

第13回大会報告

第13回大会・総会は2008年3月22,23日の二日間にわたり、茨城県つくば市のつくばカピオにおいて、「ひと、まち、地域を創るバレーボールの魅力」をメインテーマに開催されました。当日つくばカピオは、V.チャレンジリーグの試合会場にもなっており、試合に出場する選手や関係者、サポーター、試合を観に来た子供たちやイベントをサポートするスタッフなどが沢山集まり、賑やかな雰囲気の中で本学会が行われました。

第一日目は、矢島忠明会長の挨拶で始まり、朽堀申二名誉会長の挨拶と続いた後、13:10からフォーラムⅠが「TX沿線とアクティビティ・デザイン—トップチームで繋げるスポーツ・ベルトライン—」というテーマで開催されました。その後14:50からは、ポスターによる一般研究発表(10題)が行われ、1時間にわたって質疑応答がなされました。16:00からはオンコートレジャーと称して、体育館でのチャレンジリーグ第4試合「つくばユナイテッドSun GAIA vs 近畿クラブ・スフィード」戦を観戦(無料)しました。その後、ホテルグランド東雲に会場を移して、18:30から、多数の参加者によって和やかな懇親会が開催されました。

第二日目は10:00から12:00までコミュニケーション・アゴラが開催され、お昼休みをはさんで12:30から総会、続いて13:00からは、フォーラムⅡ「バレーボールとユニバーサルデザイン—地域を創る魅力とは・・—」が開催されました。その後、柏森康雄副会長、泉紳一郎筑波大学副学長より閉会の挨拶が述べられ、大会は成功裡に終了しました。大会実行委員長の都澤凡夫氏、事務局長の松田裕雄氏の多大なご尽力に感謝申し上げますとともに、筑波大学の関係各位に厚く御礼申し上げます。なお、大会参加者は2日間で述べ180名でした。

(編集委員:小川宏)

フォーラムⅠ

TX沿線とアクティビティ・デザイン —トップチームで繋げるスポーツ・ベルトライン—

フォーラムⅠは松田裕雄氏がフォーラムプロデューサーとして全体の進行役を務めた。プレゼンターはラグビー「NECグリーンロケッツ」チームディレクターの橋本正吾氏、社会人野球「茨城ゴールデンゴールズ」の川島幸宏氏、バスケットボール「JOMOサンフラワーズ」ゼネラルマネージャーの高橋雅弘氏、バレーボール「つくばユナイテッドSun GAIA」チームディレクターの都澤凡夫氏の4名。コーディネーターは筑波大学大学院人間総合科学研究科・芸術学系准教授の渡和由氏が務めた。

渡:まず、それぞれのプレゼンターに自己紹介を兼ねてご自身のチームの活動の展開についてお話いただきたいと思います。

橋本:我がNECグリーンロケッツの活動理念は、ラグビーを通じてスポーツ文化を発信し、未来ある子どもたちと多くの人々に夢と感動を与え、スポーツの発展に貢献することです。そしてスポーツを愛する多くの人々とのコミュニティづくりと、豊かな社会づくりに貢献することです。そのために、地域事業への参画や、千葉県内でのラグビースタールトーナメント、イベント開催、中学・高校へのラグビー指導、教育委員会へのタグラグビー講習会などを行っています。チームのビジョンとしては、「勝ち」と「価値」の創出ということを考えています。すなわち、チームの勝利と、地域社会貢献、普及育成、ファンサービスを



ることで、地域から愛されるチームになり、地域に欠かせない有益な存在になることを目指しています。

川嶋：茨城ゴールデンゴールズは、「もっと野球を元気にしたい」という萩本欽一氏の思いを実現するために生まれた球団です。「欽ちゃん球団」と言った方が分かりやすいですね。このようにチームは監督である欽ちゃんの持つ知名度、動員力を最大限に活用しています。アマチュア球団ですが、有料のエキシビジョンマッチを遠征して行っています。常にみんなが楽しめる、わかりやすい野球をやらうとしています。また、今まで野球を知らなかった人たちが野球場に呼ぼうと考えています。実際、野球場にくる人の半分くらいが初めて野球場に来るという人たちです。そういう人たちをどんどん取り込んでいこうというのが、私達の活動の中心になっています。欽ちゃんチームとの試合が、その地元のアマチュアチームの支援につながるようになっていきます。皆さんの多くの方が、地元どんなアマチュア野球チームがあるか、ご存知ないと思うのですが、「欽ちゃん球団」と試合をすることで、地元の人に知ってもらって、チームの後援会ができていくというように、認知度アップにも役立っていると思います。また有料エキシビジョンマッチの収益は、地域チームの用具の補填等に使うてもらい、チームに還元されています。はじめはアマチュアが何をやっているんだ、という指摘もありましたが、現在は監督が野球連盟から「野球大使」というものに任命されたりして、いろいろと応援してもらっています。監督が野球をやったことがないという珍しいチームであり、時々、突拍子もないことをいいます。松坂大輔投手の壮行試合をやったり、その他各地を遠征してまわり、今年の1月には大阪の京セラドームに2万1600人を集めました。それだけのお客さんが、アマチュアの試合に有料で集まってくれました。昨年は監督が茨城県から、イメージアップ大賞をいただきました。これからも全国で楽しいエキシビジョンマッチをやっていきたいと思います。

高橋：WJBLのチームもご多聞にもれず、会社の業績がチーム数に影響しています。日本リーグがメインの活動ですが、日本リーグのチームも、会社の業績がチーム数に影響して減少し、現在は13チームです。バスケットボール教室やバスケットボールクリニック等を、会社の広報活動の一環として全国で年間50回くらい開催しています。

都澤：アマチュアチームがどうやったらプロチームになれるか、ということを考えて4年前につくばユニテッドというチームを発足させました。このチームの活動のポイントは5つあります。一つめは、大学発プロバレーボールチームの育成ということです。筑波大学が発足して三十年、この大学が持っている力を確立したい、つくばのシンボルチームにしたい、そしてこのチームが育てた子供達から、オリンピックの選手を出したい。そうしたらこの地域がお祭りになるだろうな、ということを考えています。二つめは地元密着、産学官民連携プロジェクトという発想です。

スポンサーに全てを委ねることのない関係を構築していかないといけない、そうしないと景気が悪くなるとつぶれてしまいます。そこで各種助成金も獲得しながら活動しています。3番目の活動としては、スポーツブランド開発プロジェクトです。つくば発のスポーツブランドを目指し、オリジナルプロダクトをサカイオーベックス(株)と筑波大が産学連携で作って販売しています。4つめは各種大会開催です。VISITつくばスポーツキャンペーン、Vチャレンジリーグ、東西インカレ王座決定戦、ひまカップ等、つくばに人を沢山集めたいと考えています。5番目の活動は、スクール事業の展開です。人的資源が豊富であることから、様々なスクール事業を行っています。例えばジュニアからミセスまでのバレーボール教室、そして文武両道場(様々なスポーツイベントや文化活動)などを実施しています。それらの活動はインターンシップとしての位置づけもあります。大学生に授業として単位化し、楽しみつつ学び、学びつつ楽しむ、その中で、実際に動くということは大変なことなんだということを学ぶ場となっています。

渡：いろいろなスポーツ分野のプレゼンターからの話がありましたが、「スポーツタウンとTXスポーツ回廊」というテーマを、私の専門である、環境デザインという立場から見たときにどのようなことが考えられるかについてお話しします。心身を健康にする「スポーツタウン」という考え方があります。すなわち、人が外に出たくなる、歩きたくなる、アート活動したくなる、スポーツしたくなる街。からだで五感を使いたくなる、お腹が空いて、健全な食がある環境、そして人の意欲・意識を喚起する、感動がある街。米国では「ヘルシーコミュニティ」とも呼ばれます。このような街づくりの中で、プロスポーツが活動をリードしていき、住民が支援していく街、という形が「スポーツタウン」の大きなイメージです。TXスポーツ回廊ということ言えば、TX沿線のスポーツクラブの活動点が線になり、環境資源が面になり、スポーツレジャーのリニアパークに見えます。沿線は茨城、千葉、埼玉、東京にまたがっていますが、そういう行政域を越えた視点でスポーツ環境を俯瞰することができます。その中でTX沿線のスポーツレクリエーション活動と資源をまとめてプロデュースすることができるのではないかと考えられ、そのような地域貢献モデルとして、ゴールデンゴールズは一つの成功例だと思います。ここで、それぞれの方々に、現在の課題あるいはこのような構想にどのように位置づけられるのかについてお話いただきたいと思います。

橋本：地域とのつながりを意識し、たくさんの人にラグビーをみてもらおうということを重点施策としています。柏レイソルと比べると集客力は少ないです。その中でも少しずつ観客を増やしていきたい、ラグビーを他のスポーツと同様、子供たちの一つの選択肢としてラグビーを位置づけたいと考えています。ホームゲームの開催、特に、小中学校の児童、生徒、および父兄へのアプローチをしていこ

うということで、教育委員会とタイアップして、小中学生に招待チケットを配付しました。また、ショッピングモールである、ららぽーと柏の華とTXとの提携により、ホームゲーム開催によって、TXを利用して、ラグビーの試合を観に来て、ららぽーとで買い物をする客が増えるという、相互の利益、WIN×WINの関係をつくることを考えています。先ほどの環境デザインの考え方で言えば、人の流れをつくり出すきっかけとしてのラグビー、スポーツにしようとしています。一つのスポーツだけでなく、いろいろなスポーツを組み合わせることで、注目度が上がると思っています。

川島：アマチュアチームということで、萩本監督が選手に言うことは仕事を一生懸命なさい、職場の人に好かれなさい、地元の人に愛されなさいということです。職場の人が一番の応援団だよ、と言っています。ですから、エキジビジョンマッチをするとき、バッターボックスに入ると(打順とポジションだけでなく)、〇〇市〇〇会社のだれだれ、というアナウンスをします。地元の人に愛されることで、その人達が球場に足を運んでくれるようになります。そんなうちのチームの一番の問題は、欽ちゃん劇団でしかないということです。萩本さんが倒れてしまうと成り立たなくなってしまう。ですから、早くチームからスターを出したいと考えています。

高橋：バスケットボールも企業スポーツにおんぶに抱っこという形で発展してきた歴史があります。しかし、それではいけないだろうということでホームタウン制を発足させました。地域に好かれる、もし、経営難などで悪い波が来ても地域が助けてくれるようになろう、ということです。しかし、その実現にはかなり難しい点があります。まず、現在の活動場所は体育館と寮しかないんです。また、ホームタウンである柏は日立、柏レイソルとのつながりが強いところでもあります。また、地域にはバスケットボールチームがもうひとつあります。母体の会社が柏にないと、なかなか動きにくい。さらに柏市の体育館はひとつしかないのです。いろいろなスポーツで取り合いになってしまい、ホームタウンゲームがなかなか開催できないという実態があります。どうやって地域との結びつきを強めていくかが今、課題になっています。

都澤：今、世の中に偽物がすごく氾濫しています。その中でスポーツが有している普遍の魅力を伝えていきたいと思っています。TUV活動の背景は筑波大学です。内的視点として大学が持つ、人的・教育的・施設の財産をフルに使ってこうと考えています。また外的視点として大学というのは、街の視点から見ればひとつの巨大産業です。筑波大学は学生と教職員を合わせて2万人います。一人1000円で昼を食べたら、どれくらいのお金が動くか、と考えると、これはすごいことです。一日で2千万円、一ヶ月で6億の経済効果があります。さらに大学が学会活動やホームゲームを誘致して活性化したら、街も一緒に活性化します。

大学が一番人を集めやすい。そこを活動に活かしていきたいと考えています。

渡：ここで、スポーツタウンの具体的なイメージを持っていただくためにアメリカの環境デザインとアクティビティデザインの事例をお見せします。(スライドでアメリカの事例を紹介)

それでは、現在の課題や要望があれば、お聞かせください。

橋本：スポーツに触れられる場、スポーツを語り合える場があるといいなと思います。柏レイソルの試合を観に行ったのですが、そこでの熱狂的なファンの応援はすごかったです。この様な、一心不乱に応援できるもの、無心になれるもの、つまり、スポーツファンの居場所のような場がTX沿線にあればいいなと思います。

川嶋：実は、野球場って沢山あるように見えて少ないんです。軟式の試合はできても、硬式の試合はできないということもあります。茨城県や市に対してスポーツ施設を作ってほしいという願いはしています。制度上のこと例えば、「欽ちゃん球団」と筑波大学は試合ができないんです。萩本欣一監督が芸能人なので、大学生は、規定上試合ができません。そういう規制が緩和されれば盛り上がると思うのですが。また、TXの会社が「つくばエクスプレスはスポーツをする人を応援します」みたいなことを言ってくれたらいいな、と思っています。

高橋：お客さんが試合を観ることができない体育館がない、ということです。またホーム&アウェイをしようと思っても、もともとが企業スポーツから始まっているので、ホームタウンが全国に散らばっておらず、非常に限られています。ですから今回の、TX沿線全体でタイアップという視点での話はすごく面白いと思います。

都澤：これまで30年間、バレーボールを強くすることだけに一生懸命やっていて、その間、有名な選手が沢山いたのに、地域の人たちに紹介してきませんでした。とてももったいなかったなと思います。スポーツは今のままでは県や市区町村のスポーツ振興課でのレベルでしか話が進んでいかないのではないかと考えています。もっと上の、産業課のレベルで、もっと大きく動かないといけないと思います。そうしないと、スポーツを安売りしてしまうことになるのではないかと考えています。スポーツに関する研究についてですが、スポーツ科学については進化していますが、スポーツマネジメントに関してはまだ新しい分野で、これから発展していく分野だと思います。

Q&A：

Q：つくばの地域が、アメリカの事例のように、計画的なまちづくりがなされたのか？またスポーツは今まで、体育の中で取り扱うもの、というような位置づけだったと思うが、それは現在は変わったのか？

A (渡)：アメリカに比べるとまだまだハード優先で、

十分ではないと思います。

A (都澤) : 確かに30~40年前とは、若者が変わってしまった。それに対して、社会がついていけない。スポーツを職業として生きていこうと思っても、需要がない。これまでのようにただスポーツをやらせているだけではいけない、そういう需要を作り出していかなければならないと思います。

Q : これまでの日本の大学では、教育学部の中でしかスポーツを学ぶ場がなく、新しい学部を作っていこうということになかなかならない。アメリカのレジャー学部のような、スポーツをベースとした新しい学部を作るような動きにはならないか？

A (都澤) : 今はまだそこまではないが、例えば今回のようなインターンシップを行って、スポーツに実践的に関わって学ぶことを始めています。

松田 : 今回のフォーラムをプロデュースする中で考えたのは、スポーツで環境をデザインしてしまおうということです。そういう環境で育った人間はスポーツ好きになります。生まれたときからスポーツを感じることができる環境を整えていく。ただ、一つのスポーツで地域をデザインするというヨーロッパ的な考えは日本の中ではなかなか難しい。そうしたときに、TX沿線にある複数のスポーツチームがそれぞれホームゲームやイベントを実施していくと、どのくらいの人がスポーツを楽しみに来てくれるだろう。TXはスポーツ夢列車、つくばにスポーツを楽しみに来てくれる列車になればいいと思っています。そしてこのバレーボール学会をきっかけにしてこんな街になったんだということが実現すればいいのではないかと考えています。プレゼンターの皆さん、今日はどうもありがとうございました。

コミュニケーションアゴラ

コミュニケーションアゴラは川田公仁氏と小川宏氏の司会によって進められた。発表者は、勝本真氏（茨城大学教育学部教授）、板倉尚子氏（日本女子体育大学・日体協公認AT）、中西康巳氏（筑波大学大学院人間総合科学研究科体育科学系講師）の3名であった。

1. 戦術から見えてくるゲーム分析

勝本真

私は高校時代から、ゲーム分析と関わってきました。プレイヤーとして、またゲーム分析制作の立場としても関わってきましたので、その観点からお話したいと思います。

まず第一に分析項目の選定です。自分の指導者としての目と、分析するそれぞれの監督の目にずれがあることがありますが、このずれを修正しないままプログラムを作っ



も、ゲーム分析ソフトは有効に機能しません。つまり、ゲームからどのようなデータを取り出すか？どのデータをどう使うか、が明確になっていないとだめです。例えばセッター出身の指導者は何点でどういう選手を使っているかが中心になりますし、ブロック中心の分析をしてくれという指導者もいます。また、レシーブのフォーメーションを知りたいという指導者もいます。ですから私はプログラムを作る時自分の意見は言わずに、あくまで指導者の意見を優先するようにしています。

'76年のモントリオールオリンピックで金メダルを獲ったときに、山田監督が自分でコンピュータを購入してすでにゲーム分析をし始めていた、という事実があります。この時の山田さんの発想が素晴らしかったと思います。山田さんは沢山データを集めた中で、どれが大事なデータで、どれが重要でないデータなのかを区別すること、要らないものを捨てていくということをしっかりやっていた、と言えると思います。

現在のデータ分析の現状としてはソフトがいくつか種類があります。（データバレー、タッチバレー、ITバレー）また、データスタジアムというスポーツ情報発信会社もあります。

アメリカ女子の例では、練習中からデータ収集と分析を行っています。練習中からデータ分析することは、選手を選抜する時の材料にもなります。これは非常に現場と密接に関わっている例と言えます。最初、選手はデータに対する拒絶感を持つことが多いです。データによって動かされる、ロボット化されるというように感じるようですが、データが使える、ということがわかるようになると徐々に活用するようになっていきます。いきなりデータを持ち込んで活用しようとするのは難しいと思います。やはり選手に自然にデータをなじませていくことが重要になります。

（ここで、中西氏の要望を受けて作成したデータ分析の映像を紹介）

このように、無限にとれるデータの中から、指導者がどのようなデータを用いたいのか、ということが大切です。ソフ

トが先ではなく、戦術が先にある、その戦術のためにゲーム分析があります。

まとめとしては、以下の4つが挙げられます。

- 1) 分析視点の厳選：データに埋もれないために、分析するイメージの具体化が必要。
- 2) 現場で活用できるデータ：研究とは別に、現場にいかにか活用できるか。
- 3) 練習課題、練習方法とデータの連結：指導者が減っている中、指導者育成のためのゲーム分析。
- 4) 役割分担制による共同作業：たくさんの分析をするためには一人では大変。

2. 選手の怪我に対するアプローチ

板倉尚子

スポーツによるケガには、急に起こるケガ（スポーツ外傷）と、ゆっくり起こるケガ（スポーツ障害）に分けられます。バレーボールの代表的なスポーツ外傷には足関節捻挫、膝靭帯損傷、肩関節脱臼などがあります。今回は健康管理センターの過去10年間のデータをもとに足関節捻挫について詳しく説明します。足関節捻挫はどのような状況で受傷しているかという点、ネット際のジャンプの着地で他のプレーヤーと接触（足を踏む）して受傷する場合があります。またバスケットボール部とバレーボール部を学年別で比べると、バレーボール部はバスケットボール部に比べ学年が上がるごとに足関節捻挫発生数が少なくなっています。また、年度毎の発生件数を比べるとある年度を境に受傷件数が増えています。実はこの時期に指導者が変わっています。これらのことにより足関節捻挫は指導内容や練習方法により受傷を減らすことが可能ということを物語っています。

足関節捻挫への対応としてはテーピングが一般的ですが、テーピングにもfirst aid tapingとtreatment taping, preventive tapingがあり、治療過程によりテーピングの目的は変化します。したがって医学的知識に基づき、目的にあったテーピングでないと怪我の治りを遅くしたりすることもある、ということを指導者も選手も知っておく必要があると思います。外傷の判断には受傷機転の把握、受傷時および直後の状態の把握が重要です。このことを把握することによってどこが（損傷部位）、どのくらい（重症度）ケガしたかを判断（診断）する手立てになり、整形外科を受診した時に役立ちます。急性外傷発生時には応急処置（RICE）が必要になります。ケガを早く治すためにはケガした直後から3日間の処置がとても大切です。練習時、あるいは試合時に選手の一番近くにいるケガの対応を一番始めにするのは指導者です。したがって、指導者のケガに対する知識が必要になってきます。足関節捻挫の治りが不十分な場合には不安定性や関節可動域制限、痛みなどの後遺症が残ります。後遺症対策や再発予防のためには、練習前

のエクササイズとして、ゴムチューブを使ったエクササイズやストレッチングボードに乗ることなどが挙げられます。

もう一つのケガはスポーツ障害（慢性のもの）です。代表的なスポーツ障害にはシンスプリント、膝蓋靭帯炎、肩インピンジメントなどがあります。スポーツ障害のなかには急に症状が出てくるものもあり、スポーツ外傷のように感じるケガもありますが、実は原因は徐々に進行しています。慢性外傷発生時に確認することは、活動の内容や場の条件といった環境に関すること、もう一つは個体の耐力です。障害は原因の把握が難しいことが多いのですが、原因が把握できないと同じ症状を繰り返すこととなります。例えばジャンパーズニー（膝蓋靭帯炎）の例で言えば、こういった部位に痛みが出るのかということ、この場合はスパイク踏み切り時の右脚の膝を内側に入れるような状態になり、膝の内側を引き伸ばすことになって、これを何度も繰り返すことで痛めることがおきてきます。バレーボール競技に取り組む女子大学生の場合、発生時期は大学に入ってすぐリーグ戦が始まる4、5、6月の1年生に多くなります。また2、3月にも多いのですが、これはトレーニング中に通常のバレーボールの動きとは異なる動きが多くなり受傷をすることが考えられます。また例えば内側広筋（大腿四頭筋）は膝を内側から支えている筋肉ですが、使わないとすぐに落ちる筋肉であり、ここの機能が低下すると膝の障害が出やすくなります。したがって、内側広筋（大腿四頭筋）の機能を向上させられるようなトレーニングを練習前のウォーミングアップにも取り入れて練習を始めると良いでしょう。

以上、大きく2つのケガの種類、スポーツ外傷とスポーツ障害について述べましたが、いずれにせよ、ケガをした場合にはまず受傷部位、程度の確認をした後に、ケガをした部位を治すために最適な処置を選択します。程度によっては医療機関の手配が必要になります。次に修復過程のどのタイミングでどんな刺激を与えるか、さらにケガをした部位の回復過程にあわせて運動強度を決定していきます。指導者として大切なことは、まず大きな怪我を起こさないこと、そして怪我をしたらなるべく早く回復させてあげることが重要です。

3. チーム作りから見えてくるコーチング

中西康巳

コーチングには、いわゆるテクニカルコーチングと、マネジメントに関連するコーチングがあります。実はチームの運営や管理に関するコーチングのほうが重要ですし、大変なことが多いものです。とくに小・中・高校、大学という学校組織という制約のある中での練習やチームの運営は、周りのスポーツチームのスタッフとの連携、ネットワーク作りが重要になってくると思います。1年間の練習計

画を立てますが、必ずしもその通りに練習できるとは限りません。集中授業が入ったり、体育館が思うように取れなかったりすることもあります。その時に、どういう対処ができるか、というのが大切だと思いますが、ネットワーク作りをしておくことで様々な対処法を取ることができるのではないかと思います。

<筑波大学女子バレーボール部の例>

■体育館の環境について監督として気をつけていること

換気と飲み物。ある時期になると毎年お腹を壊す選手がいて、調べてみたら、ウォータークーラーが老朽化していてその水を大量に飲んでいてそれが原因でした。そこで水を自宅から持ってくることで浄水器の水を選んで飲むことの指導をしました。また、体育館は喚起が悪くなるので夏場の休憩や練習試合のセット間は体育館の中ではなく、外に一回出させるようにしました。

■食事について

1年に一回の指導ではだめだと感じています。普段の会話の中から選手の状況を把握していくようにしていくことが大事です。できれば、学生トレーナーなどがいてその辺りのカバーができることが望ましいです。筑波大学は下宿から大学までの距離が短いですが、通学に片道2時間かかるような選手の場合、そういうことも考慮した食事指導やアドバイスが必要になってくると思います。

■選手・部員の確保

指導上適正な人数は20~30人程度だと思います。それより多いと、たとえコートが2面取れても、一人の練習量の確保が難しくなると思います。また、へたすると4年間の中で一度も試合のコートに立たなかったということになりかねないので、リーグ戦だけでなく、出場可能な試合を見つけて試合に出られる機会を作るのも大事なことだと思います。

■練習方法

練習はできるだけ全員同じ時間に行うようにしています。全員一緒に行くことで選手の底上げになります。ただ、上のレベルが上がっていかないという恐れもあります。ですから、試合期にはA・Bチームが優先されることとなりますが、それは全員に説明した上でやっています。

マンツーマンレシーブのペアを変えることで、よい効果が得られることが多いです。センターの選手とリベロを組ませると、センターの選手のレシーブが上手になります。目の前にお手本がいて、それを何度も見るからです。大体2週間くらいでペアはどんどん変えます。

■期分けと練習内容

女子では、高校時代にブロックの練習をほとんどしていない選手もいます。準備期においては、そういう選手は、3時間の練習すべてがブロック練習ということもあります。そういう時、なぜそういう練習をするのか、という意味づけを説明してから練習を行っています。試合のこういう場面で、こういう技術が必要だから、こういう練習が必

要なんだ、ということです。そういう、練習計画の立案のために試合の分析データを使います。試合に勝つためのデータ分析ではなく練習計画立案のための手がかりとしてのデータです。

■意味づけのある練習、トレーニング

筋力トレーニングでも、ただやらせるのではなく、データや理論について話をする中で納得させて行うことが重要です。例えばなぜ腹筋運動をするのか、その重要性を選手に理解させることが大切です。これはこういう技術につながるトレーニングである、ということを選手に理解させるようにしています。

Q&A

Q：トスに勝ったらサーブとサーブレシーブ、どちらをとりますか？

A (中西)：サーブを取ります。ひとつは、サイドアウト率が大学女子のバレーではそれほど高くなく、サーブレシーブからの相手の攻撃は計算しやすいからです。もうひとつは、自分たちがサーブという積極的(攻撃的)なプレーをすることからゲームを始められる、という意識付けをしやすいからです。

Q：最近増えてきたと思われる傷害はありますか？

A (板倉)：例えば前十字靭帯損傷は、20年以上前は診断がつかず分からなかったケガですが、診断方法が進歩して診断されるようになりました。このように「増えてきたケガ」というより、最近気がついたことについてお話しさせていただきますと、肩の傷害を抱えている選手は肩甲骨の使い方が下手な選手が多いという感があり、その中に胸郭出口症候群様の手の痺れや循環障害症状を呈する選手がいることに気がつきました。また、肩の傷害だと思っていたら、頸部ヘルニアが見つかったというケースもあります。選手が「手がしびれる」とか「だるい」と訴えたら、一度整形外科で診察をして相談されるのが良いと思います。

Q：1年生の4、5、6月に怪我が多いというのはどのような原因が考えられますか？また、どういった特徴のある選手に障害が起こりやすいですか？

A (板倉)：高校引退後、一度身体を完全にならしてから、大学の活動に参加していることが考えられます。また、体重の増加、古傷が影響して、ということもあると思います。

Q：2、3月のトレーニング期に上級生に怪我が多いということでしたが、普段のバレーボールの動きと異なる動きのトレーニングは必要ですか？

A (板倉)：女子の攻撃パターンはスピードを要求されるため、膝を深く曲げずに、踏み込みから踏切までの時間を短くしてジャンプすることが多いようですが、トレーニングでは膝を深く曲げる行うメニューが多く、普段の動きとは違う動きでトレーニングすることが多くなるため、膝に負担がかかり、この時期のケガが多くなると思われる

す。ただ、基礎的なトレーニングは必要ですので、動きに徐々に慣らして段階的にトレーニングプログラムをたて、膝に負担をかけない工夫をすれば怪我を予防できると考えます。

Q: つなぎ係数というような、数字にしにくいものをアプリケーション上で表現することは可能でしょうか？

A (勝本): 計算自体は、種々の方法でできるのではないかと思います。

フォーラムⅡ

バレーボールとユニバーサルデザイン

フォーラムⅡは、都澤凡夫氏がプロデューサーを務め、コーディネーターに蓮見孝氏（筑波大学大学院人間総合科学研究科芸術学系教授）、プレゼンターは、松田裕雄氏（筑波大学大学院人間総合科学研究科体育科学系講師）、岡野実氏（岡山シーガルズ部長代理）、徳野涼子氏（日本ビーチ文化振興協会常勤理事）、鳥羽賢二氏（びわ湖成蹊スポーツ大学准教授）、吉原知子氏（元アテネ五輪全日本女子代表チーム主将）の5名であった。開会に先立ち、都澤凡夫氏より、約15分間のビデオ映像を用いて、バレーボールの魅力とその可能性について提案があった。

松田: 持続可能で、住みやすい社会をみんなで創る活動をしていきたいと思っています。そのためには優秀な人材の育成が必要であり、それに対して大学の研究室は何ができるのかを考えています。大学はシンクタンクと言われるのですが、私たちはむしろ今現在正解が分からない問題と向き合い、次世代と共に未来を積極的に拓く組織であり、今求められているのは、新しいキャリアデザインの開拓者、先駆者であると考えて活動しています。現在のバレーボール界は、ポスト企業スポーツの時代であり、これに対して大学バレーからの実践的提案をしていきたいと思っています。筑波大学バレーボール部は多くの優秀な選手を輩出し

ていますが、その実績が社会貢献とはなっていません。この開発・育成資源を社会資源に変えていき、ポスト企業スポーツから起業スポーツへ、すなわち日本バレーボールにおける新しいトップクラブスタイルの提案を目指し、大学発ユニバーサルプロスポーツ組織の開発、運営に取り組んできました。ただ普通であれば何千万の資金がかかることを、資本金ゼロから始めているという部分が、非常に厳しいところかなと思っています。

私たちは研究室のアウトソーシングとしてNPO法人化したのですが、その事業展開における活動要素は大きく分けて3つあります。一つめは市場育成です。ここでは、スポーツに対価を感じられるような新しい消費者を育てることが求められます。二つめは事業育成で、これは実際のビジネスの育成であり、ここでは、総合型バレーボールクラブの育成、そしてスポーツブランドの育成が挙げられます。3つめは人材育成です。これは、上記事業展開を担えるような優秀な人材の育成であり、主に大学生を地域の活性化に積極的に関わらせる中で育成し、地域に残していくというサイクルを創っていくことであり、その中心にスポーツがあるというものです。これらの実現のために、筑波大学の授業に「地域を創るスポーツデザインプロデュース」や「バレーボールイベントの企画と実践」といった科目を設置し、授業を通してスポーツの可能性とその実践を体験して人材育成を始めています。本日のチャレンジリーグイベントを企画運営しているのもその学生たちです。

岡野: 岡山シーガルズは、企業を離れ地域密着へ、ということで始まったチームです。なぜ、地域密着型に移行する必要があったか、というと企業から離れてもチームが存続するための知恵の1つだった。必要とされる地を求めた、ということです。

そこで、2006年に国体が開催される岡山にめぼしをつけたわけです。開催地ですから優勝請負というプレッシャーは大きなものでした。勝たねば、チームの存続が危ういわけです。おかげで優勝はしましたが、国体が終わると県民の熱も冷めてしまいがちです。そこで、冷めさせないようにチームのキーワードは「岡山」です。バレーボールを応援してください、だけではだめなんですね。「岡山シーガルズ」を一緒に応援しませんか？と岡山県民の郷土愛に訴えかけたわけです。

そしてスポンサー集めのためにも地域密着型のアピールをしています。地域に根付かせるために、地域との「コラボレーション」活動を積極的に行い、ホームゲームを誘致することによるスポーツと観光、メディアとの連携を促進しました。人が集まれば、メディアが集まります。メディアが集まれば企業がついてきます。そしてビジネスが生まれます。具体的には、年間130回のコーチング、ホームゲームの開催、ジュニア大会の開催など、地域密着の活動を通して、全国に岡山を発信していきたいと考えています。





徳野：日本ではバレーボールは人気がありますが、ビーチバレーはまだあまり普及していません。現在のヨーロッパでは海のない国でもビーチバレーができるという認識があります。一方、日本においては、1987年に2人制のビーチバレーが神奈川県に上陸し、現在は認知度がアップしてきています。これは愛好者数、賞金大会数の増加などで見て取れます。しかし、アトランタオリンピック後毎回オリンピックに出場していますが、まだ競技性ではなくビジュアルが重視されているのが現状です。

日本のビーチについてですが、海岸法（S31年制定）の壁があります。基本的な目的は防護、日常利用、環境保全です。また、線的防護 → 面的防護にH11年改正されてきています。現在の日本においてビーチに対する認識は、海水浴期間中のみ利用するものとされるイメージが大半を占めています。今後、シャワー、トイレ、駐車場等を整備し、もっと生活に根ざした新しい海辺文化の創造をしていきたいと考えています。

私が選手からのセカンドキャリアとして所属している日本ビーチ文化振興協会は、ビーチを、海水浴の期間だけでなく、もっと長い期間活用できないかと考え、ビーチを持つ地域とビーチを活用する各種団体の間に入り、地元の団体、協会等の意見等を集めそれらを調整して活性化する活動をしています。

海外のビーチの状況はというと、ビーチサッカーの常設コートやビーチバレーの常設コートが存在しています。またビーチの中に、歩道、サイクリングコース、遊具が設置されています。さらに、誰もが楽しめるようにバリアフリーの駐車場、ビーチクリーナーの設置、スポンサーつきのゴミ箱等がありかなり充実した環境が整っています。こういった、ビーチに人が集まりやすい環境をつくっていかねばならないと思います。こうした環境づくりは行政が率先して行うべきであると考えています。しかしまだそこまでの発想が根付いていませんので、私たちはNPO法人としてビーチバレーの普及と共に、ビーチが地域の宝としてもっと活かされるように活動しています。そんな私たち

の合い言葉は、「Let's Enjoy BEACH LIFE!!」です。

鳥羽：サントリーも他の会社と同様、CSR (corporate social responsibility, 企業の社会的責任) が強く求められるようになってきました。「水と生きるSUNTORY」をキャッチフレーズにするサントリーは、CSRの3つのテーマがあります。一つめは、「水とともに生きる (自然との共生への思い)」, 二つめは、「水のように自在でしなやかにありたい (社員への思い)」, そして三つ目は、「社会にとっての水になる (社会との共生への思い)」, ということです。サントリーの主力スポーツであるバレーボールとラグビーを存続させるにはどうしたらよいかを考えたとき、このCSRに乗ることが大切になってきます。実際、CSR推進部にバレーボール部が所属することになり活動しています。CSR事業としての一つめの活動は次世代育成です。これは環境、美術、音楽、スポーツの4つの切り口があり、その中のスポーツでは「キッズドリームプロジェクト」, 「サントリーキッズ・スポーツアカデミー (ラグビー, バレーボール, サッカー, 野球, かけっこ塾, ゴルフ)」, サントリーJリーグスポーツクリニック (ラグビー, サッカー, バレーボール), 「親子deスポーツ」 (走る 跳ぶ 投げる) を実施しています。二つめは、ホームタウンエリア密着活動を行っています。エリア密着によるバレーボールクリニックや中学生大会の実施, 社会活動への参加など、地域での認知度を上げて、初めてホームゲームが成立します。このようにホームゲーム開催の成功には地道な活動が必要になります。企業のCSRには様々なものがありますが、企業の戦略的CSRをバレーボールというスポーツをコンテンツとして実施することが重要です。すなわち、バレーボールというスポーツが内包している資産価値, Face to Faceの大切さをコンテンツにするということです。

吉原：私はつい最近まで選手で活動していましたので、主に選手の立場からお話したいと思います。私は高校卒業後すぐ実業団に入り、3度のオリンピックを経験する中で、シドニーオリンピックにいけなかったときと、アテネオリンピックに行けたときの違いはなんだったのか、と考えました。アテネのときは、キャプテンとして若手選手のモチベーションを上げるためにミーティングをしました。子供たちの憧れ、かっこいい存在になることは日の丸をつけている人の責任のひとつだと考えていましたが、中には「かっこいい」の意味を履き違えている選手もいました。私は「かっこいい」とは、必死にプレーして、見ている人の心を動かせることと考えています。

現在はパイオニアのアドバイザーとして活動しています。パイオニアでは選手が地域の活動に積極的に参加していて、地元のお祭りへの参加、絵本の読み聞かせ、バレーボール教室等を行っています。私がパイオニアに行った最初の練習は花笠音頭を覚えることでした。こうした身近な活動を通してスポーツへの愛着、選手たちへの愛着を持ってもらえるようになり、応援してもらえるようになってい

ます。今、バレーの競技人口を増やすためには、選手は「雲の上の人」ではダメなのではないかと思えます。「あの人が見たことある」「あのお姉さんにバレーボール教わったことがある」から始まって「じゃあ、私もバレーボールやってみよう」になって行くと思えます。身近にいるお姉さんがバレーボールをやっているから、私もやってみようか、となればいいとおもいます。私はまずはバレーボールの競技人口を増やしていきたいなと思っています。

蓮見：現在の活動の問題点と課題、そして将来的にはどのような展望がありますか？

A (松田)：大学発でやっているのだから、人と物はあるけれど金がない、というのが一番の課題です。資本金ゼロで市場開拓、事業の育成、人材育成をやっていくか悩まなければならないというのは大変です。つくばで活動する学生、人材を育てていきたいですが、まだまだ大部分では、個人の能力に委ねざるを得ないというところがつらいところではあります。また一方では、バレーボールだけでは限界があります。筑波大学が持つ多くのスポーツを巻き込んでいかなければなりません。大学を通してスポーツをプロデュースし、スポーツを通してたくさんの人がつくばに来る仕組みをつくりたい、ということを目指しながらやっています。また、体育専門学群を出た学生が、ここで学んだことを十分に生かせる仕事に就けるように職域を拡大していく流れを創ることに寄与できればと考えています。そのための課題は、資金と、大学全体の理解だと思っています。

A (岡野)：財政基盤が脆弱であることが課題です。現在の活動資金はスポンサーフィーが基本で他のチームの1/3程度しかありません。しかしここ数年、個人会員、企業会員とも何倍かに増えていますし、文科省からの助成金ももらっています。問題は、これらの活動資金をどうやって維持し増やしていくか、です。継続した資金集めが必要ですが、これには、やはり、地域の皆さんに愛されなければなりません。このチームは岡山に必要なんだ、と県民に思ってもらおうことです。

A (徳野)：バレーボールに関わる人たちが地域密着をキーワードに将来を考えている、ということは将来が明るいといえるでしょう。

ビーチへ行けばトップ選手と触れ合う機会もあるという特徴もあります。「ビーチへ行けばバレーができる」環境にしたいです。

A (鳥羽)：現在、4つの課題があります。

1つめは、社会的責任のファンドをどのように獲得するか。2つめは、行政、自治体とどのように連携するか。3つめは、競技団体の統治管理能力をどのように上げていくか。そして4つめは、選手、指導者の地域に対する使命感をどのように育成、教育していくか、です。

A (吉原)：まずは体育館に行ったらバレーボールができる環境づくりが大切です。そしてトップ選手が強くて憧れの存在であるべきで、その意識を植え付けていかなければ

ならないと思います。競技人口を増やすこと、そして資金をどのように集めるかがポイントになります。そして、これらのことへ選手としてもどのように関わることができるのかということを選手に意識させることが重要だと思います。

Q (都澤)：全日本を強くするには？

A (鳥羽)：いろいろ考えられますが、一つはプロ化の可能性を探ること、これには大衆化していくことが重要であり、協会のガバナンス、個々のチームの成長、人・物・金、あらゆるものが複合的に合わさって達成されることだと考えています。

A (吉原)：組織的な育成環境を整備することがレベルアップのためには必要なのではないかと思えます。

まとめ (蓮見)：ユニバーサルデザインということから言えば、スポーツをスポーツ関係者だけではなく、社会に広げて考えていくことが重要で、行政や企業が作ってくれるという他力本願な感覚ではいけません。それには市民一人ひとりが参加して社会を創るという感覚が必要でしょう。それには、Sports for all, all for sports, そしてその中心的な役割を果たすのがスポーツです。スポーツ社会を魅力的なものにする。しかし、スポーツにはお金がない。そこで、人を育成することでお金を創出する。そのために、草の根活動、活動を維持することがキーになるでしょう。あらゆる世代の人が集まることができるプラットフォームをつくる。現代は、子供たちが外で遊ぶ姿が少なくなりました。そこで社会の活力を生み出すためにも子供たちが活動的な生活ができるようにする環境整備が必要です。また、スポーツは広いだけでなく深いということも認知されるべきです。これは、スポーツは簡易的に取り組んで遊ぶこともでき、競技として取り組み深さを感じることもできるものであることの認識を広める活動が必要と考えられます。今日はどうもありがとうございました。

