

夢に向かって  
FLY TOWARDS THE DREAM  
翔べ



活動報告書

2020年度

sponsored by



マリティ株式会社

赤穂化成株式会社



アース製薬



リハビリ・スポーツ・リウマチ

久保整形外科クリニック

## はじめに

関西福祉大学女子バレーボール部創部3年目を迎えた今年度は、新型コロナウイルスの影響によって練習が出来なくなり、多くの大会やイベントが中止となってしまいました。

その中でも、関西大学バレーボール連盟・兵庫県大学バレーボール連盟の役員の方々のご尽力により2つの大会が開催されました。厚く御礼申し上げます。秋季リーグ戦では、3部リーグで優勝し、2部昇格を果たすことが出来ました。また、兵庫インカレにおきましては、公式戦で初めて関西1部のチームに勝つことが出来ました！さらなる高みを目指して努力を続けて参ります。

例年たくさんの小学生や中学生にご来学頂き行ってきましたバレー教室も、今年は数回の開催となってしまいました。交流を断つことなく、感染対策をしながら引き続き教室を続けていきたいと思っております。

2020年は非常に制限が多い中での活動でしたが、部員達は元気に過ごすことが出来ました。

2021年も引き続き、何卒宜しく願い申し上げます。

監督 水野 秀一

公式戰結果

**【2020年度 関西大学バレーボール連盟女子3部秋季リーグ戦】**

10月3日(土)	○3 (25-12、25-10、25-17) 0	姫路獨協大学
10月4日(日)	○3 (18-25、25-21、25-11、25-19) 1	桃山学院教育大学
10月11日(日)	○3 (25-22、25-14、25-13) 0	びわこ成蹊スポーツ大学
10月18日(日)	○3 (18-25、25-19、25-9、25-17) 1	関西外国語大学
10月25日(日)	○3 (25-15、26-24、25-23) 0	兵庫大学
11月1日(日)	○3 (25-11、25-10、25-22) 0	同志社大学
11月8日(日)	○3 (25-20、25-21、22-25、25-16) 1	京都華頂大学

結果：3部優勝、2部昇格



**【2020年 第47回マルイチCUP 兵庫県バレーボール大学男女選手権大会】**

2020年12月13日(日)開催

一回戦	関福祉A	2 (18-25、25-16、15-9) 1	神戸親和女子大学B
準々決勝	関福祉A	2 (25-21、25-20) 0	芦屋大学A (関西1部10位)
準決勝	関福祉A	1 (25-21、26-28、10-15) 2	関西学院大学
<b>結果：第3位 ※来年度のシード権を獲得</b>			
一回戦	関福祉B	2 (25-22、18-25、15-6) 1	園田学園女子大学A (関西1部11位)
準々決勝	関福祉B	0 (11-25、18-25) 2	神戸親和女子大学C
一回戦	関福祉C	1 (21-25、25-17、9-15) 2	園田学園女子大学B
一回戦	関福祉D	0 (15-25、7-25) 2	神戸親和女子大学A
一回戦	関福祉E	0 (20-25、10-25) 2	芦屋大学A



### 【兵庫県大学女子選抜チーム】

兵庫県大学バレーボール連盟による兵庫選抜チームに、児童教育学科 3 年生の木村桃華選手（神戸高塚高出身）が選出されました。

韓国遠征が 2 月に予定されておりましたが、新型コロナウイルスの影響により中止となりました。関西福祉大学教育後援会・校友会・親睦会より激励金を頂きました。



バレー教室・国際交流

## 【バレーボール教室】

初めての企画として、2/16（日）に小学生サッカーチーム「クラブアトレティコ城東」を対象にバレー体験教室を行いました。今後も様々なスポーツを対象に、バレー体験教室が出来ればと考えております。



11/7（土）ALL BIZEN CLUB（ABC）



11/7（土）太子町立太子西中学校



11月22日（日）灘JVC・龍野少女バレーの皆さんにお越し頂きました！

### 【マグネシウム講習会】

1月31日（金）スポンサーの赤穂化成様より彦井先生、太井先生にお越し頂き、マグネシウム講習会を開催して頂きました。赤穂化成様の「天海の水」に含まれているマグネシウムがアスリートの私達にとってどのような働きがあり、いかに大切かを教えて頂きました。



### 【栄養講習会】

2020年度より管理栄養士の上萩環先生に栄養管理をして頂いております。今シーズンは、講習会に加えて、オンライン調理実習も行いました！

講習会では五大栄養素とそれぞれの大切さ、水分を取ることの重要性、また試合前・中・後における栄養の取り方を学びました。



9/13（日）オンライン調理実習で、「サバネバ和え」と「ささみチーズ」焼きを作りました！



11/21（土）梅をテーマに、「梅シソ豚」と「ブロッコリーの梅 Mayo 和え」を作りました！

## 【ジャンプトレーニング】

2020年8月より関西福祉大学・社会福祉学部講師で陸上部のコーチもされております熊野陽人先生にジャンプトレーニングをご指導して頂き、年度当初と比較するとシーズン終盤の12月ではチーム全体の平均としてアタックジャンプで約8cmの上昇が見られました！

## 2020年 ジャンプトレーニング前後のジャンプ能力比較

KUSW Women's Volleyball Team Jump ability						(Ave ± SD)
	Approach + VJ [cm]	VJ [cm]	CMJ [cm]	SJ [cm]	RJ [cm]	RJ Index
① 2020/4/1	39.0 ± 3.9	35.7 ± 4.5	29.0 ± 3.3	27.2 ± 3.2	—	—
② 2020/6/20	39.4 ± 5.5	34.6 ± 4.2	29.7 ± 2.8	28.2 ± 3.0	—	—
2020/8/6 ~ Jump Training (1 session/week)						
③ 2020/9/28・10/9	42.7 ± 5.0	38.2 ± 4.2	32.9 ± 3.6	31.6 ± 3.7	35.6 ± 4.6	2.12 ± 0.38
~ 2020/12/3 Jump Training (1 session/week)						
④ 2020/12/10	47.6 ± 5.1*	43.8 ± 3.9*	37.5 ± 3.1*	35.7 ± 3.2*	38.9 ± 5.0*	2.38 ± 0.43*
Multiple comparison test	③ > ①, ②	③ > ①, ②	③ > ①, ②	③ > ①, ②	④ > ③	④ > ③
	④ > ①, ②, ③	④ > ①, ②, ③	④ > ①, ②, ③	④ > ①, ②, ③		

Multiple comparison test: 多重比較検定 (Bonferroni法)

\*  $p < 0.05$

Approach: 助走(3歩)

VJ: Vertical Jump (垂直跳)

CMJ: Counter Movement Jump (カウンタームーブメントジャンプ)

SJ: Squat Jump (スクワットジャンプ)

RJ: Rebound Jump (リバウンドジャンプ) 腕振りあり

### Team Maximum

	Approach + VJ [cm]	VJ [cm]	CMJ [cm]	SJ [cm]	RJ [cm]	RJ Index
① 2020/4/1	47.5	44.4	34.8	33.6	—	—
② 2020/6/20	48.5	43.5	37.5	35.1	—	—
③ 2020/9/28・10/9	51.6	45.8	41.2	36.9	44.0	2.95
④ 2020/12/10	56.9	51.5	43.0	40.4	48.9	3.64

データ測定: 大沼勇人 (保健教育学科)

©Akihito Kumano

関西福祉大学  
KANSAI UNIVERSITY OF SOCIAL WELFARE



## 2021年度 女子バレーボール部 入学予定者

No.	氏名	高校	ポジション	身長	学科
1	石原 萌来	神戸野田	セッター	168	児童教育
2	太田 若奈	須磨ノ浦	リベロ	160	保健教育
3	岡本 夏帆	沼田	ミドル	178	保健教育
4	陰山 夏葵	高砂南	レフト	163	保健教育
5	加藤 あかね	岡崎学園	レフト	170	保健教育
6	喜田 実丘野	金蘭会	レフト	172	社会福祉
7	小林 なづな	就実	リベロ	143	保健教育
8	小松 真砂乃	高知南	ミドル	171	児童教育
9	近藤 朱	高知南	セッター	164	社会福祉
10	田口 小夏	鹿児島南	ミドル	170	児童教育
11	辻田 伊吹	社	リベロ	155	保健教育
12	藤原 はるか	金光大阪	リベロ	160	児童教育
13	水野 佑風	四天王寺	レフト	165	社会福祉
14	吉川 琴望	日ノ本学園	リベロ	153	保健教育
15	吉留 夕羅	鹿児島南	リベロ	163	保健教育

Sponsored by

未来の街は私たちが創る



「新しい海洋文化の創造」を通じ広く社会に貢献する

