

第3号

いきいき茨城ゆめ国体
HAND BALL 通信

茨城国体 2019 開催記念



関東学生ハンドボール秋季リーグ戦 (男子1部リーグ)

大学最高峰リーグがやってくる！ 学生たちの熱き戦いを目撃せよ！



彼らの合言葉は
「苦しい時こそ頑張る！！！」

写真提供 (株)スポーツイベント

いきいき茨城ゆめ国体2019

第74回国民体育大会

翔べ 羽ばたけ そして未来へ

HAND BALL



開 催 概 要



〔大会名称〕

茨城国体 2019 開催記念 関東学生ハンドボール秋季リーグ戦（男子1部リーグ）

〔開催日時〕

平成29年9月17日（日） 観客入場開始9：30～

〔会 場〕

常総市水海道総合体育館 茨城県常総市坂手町3552
TEL0297-27-1211

〔試合概要〕

第1試合	10：30～	明治大学	×	順天堂大学
第2試合	11：50～	早稲田大学	×	東海大学
第3試合	13：20～	国土舘大学	×	法政大学
第4試合	14：40～	日本大学	×	日本体育大学
第5試合	16：00～	筑波大学	×	中央大学

※2試合目終了後 歓迎式

3試合目終了後 茨城国体 PR ダンス披露

（茨城県立水海道第一高等学校、茨城県立石下紫峰高等学校 高校生）

〔入 場 料〕

無 料

〔主 催〕

関東学生ハンドボール連盟

〔主 管〕

いきいき茨城ゆめ国体守谷市・常総市・坂東市実行委員会

茨城県ハンドボール協会

いきいき茨城ゆめ国体2019

第74回国民体育大会

翔べ 羽ばたけ そして未来へ



ホームページ, SNS で
情 報 発 信 中 !

URL : www.kokutai-hand.com

 www.facebook.com/kokutai.hand

 @74kokutai

いきいき茨城ゆめ国体 守谷市・常総市・坂東市 実行委員会 事務局

関東学生ハンドボールリーグがやってくる！

今年度のいきいき茨城ゆめ国体守谷市・常総市・坂東市実行委員会の事業として、9月17日（日）に関東学生ハンドボール秋季リーグ戦（男子1部リーグ）を国体競技会場（少年男女）となる常総市水海道総合体育館で開催します！

県内小中高生に大学1部リーグの高い技術等を観戦してもらい、ハンドボールの競技力向上を図るとともに、競技人口の増加を目指します。また、ハンドボールを知らない方にもスピードとパワー両方兼ね備えたハンドボールの魅力を知ってもらい茨城国体ハンドボール競技を盛り上げるものです♪



各大学の注目選手は！？

各大学の注目選手に、アンケートにお答えいただきました。

【 内 容 】

1. チームの紹介（特徴）
2. ハンドボールをやっていて良かったこと
3. 忘れられない試合のエピソード
4. 一番意識しているトレーニング
5. これはやっておくべき中学生・高校生の練習方法
6. 茨城国体2019へのメッセージ



筑波大学 森永浩壽 170cm 茨城県 藤代紫水高等学校

1. 今年はディフェンスとオフェンスのバランスが取れていることと、選手層が厚いためメンバー交代しても Tsukuba quality を保った試合運びが出来ることです。
2. ハンドボールは走・投・跳を含む様々な運動要素が必要なスポーツです。ハンドボールをやっているおかげで他のほとんどのスポーツができるようになりました。体育の授業で人気者になれますよ（笑）
3. 函館インカレの早稲田戦です。延長までもつれた末に負けてしまって、ベンチで応援しかできなかったのが悔しくてよく覚えています。
4. 私はサイドプレーヤーなので、サイドシュートの確率を上げるために練習中から打った本数と入った本数を常に意識しています。ディフェンスでは1枚目の個人の駆け引きだけでなく、チームのディフェンス戦術の意図を理解し、プレーするようにしています。また、1枚目はDF全体が見える位置なので、チームのディフェンス戦術を熟知しておけば、修正の声かけをすることもできます。
常に試合を想定した練習をしています。
5. 自分の周りの自分より上手いと思う選手の動きを真似してみることです。できればビデオではなく自分の目でレベルの高い試合を見て欲しいです。ワクワクした気持ちになって、明日の練習ではこれをやってみようと思えば上達は早いと思います。
6. 茨城国体までもう少しです！茨城でハンドボールを盛り上げましょう！！



日本大学 戸井凱音 185cm 北海道 釧路北陽高等学校

1. 守り・チーム力。
2. 良い仲間に出会えた。世界が広がった。
3. 日中韓代表の中国戦で自分だけ点を取れず、終了10秒前のフリースローからロングシュートを決めたこと。
4. ウェイトトレーニング・色々な試合を見ること。
5. ハンドリングの練習。
6. 自分を選手として盛り上げられるように頑張ります。



中央大学 北詰明末 185 cm 千葉県 昭和学院高等学校

1. 守って速攻。
2. 人間性の向上。
3. 2016 年度全日本インカレ準決勝。
4. 下半身の筋力アップ。
5. フェイント練習を毎日欠かさず。
6. チームのため頑張ります。



日本体育大学 今野利彦 175 cm 茨城県 藤代紫水高等学校

1. 走る。とにかく走る。
2. 最高の恩師に出会えたこと。
3. 国体の少年男子準決勝の香川戦, 7mコンテストで康本, 入谷が外して負けたこと。
4. 下半身の筋力トレーニング。
5. 俊敏性のトレーニング (ラダーなど)。
6. 茨城の魅力を全国に伝えましょう!



国士舘大学 玉川裕康 198 cm 埼玉県 浦和学院高等学校

1. 東京都の学生が主となるチームなので若さでしっかり走り, 大学生らしいプレーをするチーム。
2. みんなで点を取り, みんなで点を守り 1 点ずつの積み重ねで勝利をチームメイトと分かち合えること。
3. 高校 1 年の時の全国大会準々決勝で北陸高校相手に後半途中 28-18 で負けていたが 29-28 まで追いついた。結果は 2 点差で負けてしまったが何が起こるか分からないのがハンドボールだと感じた。
代表で忘れられない試合は U-19 での準決勝バーレーンとの試合で延長で勝って世界選手権出場を決めたこと。
4. 1 月のフランスの世界大会でフィジカルの差をとて感じだったのでウエイトトレーニングを意識して行っている。
5. 練習 1 本 1 本のシュートが試合で出る。普段から適当なシュートを打っているとそれが試合に出る。シュート練習 1 つにしてもキーパーとの駆け引きを楽しんで日ごろからちゃんとシュートを打ったほうが良い。
6. 僕が中学 3 年生の時に JOC の関東予選が茨城県の坂東市総合体育館で行われたのを思い出す。同じ関東のチームとして茨城国体でいい成績を取れるよう頑張っていきたい。



早稲田大学 西山尚希 184 cm 香川県 香川中央高等学校

1. 堅守速攻。
2. 競技力向上だけでなく人間的にも成長することができたこと。
3. 高校 3 年生の時の東京国体の準決勝の茨城戦。
4. 1 対 1 相手との駆け引きのあるトレーニング。
5. ストレッチ。
6. 大会を盛り上げてください。





法政大学 高間アミン 178cm 群馬県 富岡高等学校

1. 和気あいあいとしている。
2. たくさんの仲間と出会えたこと。
3. 春季リーグ、早稲田戦。
4. 走り込み。
5. いろいろなバリエーションのシュート練習。
6. 出場されるみなさん頑張ってください。



明治大学 青山 稜 178cm 茨城県 藤代紫水高等学校

1. 明治大学は工藤キャプテンを軸に DF から速攻のチームを目指しています。コート内では、学年に関係なく言い合える環境にあります。
2. チーム競技ということで困ったとき、苦しいときはもちろん、嬉しいときも仲間と共に分かち合えることです。
3. 高校2年のインターハイです。今まで共にどんな練習も乗り越えてきた仲間とチーム一丸となって戦い優勝することができたからです。
4. 反復練習です。自分ができないことを意識して反復練習することで自然と出来るようになります。
5. 基礎練習と反復練習です。基礎をしっかり身に付けておくことで応用を利かすことが出来ます。そして、それを意識しながら反復練習することで、無意識でも出来るようになります。
6. 茨城国体2019が無事に成功することをお祈りいたします。



東海大学 堤 裕太 171cm 兵庫県 神戸国際大付属高等学校

1. 運動量のある DF から速攻。
2. ハンドボールという競技をやっていることに対して興味を持ってもらえる。
3. 高校三年生の佐賀インターハイで後半残り6秒同点の状況で自分がスカイプレーを決めて勝った試合。
4. 当たり負けしない体を作るためのウエイトトレーニング。
5. 1対1 (OF) 1対1を強化することによってプレーの幅が広がります。特にボールのないところでの動きを重点的に繰り返し練習する。
6. 2019年茨城国体に向けハンドボールの魅力や素晴らしさを少しでも多くの人に理解してもらえるように盛り上げましょう。



順天堂大学 佐藤草太 168cm 山梨県 駿台甲府高等学校

1. 縦の繋がりがよく、個性豊かで雰囲気が良い。
2. 友達が増えたこと。ハンドボールを通し人間として成長できたこと。
3. 今年の春リーグ入替戦。去年の冬からコツコツ頑張ってきたことが結果として表れ、チーム一丸となって勝利をつかむことができた。
4. メンタルトレーニングと基礎的な練習。普段の練習から試合をイメージして取り組んでいます。
5. 1試合もつ体力をつけるためのラントレーニングをしておくべきだと思います。僕が高校生の時は毎日シャトルランをしていました。
6. ハンドボールを観て、何か感じるものが絶対にあるので是非会場に来て試合を見てみてください。

関東学生ハンドボール連盟2017春季リーグ戦（結果）

【関東学生ハンドボール連盟 HP より】

優勝	筑波大学	7勝2分	2シーズン連続21回目の優勝
2位	日本大学	8勝1敗	
3位	中央大学	5勝3敗1分	
4位	日本体育大学	4勝3敗2分	
5位	国土舘大学	4勝4敗1分	
6位	早稲田大学	4勝5敗	
7位	法政大学	3勝4敗2分	
8位	明治大学	3勝6敗	
9位	東海大学	2勝7敗	2部2位との入れ替え戦へ
10位	立教大学	1勝8敗	2部1位との入れ替え戦へ



入れ替え戦

東海大 35 (20-15, 15-16) 31 桐蔭大 東海大学は、来季1部残留
(1部9位) (2部2位)

順天堂大 37 (21-15, 16-18) 33 立教大 順天堂大学は、来季1部昇格
(2部1位) (1部10位)

1部大学に所属している茨城県出身選手のご紹介

筑波大学	森永浩壽3年（藤代紫水高，手代木中）
中央大学	中井川 翔3年（藤代紫水高，手代木中）大川拓哉2年（藤代紫水高，麻生中）
日本体育大学	相澤祐太4年（藤代紫水高，けやき台中）今野利彦4年（藤代紫水高，けやき台中） 康本侃司3年（藤代紫水高）入谷泰成3年（藤代紫水高，伊奈東中）中野湧矢3年（藤代紫水高） 瀧川 潤2年（藤代紫水高，水海道西中）中村 光1年（藤代紫水高，水海道西中） 鈴木幸弥1年（藤代紫水高）千葉颯人1年（藤代紫水高）渡邊翔太1年（藤代紫水高，けやき台中）
国土舘大学	伊澤伸吾2年（下館一高），高野貞典1年（麻生高，玉造中）高須海斗1年（麻生高，麻生中） 塙 健吾1年（麻生高，北浦中）松井省吾1年（霞ヶ浦高，下稻吉中）
法政大学	高久遼太4年（藤代紫水高，水海道中）関根圭祐4年（藤代紫水高，伊奈東中） 田島 走3年（藤代紫水高，麻生一中）仲村 充3年（藤代紫水高） 松岡寛尚2年（藤代紫水高）仲永 真2年（藤代紫水高，水海道西中） 横山綜大1年（藤代紫水高）柿沼健吾1年（藤代紫水高，土浦三中）
明治大学	海老原貴史2年（藤代紫水高，水海道西中）青山 稜1年（藤代紫水高，けやき台中）
東海大学	角田将也4年（水海道一高，愛宕中）宮内 慧1年（麻生高，麻生中）

いきいき茨城ゆめ国体2019

第74回国民体育大会

翔べ 羽ばたけ そして未来へ

