想えば遠くに来たものだ

Good company on the road is the shortest cut.

楽しい道連れのあるのが一番の近道　「旅は道連れ」

20年を迎えるにあたってひとこと。

1986年に生まれたこのチームは、数えきれないほどの想い出とともに今日を迎えました。

私たちは、様々な夢を描き、はぐくみ、かなえてきました。

20年前に･･･、

コートがこんなに増えるなんて、体育館が２つになるなんて･･･、

女子のチームができるなんて･･･、

中学校ができるなんて･･･、

海外遠征するなんて･･･、

様々な有名選手と巡り会えるなんて･･･、

インターハイがこの町に来るなんて･･･、そしてこの体育館で熱戦が･･･、そして入賞するなんて･･･、

なんて、なんて、なんて･･･。

私たちは小さな夢を紡いで、織り合わせ、華やかな想い出に創りかえていきます。

ひとつ、ひとつ･･･。

ひとは言います。「20年、やり方ひとつでもっと成績は伸びるよ」と。

人生はたった１回しかない。そんな私には力はない、ただ歩くことだけ。毎日毎日、一歩一歩、繰り返し、繰り返し、ゆっくりと。それは刺激的で興奮するような、豪華な生き方ではありません。だけどズルはしたくありませんでした。

それらの時間は私に「ひとりでは生きていけない」こと、「力を合わせる」ことを教えてくれました。そして、ふと思うと、どこにも行っていないのに、ずいぶん遠くに来たような気がするのです。

まるで映画のようなこの旅は、まだまだ続きます。

この先が楽しみです。どんな夢があらわれ、そしてふくらみ、私たちを大きく包み込んでくれるでしょうか。

選手、関係者を代表して、皆様の、純粋で、真心のこもった支えに深く、深く感謝いたします。今後とも変わらぬ御指導と御支援を賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。

平成１９年３月吉日

西武台中学校・西武台千葉高等学校バドミントン部　監督　高瀬　秀雄

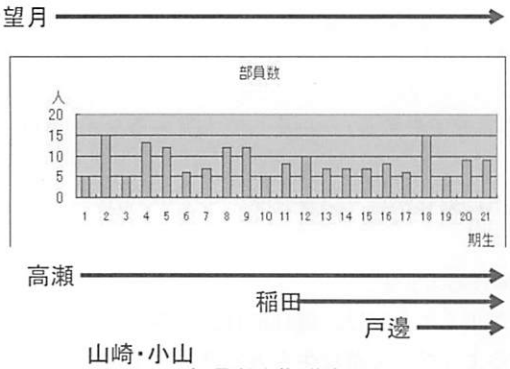
足跡

■創部 1986 年（昭和 61 年）、部員数 20 名（男子のみ）、指導者は千葉並びに望月でした。

翌 1987 年（昭和 62 年）春、高瀬が着任、第１期生６名、第２期生 16 名総勢 22 名で活動が始まりました。

その後 1989 年（平成元年）に女子部員が加入し、1993 年（平成５年）に中学部員が加わり、年平均部員数 10.9 名、これまでの卒業部員数は 184 名に達しました。

指導者は、望月、高瀬に加えて、山崎（現在都立高校教員）、小山（現在国士舘高等学校教員）が一時指導に当たり、1997 年（平成９年）稲田聡が、2001 年（平成 13 年）戸邊が加わり現在の４人指導体制に至っています。



－部員数と指導者－

■大会の成績は平成２年の関東大会初出場を皮切りに、現在まで、男子関東大会 18 年連続、女子 15 年連続出場し、男２回、女子３回の入賞経験があります。

全国総合体育大会（インターハイ）へは、平成５年第６期生中心の選手によって念願の出場を果たし、現在まで、男子団体戦５回、個人戦８回、女子団体戦８年連続９回、個人戦 10 回の出場経歴を持ちます。

さらに、国民体育大会（本戦）へは男子３回、女子は４回出場し、特に女子、2004 年高知国体においては、監督高瀬、選手佐藤（現在明治大）・小池（現在広島ガス）・竜口の西武台単独チームにおいて３位に入賞し、成年女子（ヨネックスチーム）とともに皇后杯優勝の栄冠を勝ち取りました。

また、全日本ジュニア、日本ジュニアグランプリへの出場も近年盛んとなり、2005 年は延べ 16 名の選手を派遣しました。

■好成績を支える要素は、2001 年に開校した西武台中学校の存在が大きく、さらに学校五日制に伴う、野田市のサタデースクール（バドミントン教室）の存在、市内ジュニアチームの本格的活動、体制作りが大きいと思います。

ことに、2005 年、地元野田市で開催された「きらめき総体」への長期計画の取り組みが功を奏し、男女個人戦ダブルスにおいて第３位入賞を果たし、さらに、その年の全国小学生大会において、団体、個人で優勝し、本年夏の全国大会では野田ジュニア男子チームが日本一にたどり着きました。

	年	86	87	88	89	90	91	92	93	94
	期生	1	2	3	4	5	6	7	8	9
全国レベル	全日本総合									
	国体								◎	○
	インターハイ								○	
	全国選抜									
	全日本 Jr.									○
	グランプリ									
関東レベル	関東大会					○	○	○	○	○
	関東選抜					○	○	○	○	○
	ミニ国体									○
県レベル	県総体	○	○	○	◎	◎	◎	◎	◎	◎
	新人大会			○	○	◎	◎	◎	◎	◎

年	95	96	97	98	99	00	01	02	03	04	05	06
期生	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
全日本総合											○	
国体						○	○	◎		○	○	○
インターハイ		○	○	○	◎	○	○	◎	○	○	◎	○
全国選抜	○				◎	○	○	○		◎		◇
全日本 Jr.			○	○	○	○	○	○	○	◎	◎	○
グランプリ							◎	○	○	○	○	◎
関東大会	○	○	○	◎	○	○	◎	◎	◎	◎	◎	◎
関東選抜	○	○	○	○	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	○
ミニ国体	○	○	○	○	○		◎	○		○	◎	◎
県総体	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎
新人大会	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎

○:出場　◎:入賞

－主な大会出場状況－

バドミントン部訓

一．バランスに強化を添える食事こそ一心不乱の基をつくる
　好き嫌い、間食をひかえ、植物性の蛋白質を多くとり、バランスのとれた食事をすること。体調・体重の自己管理を徹底すること。食事で集中力とその持続性を高める。

二．成功は逆境の日に始まる
　膝・腰・肩は羽毛球の命なり　いざはふだん、鍛えぬくべしけが・びょうきを治すも訓練なり、沈む心はまさに病なり

三．文は篝火(かがりび)・武は鏡、燃やして磨けば我を知るなり
　勉学をおろそかにしてはいけない。知性・感性は視野を広げ新たな自己につながる。毎日練習・毎日勉強。

四．点滴は巌(いわお)も砕くその意気で、一に練習　二にも練習
　挑戦し成らぬ場合はまた叩け、それでも成らねばまた叩け。
　挑戦は青春の特権なり。

五．感謝
　親・監督・コーチ・はあなたを導き育てる人。チームメイト・対戦相手はあなたを磨き育てる人。ここまで導いた、あなた自身の情熱にも感謝すべし

平成元年作成高瀬・　平成十三年浅川先生編集

それぞれの時代を紹介します。コラムは西武台千葉高校バドミントン部の部報（T＆B：トップアンドバック）からの抜粋です。合わせてお楽しみください

＊1.　1期生～4期生

まさに、創生期、西武台としての誕生期だった。この時期の特徴は高校から始める選手がほとんどで、4期生までの部員数 41 名中、中学時代にバドミントン部に所属していたのは7名、その中で県大会に出場経験を持つものは4名だった。

1990 年に部訓ができて今に至っている。

practice 主な練習

指導者としての基礎研究の時期で、運動生理学は宮下充正先生の NHK 市民大学講座で学び、ウォームアップ系は、いち早く PNF ストレッチングを本で知り、バドミントンの実技に関しては、筑波大学の阿部一佳先生の講習会に参加し、「バドミントンの実践トレーニング（プレーヤーとコーチのために）」「現代スポーツコーチ実践講座・バドミントン」（ぎょうせい）、「基本レッスン・バドミントン」などを読みあさった。

しかし最も大きな研究材料は、埼玉栄高等学校の加藤勝先生、松伏中学校で指導していた秋山和夫先生、松戸六実中学校の小野理先生方による「現場の指導理論」であり、大いに参考にさせていただいた。

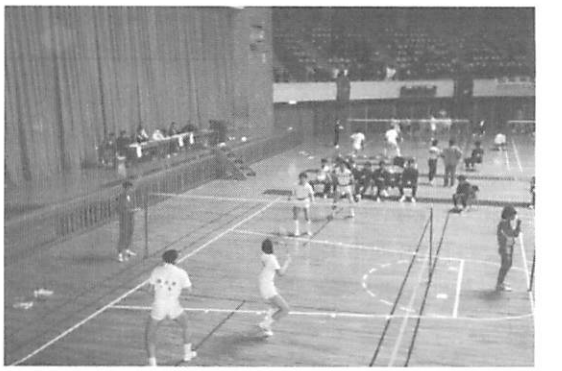
ステップラン・部分ノック　ほか

コート2面（他2面はヒモネット）

tournament 主な大会

1987 年夏のブロック大会で初めて田巻（2期生）選手が優勝し（コラム「源流を求めて」参照）、3期生中心の 1990 年に関東大会（埼玉県上尾市）に出場し、4期生の高橋・中村組が新人戦で県準優勝し、関東選抜に出場した。このチームはほとんど高校デビューにもかかわらず、翌年のインターハイ予選では県準優勝し、竹塚・岩本が個人でも第3位に入賞した。

卒業記念写真 1988　1～3期生男子のみ



県関東予選 1989　荒井・鈴木組（3期生）

練習風景 1989　グランドでのステップ練習　（3～4期生）

コラム1　源流を求めて（１０周年記念誌より）

正式には部員は、男子２１名でスタート。（1年生が１６名、2年生が６名）体育館には、２面分だけのポールとネット。ラインはまだない。私が今まで、一番印象深い試合はこんな中で生まれた。

昭和６３年の夏は、いつになく暑く感じた。だが、部員は何かにとりつかれたように練習した。当時私は指導者としてきわめて未熟だった。（中略）そんな夏の終わりに、例年通りのブロック大会が行われた。野田北高校体育館で行われた個人戦最終日。我がチームの２年生エース田巻君がノーシードから勝ち上がった。当時、中学で多少なりともバドミントンをやっていた者の中ではこの田巻が最も強かった。身長１６０cm位、やせ型で小柄ながら、目が大きくきらきら輝く選手だった。無口で黙々と練習に向かう彼の姿勢は、それだけで私の心をとらえた。あれよあれよと決勝戦へ。野田北エース、戸辺選手（身長１８０cm位）と戦う。田巻はたじろぎもせず向かった。小さな頭に真っ白なハチマキ。相手を１ラリー毎にキリッと見据える。第１ゲームは落としたものの彼の攻撃はますます冴え、２ゲーム目をとった。ファイナルゲームまでのわずかなインターバルで私は彼にアドバイスをしようとした。しかし、彼の目がまぶしくて圧倒された。こんな経験は初めてなので、私は彼を見つめることしかできなかった。汗だくの顔。当時はユニフォームは一枚きりで着替えがない。びっしょり濡れたシャツの背には「武陽学園」。場内は野田北独占状態の中に入り込んだこの小さな戦士に、驚きと少しの感動が生まれ、それが少しずつ広まり、終いには場内のほとんどの者が田巻の応援を始める。セッティング、場内の応援は最高潮に達する。特に女の子の声が響く。一本決める毎に、相手をヨシッとにらみ、声をかける。「正々堂々」そのものである。田巻のスマッシュが決まる。大声援、部員みんなが喜んでいる。こんなに感動したのは初めてだった。

たかがブロックの夏季大会。だけど、私のバドミントンへの情熱の鍵は、この試合で確かに開いた。それからは何かにとりつかれたように打ち込む。歩いても、夢の中でも。妻に「おかしいよ」と言われるくらいに「狂って」しまった。（以下略）

＊2.　5期生～8期生

急激にレベルアップした時期である。加えて、女子部員の加入によって、わずかに華やかさを増した。松戸六実中学校の毎週金曜日の合同練習が始まったのもこの頃である。また、保護者会も充実し、特に８期生保護者会のチームワークは絶妙で、「子供と楽しむ」保護者会として学ぶことが多い。

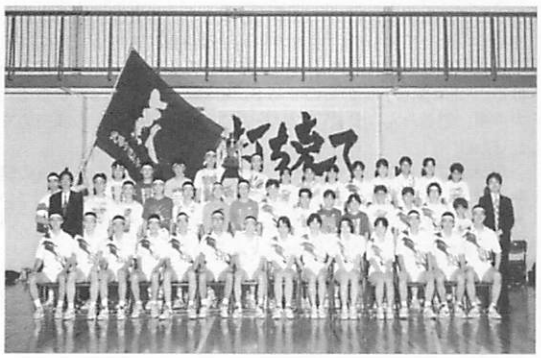
「アルファバドミントンネットワーク」を立ち上げ、ホームページでのサービスを開始した。

practice 主な練習

女子の練習に関しての配慮が不足し、男子と同じメニューを繰り返し、その効果が上がらなかったことは、今の反省として活かされている。つまり、女子には女子独特の練習形態、強化ポイントがあり、それを模索する時期でもあった。部分練習が多く、しかも系統だてられたものでなかったため、練習した技術が試合で活用されない矛盾が多かった。体力作りでは、プライオメトリックの研究を行い、６期生より導入し、ジャンプ力の向上など高い効果を得た。NTT 東日本の皆さん、また YAMAHA の飯野さんご夫妻のお世話になったのはこの時期です。）「ウィニング・バドミントン・ダブルス」ダウニィ著を読む。コート数８面（使用は４面）金曜夜７時～９時松戸六実中で練習

tournament 主な大会

女子が初めて関東大会に出場し、７期生大塚選手が個人戦シングルスにおいて、２年生のジュニア予選より４連覇を果たし、勢いをつけた。一方、男子はエース小倉選手の成長によってインターハイ初出場、国体準優勝などの好成績をおさめた。しかしその後７期・８期の頃、経験者不足からブロック敗退をし関東５連続出場が危ぶまれたが、平成６年度の関東予選では見事に県ベスト４に返り咲くなど地力を付けてきた。



卒業記念写真 1996　7～9期生

フリーマーケット 1994　野田七夕祭

＊3.　9期生～11期生

男女とも秋山先生の松伏中から大量に入部し一段とレベルアップし、さらに西武台中学より進学した選手がチームの中核を形成し始めた時期である。

practice 主な練習

もともと質の高い練習を経験している選手なので、応用としての組立て練習を行ったが、体力面での強化、特に陸トレや筋トレも多く行われた。その中で、及川選手が縄跳び、デプスジャンプなどプライオメトリックトレーニングによって、短期間で大きく成長した事は、注目すべきことであった。女子の練習もわずかながら確立し、個人レッスンとしての毎日少しずつのつなぎ練習が効果を出すことが分かり、「Ａつなぎ」「Ｂつなぎ」などの練習が生まれた。「世界ナンバーワン中国バドミントン　強さの秘密－ジュニアのための指導書－」中国ジュニアバドミントン訓練教材編集チーム編また、「ウィニング・バドミントン・シングルス」ジェーク・ダウニィ 著を読む。金曜夜　六実中８面

tournament 主な大会

９期男子は、主将遠藤のもと松伏中出身者に高校デビューの大森や、流山より入学してきた田部井によって新人戦では追いつけなかった壁を破り、見事インハイ予選では優勝。それについで、女子も東葉高校の不慮のアクシデントもあり、アベック優勝、そろって山梨インハイに出場。男子の 11 期国体戦はエース加藤と及川がフル活躍で、特に及川は死闘の末、敬愛エースにファイナル逆転で勝ち、新聞に大きく写真が掲載された。関東大会では、同じく９期が初のベスト８に進出し、女子は 11 期が第３位に入り、その名を広めた。個人戦では、男子　遠藤・田部井組のダブルス、11 期加藤選手の３年連続インハイ出場、３冠獲得などが注目される。その他、女子の星野、小林（９期）平泉（10 期）は多くの大会で活躍し（星野・平泉組はダブルスにおいて全国選抜初出