

JISS

2007

[特集]

Road to Beijing [1] ソフトボール





「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

Q・北京
オリンピックまで残すと
1年になります。

Q・我々もついこの前にアーテネがあったのにもう
が早く感じますね。

斎藤・そうですね。オリンピックまでの日
数を数えていると一日一日、身の引き締まる思い
がします。

Q・アーテネオリンピックが終わって、ずいぶん選
手の入れ替えがあったと思いますが。

斎藤・アーテネが終わってソ
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つて
います。そういう中で
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
ります。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



ピッティングフォームの撮影

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。



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
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。このよくなどきに、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
くすることができます。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います。
最近では毎回各選手毎のDVDを作成して
いるので、隨時そちらの映像を見ている選手
も多いと思います。このよくなどきに、映像を見て自
分のフォームを取り戻すなどいうことは手探し
でフォームの修正をするよりも効率的だと思いま
す。

このほかにも、よりよいバッティングフォームを
目指して意識的にフォームを修正する選手もいま
す。しかし、必ずよくなるとは限りません。変え
てみたけどやつぱり前のフォームの方がよかつた、
というときにも過去の映像がとりためてあるから
オームを戻すときの参考になります。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

[特集]

Road to Beijing [1]ソフトボール



と思うのですが、具体的にはどういった点なの
でしょうか？

斎藤・アメリカとか他の海外の国に比べ体格面
ではいいというわけではありません。日本チーム
の特徴は「バランスの良さ」、にあると思いま
す。まず、守備がしっかりしています。攻撃にお
いてはボールをしっかりとハードヒットする能
力。これに機動力を絡めて相手の隙をみながら
攻撃力も発揮していきたいと考えています。そ
ういった意味では基本的に忠実で隙のないプレー
が持ち味であり、この精度を上げることにより
チーム力を上げていきたいですね。ただ、ボール
を手を知つて自分たちを知るといった対戦相手の
情報や分析データの活用も重要な要素になってくる
と思います。そういった意味では北京まで情報戦
るといったシンプルなところもあるのですが、相
手を知つて自分たちを知るといった対戦相手の
情報を分析データの活用も重要な要素になってくる
と思います。そういった意味では北京まで情報戦

ポイントがよく見えるのか、知つてはいるということです。
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。我々の役割はピッチ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
ーチといい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。

ね。
私たちの仕事は選手、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。我々の役割はピッチャリ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
ーチといい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。



斎藤ヘッドコーチ（左）と平野スポーツ科学研究部長



撮影に用いたハイスピードビデオカメラ



バッティングフォームの撮影



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、J-ISS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チーム強化につながり、結果としてやっていると思います。こういった分析、研究を経てわかつてくることがあるからこそ、相手の隙を突くことが出来る。より自信を持つ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・J-ISSはこれまでソフトボールのサポートを続けてきました。J-ISSに対してはどのようないい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ィードバックしてもらい、フォーム修正をしパフォーマンスの向上につなげます。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当に細かいところまで動きを確認することができます。ここで確認したことと筋肉に感覚としてすり込んでいく。田で見て、感じてやつてみると、というサイクルでのサポートが選手の糧になつていています。

Q・選手の立場から考えて、J-ISSのサポートでフィード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レーム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てもらっているので、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

所を受ける、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に提出されているようですが。

斎藤・私は自身の考え方として、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

識付けしていくよ

うです。

斎藤・私は自身の考

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

識付けしていくよ

うです。

斎藤・私は自身の考

えとして、情報を活



J-ISS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ので、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。本当に満足しています。

Q・北京に向けた準備について教えてください。

斎藤・練習も長い目で見ると試合に向けた事前準備です。

Q・北京に向けた準備について教えてください。

斎藤・今まで動きを確認することが出来ます。ここまで動きを確認することができれば3月6日

好調であります。そのういたなかで選手も選手は調子を上げたいと思うので、できれば3月6日

Q・先日、中国に合宿に行つたと聞きました。斎藤・その国その国のにおいがあるんですよ。例えばアテネにはアテネのにおいがあるし、中国には中国のにおいがある。それを感じてきました。でもそれでよかったです。

Q・それでは選手はグラウンドでコーチの指導を受け、宿舎に戻つ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に提出されているようですが。

斎藤・私は自身の考え方として、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

識付けしていくよ

うです。

斎藤・私は自身の考

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

識付けしていくよ

うです。

斎藤・私は自身の考

えとして、情報を活