

# RAMPAGE

## *The Golden Rules*

*Keep Smiling. Respect your Team Mates. Work your Hardest. Race to the MAX.  
Eat right to Win. Catch your Z's. Always Be grateful to your parents. Trust your Coach.*

*WE ♥ TOIN SWIMMING*

▼新チーム発足直後の文化祭（燦爛祭）で撮影した集合写真



**TOIN UNIVERSITY SWIM TEAM.**

学校法人桐蔭学園 桐蔭横浜大学 水泳部

## 桐蔭横浜大学水泳部について

桐蔭横浜大学水泳部は、2005年4月に女子部員1人から創部し、強化指定クラブとして活動をスタートしました。女子1人とは、アテネオリンピックに出場した武田美沙（旧姓:天野美沙）で、桐蔭学園高校より桐蔭横浜大学へ進学し、それをきっかけに創部された部であります。

男子は、創部から3年後の2008年4月に男子部員2名からスタートした部活になります。

現在は、小笠原一彰監督（当大学 スポーツ健康政策学部スポーツ健康政策学科 専任講師）に加え、外部コーチ、外部トレーナー、学生コーチ&マネージャーでチームを運営しています。私たちは“学生主体”を重要視し、社会に出て役立つよう、競技面だけでなく、生活面・就活面・学業面等、様々な点もスタッフを始め学生同士でも指摘しあい成長しています。今年で16年目で、まだまだ若いチームですが、今後注目してください。

年度	男子	女子
2005年度	-- 入部者なし --	----- (ランキング外)
2006年度	-- 入部者なし --	----- (ランキング外)
2007年度	-- 入部者なし --	----- (ランキング外)
2008年度	----- (ランキング外)	----- (ランキング外)
2009年度	関東4部優勝 (3部昇格)	関東2部6位 (2部残留)
2010年度	関東3部2位 (2部昇格)	関東2部8位 (2部残留)
2011年度	関東2部5位 (2部残留)	関東2部4位 (2部残留)
2012年度	関東2部3位 (2部残留)	----- (ランキング外)
2013年度	関東2部2位 (1部昇格)	----- (ランキング外)
2014年度	関東1部7位 (1部残留)	関東2部3位 (2部残留)
2015年度	関東1部7位 (1部残留)	関東2部優勝 (1部昇格)
2016年度	関東1部6位 (1部残留)	関東1部7位 (1部残留)
2017年度	関東1部6位 (1部残留)	関東1部6位 (1部残留)
2018年度	関東1部8位 (2部降格)	関東1部7位 (1部残留)
2019年度	関東2部2位 (1部昇格)	関東1部9位 (2部降格)
2020年度	関東1部	関東2部

### 活動スケジュール

曜日	A.M.	P.M.
月曜日	OFF	5:00-8:30
火曜日	OFF	5:00-8:30
水曜日	(6:00-8:30)	5:00-8:30
木曜日	(6:00-8:30)	5:00-8:30
金曜日	(6:00-8:30)	5:00-8:30
土曜日	*10:00-12:00	*12:00-15:00
日曜日	OFF	OFF

●2020年度 通常通り授業がある日の予定です。シーズン、次期によっては異なります。

●定期的にウエイトあります（週により変更もあり）。

●「\*」土曜日は全体で行う時もあれば、班で分かれて行う場合もさまざまです。

●土曜日、日曜日に試合が入ることがあります。

●練習グループは、学生コーチ（田原口班→「SS(スプリント)」・「MS(ミドルショート)」）と外部コーチ（正治班→「MID(ミドル)」・「DIS(ディスタンス)」）の2つの班に分かれて行っています。

●6~9月までの期間「レギュラー組」・「その他組」に分かれて行う年もあります。

個人の成績に関しては、ホームページにアップされています。ぜひご覧ください。[http://swim.toin.ac.jp/team#c\\_104](http://swim.toin.ac.jp/team#c_104)

- 練習場所：桐蔭学園高校 F棟 体育棟地下プール (25m×6Lane)  
桐蔭横浜大学中央棟より徒歩約10分
- 部員数：30人（1年7人・2年4人・3年12人・4年7人／男子22人・女子8人）
- 部費：60,000円/年（前期・後期それぞれ分けて30,000円を振り込んで頂きます）

### 年間行事（主な予定）

- 【4月中旬】新入生歓迎会
- 【6月中旬】レギュラー選考
- 【8月上旬】関東学生選手権
- 【8月下旬】日本学生選手権 直前合宿
- 【9月上旬】日本学生選手権（4年生はこの試合後に引退となる）
- 【9月上旬】シーズンオフ
- 【9月中旬】決起集会（新チーム始動）
- 【12月年末(入学前)】新入生合宿（顔合わせ、先輩との交流、チームグッズの採寸）
- 【お正月】新年度顔合わせ
- 【2月中旬】4年生を送る会（引退式）
- 【3月下旬】福岡大学合同合宿 @福岡大学



## スタッフ及び幹部学生の紹介

役職	氏名	性別	紹介
部長	かとう ともお 加藤 知生	男	<ul style="list-style-type: none"> <li>●スポーツ健康政策学部スポーツテクノロジー学科 教授</li> <li>●日本水泳トレーナー会議代表</li> <li>●オリンピック水泳チームトレーナー帯同 シドニー（2000年）、アテネ（2004年）、北京（2008年）、ロンドン（2012年）</li> </ul>
監督	おがさわら かずあき 小笠原 一彰	男	<ul style="list-style-type: none"> <li>●スポーツ健康政策学部スポーツ健康政策学科 専任講師</li> <li>●アテネ（2004年）オリンピックサポートコーチ</li> </ul>
外部コーチ	しょうじ れいや 正治 黎哉	男	<ul style="list-style-type: none"> <li>●2020年3月本校卒業</li> <li>●2019年度水泳部主将 兼 チーフマネージャー（学生コーチ・主務を兼任）</li> <li>●（公財）日本水泳連盟 学生委員会 関東支部 所属</li> </ul>
外部トレーナー	さんご きょういち 山後 恭一	男	<ul style="list-style-type: none"> <li>●（公財）日本水泳連盟医事委員会連携組織日本水泳トレーナー会議会員</li> <li>●「さんご接骨院」を経営</li> </ul>
主将	うちだ かずま 内田 雄真	男	<ul style="list-style-type: none"> <li>●法学部法律学科 4年</li> <li>●出身高校：千葉県・千葉明德高校</li> </ul>
女子主将	うがいに ゆきな 鵜飼 雪菜	女	<ul style="list-style-type: none"> <li>●スポーツ健康政策学部スポーツ健康政策学科 4年</li> <li>●出身高校：大阪府・太成学院大高校</li> </ul>
副主将	たまざわ けん 滝沢 健	男	<ul style="list-style-type: none"> <li>●法学部法律学科 4年</li> <li>●出身高校：埼玉県・埼玉栄高等学校</li> </ul>
主務 兼 学生コーチ	たはらぐち りょう 田原口 凌	男	<ul style="list-style-type: none"> <li>●法学部法律学科 3年</li> <li>●出身高校：東京都・武蔵野高等学校</li> </ul>

## 2020年度 チーム目標

関東学生選手権 男子1部残留・女子2部優勝1部昇格5種目優勝

日本学生選手権 20人以上出場～5人B決勝以上進出

## 2019年度 チーム結果

関東学生選手権 男子2部2位（1部昇格）、女子1部9位（2部降格）

関東学生選手権 女子1部200M個人メドレー 優勝

日本選手権・日本短水路選手権突破者 2名，ジャパンオープン突破者 6名

日本学生選手権突破者 18名



▲練習中の一部風景

## 卒業生の進路先 一部紹介

本学では、学部別の専門のキャリアカウンセラーが常駐しており就職活動の支援をいたします。以下は、水泳部卒業生の主な就職先です。

主な就職先		
学校法人桐蔭学園(事務職員)	株式会社 BSC バディースポーツクラブ	警視庁
学校法人佐藤栄学園(体育科教員)	株式会社トーエル	株式会社横浜スイミングセンター
株式会社さきちりホールディングス	株式会社セブン-イレブン・ジャパン	富士通株式会社(FUJITSU LIMITED)
ワタミ株式会社	ヒューマンリソシア株式会社	株式会社 Blueship
海上自衛隊	株式会社イトマンスイミングスクール	株式会社 IMPRINT(KITAJIMAAQUATICS)
公益財団法人横浜 YMCA	株式会社エス・ティー・ワールド	株式会社ワークスアプリケーションズ
株式会社キャリアデザインセンター	CS リレーションズ株式会社	株式会社ホンダカーズ神奈川北
東急リパブル株式会社	総合警備保障(ALSOK)	SAT スポーツクラブ雪ヶ谷
株式会社ジェイエスエス	株式会社カラダミライボ	ファイテン株式会社(Phiten)
株式会社イナホスポーツ	株式会社フィットラボ	株式会社大久保恒産
JFE ホールディングス株式会社	株式会社ホンダ東京西	株式会社アクアプロダクト
株式会社トライアングルジャパン	NTT コミュニケーションズ	

## 桐蔭横浜大学の最寄り駅 (桐蔭より各駅にバスが出ています)

- ①東急田園都市線「青葉台駅」からバスで約 15 分、自転車で約 15 分
- ②東急田園都市線「市が尾駅」からバスで約 15 分、自転車で約 15 分
- ③小田急線「柿生駅」からバスで約 20 分、自転車で約 20 分

## 水泳部員の通学方法 (2020/4/12 現在)

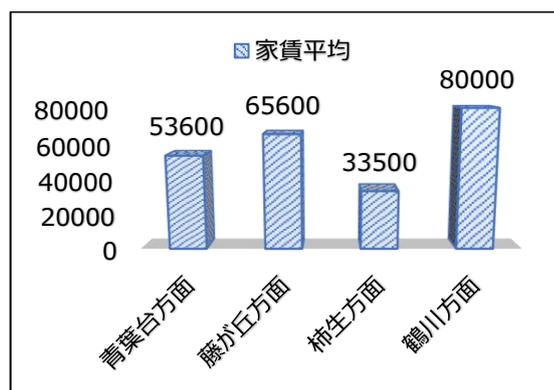
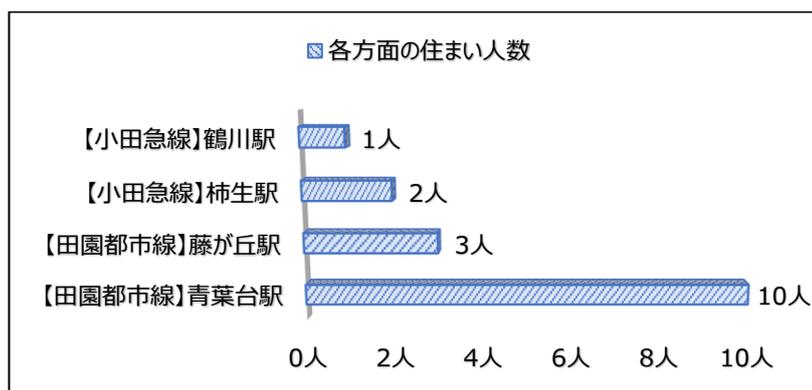
私たちの水泳部には、寮がない為、みんなアパートなどを借りて一人暮らしか、実家より通う方法で通学しています。

柿生駅を利用する場合は、午後 9 時 30 分頃が最終バスの為、多くの人が自転車や原付バイクで行き来をしています。

また、朝練習はだいたい 6 時集合になりますが、実家組で公共交通機関を使って通学している者で、集合時間・練習開始時間に間に合わない場合は始発の交通機関を使ってくるのがルールとなっております。

	自転車	原付バイク	徒歩	電車+バス	電車+自転車
一人暮らし組	13 人	2 人	1 人	0 人	0 人
実家組	1 人	2 人	0 人	6 人	5 人

## 水泳部員の暮らし状況と一人暮らし組の家賃状況 (2020/4/12 現在)



## 学部学科 部員の在籍状況 (2020/4/12 現在)

本学には、法学部・スポーツ健康政策学部・医用工学部の3つの学部に分かれています。私たち水泳部の部員は、今まで「法学部」・「スポーツ健康政策学部」のどちらかに所属して、学業と部活の両立をして頑張っています。医用工学部所属の部員はいません。以下割合を記載してあります。

学部	学科	水泳部員在籍状況					総勢	備考
		1年	2年	3年	4年	総勢		
法	法律	1名	1名	7名	4名	13名	13名	<ul style="list-style-type: none"> <li>●公務員・法律専門職コース ●警察官・消防官コース ●企業ビジネスコース</li> <li>■教職課程(中学校教諭1種免許状(社会) ■高等学校教諭1種免許状(公民)</li> <li>■スポーツ指導者養成科目(スポーツ体育協会)を用意</li> <li>★卒論がありません。</li> </ul>
スポーツ健康政策	スポーツ教育	1名	0名	1名	1名	3名	17名	<ul style="list-style-type: none"> <li>□スポーツを主とした教育を考え、児童や生徒に変化を与える教育者を育てます。</li> <li>■小学校教諭1種免許状 ■中学校教諭1種免許状(保健体育)</li> <li>■高等学校教諭1種免許状(保健体育)</li> <li>★卒論があります。</li> </ul>
	スポーツマネジメント	2名	2名	4名	1名	9名		<ul style="list-style-type: none"> <li>□スポーツ、医学、工学などの専門性を修得し、新たな価値をつくる人材を育てます。</li> <li>■中学校教諭1種免許状(保健体育) ■高等学校教諭1種免許状(保健体育)</li> <li>★卒論があります。</li> </ul>
	スポーツ健康政策	3名	1名	0名	1名	5名		<ul style="list-style-type: none"> <li>□スポーツや文化が持つ力を活かし、社会の様々なニーズに応じていきます。</li> <li>■中学校教諭1種免許状(保健体育) ■高等学校教諭1種免許状(保健体育)</li> <li>★卒論があります。</li> </ul>

## 水泳部公式アイテムのご紹介

私たちの水泳部には、情報発信のアイテムとして、「公式ホームページ」、「公式 Twitter」、「公式 Instagram」、「公式 Ameba ブログ」をご用意しています。ぜひご覧いただき、「フォロー」、「いいね」頂けたら幸いです。お楽しみください。

	公式ホームページ	公式 Instagram	公式 Twitter
URL/アカウント	<a href="http://swim.toin.ac.jp/">http://swim.toin.ac.jp/</a>	toinswim	@toinswim2
QRコード			
使用用途	<ul style="list-style-type: none"> <li>・試合の結果</li> <li>・合宿や試合の写真を公開</li> <li>・ツイッターの連携</li> <li>・試合日程</li> <li>・部活紹介 など</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・活動風景を毎回更新</li> <li>・試合の様子を更新</li> <li>・動画などで雰囲気公開 など</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・試合の超速報を更新</li> <li>・他の SNS の連動 など</li> </ul>



▲ミーティングの様子と関東学生選手権(カンカレ)の様子

## 主将 挨拶



こんにちは！本年度主将の内田 雄真（ウチダ カズマ）と申します。

私自身はマネージャーとして日頃から全力で選手のサポートをしています。マネージャーとして選手を支えつつも主将としてチーム全体の目標達成に向けて日々精進しています。

今年のチームの特徴はなんといっても元気が良すぎます。その為、スローガンも“Ranpage”（ランページ）を掲げています！意味は、「暴れまわる」です！本当にその言葉の通り今年はこのチームよりも元気良くインカレで暴れまわりたいと思います！

また、水泳部はイベント関係がとても充実しており、新入生歓迎会、決起集会、卒部会と毎回大盛り上がりです！もちろん大学水泳を全力でやり切るのも大事ですが、一生で一度の大学生活をどの大学生よりも充実させる為には、やっぱり与えられた環境で全力で楽しむしかないと思います！そんな環境が整えられた桐蔭横浜大学に興味はありませんか？一般学生では味わえない最高の楽しさを味わってはみませんか？

私たち水泳部の仲間が増えたら、全力で楽しませる準備をして待っています。

面白さは私が3年間かけて汗水流してギャグセンスを磨き上げた自慢の部員達が保証します。

部員一同是非お待ちしております。

## 女子主将 挨拶



こんにちは！本年度女子主将の鵜飼 雪菜（ウガイ ユキナ）と申します。

私たち桐蔭横浜大学水泳部の魅力は、楽しみつつも競技力を高めあえるところですよ！

私自身も入学当初はインターハイや JO 出場レベルでしたが、今ではジャパンオープンにも出場できるようになりました。先輩方や同期、後輩達と切磋琢磨し日々力をつけることができているんです！

また、この水泳部にはマネージャーも沢山います！そのため、マネージャーと選手で共に泳ぎを研究したり、それぞれにあった筋トレを考えたりと、より競技力を高める方法を見つけることができます。

選手だけではなく、マネージャーと共に1つになり、取り組むことができているところもこのチームの強みですね！大学は高校までと違い、自分自身で選択することが中心とした学校生活になります。普通の大学生活にも楽しさはあるのですが、自分自身で選択できるからこそ、より楽しい大学生活にする為に、水泳部に入学しませんか？楽しさと刺激のある、大学生活を送ることができると思います！

私たちは新しい部員が増えることを心よりお待ちしております。一度しかない大学生活、私たちと共に最高のものにしましょう！！

## とういんよこはま 桐蔭横浜大学 水泳部

★水泳部監督： おがさわら かずあき  
小笠原 一彰

★水泳部コーチ： しょうじ れいや  
正治 黎哉

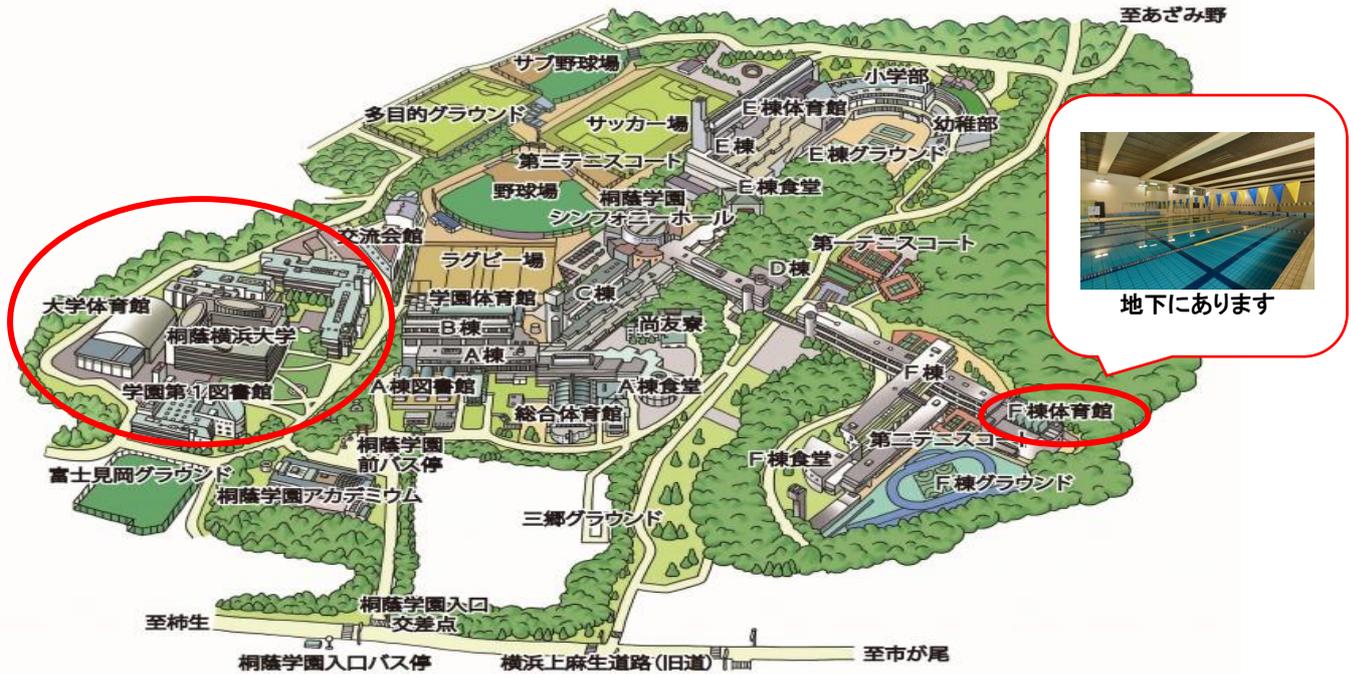
★勧誘担当： みずしま ももこ  
水島 萌々子 (☎090-1119-1265/✉s18k046m@ust.toin.ac.jp)

お気軽にお尋ねください！！



▲関東学生選手権（カンカレ）と日本学生選手権（インカレ）の様子

## 桐蔭学園マップ° 大学とF棟地下温水プールの位置



## 2020年3月に卒業したOBOGの桐蔭での成長度

水路	種目	100 FS	200 FS	400 FS	100 FLY	200 FLY
短水路	阿部 峻也	入学時	1:52.08	4:00.03	55.07	1:59.31
		現在	1:49.39	3:55.74	53.76	1:57.90
		差異	0:02.69	0:04.29	0:01.31	0:01.41
長水路	阿部 峻也	入学時	53.76	1:54.89	56.49	2:03.85
		現在	52.43	1:54.39	56.45	2:03.62
		差異	0:01.33	0:00.50	0:00.04	0:00.23

水路	種目	50 FS	100 FS	100 FLY	200 FLY	200 IM	400 IM
短水路	加藤 樹	入学時	53.12	57.02	1:59.06	2:00.85	
		現在	51.75	54.34	1:56.75	2:00.39	
		差異	0:01.37	0:02.68	0:02.31	0:00.46	
長水路	加藤 樹	入学時	28.24		2:02.18	2:05.48	4:25.80
		現在	24.62		2:01.59	2:04.34	4:17.83
		差異	0:03.62		0:00.59	0:01.14	0:07.97

水路	種目	100 FS	200 FS	50 BR	100 BR	200 BR	200 IM	
短水路	住江 拓哉	入学時	54.82		28.66	1:01.08	2:12.15	2:11.69
		現在	49.71		28.19	0:59.77	2:07.77	1:59.45
		差異	0:05.11		0:00.47	0:01.31	0:04.38	0:12.24
長水路	住江 拓哉	入学時		2:03.38		1:06.14	2:19.78	
		現在		1:56.10		1:02.90	2:13.56	
		差異		0:07.28		0:03.24	0:06.22	

水路	種目	50 FS	100 FS	200 FS	400 FS	800 FS	1500 FS	100 BR	200 BR	200 IM	400 IM	
短水路	松村 直樹	入学時	26.46	54.12	1:56.43	4:03.74	8:34.22	16:07.61	1:04.30	2:17.45		4:36.26
		現在	25.51	53.53	1:54.62	4:00.27	8:32.92	16:02.27	1:03.91	2:14.46		4:23.61
		差異	0:00.95	0:00.59	0:01.81	0:03.47	0:01.30	0:05.34	0:00.39	0:02.99		0:12.65
長水路	松村 直樹	入学時		57.05		4:11.80	8:54.61	16:49.62		2:21.86	2:18.33	4:43.65
		現在		54.12		4:08.94	8:52.57	16:47.36		2:21.38	2:13.49	4:37.48
		差異		0:02.93		0:02.86	0:02.04	0:02.26		0:00.48	0:04.84	0:06.17

水路	種目	50 FS	100 FS	50 FLY	100 FLY	50 BR	100 BR	100 IM	200 IM	
短水路	柳沢 駿成	入学時	23.82	52.30	25.54	56.79	30.12		59.60	2:03.98
		現在	23.65	50.56	24.57	53.52	27.68		55.60	2:00.81
		差異	0:00.17	0:01.74	0:00.97	0:03.27	0:02.44		0:04.00	0:03.17
長水路	柳沢 駿成	入学時	25.18	54.88	31.43	1:08.56	35.44	1:08.73		2:10.55
		現在	24.70	52.64	25.14	55.65	28.44	1:03.73		2:07.15
		差異	0:00.48	0:02.24	0:06.29	0:12.91	0:07.00	0:05.00		0:03.40

水路	種目	100 FS	200 FS	50 FLY	100 FLY	200 FLY	
短水路	若狭 向日葵	入学時	1:00.63	2:10.45	29.48	1:02.11	2:13.38
		現在	59.17	2:05.02	29.36	1:01.34	2:10.02
		差異	0:01.46	0:05.43	0:00.12	0:00.77	0:03.36
長水路	若狭 向日葵	入学時		2:25.05	29.73	1:03.28	2:18.16
		現在		2:10.25	29.58	1:02.58	2:15.52
		差異		0:14.80	0:00.15	0:00.70	0:02.64

日本選手権突破

ジャパンオープン突破

インカレ突破

住江拓哉 柳沢 駿成

住江 拓哉 柳沢 駿成 加藤 樹 若狭向日葵

住江 拓哉 柳沢 駿成 加藤 樹 若狭向日葵 阿部 峻也 松村 直樹

