1年生が頼れるのは2年生だけです。心技体すべてにおいて1年生たちのよき手本となってください。わからないことやできないことを一生懸命教えてあげてください。一生懸命励ましてあげてください。みんなのため…それが自分自身のためになるはずですよ。

さて、本格的な始動とともに新たな仲間が増えました。いわゆる途中入部者(1年時部局集会にいなかった人)は118期生からなんと6期連続なんです。勇気を出してバレーボール部の扉を叩いてくれてありがとうございます！

10/1(土)の春高(選手権)地区予選会に向けて、これからの暑い季節をみんなで、そして全力で駆け抜けよう！

## 新チーム始動！ 審判講習会の受講とお手伝い！

2016. 6. 18(土) 於：小樽桜陽高校

up 平成28年6月28日

全道大会から小樽に戻って2日目、3年生が引退した新チームの「初仕事」は小樽協会の審判講習会。1年生は例年のように終日受講し、ルールや審判・記録(I F)などの勉強、2年生は午後からの実技講習のお手伝いとして小樽桜陽さんとのゲームに臨みました。

ルールや審判・I Fなどの勉強はバレーボールという競技の基本的な知識の習得・確認といった意味でもとても重要です。ルールも知らずに真剣勝負に挑むことなどできません。また、大会などでは線審・点示・記録(+リベロチェック)などに携わります。自分たちの試合も他のチームさんなどをお願いするのだから、みんなもきちんとできなくて迷惑をかけるわけにはいきません。さらには、練習試合などで(副審は欠けたとしても)試合をコントロールする主審が必要です。笛を吹くのはマネージャーがやってくれるに越したことはありませんが、選手はみんながしっかりとできるのがあたりまえです。

審判員さんがいないと大会は成り立ちません。こうした講習を受講するなどして審判資格を取り(更新し)、お休みの日を返上して(大会によっては仕事を休んで)みんなのために笛を吹きに来てくれています。感謝の気持ちを忘れてはいけません。みんなはほんのちょっとですが審判員さんや未来の審判員さんのために役に立てたと思います。今回は精魂ともに抜け殻状態の身体に鞭打っての審判講習会の受講やお手伝い、お疲れさまでした。

# 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 ロック決勝トナメント戦 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校-6)

予選グループ戦

× 小樽潮陵 0-2 札幌大谷  
× 小樽潮陵 0-2 士別翔雲

0勝2敗

予選グループ戦敗退

※対戦チーム敬称略

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わ。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、今後ともよろしく願いいたします。



# 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)

予選グループ戦  
決勝リーグ戦

○	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

決勝リーグ戦進出

※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ないよう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ありますが、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だと思います。  
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人たちへの感謝を忘れず、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して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ひいたします。

# 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

- 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

※対戦チーム敬称略

決勝リーグ戦

2勝1敗

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○)
- 6勝4敗(同2勝3敗、同4勝1敗)で 第3位！**

※対戦チーム敬称略

日々の練習で出来るの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(金)～3(日)	小樽桜陽高校体育館	* (非公式大会) 47チーム参加の全道大会	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]	準優勝	—	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	準優勝	—	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30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]	準優勝	—	参加3チーム
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	準優勝	—	参加4チーム
11/14(月)～16(水)・26(土)	きたえーる他	→ ☆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	—	1回戦敗退	参加55チーム
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]	3位	—	参加4チーム
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	準優勝	—	参加3チーム
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	—	×	(地区予選敗退)
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	4位	—	参加4チーム

# 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「卒業生の進路状況」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も紹介していますが、今年度卒業生が、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業生もいます。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月に引っ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か月と少しです。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、もっともって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、またみんなでも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ばねにして、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ると信じています。「一段抜き」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せず、3年ぶ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FAQ ～



栄光の記録 ～全道大会出場回数～

平成29年2月15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	11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

休み(週1日程度)

平日の体育館練習は割当てが隔週で変わります。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(強化練習会を除く)、

倶知安と自校体育館で、また、

札幌白石、札幌東商業、札幌稲雲、札幌手稲、千歳、札幌旭丘、札幌東、小樽桜陽、小樽商業 などへ出かけています。

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。試合期や冬期は実戦練習を増やすために、体育館練習が始まる前にアツス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。

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

北海道医薬専門学校(診療放射線学科)  
北海道メディカル・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...ということを、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「バレーボールはけっして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しだいです。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29年2月15日現在

計：16名(うち マネージャー3名)

2年生：9名(うち マネージャー2名)

1年生：7名(うち マネージャー1名)

途中入部者や高校からバレーボールを始めた人もいます!

高校密体(高体連)全道大会を最後に、3年生5名が卒部し、現在は1・2年生16名で活動しています。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!