

練習見学・体験入部をご希望される中学生はご連絡ください。

昭和第一高等学校女子バレーボール部は、中学生を対象とした練習見学、体験入部を行っております。ご希望される場合は、HPよりFAXにてお申し込みください。
尚、コロナウイルス感染状況において中止となる場合もございますので、あらかじめご了承ください。
不明な点、ご質問、ご相談のある方は、本校までご連絡ください。
みなさまのお越しを部員一同、心よりお待ちしております。

【リンク先】茨城県立佐和高等学校女子バレーボール部

http://www.sawa-h.ibk.ed.jp/?page_id=168

【リンク先】茨城県立那珂高等学校女子バレーボール部

http://www.naka-h.ibk.ed.jp/?page_id=146

【リンク先】東京都高校体育連盟女子バレーボール専門部

<http://www.hstww.jp/>

【リンク先】奥戸Believeバレーボールクラブ

<http://m.facebook.com>

【リンク先】桐の子バレーボールクラブ

kirinoko.hatenablog.com

【リンク先】東京私立中学高等学校バレーボール連盟

<https://sakura-volley.jp>



中学生(受験生)のみなさんへ

練習の見学、体験入部は、随時受けつけております！！ 03-3811-0636(代)にご連絡ください。

見学・体験入部をご希望の方は「練習見学・体験入部FAX送信書」をご利用ください。

部誌 より



※学校HPリニューアルにより
変更する場合があります。
※部員、保護者、OGの方には
ムービー配信を行い、日頃の
活動を伝えています。
※現在、400作以上を配信中！

season16

近年のおもなTOPIC





2019. 7 第22回フレンドカップ優勝(2回目)！！



2019. 7 顧問の岸本先生、部員の池さんが東京私学選抜選手団で台湾に海外遠征へ！！



2019. 8 夏の東京私学大会でベスト16決定戦に進出！！実践学園と対戦！！



2019. 8 夏季大会Aブロック第3位！春高予選まであと2つに迫る！！



2019. 11 新人リーグ戦5戦全勝で優勝！4年連続で都大会出場へ！！東京立正と対戦！



2019. 12 東京私学大会 2季連続で東京ベスト16決定戦進出！！八王子実践と対戦！



2020. 11 新人選手権大会予選リーグ全勝突破！本戦2回戦で松蔭と対戦！！





2020.12 私学選手権大会1回戦シード2回戦勝利！！3回戦は大会中止に・・・





2021. 4 春季リーグ予選優勝！！2016～2021年 連続都大会出場！！



2021. 11 新人リーグ予選優勝！！2016～2021年 連続都大会出場！！



2021. 12 東京私学大会3季連続ベスト16決定戦進出！4回戦藤村女子に完敗





2022. 3 第3回スカイツリーカップバレーボール大会 優勝



2022. 4 春季リーグ戦優勝！！2016～2022年連続出場！都大会は2回戦共栄学園に完敗。



2022. 8 第23回フレンドカップ女子バレーボール大会 2019からの連続優勝！！





2022. 8 東京私学中高大会ベスト16決定戦進出！4季連続4回目。共栄学園に敗退でベスト32に



2022. 8 夏季大会優勝！！東京ベスト17位～24位に！！

6月の活動

- ◆ 新チーム始動！！
- 今年も
 - ①春高予選出場！
 - ②関東私学大会出場！
 を目標に練習します！





体育大会では退場誘導係に加え、感染予防(消毒)係を務めました。



体育大会での記念撮影



早朝学習会を再開しました。



2年生はほぼクラス上位！！

卒業生の教育実習が終了しました。



集合、整隊の練習も欠かさず行います。

練習試合の様子





現在、保護者の観覧が出来ない場合は、相手校の許可を頂いて練習試合をライブ配信などしています。

練習試合1回目

令和3年6月6日(日) 会場:本校 対戦:豊島学院(3年現役含む)

vs 豊島学院高校

A●22-25OA AO25-18●A BO25-15●B AO25-11●A

AO25-17●A

◆新チームとしての初試合。

相手は現役3年生を含めた豊島学院高校。

第1セット序盤、初試合の緊張から連携が噛み合わず、僅差でセットを落とすも、試合間のミーティングで気持ちを切り替え、その後のセットからは自分たちのリズムに。

練習試合2回目

令和3年6月19日(日) 会場:大成 対戦:大成高校(3年現役含む)

vs 大成高校

A●23-25OA BO25-14●B A●16-25OA

◆新チームの2試合目。

相手は現役3年生を含めた大成高校。

顧問は役員会で不在、副顧問の指導のもとでの試合となりました。

練習試合3回目

令和3年6月28日(日) 会場:上野学園 対戦:上野学園高校

vs 上野学園高校

AO25- 7●A AO25-11●A BO25- 9●A AO25-1●A AO25-2●A

AO25- 2●A BO25- 5●A AO25-10●A

◆新チームの3試合目。
各セットごと課題を与えての練習試合。チーム作りをしながら1セット1セットを行い、少しずつ「形」が見えてくるようになりました。

7月の活動

◆新チーム2ヶ月目

夏休み練習開始！！



練習試合4回目

令和3年7月11日(日) 会場:本校 対戦:目黒学院高校

vs 目黒学院高校

AO25-16●B AO25-8●A BO25-5●B AO25-6●A AO25-5●A

◆新チームの4試合目。

各セットごと課題を与えての練習試合。叱られる場面が多く、新チームならではの厳しい時期に入りましたが、チームの「形」作りに対する意識が高まりました。

練習試合5回目

令和3年7月16日(金) 会場:日大一高 対戦:日本大学第一高校

vs 日本大学第一高校

A●17-25OA A●25-27OA BO25-22●B A●21-25OA

AO25-13●A BO25-22●B AO25-17●A

◆新チームの5試合目。

いつもお世話になっている日大一高と練習試合をさせて頂きました。前半3セットまではセンター不在で苦しい状況が続きましたが、4セット目から良い試合ができました。

練習試合6回目

令和3年7月18日(日) 会場:本校 対戦:錦城学園高校

vs 錦城学園高校

AO25-9●A AO25-10●A BO25-22●B AO25-5●A BO25-18●B

AO25-7●A

◆新チームの6試合目。

各セットごと課題を与えての練習試合。リベロ不在の中での試合となりましたが、自分たちの形が見えるようになってきた試合でした。

練習試合7回目

令和3年7月22日(木) 会場:本校 対戦:豊島学院高校

vs 豊島学院

AO25- 5●A AO25-11●A BO25- 6●B AO25- 7●A

B●20-25●B AO25-13●A

◆新チームでの7試合目

まだ3年生の主力選手が残る対戦チーム相手に、自分たちのバレーを崩さず徹することができ、自信を深めた1日となりました。

練習試合8回目

令和3年7月25日(日) 会場:都立国立高校 対戦:都立国立 都立拝島・立川聾合同チーム

vs 都国立

AO25- 4●A AO25- 9●A AO25- 6●A AO25-16●A

BO25- 5●B BO25-12●B BO25- 6●B

vs 都拝島・都立川聾合同チーム

◆新チームでの8試合目

インターハイ予選で対戦した都国立とのリベンジ戦。先輩たちの分まで戦う気持ちを大切に1日気持ちを入めた試合をすることができました。

考査後恒例のスポーツ大会から夏休み練習を開始！！



8月の活動

◆新チーム3ヶ月目

コロナ感染者5000名を超えたため、学校練習のみの1ヶ月となりました。



9月の活動

◆ 新チーム4ヶ月目

9/4から部活動が中止となり、各自自宅でのトレーニング、リモートでの練習に切り替えました。



学校HP用の集合写真を撮影しました。

10月の活動

◆ 新チーム5ヶ月目

10/1の緊急事態宣言解除に伴い、練習再開！！



1ヶ月振りの練習再開。2ヶ月振りの練習試合。バレーは楽しいと改めて実感！！

練習試合9回目

令和3年10月3日(日) 会場:本校 対戦:東海大高輪台高校

vs 東海大高輪台

A●16-25OA AO25-14●A B●23-25OB AO25-23●A

BO20-18●B AO20-17●A

1ヶ月間にもわたる練習中止の上、練習再開3日目での練習試合は、7月25日以来の練習試合となりました。セッターが不在の中でしたが、2セット目以降、少しずつゲーム感覚を掴み始め、1年生セッターとの息も合うようになり自分たちらしいゲームに。1ヶ月各自の自主トレ、リモートでの練習だけで過ごしましたが、自主トレが無駄ではなかったと自信を深めた1戦となりました。

練習試合10回目

令和3年10月10日(日) 会場:淑徳高校 対戦:淑徳高校 淑徳高校OG

vs 淑徳

AO25-10●A AO25- 5●A BO25-15●A

A●15-20O淑徳OG A● 7-25O淑徳OG A●10-25O淑徳OG

関東私学大会、東京ベスト16などを経験された淑徳高校さんのOGチームとの対戦はとても

勉強になりました。ラリーはあるものの、最後の最後で力負けしてしまった経験は、今後の練習の課題を浮き彫りにしていただきました。胸をかしていただきありがとうございました。

練習試合11回目

令和3年10月23日(土) 会場:東海大高輪台 対戦:東海大高輪台高校

vs 東海大高輪台

A●11-25OA A●15-25OA A●23-25OA B●9-25OB

AO15- 8●A

ワクチン接種のため正セッター、控えセッター不在の状態で開催した練習試合…。1セット目序盤にアクシデントでメンバーチェンジもあり、スタメンの半数が不在でゲームになりませんでした。3セット目からチームを作り直し本来のプレーに近い状態になりました。最終セットでは、メンバーの半数がいながらも、力を示すことができたので、自信を深めることができました。

練習試合12回目

令和3年10月24日(日) 会場:本校 対戦:日大櫻丘

vs 日大櫻丘

AO25- 9●A AO25-21OA B●23-25OB AO25-20●A

BO25-17●B AO25-18OA

連日のワクチン接種などでベストメンバーではありませんでしたが、1セット目から自分たちらしいバレーに徹することができ、自信を深めることができました。



練習試合13回目

令和3年10月31日(日) 会場:本校 対戦:家政大付属

vs 家政大付属

AO25- 8●A AO25-8OA BO28-26●B AO25-9●A

AO25-5●A BO25-18●B AO25-12●A

新人リーグ戦直前の練習試合。初の公式戦対策のため、サーブ、レシーブ、ディグの1本目を丁寧にあげることができて試合をしました。

11月の活動

◆ 新チーム6ヶ月目

さあ、新チーム初めての公式戦！！
新人リーグ戦に向けて全力練習！！



新人リーグ予選優勝！！2016～2021年 6年連続都大会出場！！



第1試合 vs 安田学園





第2試合 vs 都立雪谷





新人選手権大会兼新人リーグ予選

令和3年11月3日(水) 会場:都立江戸川高校

第1試合 vs 安田学園

2〇昭和第一(25-10 25-8)安田学園●〇

第2試合 vs 都立雪谷

2〇昭和第一(25-6 25-6)都立雪谷●〇

新チーム初の公式戦。大会1週間前から心身ともにベストコンディションで大会当日を迎えられるよう、調整を重ねました。初戦の安田学園戦は、序盤、初の公式戦のため緊張が目立ちましたが、徐々に自分たちのリズムに。2戦目、都立の実力校雪谷戦は、その1戦目の勢いのまま自分たちのリズムでバレーができました。

練習試合15回目

令和3年11月7日(日) 会場:東京女子学院 対戦:東京女子学院

vs 東京女子学院

A●8-25OA A●15-25OA A●11-25OA A●23-25OA A●20-25OA

A●14-25OA

B●14-25OB B●4-25OB B●19-25OB B●10-25OB B●9-25OB

東京女子学院と半日、Aチーム、Bチームで練習試合をしました。

半日、とても勉強になりました。

新人選手権大会

令和3年11月21日(日) 会場:大妻多摩高校

1回戦vs 都桜修館

2〇昭和第一(25-7 25-10)都桜修館●〇

2回戦 vs 都向丘

〇●昭和第一(12-25 25-27)都立雪谷●〇

予選に続きセンター不在のまま挑んだ都大会。1回戦都桜修館戦から緊張が目立ち、本来のプレーができず、2回戦の都向丘戦へ。1セット目は1回戦から続く緊張のためミスが目立ちましたが、2セット目から本来の自分たちのプレーで終始リード。セット終盤ジャッジをめぐる微妙な判定が2回連続で続き不穏な空気となりましたが、最後は向丘に惜敗。

練習試合17回目

令和3年11月23日(祝) 会場:本校 対戦:千葉県東海大浦安

vs 千葉県東海大浦安

AO25-16●A A●20-25OA BO25-22●B AO25-20●A AO25-7OA BO15-6OB

AO15-6OA

コロナ感染者の減少に伴い、久しぶりに都外の高校との練習試合ができました。千葉県の県大会出場校東海大浦安高校と練習試合、合同練習をしました。

12月の活動



◆ 新チーム7ヶ月目

私学大会 3季連続ベスト16決定戦進出！！
冬休み練習開始！！



東京私立高校女子バレーボール大会 1日目
令和3年12月12日(水) 会場:杉並学院高校
1回戦 vs 共立女子第二
2〇昭和第一(25-8 25-10)共立女子第二●〇
2回戦 vs 成城学園
2〇昭和第一(不戦勝)成城学園●〇

センター不在、レフトエース負傷というアクシデントのなか迎えた私学大会。急造フォーメーションで臨みましたが、都大会に出場した共立女子第二高校に勝利し、2日目に進出しました。

伝統活動 校外清掃活動再開！



練習試合19回目
令和3年12月14日(火) 会場:本校 対戦:東海大高輪台
vs 東海大高輪台
A●17-25〇A A●10-25〇A

センター、レフトエース不在での練習試合は、東海大高輪台に完敗。高輪台の気迫凄い。

練習試合20回目
令和3年12月17日(金) 会場:本校 対戦:東海大高輪台
vs 東海大高輪台
A〇25-15●A A〇27-25●A

センター不在、レフトエースは調整しながらのゲームとなりましたが、3日前のリベンジに燃え、本来のプレーに近い状態で試合をすることができました。

練習試合21回目
令和3年12月18日(土) 会場:都立向丘 対戦:都立向丘 都立文京
vs 都立向丘
A〇26-24●A A●13-24〇A
vs 都立文京
A●23-25〇A A●13-25〇A

新人選手権大会のリベンジ戦で都立向丘からセットを奪う！両チームとも1セット目は顧問の指示通りに、2セット目は自分たちで考えて試合をすることを課題にして取り組みましたが・・・。

東京私立高校女子バレーボール大会 2日目
令和3年12月19日(日) 会場:東京女子学院高校
3回戦 vs 杉並学院

20昭和第一(25-9 25-11)杉並学院●0

4回戦 vs 藤村女子

0●昭和第一(8-25 12-25)藤村女子●2

3回戦、杉並学院の昭和対策に対応しながらの試合となりました。ベスト16決定戦のvs藤村女子は歴然とした実力差の前に圧倒されつつも、2セット目は少しでも苦しめようと序盤からvs藤村女子対策に専心。タイムアウトを奪う場面までもぎ取りましたが完敗。

3回戦 vs 杉並学院



準々決勝進出をかけた4回戦 vs 藤村女子





練習試合23回目

令和3年12月20日(月) 会場:千葉県千葉商科大学付属 対戦:千葉商大付属

vs 千葉商大付

A●15-25OA A●23-25OA B●10-25OA A●15-25OA AO25-19● AO25-21●

B●14-25OA

センター、レフトエース、セッター不在で臨んだ練習試合となり、終始、苦しい試合展開となりましたが、終盤から急造フォーメーションの機能が整いはじめました。

練習試合24回目

令和3年12月23日(木) 会場:豊島学院 対戦:豊島学院

vs 豊島学院

AO25-19●A AO25-16●A BO25-23●B AO25-19●A AO25-20●A B●21-25OB

AO25-14●A

センター不在、レフトエースは調整気味の状態で試合となりました。現在の課題は、向丘戦以来、自分たちで考え、自分たちで判断して試合をすることなのですが、まだまだ判断ミスが多いのが気になります。

保護者会よりクリスマスプレゼントをいただきました！



保護者会から私学大会での健闘とクリスマス兼ねてプレゼントを頂きました。
勝って恩返しができるよう私学大会がんばります！！





練習試合25回目

令和3年12月25日(土) 会場:茨城県古河第一高校 対戦:茨城県古河第一 埼玉県不動岡
vs 茨城県古河第一

AO25-15OA AO25-18●A AO25-11●A B●7-25●B BO25-21●B

vs 埼玉県不動岡

AO25-20●A A●23-25OA A●11-25OA A●23-25OA A●22-25O

B●21-25●B BO25-21●B BO25-10●B BO27-25●B

当初、不動岡高校会場での実施を予定していた練習試合が古河一高に変更。クリスマスに茨城という運命の悪戯に、クリスマス茨城遠征が復活！！茨城県の古河一高と埼玉県の不動岡高校と練習試合を重ねました。課題はまだ自分たちで判断して試合に取り組むこと。まだまだ判断力が身につけていませんが、埼玉の強豪不動岡高校と接戦できたのは自信になりました。

冬休みの練習、練習試合の様子です。





練習試合26回目

令和3年12月28日(火) 会場:日本大学第一高校

対戦:日本大学第一 東京 東京成徳 北豊島 中大杉並 都立駒場

vs 日本大学第一

A●21-25OA A●26-28OA

vs 東京

A●22-25O A●7-25O

vs 東京成徳

A●15-25OA A●22-25OA

vs 北豊島

A●21-25OA B+A●7-25OA

vs 中大杉並

AO25-16●A AO25-20●A

vs 都立駒場

AO25-19O A●12-25O

年末のピックイベントとなりました。いつもお世話になっている日大一高で今年最後の練習試合。多くの学校と試合をすることができ、とても貴重な時間となりました。この素晴らしい機会を作ってくださった菊地先生に心より感謝申し上げます。





2021年12月29日

まるまるコロナ禍での1年となりましたが、ご家庭での自主トレーニングを支えてくださった保護者のみなさま、後輩たちのために練習のお手伝いに通ってくれたOGのみなさん、コロナ禍にも関わらず練習試合、合同練習をしてくださった高校、中学のみなさん、今年1年ありがとうございました。長引く練習中止期間や練習制限の中、何度も気持ちが折れかけましたが、チームを率いる諸先生方との通話やライン、お話などを通じて、乗り越えることができました。心より感謝申し上げます。また、感染者拡大に伴い、練習試合が中止になったままの高校のみなさん。収束しましたら、また、是非、練習試合をお願いします。みなさんにとっての2022年が、コロナ以前のように思いっきりバレーボールが楽しめる1年となることを心よりお祈り致します。年末年始の感染にはくれぐれもお気を付けください。それでは、よいお年をお迎えください！！

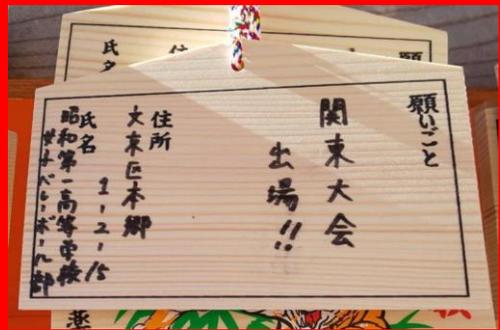
A HAPPY NEW YEAR !! 2022 !!



本年も昭和第一高校女子バレーボール部をよろしくお願ひ致します！！

1月の活動

- ◆ 新チーム8ヶ月目
- ◆ 感染拡大に伴い対外試合が禁止に



伝統行事 新年必勝高尾山登山へ！！









コロナ禍で、夏、冬、春の合宿、祝勝会、顧問宅訪問、フレンドカップ、審判カップ、スカイツリーカップ、近県対抗大会、全日本IDバレーボール選手権補助審判活動など、本校女子バレーボール部の伝統諸行事を経験したことがない選手達でしたが、ようやくその一つの新年鷹尾山必勝登山を体験することができました。まだ、山頂でのそば会食と温泉入浴はできず残念でしたがそれでも先輩達が毎年恒例にしていた行事をようやく自分達も楽しむことができ、その一人一人の表情を見ていて私もとても嬉しくなりました。この行事は、私が数年前に病にかかり、その回復を願って当時の選手達が企画してくれた大切な宝物です。富士山もみることができ、とても楽しい1日となりました。私の背中をローテーションで押しながら助けてくれる選手達に心から感謝です。

春高出場校 山梨県代表 帝京第三高校が2日間本校に来校しました



※顧問の許可を得て掲載しています。

練習試合27回目

令和4年1月4日(火) 会場:本校 対戦:山梨県帝京第三高校(1,2年)

vs 山梨県帝京第三

●10-25○ ●19-25○ ●9-25○ ●7-25○ ●14-25○

春高バレー出場のため上京した山梨県代表の帝京第三高校の1・2年生チームと練習試合を

しました。

練習試合28回目

令和4年1月7日(金) 会場:江戸川区越中島小学校 対戦:江戸川区立深川第三中学校
vs 江戸川区立深川第三中学校

AO25-8●A AO25-14●A A●27-29OA AO25-19●A AO25-17●A AO25-9●A
BO25-19●B BO27-25●B

深川第三中学校から本校女子バレー部には多くの生徒が進学しています。都大会常連の伝統校深川第三中学校は中学生とは思えないほど強かったです。顧問の先生の指導力の素晴らしさをあらためて実感させられました。勉強になった1日でした。

練習試合29回目

令和4年1月9日(日) 会場:台東区立忍岡中学校 対戦:台東区立忍岡中学校
vs 台東区立忍岡中学校

AO25-20●A A●24-26OA AO28-26●A AO25-8●A B●16-25O男子
BO25-11●男子

忍岡中学校から本校女子バレー部にも生徒が進学しています。都大会常連、今季は東京で10位という実績も持つ忍岡中学校は本当に強かった。顧問の先生、コーチの先生の指導力の素晴らしさを実感しました。今度は国土館大学にて一緒に合同練習・練習試合をします。



まだ以前のような通常練習ではありませんが、この冬休みは都外での練習試合もでき、1日練習もでき、久しぶりに本来の部活動を行うことができ、とても充実した時間となりました。その分、叱られることも多くはなりましたが、日に日に逞しい表情へと成長していく姿に、やはり成長には時間が必要であることを痛感しました。

2月の活動

- ◆ 新チーム9ヶ月目
- ◆ 感染拡大に伴い対外試合が禁止に



練習試合30回目

令和4年1月10日(月) 会場:千葉県千葉商業 対戦:千葉県千葉商業 千葉県銚子
新型コロナウイルス感染蔓延につき練習試合は中止に・・・

練習試合31回目

令和4年1月11日(火) 会場:都立向丘 対戦:都立向丘

新型コロナウイルス感染蔓延につき練習試合は中止に・・・

練習試合32回目

令和4年1月15日(土) 会場:千葉県実籾 対戦:千葉県実籾

新型コロナウイルス感染蔓延につき練習試合は中止に・・・

練習試合33回目

令和4年1月23日(日) 会場:埼玉県所沢中央 対戦:埼玉県所沢中央 埼玉県新座

新型コロナウイルス感染蔓延につき練習試合は中止に・・・

練習試合34回目

令和4年1月29日(土) 会場:本校 対戦:錦城学園

新型コロナウイルス感染蔓延につき練習試合は中止に・・・

練習試合35回目

令和4年1月30日(日) 会場:埼玉県不動岡 対戦:埼玉県不動岡

新型コロナウイルス感染蔓延につき練習試合は中止に・・・

3月の活動

- ◆ 新チーム10ヶ月目
- ◆ 練習試合が解禁に！



練習試合35回目

令和4年3月23日(水) 会場:東海大高輪台 対戦:東海大高輪台

vs 東海大高輪台

A●25-27OA AO25-21●A AO25-27●A A●23-25OA B●25-27OB

B●20-25OB

セッター不在での練習試合となりましたが、善戦でき、自信が深まりました。

練習試合36回目

令和4年3月25日(金) 会場:豊島学院 対戦:豊島学院

vs 豊島学院

AO25-11●A AO25-12● AO25- 6● BO25- 9●A

リベロ不在での練習試合となりましたが、善戦でき、自信が深まりました。

練習試合37回目

令和4年3月26日(土) 会場:千葉県実籾 対戦:千葉県実籾

vs 千葉県実籾

AO25-17●A AO25-13●A AO25-17●A AO25-11●A AO25-15OA

BO25-12●B B●23-25OB

最初の2セット以降は課題ゲームとしました。それぞれ課題に取り組みながらの試合となりましたが、善戦でき、自信を深めることができました。

練習試合38回目

令和4年3月27日(日) 会場:本校 対戦:東海大高輪台

vs 東海大高輪台

AO25-13●A A●16-25OA AO25-12● AO25-11●A BO25-21●

B●23-25OB

久しぶりにフルメンバーが入っての東海大高輪台戦。修正力も高くなり、ラリー戦を制すること

ができ、自信を深めることができました。

練習試合39回目

令和4年3月29日(火) 会場:北豊島 対戦:北豊島 淑徳巣鴨

vs 北豊島

A●15-25OA A●17-25OA A●23-25OA B●11-25OB

vs 淑徳巣鴨

AO25-16●A AO25-16●A AO25-19● AO25-11●A B●21-25OA

セッター不在での北豊島との対戦となりましたが、善戦することができ、自信を深めることができました。

第3回スカイツリーカップバレーボール大会

令和4年3月31日(木) 会場:台東区リバーサイド体育館

予選Bリーグ

第1試合 ○昭和一(25-16)都大森●

第2試合 ○昭和一(25-13)上野学園●

第3試合 ○昭和一(25-4)都上野●

予選1位で決勝トーナメント進出

準決勝 2○昭和一(25-20 25-9)錦城学園●0

決勝 2○昭和一(25-14 25-22)都大森●0

優勝 昭和一 準優勝 都大森 第3位 大妻女子 第4位 錦城学園 ...

終始、調子が上がらず、本来の自分たちのプレーが何一つ出せないまま大会を終えることになりましたが、それでも1セットも落とさず優勝することができたのは、大きな経験だと思います。





全試合ストレート勝利での優勝！！

4月の活動

- ◆ 新チーム11ヶ月目
- ◆ さあ！関東大会予選！！



練習試合41回目

令和4年4月2日(土) 会場:本校 対戦:錦城学園

vs 錦城学園

AO25 - 7●A AO25-14●A AO27-25●A AO25-10● BO25-15●

B●13-25OB

本来の調子が戻らないままの試合となりました。

練習試合42回目

令和4年4月3日(日) 会場:本校 対戦:大成

vs 大成

AO25 - 6●A AO25-16●A AO25-11● BO25-21● AO25 - 2●A

BO25-22●A AO25 - 6●A

本来の調子が戻らないままの試合となりました。

練習試合43回目

令和4年4月10日(日) 会場:都向丘 対戦:都向丘 杉並学院

vs 都向丘

A●17-25OA AO25-22● AO25-15●B B●8-25OB

vs 杉並学院

AO25-18●A AO25-14●A

本来の調子が戻らないままの試合となりました。

練習試合44回目

令和4年4月17日(日) 会場:埼玉県所沢中央 対戦:埼玉県所沢中央 埼玉県川越南

練習試合は中止になりました。

練習試合45回目

令和4年4月23日(土) 会場:本校 対戦:東海大高輪台

練習試合は中止になりました。

練習試合46回目

令和4年4月24日(日) 会場:豊島学院 対戦:豊島学院

練習試合は中止になりました。

練習試合47回目

令和4年4月26日(火) 会場:日本大学第一 対戦:日本大学第一

練習試合は中止になりました。

関東大会予選兼春季大会 春季リーグ

令和4年4月29日(日) 会場:都立日野台 対戦:日大二 白百合・和洋九段

予選リーグ

第1試合 昭和第一 vs 日大二高 O2(25-3 25-3)0●

第3試合 昭和第一 vs 白百合・和洋九段 O2(25-7 25-3)0●

全試合1桁に抑えての勝利で7連続での都大会出場を決めました。

守備が安定してきたことがチームの成長と感じています。

5月の活動



全試合1桁ストレート勝利での優勝！！7年連続都大会出場！

関東大会予選兼春季大会

令和4年5月1日(日) 会場:都立江戸川

第1試合 昭和第一 vs 貞静学園 O2(25-12 25-13)0●

第2試合 日大二高 vs 共栄学園 ●0(6-25 15-25)20

1回戦は昨年度の春季大会でも対戦した貞静学園高校。序盤、都大会ならではの緊張から出だしに躓くも、その後は自分たちらしいバレーに。2回戦は全国大会優勝経験のある強豪共栄学園。1セット目の序盤から中盤にかけてサーブで崩され一方的な展開に…。終盤からレシーブも上がりはじめ、打って終わる状態までもっていける感覚を掴んで1セット目は終了。続く2セット目はサーブで崩す場面が多くなり、共栄のミスを生み出す場面からスパイクポイントを取ることができたり、ブロックを決めることができたりと、自信を深める良い機会となりました。

練習試合50回目

令和4年5月3日(火) 会場:都立大森 対戦:都立大森

vs 都立大森

AO25-21●A AO25-22●A A●25-27OA BO25-12●B B●21-25OA

BO25-12●B

怪我人続出の中での練習試合。大森高校とはスカイツリーカップ以来の再戦となります。ベストメンバーではない中ですが、よい試合をすることができました。

練習試合51回目

令和4年5月4日(水) 会場:埼玉県浦和実業 対戦:埼玉県浦和実業 京華商業

vs 埼玉県浦和実業

AO25-19●A AO25-16●A AO25-15●A B●23-25OA B●16-25OA

vs 京華商業

AO25-12●A AO25-13●A AO25-15●A BO25-18●A

前日に続き怪我人続出の中、ベストメンバーではない状況での練習試合となりました。センター、ライト、リベロしかベストメンバーのいない練習試合の2日目ではありましたが、よい試合をすることができました。

練習試合52回目

令和4年5月5日(木) 会場:埼玉県所沢中央 対戦:埼玉県所沢中央

vs 埼玉県所沢中央

A●22-25OA A●21-25OA AO25-21●A A●24-26OA BO25-7●B

BO25-8●B

久しぶりの所沢中央高校との練習試合。県大会前日ということもあり、モチベーションも高く、レフトエースの成長に驚かされました。とてもよい練習試合となりました。

練習試合53回目

令和4年5月8日(日) 会場:埼玉県鷲宮 対戦:埼玉県鷲宮

vs 埼玉県鷲宮

AO25-13●A AO25-19●A AO25-15●A AO25-9●A AO25-17●A

1年●18-25OB B●22-25OA B●20-25OA

いつもお世話になっている鷲宮高校と1日練習試合をしました。1年生チームも初めて試合をするようになり、とてもよい経験になりました。

練習試合54回目

令和4年5月15日(日) 会場:埼玉県不動岡 対戦:埼玉県不動岡 埼玉県小川(不参加)

vs 埼玉県不動岡

AO25-21●A A●26-28OA AO25-17●A AO25-17●A A●21-25OA

A●16-25OA A●23-25OA A●16-25OA 新●12-25OA B●12-25OB

B●18-25OB B●16-25OB BO25-16●B BO25-16●B BO25-16●B

BO25-10●B BO25-22●B C●9-25OB

いつもお世話になっている不動岡高校さんと1日練習試合をしました。Aチームは疲労や怪我人などが響き、午後から失速。Bチームは午後からめきめきと上達してよいプレーをしていました。

練習試合55回目

令和4年5月28日(土) 会場:本校 対戦:東海大高輪台

vs 東海大高輪台

AO25-20●A AO25-23●A AO25-19●A

翌日にインターハイ予選を控えての練習試合となりました。東海大高輪台さんとはこの1年でもっとも多く対戦した東京のチーム。翌日の大会に向けて気が引き締まりました。

インターハイ予選

令和4年5月29日(日) 会場:都立清瀬

1回戦 昭和第一 vs 都深沢 O2(25-7 25-7)0●

2回戦 昭和第一 vs 佼正女子 ●0(18-25 23-25)2O

今回の目標はベスト16決定戦の東京立正戦まで勝ち上がることに。ただ、その前に関東大会出場経験のある佼正女子を倒すこと。これが今大会の大きな目標でした。1セット目は記録のミスで試合が20分以上中断するなどのアクシデントもあり、波に乗れず18-25。ただし、試合内容は悪いものではありませんでしたので、2セット目に大きな期待をかけました。2セット目は波に乗り

終始、昭和第一リードで試合が進み、22点まで先に到達するも、またしても記録ミスで試合中断。昨年度の新人選手権大会のベスト32決定戦の都向丘戦でもそうでしたが、試合中断から調子を崩されてきました。最終的には佼正女子のエースに振り切れ惜敗。ただ、公式戦にあり得る大きな経験をしたことで、今後に生かしていこうと思います。

6月の活動



練習試合57回目

令和4年6月1日(水) 会場:日大一高 対戦:日大一高

vs 日大一高

AO25-22●A A●22-25OA AO25-23● AO25-23●A

いつもお世話になっている鷺宮高校と1日練習試合をしました。1年生チームも初めて試合をするようになり、とてもよい経験になりました。

練習試合58回目

令和4年6月4日(土) 会場:本校 対戦:山梨県帝京第三

vs 山梨県帝京第三

A●19-25O AO25-23● A●23-25O A●21-25O

正月の春高バレー出場の際に本校で練習試合を行って以来の再戦。今回は関東大会出場のために上京したためにまた本校で練習試合をしてくださいました。

練習試合59回目

令和4年6月5日(日) 会場:茨城県古河第一 対戦:茨城県古河第一 埼玉県鷺宮

vs 茨城県古河第一

AO25-19●A A●22-25OA A●12-25OA

vs 埼玉県鷺宮

AO25-13●A AO25-13●A A●23-25OA AO25-23●A

また茨城県古河第一高校にお世話になりました。

練習試合60回目

令和4年6月12日(日) 会場:本校 対戦:北区立桐ヶ丘中学校

vs 桐ヶ丘中

AO25- 5●A AO25- 4●A AO25- 1●A AO25-10●A BO25- 7●A

AO25-14●A

本校のOBがコーチをしている桐ヶ丘中学校と練習試合をしました。

練習試合61回目

令和4年6月14日(火) 会場:都立向丘 対戦:都立向丘

vs 都立向丘

A●23-25OA AO25-17●A A●18-25OA AO25-22●A AO25-21●A

都立向丘高校の新チームと練習試合をしました。

練習試合62回目

令和4年6月19日(日) 会場:神奈川県横浜 対戦:神奈川県横浜

vs 神奈川県横浜

AO25-12●A AO25-23●A AO25-19●A AO25-18● B●18-25OB

BO25-13●B

横浜高校と初めて練習試合をしました。

練習試合63回目

令和4年6月24日(土) 会場:本校 対戦:神奈川県川崎市立東橋中学校

vs 神奈川県川崎市立東橋中

中止になりました。

練習試合64回目

令和4年6月25日(日) 会場:埼玉県不動岡高校 対戦:埼玉県不動岡高校

vs 埼玉県不動岡

中止になりました。

7月の活動



夏休み練習始まる！！



期末考査後恒例のスポーツ大会(K-1GP)。今回は卓球、パドミントン、バスケットボール大会！



基礎練習から応用練習、ゲーム形式までたっぷり練習できました。

練習試合65回目

令和4年7月16日(土) 会場:本校 対戦:都立墨田川高校

vs 都立墨田川

中止

練習試合66回目

令和4年7月18日(月) 会場:千葉県千葉商業高校 対戦:千葉県千葉商業 千葉県君津

vs 千葉県千葉商業
vs 千葉県君津

中止

練習試合67回目

令和4年7月23日(土) 会場:埼玉県国際学院 対戦:埼玉県国際学院

vs 埼玉県国際学院

中止

練習試合68回目

令和4年7月24日(日) 会場:日大一高 対戦:日大一高 都立城東 杉並学院 都美原

都王子総合 日大鶴ヶ丘

vs 日大一高

vs 都立城東

vs 杉並学院

vs 美原

vs 都王子総合

vs 日大鶴ヶ丘

中止

練習試合69回目

令和4年7月27日(水) 会場:茨城県下妻第一 対戦:茨城県下妻第一 茨城県牛久

vs 茨城県下妻第一

vs 茨城県牛久

中止

練習試合70回目

令和4年7月29日(金) 会場:神奈川県横浜 対戦:神奈川県横浜

vs 神奈川県横浜

AO25-21● AO25-10● AO25-16● BO25-17● B●12-25○ BO25-14●

新O26-23●

練習停止期間が長引き、ようやく夏休みの練習試合が出来ました。

熱中症対策のため、1セットごとにチームを入れ替えてゲームをしました。

課題ゲームもでき有意義な練習試合となりました。

練習試合71回目

令和4年7月30日(土) 会場:本校 対戦:神奈川県川崎市立東橋中学校

vs 神奈川県川崎市立東橋中学校

8月の活動

○大切な人に合わせにいく。

○最後まで失速するな。

○謙虚さ。



3年振りの茨城水戸夏合宿へ！！





事前にOGに夏合宿の指導をもらう



車内での感染対策も事前に徹底



旅館到着。今後の動きを確認。



合宿の歴史、伝統、目的の再確認。



2日間にわたる遠征試合



何度も合宿の意義を再確認



宴会場での夕食



何度も打ち込んだジャンプサーブ





本当にできるのか、行けるのか、不安だった夏合宿・・・。
2泊3日という短期間ではありましたが、夏合宿を行うことができました。
コロナ禍での合宿の準備にあたり、保護者会、OG会、そして森島先生には多大なご協力をいただきました。
高校生活初めての合宿、とても良い思い出になりました。
部員一同、この感謝の気持ちを忘れず、フレンドカップ、私学大会、夏季大会の良い報告にかえて恩返しを果たしたいと決意を新たにしました。

練習試合72回目

令和4年8月3日(水) 会場:茨城県山吹総合体育館 対戦:茨城県佐和高校OG
vs 茨城県佐和高校OG
AO25-8● BO25-20● 新●22-25○ AO25-18● B●23-25○
新●19-25○

練習試合73回目

令和4年8月4日(水) 会場:茨城県山吹総合体育館 対戦:茨城県太田一高 茨城県水戸啓明
vs 太田一高 AO25-11● 新○25-15● AO25-3●
vs 水戸啓明 AO25-14● AO26-17● 新●14-25○ BO25-22●

練習試合74回目

令和4年8月7日(日) 会場:国士舘大学(多摩校舎) 対戦:国士舘大学
vs 国士舘大学
A●12-25○ A●8-25○ A●11-25○

練習試合75回目

令和4年8月9日(火) 会場:埼玉県不動岡高校 対戦:埼玉県不動岡 埼玉県鴻巣
vs 不動岡 AO25-17● 新○25-16● AO25-17●
vs 鴻巣 AO25-5● 新○25-18● AO25-10● 新○25-12●
B●23-25○ 新B●25-27○

第23回フレンドカップバレーボール大会優勝！！2回連続！！

第23回フレンドカップバレーボール夏季大会

会場:埼玉県西武台
参加校:埼玉県西武台 千葉県実籾 日大三高 日大豊山女子 錦城学園
vs 千葉県実籾 O25-7●
vs 日大豊山 O25-1●
vs 日大三高 O25-13●
vs 錦城学園 O25-8●
vs 西武台 O25-12●



しっかり守り抜くことの徹底



練習を重ねたジャンプサーブ



25名全員が初めてそろったベンチ



大会中も次の大会に備えてリハビリ



2019年からの連続優勝！！





2019年以來の3年振りの開催となった第23回フレンドカップ。
第1回大会以來の6チームが集まったの久しぶりのカップ戦となりました。
公式戦では18名しか会場に入れないため、コロナ禍で初めて部員25名が同じ会場に集結し
大会に臨むことができたのが最高の思い出となりました。
2回連続3回目の優勝となりました。

練習試合77回目

令和4年8月12日(金) 会場:葛飾区上平井中学校 対戦:葛飾区上平井中学校
vs 葛飾区上平井中学校
新O25- 7● 新O25- 2●

練習試合78回目

令和4年8月13日(土) 会場:埼玉県所沢中央 対戦:埼玉県所沢中央 埼玉県小川
vs 埼玉県所沢中央
vs 埼玉県小川

中止

練習試合79回目

令和4年8月15日(月) 会場:埼玉県西武台 対戦:埼玉県西武台
vs 埼玉県西武台
AO25- 9● 新O25- 8● AO25- 5● AO25- 7● 新O25-17●
新BO25-19● BO25-11● BO25-19●

東京私学大会ベスト16決定戦進出！！(4回連続)

令和4年8月16日(火)

東京私学選手権大会

会場:東京女子学院

1回戦 ※前大会ベスト32のため0回戦はシード

2回戦 vs関東第一 O25-4● O25-6●

令和4年8月17日(水)

東京私学選手権大会

会場:東京女子学院

3回戦 vs実践女子 O25-7● O25-4●

4回戦 vs共栄学園 ●9-25○ ●3-25○





4名のセンターで故障者をカバー



ベスト16決定戦で共栄学園に挑む！



常に阻まれたベスト16の壁



ベスト32に入りシード権は維持

2019年夏、冬と維持し続けたシード権も、コロナ禍での長期大会中止に伴い、1度シード権を解体され、そこからまた1から勝ち上がりシード権を再獲得し直すなど、私学大会は苦しい状況が続きましたが、2019年以降、先輩達が築いたベスト16決定戦進出とシード権維持は後輩達に継承することができました。

夏季大会優勝！！

令和4年8月20日(土)

夏季大会

会場:都立調布南

1回戦 vs科学技術 O25- 5● O25- 7●

2回戦 vs都立調布南 O25-10● O25-14●

3回戦 vs共立女子 O25- 3● O25- 3●

令和4年8月21日(日)

夏季大会

会場:都立神代

準々決勝 vs専修大付 O25-15● O25-14●

準決勝 vs文教大付 O25- 9● O25- 6●

決勝 vs東京女子学院 ●23-25○ O25-23● O25-18●





1回戦 vs科学技術 O25- 5● O25- 7●



2回戦 vs都調布南 O25-10● O25-14●



3回戦 vs共立女子 O25- 3● O25- 3●



準々決勝 vs専修大付 O25-15● O25-14●



準決勝 vs文教大付 O25- 9● O25- 6●



決勝 vs東京女子学院 ●23-25O O25-23● O25-18●



1回戦からの連戦



センター不在のままの連戦





決勝戦を前に



チームが好きであることの大切さ



表彰式後の集合写真



部員全員での集合写真

本校の部員の多くは、中学3年生の頃から練習に参加しています。
しかしながら、受験を終え、合格通知が届く頃には新型コロナウイルスなるものが日本にも忍びよっていました。
やがて、卒業式も中止…。
4月には緊急事態宣言の発令…。
緊急事態宣言に伴う臨時休校は、桜の面影もない、初夏の6月まで続きました。
本校のバレー部は、本校でバレーをすることを目的として進学してきました。
ですから、多くの部員は中学生時代の体験入部ですすでに友人となっています。
『何のために高校に進学したのか…。』
未知なウイルスの蔓延とともに、不安に覆われていく高校生活…。
今後3年は続くと思通されたウイルスとの戦いに、高校生活に失望感が漂い始めました。

そのため、入学前から自主トレメニューに取り組み、その様子を保護者に収めていただき、それを顧問に毎日送信することをこの間の日課としました。

ただ座して待つには、高校生活3年はあまりに短すぎたのです。

そうして、先輩も含め、それぞれが各家庭で自主トレに取り組むようになりました。

プロテインを服用する姿も含め、それを動画に収め、顧問に送信(提出)。

顧問は『チーム』という連帯感が途絶えぬよう、それらを一つのムービーに編集し直す。

時にはOGからの応援メッセージ動画を提供してもらい、モチベーションが下がらないように協力してもらいました。

『どうか、諦めないように。』

『希望を捨てないように。』

そんな願いを込めながら編集し、BGMも選んで、毎日、みんなにムービーを届けました。

ようやく一同が顔合わせで集まったのは6月――。

顔合わせといってもマスクをつけての対面で、自己紹介の声もなかなか聞き取れない。

それでも、みんなと顔を合わせができることが、大きな、新たな、そしてたしかな前進と感じさせられた瞬間でした。

誰もが憎たらしいに違いないコロナです。

ただ、そんなコロナですが、それまで当たり前だったことが、決して当たり前ではなく、とても大切であること私たちに教えてはくれました。

しかし、練習の再開は、まだ許されるような状況ではありません。

分散や時差で学校生活そのものがまだ様子見の状態。

部活動にまで気が回る寛大な風潮は全くなかったのです。

ようやく、再開はしても、練習日数、時間ともに制限が課せられました。

また、少しずつ軌道に乗り始めたかのようにみえても、また直ちに、中止や制限は繰り返されました。

1年半から2年近くは、このような事態が繰り返されたように思います。

青春時代という僅かな月日の中で、反復されるこの希望と失望の繰り返し。

若者には耐えがたい精神時間に違いありませんでした。

それでも、私たちは、再開はできても、足りない練習量を家庭での自主トレ1時間30分で補いました。

それぞれのその姿を一本のムービーに繋ぎ合わせ、みんなに届ける。

その作業を続けることで、『一体感なるもの』に手を伸ばし、『私たちはチームである』ことを信じようと努力しました。

とにかく、どんなフェーズにあっても、練習日数、時間を補う努力を続けました。

しかしながら、練習試合も出来ず、大会もあるのかどうか・・・、先が見通せないコロナ禍は、今日という1日の意義や、部活動そのものの意味を、若い高校生に、迷わせ、疑わせ、見失わせるには、十分すぎる情報や状況に溢れていました。

時には、『部活動をしたい』という当たりの願望が、不謹慎で、罪悪感を抱かせてしまうような局面もあったように思います。

『部活、辞めます』といつ切り出されても不思議はなく、それを思いとどまらせ、繋ぎ止める言葉も見当たらない、そんな苦しい時代がコロナ禍の部活動だったように思います。

それゆえ、仙台育英高校の須江監督の言葉は、この苦しい時節を共に生きたあらゆるスポーツの部員、顧問の思いを代弁した心に刺さるものとなりました。

このようなコロナ禍にあっても、本校のバレー部が最後まで部活動を続けられたのは、部員がバレーボールが何よりも好きだったからだと思います。

おそらく、部活動として好きなのではなく、バレーボールというスポーツが好きなんだと思います。ですから、家庭や公園、ベランダでも、バレーボールに準じるトレーニングを続けたのだと思います。

それだけバレーボールには、コロナ禍を苦しめない魅力があるのだと部員から教わりました。

中学時代には都大会や県大会にも出場したことのない選手ばかりですが、この3年間で本当にバレーボールが上手になりました。

教えたことはすぐに吸収しようと努力しました。

3年生となり引退が近づく頃にあって、新しい技術を教えても、貪欲に吸収しました。

それは最後の大会、決勝戦のラリーの中でもみられ、優勝の瞬間まで成長を続けました。

自主トレで土中に埋もれた花が、コートで陽を一身に浴びるがごとく輝いていました。

繰り返しになりますが、本当に彼女たちはバレーボールが大好きです。

より正確に表現すると、バレーボールを感じるのが大好きです。

簡単に言えば、落とさない、拾う、繋ぐ、打つ、止める、当てる、など、それを感じる瞬間瞬間を楽しんでいました。

そのため、練習最後に行う乱打や紅白戦では、2分くらいボールが落ちないことが珍しくなくなり

ました。

乱打と紅白戦、これは彼女たちの高校時代一番の思い出だと思います。

—— 夏季大会での決勝戦。

相手はインターハイ予選で本校を破った佼正学園女子を私学大会でも倒し、練習試合でも勝ったことのない強豪東京女子学院。

1分30秒～2分30秒くらいのラリーが何度も続きましたが、このラリーを制することができたのは部員25名で乱打を繰り返してきた力だとみんな実感しています。

本当に素晴らしいゲームでした。

今思えばですが、コロナ禍の部活動で得た財産は多分にあるように私は思います。

明らかにコロナ禍は私たちを強くさせてくれました。

東日本大震災時に練習ができず、苦労をなされた茨城県の諸先生方から頂いたご指導が、このコロナ禍での様々な取り組みにも生かされました。

最後になりますが、今日まで部員を支えてくださった保護者会の皆様、練習試合の相手を引き受けてくれたOG会のみなさん。

練習ができず困っていた際、相談にのってくれたOB会、A組のみなさん。

本当にありがとうございました。

この場をかりて心より感謝申し上げます。

中学生・受験生のみなさんへ

中学生、受験生のみなさん。こんにちは。

SDH昭和第一高等学校女子バレーボール部は、随時、部活動見学、体験入部を受けつけております。

ご希望の場合は、03-3811-0636(昭和第一高校)女子バレーボール部顧問までご連絡ください。

女子バレーボール部一同、心よりお待ちしております。