

【特集】

Road to Beijing

[1] ソフトボール



略スタッフを中心に対戦相手のデータを収集し、十分な準備をしていきたいと思っています。

Q：ソフトボールはなかなか点の入りづらいスポーツだという印象がありますが、そのなかで得点していくために情報戦略は欠かせないものなのでしょうか？

斎藤：そうですね。情報戦略には時間をかけています。また、JISSを始めとするさまざまな方の力を借りています。そういった方には本当に感謝していますし、こういった活動が実際にチーム強化につながり、結果としてできていると思います。こういった分析、研究を経てわかってくることあるからこそ、相手の隙を突くことが出来る。より自信を持ってプレイすることが出来る。これからも情報収集、分析には力を注いでいこうと思います。

Q：JISSはこれまでソフトボールのサポートを続けてきました。JISSに対してはどのような部分の支援を要望してきたのでしょうか？

斎藤：個々の力量アップのためのフォーム分析が中心です。撮影してもらったビデオ映像をフットバックしてもらい、フォーム修正をしパフォームンスの向上につなげる。特にハイスピードカメラを用いて撮影した映像は非常に役に立ちます。ハイスピードカメラでは本場にこまかいところまで動きを確認することが出来ます。ここで確認したことを筋肉に感覚としてすり込んでいく。目で見て、感じてやってみる、というサイクルでのサポートが選手の糧になっていると思います。

Q：選手の立場から考えて、JISSのサポートでフットバックされた映像がどうしたら自分の身になるのか、映像を解釈する力というのは向上してきているのでしょうか？

斎藤：これはアテネの頃より数段アップしていますね。練習後に宿舎で選手は個々の映像のフットバックを受けるのですが、選手は進んで映像を見に来ますね。その日の自分の姿がどう

だったのか、コーチと一緒に映像を見て違いを感じ、指導を仰ぎます。

Q：それでは選手はグラウンドでコーチの指導を受け、宿舎に戻って映像を見ながらまた指導を受ける、非常に中身の濃い練習になりますね。

斎藤：そうですね。非常にありがたいと思っています。

Q：選手から、こういったところを映像でとってほしいという要望がJISSに提出されているようですが。

斎藤：私自身の考えとして、情報を活用して緻密なソフトボールをしていきたい、という思いがありましたので、その点をより選手に意識付けしていくことを考えました。誰しも選手は調子を上げたと思うので、できれば365日好調でありたい。そういったなかで選手自身が目で見て違いを感じる必要がある能力が必要になると思います。年間を通して競技していると実際の動きと自分の感覚のずれが出てきます。これが一致しているときは調子がいいときなんです。その違いを自分で積極的にわかることが出来るようになってほしいと思っています。練習中でもこういった部分に時間を割いていきたいと思っています。



JISSのサポートを定期的に受けて映像を撮影してもらっている中で、調子のいいときの映像を見直して今の動きと比較することが出来ます。そうすることで調子のいい自分を取り戻すきっかけになります。また、調子が悪いときも原因が共通していることが多いので確認に使えますね。

Q：現在のサポート以外に要望することはありますか？

斎藤：いまのサポートのスタイルはチームにフィットしていると思います。本場に、JISSのサポートには満足しています。

Q：北京に向けた準備について教えてください。

斎藤：練習も長い目で見て試合に向けた事前準備です。すよね。その中であえて遠回りすることもあります。試合の時って全部スムーズにうまくいくことはないと思います。だからあえてうまくいかないケースの練習をすることもあります。そういった練習を通して選手の対応力を高めていけたら最終的にどんな状況でもパフォーマンスを発揮できると思っています。北京ってアトランタ、シドニー、アテネとはまた違うと思うので、そういうところにも対応できるようにと考えています。

Q：先日、中国に合宿に行ったと聞きました。

斎藤：その国その国のおいがあるんですよ。例えばアテネにはアテネのおいがあるし、中国には中国のおいがある。それを感じてきたかったというのがあります。当初、北京へ行く予定だったんですがいろいろあって四川で合宿してきました。でもそれによかったと考えています。確かに四川は環境的には大変だったんですが、みんながいろいろ工夫して合宿を行うことが出来ました。今回の合宿ではそういったことを学ぶことが出来たと思います。今回もし北京で恵まれた環境で合宿できたら、本番にこんなはずではなかったことが起きたときに対応することが出来なかつたんじゃないかなと思います。本場にちょっとしたことで一人一人のパフォーマンスが変わるんですよ。雨上がりにスポンジでグラウンドの水をとったり、苦勞の連続でしたが、選手にとってはいろんなひとに支えてもらっていることを再認識できたのではないかと思います。日本代表の選手としてその期待に答えるためにプレイする、というのはひとつのあるべき姿じゃないかと思っています。そのために自分は何をしなくてはならないのか考える。今回の合宿は考えるためのいい機会だったと思います。

Q：すごく明るい雰囲気です。

斎藤：いつも選手にいつにないことで、活力がないとだめだと思っています。それがなくなるとよくないし、視野が広がらないんです。

Q：チームの雰囲気って大事なんですか？

斎藤：ソフトボールって野球に比べてベンチが近いんですよ。ベンチの雰囲気グラウンドに伝わるし、グラウンドの雰囲気ベンチから手に取るように見えるんですよ。そういった意味でベンチもフィールドの選手も一体になった雰囲気作りが大事になります。長年経験してきて本場にそう思います。これは日本チームの伝統でもあります。今のチームはスタッフも含めて一体になったいいチームだと思います。



「北京オリンピックで金を取る」

【インタビュー】

ソフトボール女子日本代表チーム ヘッドコーチ
斎藤春香氏

斎藤：アテネが終わってソフトボール界に新旧交代の時期が来ました。私自身も若手に託して一線から身を引きました。3年を経て若手の選手がいろんな苦労をして、ひとつひとつ経験しながら今に至っています。そういった中でも、要所要所のポジションは日本のソフトボールの強さの伝統を引き継いでいるな、という感じを持っています。現在、このような立場で、ナショナルチームに関わっていますが、私自身、ここまで積み上げてきた伝統を大事にしながら

Q：アテネオリンピックが終わって、ずいぶん選手の入替えがあったと思いますが。

斎藤：そうですね。オリンピックまでの日数を数えていると二日三日、身の引き締まる思いがします。

Q：我々もついこの前にアテネがあったのにもう北京か、という感じがします。本当に時間がたつのが早く感じますね。

斎藤：私は3大会オリンピックに出場することが出来たんですけど、一番最初にソフトボールが正式種目になったアトランタのことを昨日のことのように覚えてます。今回の北京オリンピックはソフトボールにとってある意味、区切りになる大会になります。このこと自体はすごく残念なことなんですが、復活に向けた動きもありますし、今はひとつひとつ目の前にことに取り組んで行く、という思いです。

Q：北京オリンピックまで残り1年となりました。

斎藤：そうですね。オリンピックまでの日数を数えていると二日三日、身の引き締まる思いがします。

Q：我々もついこの前にアテネがあったのにもう北京か、という感じがします。本当に時間がたつのが早く感じますね。

ソフトボールの選手達は自分の映像を見ることに慣れてますね。最近では選手からどこから撮影してほしいのか、明確なリクエストがあります。どこから撮影すれば自分のチェック

北京オリンピックに向けたJISSの取り組み

スポーツ科学研究部長
平野 裕一



ソフトボールの撮影は年に少なくとも4回は実施しています。毎年4月にTSCチェックを受けてもらい、リクエストがあればここで最初の撮影します。あとは試合や合宿などにおける撮影になります。このように継続して数多くの映像を記録することはこのサポートにおいて非常に重要なポイントです。

バッティングを例に挙げると、選手のバッティングフォームは試合を繰り返すと必ずと言っていいほど崩れます。試合で速い球や難しい球を打っているうちに自然と崩れてしまふんですね。例えばバッティングポイントのずれやスイングの軌道のずれがあります。これが積み重なると不調になります。準備期に固めたバッティングフォームは簡単に崩れてしまふものなのです。このようなときに、自分のよかつたときのフォームをみて、基本となるフォームを思い出す。こうすることで、好不調の波を小さくすることが出来ます。選手達は明確にいつが調子がよかつたのか覚えており、そのときの映像を見たいという要望を出してきます。最近では毎回各選手毎のDVDを作成しているの、随時そちらの映像を見ている選手も多いと思います。このように映像を見て自分のフォームの修正をするよりも効率的だと思えます。



斎藤ヘッドコーチ（左）と平野スポーツ科学研究部長

ポイントがよく見えるのか、知っているということですね。我々の仕事は選手、コーチが客観性を持ちながらトレーニングができるような材料を提供することにあります。これは協会の医科学スタッフと明確な役割分担が出来ています。我々の役割はバッティングとバッティングフォームの撮影です。一方、協会のスタッフは守備や走塁などの撮影とスカウティングになります。協会スタッフやコーチという関係を保ちながらサポートをするためにはこのような役割分担を明確にすることが大切になります。いい関係を築くことなく、いいサポートは出来ません。



撮影に用いたハイスピードビデオカメラ

【特集】

Road to Beijing

[1] ソフトボール



ピッチングフォームの撮影

Q：アテネオリンピックでは残念ながら3位に終わってしまいました。負けたくない、相手というのがあると思います。

斎藤：これまでの世界大会の結果を見るとやはりアメリカが一番の強敵だといえると思います。

Q：アテネオリンピックでは残念ながら3位に終わってしまいました。負けたくない、相手というのがあると思います。

斎藤：そうですね。アメリカが二番の強敵だといえると思います。

Q：アテネオリンピックでは残念ながら3位に終わってしまいました。負けたくない、相手というのがあると思います。

斎藤：そうですね。アメリカが二番の強敵だといえると思います。

Q：アテネオリンピックでは残念ながら3位に終わってしまいました。負けたくない、相手というのがあると思います。

斎藤：そうですね。アメリカが二番の強敵だといえると思います。

Q：アテネオリンピックでは残念ながら3位に終わってしまいました。負けたくない、相手というのがあると思います。

斎藤：そうですね。アメリカが二番の強敵だといえると思います。

Q：アテネオリンピックでは残念ながら3位に終わってしまいました。負けたくない、相手というのがあると思います。

斎藤：そうですね。アメリカが二番の強敵だといえると思います。

Q：アテネオリンピックでは残念ながら3位に終わってしまいました。負けたくない、相手というのがあると思います。

斎藤：そうですね。アメリカが二番の強敵だといえると思います。

Q：アテネオリンピックでは残念ながら3位に終わってしまいました。負けたくない、相手というのがあると思います。

斎藤：そうですね。アメリカが二番の強敵だといえると思います。

Q：アテネオリンピックでは残念ながら3位に終わってしまいました。負けたくない、相手というのがあると思います。

斎藤：そうですね。アメリカが二番の強敵だといえると思います。

Q：アテネオリンピックでは残念ながら3位に終わってしまいました。負けたくない、相手というのがあると思います。

斎藤：そうですね。アメリカが二番の強敵だといえると思います。

Q：アテネオリンピックでは残念ながら3位に終わってしまいました。負けたくない、相手というのがあると思います。

斎藤：そうですね。アメリカが二番の強敵だといえると思います。

Q：アテネオリンピックでは残念ながら3位に終わってしまいました。負けたくない、相手というのがあると思います。

斎藤：そうですね。アメリカが二番の強敵だといえると思います。

Q：アテネオリンピックでは残念ながら3位に終わってしまいました。負けたくない、相手というのがあると思います。

斎藤：そうですね。アメリカが二番の強敵だといえると思います。

Q：アテネオリンピックでは残念ながら3位に終わってしまいました。負けたくない、相手というのがあると思います。

斎藤：そうですね。アメリカが二番の強敵だといえると思います。

Q：アテネオリンピックでは残念ながら3位に終わってしまいました。負けたくない、相手というのがあると思います。

斎藤：そうですね。アメリカが二番の強敵だといえると思います。

Q：アテネオリンピックでは残念ながら3位に終わってしまいました。負けたくない、相手というのがあると思います。

斎藤：そうですね。アメリカが二番の強敵だといえると思います。

Q：アテネオリンピックでは残念ながら3位に終わってしまいました。負けたくない、相手というのがあると思います。

斎藤：そうですね。アメリカが二番の強敵だといえると思います。



バッティングフォームの撮影

