



レジェンド三島20170714



レジェンド三島

ねんりんピック秋田2017に静岡県代表として参加するソフトバレーチーム『レジェンド三島』の練習が行われている体育館に伺いました。

チームメンバーは60歳以上だけでなく、20代、50代の方も在籍しています(写真左)。チームメンバーからねんりんピックの対象年代(60歳以上)の6人が選出されました(写真右)。

前列左から田中彰さん、遠藤信夫代表、西島守さんの男性3人と後列左から田中直子さん、森千絵さん、杉山百合子さんの女性陣です。

代表の遠藤さんは実業団のセッターとして活躍しコーチも経験されたと聞き、厳しい指導をされているかと思いましたが、バレーと同じようなソフトな方でした。



レジェンド三島



レジェンド三島

集まったメンバーは各自、軽くストレッチをやった後、ねんりんピック出場チームの6人とサポートチームに分かれて、ボール使ってパスしたり、トスしたりしながら体を慣らしていきました(写真左右)。



レジェンド三島



レジェンド三島

ソフトバレーのボールは大きくて、柔らかいのですが、コントロールが難しそうでした(写真左)。サポートチームは若い人もいて、強力でした(写真右)。



[レジェンド三島](#)

いよいよ、練習試合が始まりました。サービス(写真左)。パス(写真右)とさすが県代表だけあってレベルが高いです。



[レジェンド三島](#)



[レジェンド三島](#)

ボールの動きに集中しています。コートはバドミントンのダブルスと同じで、ネットの高さは2メートル。少しジャンプすれば、ネットを越えます。だから、強烈なスパイクも打てます。

コートは狭いですが4人制の為に、隙間ができます。今日は軽く攻める練習をしているとの事で間を狙った攻撃の練習を重点的に行っていました(写真左右)。



[レジェンド三島](#)



[レジェンド三島](#)

ボールに対して、4人がいかに連携して、誰が受けるか、空いた隙を誰が埋めるかの連携を確認していました。ボールに対する体重移動で動きが見えます。

ボールに対する一歩の動き出し方にアドバイスが出ます。最初の一步が大事です。

ボールが軽くて、大きいので揺れて、変化します。イン、アウトの判断が難しく感じました(写真左右)。



[レジェンド三島](#)



レジェンド三島



レジェンド三島

ねんりんピックの4人制のバレーは男女交互の為に前衛、後衛とも男女が一人ずつです。打つボールに4人の目が集中しています(写真左)。しかし、4人の間にボールを落とされました(写真右)。すぐ、お互いにアドバイスが出ます。

この様にして、秋田大会に向けて練習が毎週続きます。指導力の高い遠藤代表を中心にお互いが切磋琢磨し、自由に意見が言える雰囲気で行われています。今日は21時過ぎまで練習が行われました。

全国大会は元オリンピック選手も出てくる程、レベルが高いと言いますが期待が持てます。練習後にもかかわらず、疲れを見せず、元気に取材対応して頂きました。

出場選手全員に①ソフトバレーとは？②秋田大会に向けた抱負をお聞きました。

◆西島守さん(64歳・長泉町)

①筋肉の衰えを感じて、健康の為に始めた。やっている楽しさや悔しさが有り、練習する気にさせてくれる。バレー経験者。

②楽しく、和気あいあいとやって、出来ればメダルを持って帰りたい。

◆田中彰さん(64歳・沼津市)

①体力の衰えを感じて、健康の為にバレー経験を活かし、ソフトバレーを始めた。

②交流を楽しみたい。

◆田中直子さん(63歳・三島市)

①経験5年。楽しいし、悔しい気持ちに打ち勝つために、もっと上手になりたい。

②県代表の重みを感じているけど楽しみたい。

◆杉山百合子さん(63歳・三島市)

①ソフトバレーでねんりんピックに出場したかった。

②メダルを取りたい。

◆森千絵さん(61歳・三島市)

①バレーボールの経験を活かしたい気持ちで始めた。

②楽しんできたい。

◆遠藤信夫代表(70歳・裾野市)

①メンバーを全国大会の雰囲気を味合わせてあげたかった。

②58年間バレーをやってきた。70歳を現役の区切りとして臨みたい。

以上、出場選手のソフトバレーの思いとねんりんピックに向けた抱負をお聞きました。思う存分楽しんで、きっと良いメダルを持ってくると強く強く感じました。本番に向けて怪我せず、練習を積み重ねて頂きたいと思います。

取材：東部田方地区生きがい特派員

加藤 孝