

信州大学サポーターズクラブメルマガ第 104 号 2022 年 03 月 31 日

信州大学サポーターズクラブ

メ | ー | ル | マ | ガ | ジ | ン | 第 104 号 |

信州大学サポーターズクラブ事務局

2022 年 03 月 31 日

..... 毎月月末に配信しています

【 I N D E X 】

シンダイ百科

信大のコレ紹介します

信大からのお知らせ

信州再発見

□■シンダイ百科

『信州大学女子サッカー部』

をご紹介します！

信州大学女子サッカー部は 2003 年設立で現在は大学生と OG や社会人による混合チームで活動しています。コンセプトである『楽しい個性豊かなプレーを活かした全員サッカーを目指す』ということを大切にしながら、様々な背景を持つ部員が活動しています。今回は医学部学生の宗村さんにお話を伺いました。

○詳細は次ページ以降をご覧ください。

□■信大のコレ紹介します

繊維学部『真綿・蚕糸館』

をご紹介します！

真綿・蚕糸館は繊維学部の中で一番新しい施設です

【HP】 <http://koyukai.shinshu-u.ac.jp/>

【 F B 】 <https://www.facebook.com/shindai.koyukai>

2022.03.31

信州大学サポーターズクラブ【シンダイ百科】第104号

—今回は信州大学女子サッカー部の宗村さんにお話を伺いました。

Q1) 女子サッカー部の概要を教えてください。

A) 女子サッカー部の設立は2003年で、現在は4年生が引退したので、学部生は2年生と1年生の4人が所属しています。この他にOGの方やサッカーが好きな人が集まって構成されており、練習試合や大会に出場しています。女子サッカー部では『楽しい個性豊かなプレーを活かした全員サッカーを目指す』を活動の柱として、次の5つの理念を大切にしています。

- I 長野県(信州)の「誇り」となるチームを目指す
- II 子ども、サポーターを興奮・感動させるサッカーを目指す
- III 時間を守り、笑顔・挨拶・ものを大切にするのを忘れない
- IV グラウンド、審判、対戦相手、仲間、支えてくれるサポーターに感謝する
- V サッカーを最大限に楽しみ、仲間を大切にする



【2019年 練習試合の開始直前にハイタッチで盛り上げている様子】

Q2) 活動の内容を教えてください。

A) 毎年4月から9月まで、北信越リーグに参加します。2021年度は上位の1部で出場しましたが、2022年度は近年の成績を踏まえて2部で出場します。加えて7月の皇后杯、10月のインカレ予選に出場します。過去の最高成績は2018年のインカレの本選出場です。公式戦以外では、長野県内の高校や他のクラブチーム、大学とも定期的に練習試合をしています。現在社会人の方が多く在籍しており、信州大学のキャンパスがある長野市や伊那市、上田市だけでなく、茅野市や木曽地域など長野県のような場所から休日に集まって練習していますが、平日はそれぞれ自主練という形をとっています。基本的に練習場所は松本キャンパスの隣にある旭町グラウンド(グリーンフィールド)です。その他、体育館や他のキャンパスのグラウンドでも練習をしています。2022年度のリーグ戦では勝ちにこだわるため、開幕前からチームを作ること意識しています。昨今の状況により思うように練習できていませんが、週に1回オンラインミーティングも開いています。

Q3) 経験者と初心者、バラバラな年齢のチームメイトと一緒に練習する中で大切にしていることや気を付けていることがありましたら教えてください。

A) 私たちは土日しか全員集まらないこともあり、サッカー以外のコミュニケーションも大事にしようということで、平日週1回なるべく全員集まって1時間ほどオンラインミーティングをしています。ミーティングでは、リーグ開幕に向けての事務的な話し合いやサッカーのことだけでなく、毎週1人担当を決めてその人が持ってきたテーマについてみんなで話をします。「実は私・・・」と打ち明ける話などもあり、オンラインでも盛り上がりました。また、練習ではそういった年齢や経験の差を持ち込まず、お互いに遠慮しないようにしようと言っています。このことを実現させるにはやはり信頼関係が必要で、そのためになるべくたくさんコミュニケーションを取るようにはしています。疑問に思ったことはすぐに聞いたり話し合ったりするようにしています。練習や試合中に年齢やサッカーのスキルの差を越えて対話ができるよう、サッカー外でのコミュニケーションをとることが大切だと思っています。



【2021年 夏休みのトレーニング終わりに木陰でスイカを食べている様子】

Q4) 休日にチーム全体で練習するとのことですが、その際特に力を入れてやることがありましたら教えてください。

A) 各部活動で話し合っググラウンドの予約時間を決めているのですが、その時間をアップ開始時間とし、その30分前を集合時間にしています。集合時間に今日のメニューなどの話を少しして、残りの時間は各自で過ごします。この時間は先輩達の代から続いているもので、普段会えない人たちと話しなが走ったり、数人で楽しくボールを蹴ったり、チームとしてコミュニケーションをとる時間として大切にしています。また、2時間かけて練習に来る人もあるので、トレーニングとトレーニングの間の時間は短くし、より密度の濃い練習時間にすることを心がけています。

Q5) 「2022年度のリーグ戦では勝ちにこだわるため、開幕前からチームを作ることを意識している」とのことですが、リーグ戦を勝ち抜けるチームにするためにこだわっていることはどんなことですか？

A) 私たちのチームは、社会人が多く、その分サッカー経験や社会経験が長い人が多いことが強みだと思っています。そのため、色々な人の経験を活かして探り探りではありますが、とにかく「やってみて」います。前述したミーティングも社会人の方の提案で始まりました。さらに、今は活動が制限されているので、平日は毎日集まれる人同士で電話をしながら1時間筋トレをしています。学生はアルバイト等で参加できないこともありますが、夜がある程度自由が効く社会人の方が多いから実現することだと思います。活動が制限されている中で仲間の声を聴いて話をするというのはモチベーションの維持にも繋がっています。また、長野県内の高校のサッカー部出身の人やそこでコーチをやっている人、長野県内のチームのつてがある人もいるので、その人脈を活かして練習試合も多くさせていただいております。(昨今の状況により、ここ数ヶ月はなかなか練習試合ができていません。)

Q 6) SNSへの投稿を拝見しましたが、他のチームと組んで試合に出ることもあるんですね。どのように本番を迎えられたか教えてください。

A) 2021年10月に行われたインカレ予選試合が特別で、また初めての試みでした。部活停止期間と重なってしまい、一度も一緒に練習をせずに本番を迎えることになりましたが、Zoomでの自己紹介から始まり、監督を交えて戦術について話をしたりもしました。他のチームと組むとなるとお互いのチームの経験を上手く取り入れられればより戦えるのではないかと思います、チームとして成り立たせるのがなかなか難しいなとも思います。

Q 7) 活動としては、『4～9月まで北信越リーグに参加』されるとのことですが、この大会には大体何チームぐらい出場するのでしょうか？また、どんな試合形式なのでしょうか？

A) 北信越リーグには長野県、石川県、新潟県、富山県からチームが参加します。信大が出場する2部は5チームが参加します。1部の方のレベルのほうが上で、JリーグのJ1とJ2のような感じです。各部においてホームアンドアウェーで試合を行い、部内で順位を決定します。2022年度は対戦相手が4チームなので信大は8試合行います。基本的に1部の最下位は次年度2部に降格し、2部の1位は1部に昇格します。1部の最下位から2番目のチームや2部の2位のチームの次年度については明確な基準はなく、協会の発表を待つという形になっています。カップ戦ではなくリーグ戦なので、次の大会に繋がっているというような形式ではありません。

Q 8) 皇后杯、インカレ予選はどんな大会なのですか？

A) 皇后杯は、中学生以上の全ての選手に出場権利があります。まず、各地区で予選を行い、その地区に定められている枠を争います(北海道2、東北1、関東7、北信越1・・・)。そして、各地区から選出されたチームで全国大会が開催されますので、私たちは予選を勝ち抜いて全国大会への出場を目指します。対してインカレは、対象が大学生に限られています。各大学で出場し、これも皇后杯と同じように各地区で枠を争い(インカレ予選)、全国大会を目指します。私たちのチームは社会人が多いため、インカレよりも皇后杯に重きを置いています。SNSに投稿した2021年10月の試合は、インカレ予選の結果で、信州大学生のみ、松本大学生のみでは出場可能人数に達しなかったため、2校で合同チームをつくり、出場しました。2022年の活動目標は、目の前の大会である北信越リーグ2部優勝です。



【2021 年 北信越リーグ初戦の開始前に整列している様子】

Q 9) 皆さんが思う「サッカーの魅力」を教えてください。

A) 用意していた作戦が上手くいったときは嬉しいです。あとはコースを限定していき、じわじわ詰めていく（はめていく）過程がおもしろいと思います。また、喜びを他の人と共有できることだと思います。

Q 10) 今後力を入れていきたい活動を教えてください。また、メルマガ読者へのメッセージやコメントがあればお願いします。

A) 信大生が年々減っており、大学生の部員を増やすことが今一番の課題になっているのでSNS等で呼びかけを強化しています。現在社会人が多く在籍し、経験者が多くいますが、初心者もいます。引退した4年生の先輩も半分が初心者で、現在在籍しているうち3人は小学生もしくは中学生でやっていた人で、初心者が1人です。初心者やblankがあっても全然大丈夫です！さらに、大学生以外も多くいるので、幅広い年齢の人と関わりが持て、楽しいです。大学生と社会人で距離があるわけでもなく、とても面白いひとたちばかりでフランクな関係です。リーグ戦では県外遠征もあり、長い時間部員と過ごすので自然と仲良くなれます。ただ仲がいい、のではなく言いたいことを言い合える関係を目指しています。女子大生のサッカーができる環境が少ない今、この場所を残していきたいと思っています。直近の体験会は、4/9（土）の12時から15時、4/24（日）の15時から18時の2回です。場所は信州大学屋外運動場グリーンフィールドです。ぜひSNS等をご覧ください！

【Instagram】：sulsc_



活動が制限されている中でも、個性あるチームメイトと積極的にコミュニケーションをとる、限られた練習時間を有効に使うなど、皆さんの「勝つためのチームを作る」ことに前向きで熱量のある姿勢は素晴らしいと思いました。女子サッカー部さんの更なる活躍を応援しています。この度は取材にご協力いただき、ありがとうございました。

信州大学サポーターズクラブ【信大のコレ紹介します】第104号

一前号に引き続き、繊維学部施設をご紹介します。今号は2021年6月に竣工した「真綿・蚕糸館」をご紹介します。

Q1) この建物の概要を教えてください。

A) 「真綿・蚕糸館」は、2021年6月に竣工した、信州大学の学生はもちろん、一般の方も希望があれば見学できる施設です。館内1階にはコミュニティスペースと真綿・蚕糸研究ラウンジがあります。館内の随所に全国から一般財団法人日本真綿協会（以下、日本真綿協会）に応募された真綿に関連する作品を展示しています。コミュニティスペースは来館者の方の憩いの場として利用されています。ラウンジは真綿や蚕糸関連の書籍を閲覧できるとともに、ゼミ等の開催ができる研究ラウンジとなっています。2階には真綿・蚕糸講習室があり、こちらでは角真綿（かくまわた）づくりや繰り糸（くりいと）の講習会を行うスペースとなっています。



【真綿・蚕糸館】

日本真綿協会と信州大学繊維学部は、学内及び広く社会との交流の促進を通じて、真綿・真綿製品、紬及び蚕糸に関する分野における人材育成や文化振興への寄与を互いに協力して行うことなどを目的として、2019年10月に包括的連携協定を結びました。日本真綿協会から協会事業の一つとして、「真綿と蚕糸関係の恒久的展示施設」設置の申し出を受け、上田キャンパスの新たなシンボルとして、また養蚕・製糸で栄えた蚕都（さんど）上田の学術的要所として「真綿・蚕糸館」が建設されました。

Q2) 「真綿」とはどのようなものなのでしょうか。

A) 真綿とは蚕が作る繭から作られる綿のことです。光沢があり、柔らかくて軽い素材で、中国の古い文献に『軽くて温かく、内気を洩らさず、外気を防ぎ、決して蒸れることを知らない』と書かれています。当時の真綿は王侯貴族しか身につけることができませんでした。日本では卑弥呼の時代、すでに真綿の綿入れが作られ、中国の皇帝に献上されていると史料に残されています。真綿から糸を紡ぎ、それを洗って干して染色するという工程を経て、その糸から織られたのが「紬（つむぎ）」という生地です。大島紬、結城紬、上田紬など聞いたことがある紬の種類があると思います。対して角真綿とは主に布団や半纏（はんてん）などの防寒着に用いるために加工された綿の一つです。その作業は蚕の繭を煮るところから始まります。煮た繭をすすいで中の蛹（さなぎ）を取り出し、それを水に

つけて両手で伸ばし形を整えます。この時角真綿を作るための木枠の上部分に引っ掛け、厚みにムラが無いように伸ばして下の木枠に同じように引っかけて広げます。同じことを4回繰り返して重ね、終わったら木枠から外して水気を絞り陰干しします。そうして出来上がるのが角真綿です。



【繰り糸機械と真綿づくりに用いられる繭】

Q3) 真綿・蚕糸館の見どころを教えてください。

A) 真綿・蚕糸館は、本学工学部の土本俊和教授と羽藤広輔准教授によって設計されており、建物全体は蚕の繭をイメージしています。外壁のコンクリートには横線が見えると思いますが、それが一つの糸をイメージしており建物の角からずっと繋がっていて繭のように建物全体をひと巻きしています。入口には詩人・谷川俊太郎の『いのちの恵み』の一節が彫られた碑が建てられています。この一節は繭と真綿に触れた部分で、人と蚕との長いつながりを感じさせます。



【詩人・谷川俊太郎の『いのちの恵み』より】

館内は全体的に白色を基調にしていますが、2階の真綿・蚕糸講習室は繭の中にいる蚕の蛹をイメージしたベンガラ系の赤みのある色が、床や流し台の側面などに使われています。また、全体を見渡して目を引くのは、全長9mもある棟持柱でこちらは長野県産のカラマツの集成材を使っています。本館は全部で6本の棟持柱によって支えられていますが、これは昔の蚕室をイメージしています。当時蚕を飼っていた家屋は天井が少し高く、そこに作られた天窓から空気が抜けていくように、屋根が2段になっていました。真綿・蚕糸館はそれをモチーフにしたこだわりの造りになっています。また柱も1階から2階にかけて柱が四角形から八角形になる独特なデザインで、机や椅子もその柱をモチーフにしたデザインとなっています。



【1階から見上げた棟持柱】

1階から2階にかけてはバリアフリーでスロープの回り廊下がある造りになっていて、回り廊下を歩きながら日本真綿協会で公募展をした時の最高賞受賞作品などを見学できます。作品は真綿をたくさん使ったものや繭や製糸に関するものばかりでとても面白いです。



【公募展に応募された作品】

展示品は季節ごとに入れ替えています。また、中2階には繭をかたどった窓が2つあります。1つは日本古来の種である「小石丸」をかたどった窓で、真ん中が窪んでくびれがあります。この小石丸は皇居で雅子皇后様が美智子上皇后様より引き継いで現在も飼育をしている種です。この窓からは外のヒマラヤ杉の梢や資料館（旧貯繭庫）を眺められるようベンチも置いてあります。もう1つは繭を3つ重ねた形の窓です。この窓の障子は繊維学部の職員が作っ

た角真綿を引き伸ばしてパネルに挟んだ建具となっています。多数の職員が引っ張って頑張って作りました。真綿のうっすらした部分から差し込む光はとても柔らかくて穏やかです。



【左：小石丸をかたどった窓 右：俵型の窓を飾る真綿製の障子】

2階には角真綿づくりや繰り糸の講習会を行える真綿・蚕糸講習室が備えられています。講習では参加者は繭から角真綿を作ったり、昔からの道具を使って糸を繰り出す体験をすることができます。（※現在、昨今の状況により、講習会の開催は見合わされています。）



【左：真綿・蚕糸講習室 右：繭と角真綿の説明を受けるサポクラ取材班】

Q4) 現在、見学は可能でしょうか。

A) 新型コロナウイルスの感染拡大により現在は閉館していますが状況が落ち着きましたら、定期開館や角真綿づくり、繰り糸の体験実習も検討しております。また、真綿・蚕糸館については信大NOWの130号・131号でも特集しておりますので、そちらもよろしければご覧ください。

【信大NOW 130号】

https://www.shinshu-u.ac.jp/guidance/publication/summary/2021/shindaiNOW_vol130/index.html#page=13

【信大NOW 131号】

https://www.shinshu-u.ac.jp/guidance/publication/summary/2021/shindaiNOW_vol131/index.html#page=13

真綿は防寒着や布団、衣類の材料として、物心つく頃には既に身近な存在でした。それにも拘らず、これまで真綿がいつ頃からどのようにして作られているかに考えが及ばなかったのが不思議です。今回の取材が読者の方々にとって、角真綿づくりや繰り糸体験ができる場として真綿・蚕糸館があると知ってもらうきっかけになればいいなと思いました。この度は取材にご協力いただき、ありがとうございました。

信州大学サポーターズクラブ【信州再発見】第104号

松本市では3月に入り、日中の気温が2桁の日が続いたためか、サポーターズクラブ事務局が入っている建物の周辺の木々は一気に開花が進みました。昨年のメルマガ[第92号](#)で、この時期咲き始めた花々をご紹介しました。今年も昨年と同じくサンシュユ（和名：春黄金花（ハルコガネバナ））が一番乗りで咲き始めましたが、今年はほぼ同時期に開花した紅梅をご紹介したいと思います。



建物のある敷地には紅梅の木が3本植えられているのですが、上の1本は特に花と蕾をたくさんつけていました。



こちらは上の写真の木に比べれば花の数は少ないですが、ピンと伸びた枝に可愛いピンクの花が咲いていてとても綺麗です。どちらも近づくと甘い匂いが漂ってきて、暖かい日差しと甘い香りが春の訪れを告げています。