

おお大勝利

平成 27 年度山東サッカー部報第 10 号 (8 月 20 日)

サッカー部保護者の皆様、OB・OGの皆様、日頃より本校サッカー部の活動にご理解とご協力を賜りまして、感謝申し上げます。

充実の夏を終えて

山形東の夏休みの入りは早い。7月17日(金)には実質的な1学期終業式を迎え、翌日から夏休み入り¹。え〜すごいね、などとビックリされた全国の皆さん! な〜んて、この部報はそんな全国区ではありませんが、とにかく地元でもとても早い部類。これより早い夏休み入りは県内高校の中で聞いたことがない。しかしですね、カラクリがございまして、翌18日(土)から、19日(日)・26日(日)の二日を除いて、27日(月)まで夏期講習なんです。えっ、土曜日講習なんですか? なんて野暮なこと聞かないでください。海の日7月20日(月)も講習なのです(もちろん1年から3年まで全校生徒)。**山東の講習の休みは、冬期・春期も含め、日曜日だけなのです!** 要は形の上で早く夏休みに入るけど、夏期講習という名の授業が7月末まで延々続くという訳。恐るべし山形東!! だから、私が担任をしております2年3組生徒に向かって、「諸君、いよいよ明日から夏休みだね」などと呼びかけても、白けた雰囲気になるのです。

さて、そんな夏期講習の合間7月26日(日)に、宮城県牡鹿半島へ震災復興ボランティアに行っていました。この企画、青年会議所JCの中に設けられている国境なき奉仕団というボランティア組織の協力を得まして、実施にこぎつけている。**山東サッカー部の参加はこれで4年目**。山形の団長を務めていらっしゃる**遠藤さん(遠藤物産@山寺)**にコーディネート及び引率して頂き、移動費から何からすべて奉仕団におんぶに抱っこ。4年前のヨシタカの代での初参加の折には、対応の遅い部員に業を煮やした奉仕団の方に「いやいややっているなら、帰れ」とお叱りを受けたこともありましたが²。最終的には叱って下さった方にも「よく働いてくれた」とお褒め頂いたのですが、こういう経験もあり、2年目からは特に**自分たちの修行の活動であることを強調**。「相手のために活動に行く」という気持ちだけが先走ると、思い通りいかなかったときについて「来てやったのに/働いてやってるのに」という傲慢な気持ちが芽生えがち。「自分の人間的成長のために行くんだ」となれば、活動は謙虚であり続けられるだろう。もちろん、活動は被災者のためでなければならず決して自己満足ではだめだが、「自分の修行として行く、結果、相手が喜んでくれたら尚うれしい」という気持ちの構えを強調して活動しました。

作業はいずれも漁業支援で、4班に分かれ、牡蠣の養殖に使用する帆立貝の貝殻を紐に通す作業。平べったい帆立の貝殻と盛り上がりのあるホタテの貝殻を整理して一定数を紐に通し、海に入れられるような状態にするのが我々に与えられた仕事。作業に慣れてくると、スピードも速くなっていき、競うように完成させていく。日陰で作業できる班もありましたが、私の行った日向での作業班では熱中症の心配をしながら作業をしました。部員はとても意欲的に取り

¹ 「実質的な終業式」とは、山東は3学期制ではなく2学期制(前期・後期制)を採っているため、夏休みに入る際の式典は一学期終業式ではありません。その式典、形式的には全校集会と呼んでおりますが、実際には終業式として機能しております。

² 興味もたれた方はHPにて4年前の部報をご確認ください。

組んでおりましたが、仮にこの作業を毎日毎日繰り返す、となれば、どこまでモチベーションが持つことや。漁師の方々は一人で地道にこういう作業を日々行っているわけで、そのご苦労に思いを馳せながら作業をして来ました。帰りには、震災後に建てられたお地蔵様³に参拝し、震災後の石巻の経過について遠藤さんから説明してもらった後、山形への帰路に就きました。

解散時に遠藤さんから「奉仕団では仮設住宅にばかり行っていたが、今回久しぶりに漁業支援に行ったら、地元の方から本当に感謝された。震災から月日が経ち、人々がボランティアに来なくなっているということのようだ。やっぱり漁村に行ってよかったし、何より活動が続けるということが大切だと改めて思った。」というお話をして頂き、山東サッカー部が何ほどか被災地のためになったかと思い、とてもうれしく感じました。また、当初より、震災直後の注目を集める時だけ活動を行ってすぐ止めてしまうのではなく、継続して活動を行いたいと考え実行してきましたが、改めて「**続ける**」ということの**重要性**を感じた次第でした。月に一度は被災地に出かけている遠藤さんなどの活動からすれば年に一度の活動など恥ずかしいばかりですが、それでも続けて行きたいと改めて思いました。遠藤さん、そして受け入れて下さった漁業者の皆さま、ありがとうございました。

7月30日（木）からは恒例の月山合宿。以前は蔵王で合宿しておりましたが、6年ほど前に定宿にしていた旅館が火事で焼けてしまっただけから、月山に移り合宿を行っている。まあ、**夏合宿といえば、やはりキツイ体カトレーニング等で自分をいじめ、追い込み、秋以降の活動への体力と精神力を養う絶好の機会。一見理不尽なことでも、それをやり遂げた時に、「あんなことにも負けずに頑張れたんだから」とその後の人生の自信になるとも思っている。**今年も、メディシン・ボール⁴をバトン代わりにしたグループ走⁵から始まり、坂道ダッシュ（上り）＋ランジ／レンジ⁶（下り）で大殿筋と腿裏を刺激し、午後はボールを使いつつもスリーメン＋フルコート2対2⁷で走力アップ、というような、厳しいメニューをこなす。坂道ダッシュについて一言。コーンからコーンまで行ったのですが、**ゴールのコーンで速度ゼロ近くまで落ちる選手が多い**こと多いこと。「コーンからコーンまでダッシュ」と言われたら、ゴールのコーンをマックスの速度で走りぬけなければならない！ それなのに、速度を落として平気である。もちろん、私がそうさせないように声掛けし、最後まで走りぬけるよう促し、そうさせましたが、**上から言われないとやらないようでは悲しい。**こういうことは癖／習慣なんです。**手を抜く選手は、本当に大事な時でも、知らず知らず手を抜いてしまうんです（本人は全力でやっているつもりでも）。**こういう手を抜く癖／習慣を改め、逆に手を抜かない癖／習慣を身につけようとする自分に厳しい人間を是非目指してほしい。選手には「(サボっているのを誰も見てなくても)サッカーの神様は見ているぞ」などと声掛けし、手を抜かないことを自分の信念にするよう促しましたが、他人に言われなくとも自分で気づいて、またはお互いに声掛け合って、厳しくトレーニングに臨むようであってほしい。初日、**齋藤 GK コーチ**が仕事を終えてから夜合流

³ 被災地にお地蔵さまをたくさん作るプロジェクトの第一号として石巻に作られたお地蔵様。このお地蔵様の参拝も4年目です。ちなみにこのプロジェクトの発起人は、長源寺通りの名前にもなっております長源寺のお坊さんだそうです（長源寺通りとは、山東サッカー部ご用達、われらが「やま七」の通りです）。

⁴ トレーニング用の重いボールのこと。

⁵ グループで縦一列に並びランニングを行うのだが、その際にメディシン・ボールを前から後ろへ渡し、最終まで来たら最終走者はボールを持ちながらダッシュで先頭まで走り、走りながらメディシン・ボールを後ろへ再び渡していくというのを繰り返す恒例のトレーニング。有酸素運動（長距離走）と無酸素運動（短距離走）の組み合わせです。

⁶ 大股で歩き、足とともに腰をしっかり落とすトレーニング。前足膝が90度になるくらいまで腰を落とします。

⁷ フルコートといっても、縦をフルに使うだけで、横は3分割して使用しました。とはいえ、これでもかなり疲れます。

(翌日は休みを取って下さった)。

二日目 31 日 (金) は早朝 5 時から朝連。歩調を合わせたランニングに始まり、朝っぱらからフルコート 2 対 2! この朝連、正月にお世話になっている越谷西高校との早朝 5 時キックオフの練習試合⁸を経験して以降「何でもありだな/何でもやれるものだ」と意を強くしての実施。そして、午前練習は恒例の月山登山。といっても、下の 112 号線から姥沢駐車場までの約 10km の上り坂を一気に走りぬける企画。最後の方は斜度もきつく、残り 3km くらいから、「進んでいる気がしない」ともっぱらの噂のコースとなる。早い選手だと 60 分を切る⁹し、65 分を切るタイムも悪くはない。朝から**志村先生**も到着し、齋藤車、志村車、今野車の 3 台体制で事故や給水漏れなく登山が実施できる。結果、それぞれは頑張ったのだと思いますが、60 分を切った選手がいないさびしいものに。**1 位は小兵ベジータ (1 年)、2 位シュン、3 位タクオとここまで 65 分切り**。65 分切りが 3 名というのもさびしい結果だし、1 位を 1 年生に奪われているあたり、2 年生情けない (ベジータは頑張った)。**やはり、急斜面だと、重力の影響をあまり受けないベジータが有利ということか。ともかく、過去の山東の先輩と比べてもまだまだ走れない選手が多いことを改めて実感することとなった月山登山でした**。午後はキック練習をしたり、トライアングルパスをしたり、疲労を考慮しての気持ち軽めのメニュー。だって、選手諸君、初日の坂道ダッシュ (登り) +ランジ/レンジ (下り) でお尻と太ももがパンパンになっていて、二日目から明らかに体が重かった (登山のタイムの悪さも初日のトレーニングの所為とも言える)。こんなときは余計に保護者会の差し入れが有難かったはず! アイスやジュースで心身ともに一息入れることができました。**保護者会の皆さま、合宿行き帰りの荷物運搬車を出して下さいことも含め、ありがとうございました**¹⁰。また、2 年ワタコーのお父様が山辺・河北で経営されている「SHOPPING PLAZA ベル」さんからとってもとっても甘くて大きなスイカの差し入れを頂戴しました。ありがとうございました。お世辞抜きで本当に甘くて、これまでの人生の中で一番おいしいスイカでした (複数の生徒も同様の感想)¹¹。

とまあ、こんな形で二日目を終え、今野は 8 月 1 日より神戸 IH に合わせ開催される全国委員長会議に出席するため合宿を離れました。二日目夜は恒例のバーベキュー、三日目は、恒例の 1 年 2 年対抗戦を行い、また、午後は**志田トレーナー**のフィジカルトレーニングを行ったそうです。対抗戦は離脱者で 11 対 11 の人数がそろわず、不十分なものだったようで、今度どこかのタイミングで決着をつけさせたいところです。

そして、8 月 4 日 (火) ~7 日 (金) の日程でこれまた恒例の苗場のフェスティバルに参加。いや~、結論から申しますと、苗場はやはり最高でした。ピッチがクレー (土) というのもまたいい。**天然芝だの人工芝だの、高級な環境など、今の山東の選手にとっては贅沢過ぎる。クレーの試合で、ハングリーな気持ちになってもらいたい。そして、天然芝や人工芝など、クレーよりも「良い」環境の時に、その環境に感謝する気持ちを持ってもらいたい。そういう精神**

⁸ 昨年タイチの代では行いませんでしたが、2 年前コウタの代、3 年前ヨシタカの代では行いました。正月の朝 4 時といたらまだ真っ暗。そんな中、ライトを点灯し、アップし、5 時にキックオフ。試合をしているうちに夜が明けてくる、という貴重な経験でした。

⁹ かつて T 海大山形の中には 55 分台という超人的な早さを見せた選手もいたようです。山東では 4 年前ショータの代で 3 人 60 分を切った代が一番速かったかと思います。

¹⁰ 保護者の皆さまには、日々、河川敷の雑草を刈って下さったり、ボール紛失箇所となっている林を伐採して下さったり、ビブスを洗って下さったり補修して下さったり、はたまたユニフォームの修理をして下さったり、ゴールの破損箇所を直して下さったり、支えてもらっております。本当にありがたく感じております。

¹¹ あまりにおいしくてテンションが上がり、スミコマネ (3 年) のお父様洵間さんから夏に頂いたばかりのクワガタムシを思い出し、「こんなにおいしいスイカ、(食べさせたいのだけど) クワガタにはもったいないですね~」発言を連発しましたが、当然のように保護者の方は「当たり前だろ、選手はクワガタムシじゃないぞ」と流しておられました。クワガタもらったばかりだったので、つい……。

を育てる意味でも、やはり夏にクレーのフェスティバルは最高です。そして宿舎からピッチまでの山道がまた何とも言えずトレーニングになる。山東は昨年同様スケジュールを問わず、6:00 朝食、6:40 出発、7:00 到着で朝からすぐ練習に取り掛かる。そして試合と試合の合間やA戦の時にはBが、B戦の時にはAが体幹トレーニングを行う。要するに寸暇を惜しんでトレーニングに励んだということ。Aは甘さばかりが目立ちましたが、Bは**カツラギ（山東61回卒）、マサ（62回卒）、ヤグチ（64回卒）、シュータロー（65回卒）**のOBの貢献もあり、苗場トータルで3勝1敗2分けと勝ち越し。**記憶が定かではないですが、B戦で勝ち越したこと、これまでの苗場で初めてかと。**それくらいOBが活躍した、と言いたいところですが、それよりもこの話に触れない訳にはいかない。**これまでCB等での起用の多かった第132代山東応援団団長（予定）のフミキがFWで起用されるや、計8点？の爆発。**普段得点とは縁のない選手なものだから、フミキが点を取ると「あいつまたやりやがった！」とベンチがやけに盛り上がる。苗場ではCBとしてもしっかり相手の攻撃を跳ね返しており、それを褒めた後のFW起用でしたが、誰も気づかない適性があるものです。ともかく、苗場では本当に良いトレーニングを積ませてもらいました。

8月8日（土）は山東サッカーフェスティバル／OB戦／ナイターサッカー。**清野名誉会長（山東11回卒）**から大学入りたてのOBOGまで、幅広い層のOBOGが集い、現役生と足試し。社会人のOBで言うと、近年、今野や齋藤GKコーチ近辺のアラフォーが多く集まるのですが、いつも複雑な気持ちになる。私もプレーし、毎年生き恥を晒すのですが、**結局「われわれまだやれるね」という感想を持つ。**それはそれでうれしいんですが、**アラフォー連中が我が物顔にボールを保持し続け高校生を振り回すって、これ現役生は恥ずべきことじゃないのか。指導者たる自分はこの現状を忸怩たる思いで受け止めなければならぬんじゃないか。**ということで、アラフォーがのさばるのを喜んでいいやら悲しんでいいやら（悲しい気持ちの方が断然大きい）。**後藤報道局長（19回卒）、岸会長（21回卒）や丹野副幹事長（33回卒）、後藤事務局次長（36回卒）**も参加されましたが、プレーはされず。恒例の2年生対3年生の対決は、それまで故障でプレーしなかった2年生も無理やりプレーしている（苗場ではあんなに「痛くて走れません」って言ってたのに）。結局3年生がカツミのミドルシュートで勝つのですが、3年生の人数不足を補うために出場したOB**千クテツ（64回卒）**が決定機を決めていれば、3年生の楽勝だったような。**現役生（1.2年生）はまだまだ甘いことを痛感させられたフェスティバルでした。**プレー後は当然、山東洋風庭園（中庭）で佐門のもつ煮を食ベドリンクを飲みながらの、懇親。今年は顧問の段取りが悪く、2年前から中庭の電気につく時間が遅くなった（つかなくなった）のに何も手を打たなかったため、非常に暗い中での懇親。OBの皆さま、失礼いたしました。そんな中、2年生主将は今後の活躍を誓い、3年生主将は受験での活躍を誓い、OBがそれを激励するという毎年繰り広げられる締めで会を閉じる。明るければもっとたくさんOBと語り合いたかったのですけどね～。一応もつ煮は完食したようです。**今年はこちら最近としては大学生OBや社会人なりたてのOBの人数が多く、活気がありました。是非来年も、昼も夜も、お誘い合わせの上ご参加ください。**

さあ、現役諸君、この夏を是非今後の活躍につなげましょう。公式戦はすぐやってきます。相手はIH出場校羽黒高校！ 皆さま、応援よろしくお願い致します。

8月22日（土）Y1第10節 羽黒戦 @米沢SF 12:00～