

Z会進学教室 葛西通信 12月号

葛西教室に通う本科生の皆さんは、以下の四点を心がけるようにしましょう。

- 1 進学塾に通う中学生としての自覚を持つこと。
- 2 信頼の土台となるあいさつをきちんとすること。
- 3 書くことを大切にし、ノートをしっかりとること。
- 4 自習室を上手に利用し、自分で考えてもわからないことは遠慮なく先生に質問すること。

葛西教室より

大和先生presentsのスペシャル企画をお届けします。



国語科 大和浩太郎先生

国語担当の大和です。

今回お届けするのはスペシャル企画！

文武両道エリートアスリートへの特別インタビューです。

アメリカンフットボールの日本一に8回輝き、日本代表選手を大量輩出しているトップチーム、オービック・シーガルズ（習志野市）から、東方嘉永（HIGASHIKATA YOSHINAGA）選手と助川左門（SUKEGAWA SAMON）選手にご登場いただきます。



現在、シーズン真っ只中（*1）にも関わらず、葛西教室との地縁的なご縁も賜り、Z会生のために特別メッセージをくださいました。（取材へのご協力、本当にありがとうございました
m(_ _)m）

*1 アメフットのシーズンはおおむね9月～年明け2月(日米とも)
この原稿の〆切が鬼事務方の圧政により11.6(日)
まさに同じ日に、
「オービックシーガルズ vs 富士通フロンティアーズ」
大一番の予定（横浜スタジアム14:00）。大和は葛西で講義中やね。



【Q.1 どのような中学・高校時代を過ごされましたか】

高校は男子校で男臭い青春を過ごしました。
野球部に所属して甲子園を目指すと共に志望大学を目指して勉強も
そこそこしていました。

【Q.2 アメリカンフットボールの魅力を教えてください】

自分の身体能力が武器になるところ。
とにかく激しくアツいスポーツ。
日常生活では味わうことのない色んな感情を味わえます。

【Q.3 チームでのご自身の役割を教えてください】

DB(ディフェンスシブ・バック)です。ディフェンダーで
とにかく相手のオフェンス(攻撃)を防ぐ役割です。(※2)

【Q.4 普段試合に臨む際に大切にしていることを教えてください】

アメフトは準備のスポーツなので、とにかく対戦相手のプレーを
ビデオでたくさん見てイメージをつけます。(※3)
絶対に勝てるという自信をつけて試合に臨んでいます。

【Q.5 これまでの人生で一番大きなチャレンジについて教えてください】

志望大学に合格しようとチャレンジしたことです。
野球部で他の人に比べて圧倒的に勉強時間が少ない中で何とか工夫して時間をつくる努力をしました。
おススメはしないですが、2日に1回5時間の睡眠を取る生活を1ヶ月していた時期もあります。
これを、一般的には1日48時間生活と言います。



<https://seagulls.jp/member/8higashikata/>

東方嘉永さん

(HIGASHIKATA YOSHINAGA)

芝高等学校(野球)

慶應義塾大学(アメリカンフットボール)

現在:オービック・シーガルズ #8

スクワット200kg <東京都出身>



173cm 82kg birth 1997/7/27

【Q.6 困難に打ち勝つには何が大切ですか。ご経験をもとに教えてください】

まずはとことん向き合いどうすれば乗り越えられるかを全力で考える。
やれる事を全て試してトライアンドエラーを繰り返す。
そうやって頑張ってる姿を見てる人は絶対にいて助けになってくれます。
頑張っているときは視野が狭くなりがちですが、ちゃんと周りにも相談して助けて貰える
ところは助けて貰いましょう。
ただ大事なものは、結局やるのは自分です。
強い気持ちを持って最後まで諦めずにやり切ることが大事だと思います。

【Q.7 準備の大切さ(試合前の分析など含む)と受験の共通点を教えてください】

先程も伝えましたが、アメフトは準備のスポーツです。
とにかく相手のオフェンス(攻撃専門チーム)、ディフェンス(守備専門チーム)、
スペシャル(キッキング専門チーム)の傾向を分析して勝つイメージを付けます。
受験も全く同じで、志望校の過去問をとにかく何周もして型を身につけるのが合格の
近道かと思います。

【Q.8 自信を高める方法を教えてください】

とにかく不安要素をなくす事です。
最悪の事態をどれだけ想定するか、そこに対してどれだけ準備出来るかこれに尽きます。

【Q.9 最後に中学生・高校生にアドバイスをお願い致します】

皆さんはまだまだ若いです。最初は無理だと思ったこともやっていけます。
現状を変えたいならとにかく考えて行動に移すことが大事だと思います。
結果はどうあれそこで得られた経験は今後の人生でかけがえのないものになります。
いろいろなことにチャレンジしていろいろな経験をして、周りで支えてくれる人を大切に
しながら頑張ってください。

※2 アメフトは攻守が野球のように分かれています。
ボールを前進させる側が攻撃(オフェンス)、
前進を阻むのが守備(ディフェンス)。4回の攻撃で
合計10ヤード(9m強)進めないで攻守交代となる。

※3 アメフトはクリエイティブな情報頭脳戦。
対戦相手の全てのパフォーマンスを動画で分析し、
模式図に起こして対策を練る。シーズン中、分析担当の
スタッフたちがいつ寝ているのかが業界最大の謎(!?)

【Q.1 どのような中学・高校時代を過ごされましたか】

部活動に勤しんでいました。
バスケットボール部に所属しており、週5で朝練習と放課後練習がありました。

【Q.2 アメリカンフットボールの魅力を教えてください】

- ①体格も役割も違うポジション(*4)の選手が一丸となって勝つという目標に向かって努力しているところ
- ②一つ一つのポジションの専門性(*5)が高く、どんな人でも活躍の場があるところ

【Q.3 チームでのご自身の役割を教えてください】

DB(ディフェンシブ・バック)
ディフェンスの最後列で主に相手が投げってくるパス攻撃を防ぐポジションです。
最後の砦のような役割です。守備範囲の広さが求められます。

【Q.4 普段試合に臨む際に大切にしていることを教えてください】

常に冷静でいることです。
前のプレーに引きずられずに、いいプレーをしても良くないプレーをしても精神的にリセットして次のプレーに臨むようにしています。

【Q.5 これまでの人生で一番大きなチャレンジについて教えてください】

大学受験です。
終わってみればそこまで大変でもなかったですが、
「この1年どうなるんだろうか・・・」
という不安が大きかったのを覚えています。



<https://seagulls.jp/member/19sukegawa/>

助川左門さん

(SUKEGAWA SAMON)

開成高等学校(バスケットボール)
東京大学(アメリカンフットボール)
現在:オービック・シーガルズ #19
大学オール関東24選出2019・2020
<東京都出身>



177cm 83kg
birth 1997/12/3

【Q.6 困難に打ち勝つには何が大切ですか。ご経験をもとに教えてください】

- ①自分がそもそもなぜその困難なことに取り組んでいるのかを考えること
 - ②その困難を乗り越えた先に何があるのかを想像すること
- この2つを定期的に振り返ることでモチベーションを維持できていると考えています。

【Q.7 準備の大切さ(試合前の分析など含む)と受験の共通点を教えてください】

自分と相手(試験)をよく知ることが共通していると思います。
自分が出来ることや得意なこと(科目、範囲)はどこで、苦手なことはどこなのか。
逆に相手が得意なこと(よく出る範囲)や苦手なことはどこなのか。
その情報をもとに戦略(点数の取り方)を考えることが重要だと思っています。

【Q.8 自信を高める方法を教えてください】

「納得行くまでやりきった」と思えるまで努力・準備することだと思います。
自分が本気で目指している目標ならば不安になるのは当然だと思うのでその不安は受け入れつつ、過去の自分の努力を信じてあげることも大切だと考えています。

【Q.9 最後に中学生・高校生にアドバイスをお願い致します】

受験期はどうしても不安になることもあると思いますし、出来ていない部分に目がいきがちだと思います。
ただそれだとしんどいだけだと思うので、たとえ小さな成長でも実感して自分を褒めてあげてください。
自分なりに「ここは出来てる、いい感じ」という姿勢と「まだまだ出来てない、こんなじゃだめだ」という姿勢の2つのバランスを上手に見つけて頑張ってください。

*4・5 ボールを投げるポジション、ボールを持って走るポジション、キック専門ポジション、相手を押すポジション(ボールには触りません)、高さを活かしてパスを捕球するポジションなど多様。選手の体格と専門性→

#12 山崎文路選手(173cm 85kg) KP:キック専門
#15 小林優之選手(163cm 70kg) QB:投げる・走る
#58 庄島辰亮選手(188cm 137kg) OL:相手を押す
#85 ホールデン・ハフ選手(198cm 107kg) TE:パス捕球

いかがでしたか？
アメフトなんて知らないし・・・という人にとっても、貴重なウイニングセオリーを学べたことと思います。入試はもちろん、今後の人生にも役立て、そして将来は、キミ自身がこれからの人生で挑戦し続けていく過程で学んだことを、それぞれの地域社会に還元して欲しいものです。それこそが東方さん・助川さんへの感謝の表現にもなるでしょう。感謝は実際に会って伝えるだけにとどまるものではないのです。人間社会は継承してゆく意識でつながっているのですよ。

さて、ところで、ばいごうえい、両選手のポジションが守備の「ディフェンシブ・バック(DB)」であることから、今号が受験当日のカバン(Bag)の中で文字通り「御守り」になるはずです。要するに永久保存版、カバンの中でぐちゃぐちゃにしないで丁寧に拝読し奉ってください泣けてしまうよ、びえんってことです。

ん！？

「守備(ディフェンス)はいいけど、攻撃(オフェンス)はどうすんの？」

*6 攻撃司令塔のポジションをクォーター・バック(QB)という。何百通りという作戦を事前に頭に入れ、ベンチの首脳陣と暗号で打合わせながら、フィールドの味方選手にこれまた暗号で的確な作戦指示を出し、まさにチームのリーダーとして勝利を目指す！

と思ったキミ！

人生の勝利をつかみとる攻撃司令塔(*6)は、もちろんキミ自身だ！パニヤンダー♪

《 付 録 》

【シーガルズ 在籍選手の出身大学に将来の志望校はある？】

大学名	人数	大学名	人数
早稲田大学	6	アイオワ大学	1
関西学院大学	6	ウインゲート大学	1
中央大学	5	オーバーン大学	1
関西大学	5	ボイジ州立大学	1
日本大学	5	岡山大学	1
立命館大学	5	京都産業大学	1
慶應義塾大学	4	京都大学	1
東京大学	3	札幌学院大学	1
立教大学	3	神奈川大学	1
日本体育大学	3	大阪大学	1
近畿大学	2	中京大学	1
法政大学	2	帝京大学	1
北海学園大学	2	東北大学	1
UCLA	1	名古屋大学	1

大学群別の人数割合(全66人中)

旧帝大：7人(割合10.6%)
早慶：10人(15.2%)
GMARCH：10人(15.2%)
関関同立：16人(24.2%)
上記大学で43人(65.2%)

ある競技の日本一を競うトップチームとしては珍しい？
いえ、アメフトは六大学や関関同立で盛んなのですよ。
地方では各地の国立大学が存在感を発揮しています。
また六年制の医学部・歯学部リーグもあります。

〔参考1〕 2022 関東学生アメフト1部リーグTOP8
法政大学 早稲田大学 中央大学 明治大学
桜美林大学 立教大学 日本大学 東京大学
慶應義塾大学 横浜国立大学(*7)

〔参考2〕 東京都と近県でアメフトが盛んな高校
都立西 都立戸山 都立三田 早稲田実業
日大三 佼成学園 中大附属 早大学院 埼玉栄
立教新座 千葉日大一 法政二 慶應義塾 など
文武両道の西と戸山そして三田。有名大付属や私立でもアメフトができる高校があります。併願に追加？



UCLA(カリフォルニア大学ロサンゼルス校)の「1」は、庄島辰堯(SHOJIMA TATSUAKI)選手。
庄島選手は、アメフトが盛んな都立西高校で注目され(IFAF U-19日本代表)、サンタモニカカレッジで主将を務めたのちにNCAA1部(*8)の名門UCLAに加入し活躍。同リーグで公式戦に出場した初の日本人。関連報道多数。

*8 米国での観戦スポーツ人気は
1位 ぶっちぎりでNFL(プロアメフト)
以降は季節や地域で異なるものの、大学アメフト、NBA(プロバスケット)の人気が高い。米国内で10万人以上を収容できるスタジアムは全て大学のアメフト場。大学アメフトのヘッドコーチは報酬が数億円というケースもしばしば。

*7 感染症の影響による不公平をなくすため、「自動昇格あり、降格なし」で実施したことにより10校で編成

文責：パニヤンダー矢的(やまと)

月	日	曜	受付	本科生スケジュール					本科生以外の方対象のイベントなど	
11	27	日	10 ~ 20	12月度②						
	28	月	14 ~ 22							
	29	火	14 ~ 22							
	30	水	14 ~ 22							
12	1	木		休室						
	2	金	14 ~ 22							
	3	土	14 ~ 22							
	4	日	10 ~ 20	12月度③					冬期準備テスト 9:30~13:00	冬期説明会 10:30~11:30
	5	月	14 ~ 22							
	6	火	14 ~ 22							
	7	水	14 ~ 22							
	8	木		休室						
	9	金	14 ~ 22							
	10	土	14 ~ 22						冬期準備テスト 13:00~16:30	
	11	日	10 ~ 20	休講	3K 実力テスト	2K 実力テスト	2V 実力テスト	1V 実力テスト		
	12	月	14 ~ 22	休講						
	13	火	14 ~ 22		3K 単科ゼミ①	中2単科ゼミ 英数				
	14	水	14 ~ 22		3K 単科ゼミ①	中2単科ゼミ 英数				
	15	木	14 ~ 22		3K 単科ゼミ①	中2単科ゼミ 英数				
	16	金	14 ~ 22	休講						
	17	土	10 ~ 20		3K 単科ゼミ②	中2講習 理社①		中1講習 理社①		
	18	日	10 ~ 20		3K 単科ゼミ②	中2講習 理社②		中1講習 理社②		
	19	月		休室						
	20	火	14 ~ 22		3K 単科ゼミ③	中2単科ゼミ 作文				
	21	水	14 ~ 22		3K 単科ゼミ③	中2単科ゼミ 作文				
	22	木	14 ~ 22		3K 単科ゼミ③	中2単科ゼミ 作文				
	23	金		休室						
	24	土	10 ~ 20		3K 単科ゼミ②	中2講習 理社③		中1講習 理社③		
	25	日	10 ~ 20	休講						
	26	月	10 ~ 20		3K 冬期講習①					
	27	火	10 ~ 20		3K 冬期講習②	2K 講習 英数国①	2V 講習 英数国①	1V 講習 英数国①		
	28	水	10 ~ 20		3K 冬期講習③	2K 講習 英数国②	2V 講習 英数国②	1V 講習 英数国②		
	29	木	10 ~ 20		3K 冬期講習④	2K 講習 英数国③	2V 講習 英数国③	1V 講習 英数国③		
	30	金	10 ~ 20		3K 冬期講習⑤	2K 講習 英数国④	2V 講習 英数国④	1V 講習 英数国④		
	31	土	10 ~ 17		3K 冬期講習⑥					
1	1	日		休室						
	2	月		休室						
	3	火	10 ~ 20		3K 冬期講習⑦					
	4	水	10 ~ 20		3K 冬期講習⑧	2K 講習 英数国⑤	2V 講習 英数国⑤	1V 講習 英数国⑤		
	5	木	10 ~ 20		3K 冬期確認テスト	2K 講習 英数国⑥	2V 講習 英数国⑥	1V 講習 英数国⑥		
	6	金	14 ~ 22		3K 単科ゼミ④	2K 冬期確認テスト	2V 冬期確認テスト	1V 冬期確認テスト		
	7	土	14 ~ 22	3CK開講	3K 単科ゼミ④					
	8	日	10 ~ 20	本科1月度① 3CC開講		中1・中2 休講			冬期講習授業報告会	