



KEIYO TEAM6 クロストーク Vol.21

岡野洵 (ジェフユナイテッド市原・千葉/サッカー)
&
市瀬千里 (ジェフユナイテッド市原・千葉レディース/サッカー)



岡野洵

(ジェフユナイテッド市原・千葉/サッカー)

&

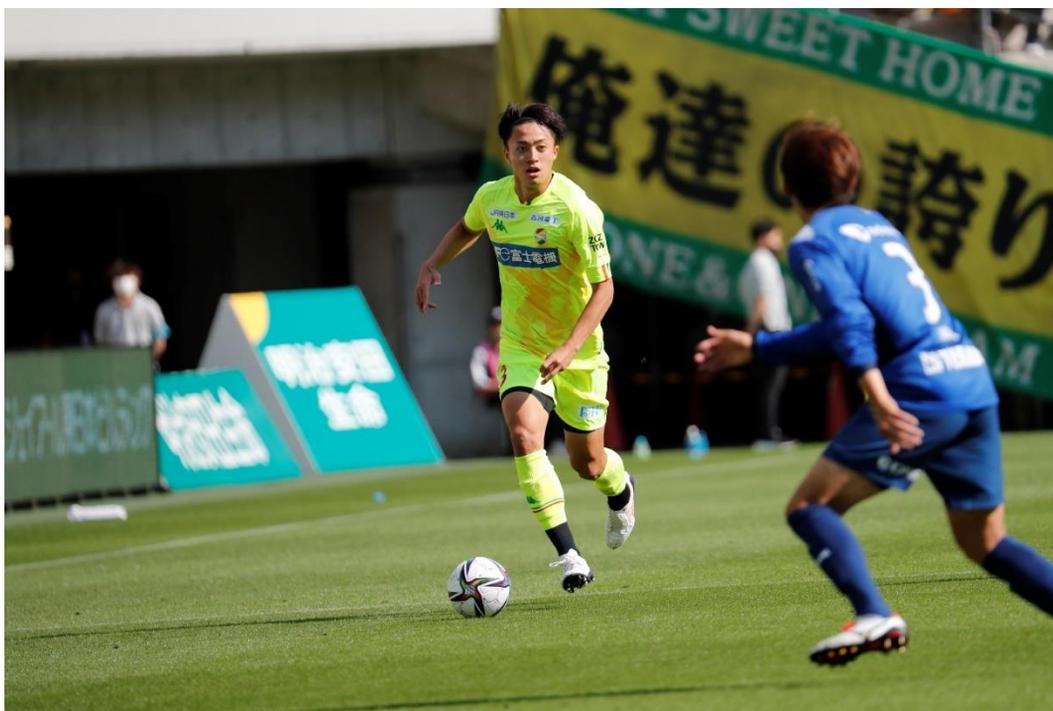
(ジェフユナイテッド市原・千葉レディース/サッカー)



市瀬千里

6チームの注目選手や共通点を持つ選手・スタッフが、競技の枠を越えて様々なテーマでトークを行う、『京葉線プラス』限定のスペシャル企画「KEIYO TEAM6 クロストーク」。第21回はジェフユナイテッド市原・千葉の岡野洵選手と、ジェフユナイテッド市原・千葉レディースの市瀬千里選手の対談です。Jリーグはシーズン後半に入り、女子サッカーはいよいよプロリーグであるWEリーグが9月に開幕します。実は二人にはさまざまな共通点が……同じクラブの男女選手対談をお届けします。

**サッカー人生はジェフとともに
千葉県出身、中学からジェフで育つ生え抜き選手**



攻撃でもチームに貢献！ アグレッシブなプレーに注目を！

@JEFUNITED

J1昇格を狙ってシーズン終盤を迎えるジェフユナイテッド市原・千葉。守りの要は、センターバックの岡野洵選手。一方で、WEリーグ開幕を目前に控えるジェフユナイテッド市原・千葉レディースの市瀬千里選手。二人は下部組織であるアカデミー出身で、いわゆる“生え抜き”の選手。サッカー選手になるまでのお話を伺いました。

——まずはみなさんに自己紹介をお願いします。

岡野洵選手（以下、岡野）：背番号3番、岡野洵です。ジェフユナイテッド市原・千葉で、ディフェンダーをやっています。クロス（ゴール前の選手への、得点機会を創出するパス）の精度や、高身長を活かしたヘディングが得意なので、ぜひプレーを見てください。

市瀬千里選手（以下、市瀬）：背番号3番、ディフェンダーの市瀬千里です。得意なプレーは縦パスやロングフィード（攻撃をしかける前線への長いパス）です。私も身長が高いので、ヘディングを武器にして頑張っています。いま大学4年生で、教育実習との両立は正直なところ大変でした。体力を落とさないように、限られた時間の中でトレーニングを重ねてきました。

——サッカーを始めたのは何歳のときですか？

市瀬：5年生です。あ、間違えました。5歳です（笑）。

岡野：だいぶ違う（笑）。僕は小学校1～2年くらいなので、7歳か8歳です。兄がサッカーを始めて、でも僕はやりたくないって言っていました。兄の試合を親が見に行くのについて行って、1年くらい経ったとき、母親に手を引っ張られて無理矢理始めさせられた感じです。

市瀬：私も同じで、兄の影響で始めました。だけど2年くらいは砂いじりでした。痛いことやキツイことが嫌いだったので、ずっと砂いじりしていました。

——そして中1でセレクションを受けてアカデミーに入られたのですね。生き残りをかけて毎年戦う場所で、心が折れたりやめたいと思ったりしたことはありませんでしたか？

市瀬：私は何度もあります。身長が大きかったこともあって、上のカテゴリーに呼んでいただけることがありましたが、全然通用しなかったし、上の選手たちの厳しさを見て心が何度も折れそうになりました。でも逆に、このステージで通用したいという想いが強くなったのかもしれない。

岡野：僕もジュニアユースに入ったときに、みんなが本当に上手すぎて……。小学校のときは、週末だけ練習のある町のクラブに所属していましたから。最初のうちは、本当にやめたかったですね。中学1・2年の頃は試合に出られなくて泣いてばかり。親もやめていいよって言うくらい精神的にも落ちていました。でもこのまま辞めたら逃げることになりそうだなと思ったので、そこから人一倍努力して試合に出られるようになっていきました。いまだに家に帰ると、「あんなに泣いてたやつがなあ」って親に言われます。きっと一生言われますね（笑）。

市瀬：私が挫折したのは結構最近で……。

岡野：えっ？ 最近……（笑）

市瀬：最近ってここ1年とかじゃないですよ！ 高校3年生の頃、トップチームに登録されてもずっとベンチ外で試合に出られなくて。センターバックはベテランの選手が多いので、ポジション争いに勝てる気がなくて逃げたくなりました。それでも頑張れたのは、両親の支えが大きかったのと、親を喜ばせたいという気持ちがあったからです。もう一人の同期が試合に出ていたので、彼女の活躍に元気をもらってモチベーションになったということもあります。

——ジェフのトップチームでプレーしたいという気持ちは小さい頃からありましたか？

市瀬：はい、それは思っていました。

岡野：僕はユースくらいから、トップチームに上がりたいて強く思っていましたね。

——トップチームのホームゲームでアカデミーの選手がボールパーソンをするとき、試合前にセンターサークルに並んで紹介されますよね。

岡野：はい、いまもその伝統は引き継がれています。

市瀬：センターサークルに立ったとき、人ってこんなにいるんだって思いました。アカデミーの試合は親が見に来るくらいなので、ファンがいるということに最初はビックリしました。

岡野：僕は、ここでプレーしたいというよりは、こんなプレッシャーの中でトップの選手はどう闘っているのか、僕だったらどんなことになってしまうのだろうって、そう思った記憶があります。だからこそデビュー戦のときは、ピッチに入るときに胸が熱くなっただけ、アドレナリンが出すぎて疲れも知らず、あっという間に試合が終わってしまったという感覚でした。

市瀬：私のデビュー戦は全然違いました。最初に出場したのが日テレ・ベレーザ戦で、常に優勝を狙う強豪チームでした。本当に、早く終われって思っていましたね（笑）。ディフェンダーは失点に絡むポジションなのですが、後半途中までずっと0対0だったので、無失点で終わりたいから早く終われ！って思っていました。

岡野：わかるなあ。90分という試合時間の中で、60分経った頃に早く終われと思ってしまったときは地獄（笑）。何回も時計を見て、ああまだ全然経ってないってがっかりしますよ。60～70分くらいが山で、特に勝っているときは早く終われって思いますね。

市瀬：そうそう、わかります！

——おふたりは同じジェフの選手ですが、男女のチームで交流はありますか？

市瀬：あまりないですね。レディースが男子の試合を見せてもらうことはありますけど、男子は忙しいというのもあってレディースの試合には来られないと思います。

岡野：そうですね。でも機会があれば応援に行きたいと思います。3番のユニフォームを着て（笑）。

実は同じ高校を卒業 当時の様子は果たして……



守備の中心的存在。しかしピッチを離れると女子力の高い一人の女性！
@JEFUNITED

同じジェフ千葉に在籍するお二人ですが、交流はほぼないといいます。しかし実は、お二人とも千葉市出身で、千葉経済大学付属高等学校の卒業生。年齢も近いので、当時から面識があったのでは……。どんな高校生だったのでしょうか。そして高校のときに、コミュニケーションをとる機会はあったのでしょうか。

——おふたりとも千葉市の出身ですね。千葉のお気に入りスポットはありますか？

岡野：鋸山に行った思い出があります。地獄のぞきまで登りました。

市瀬：私は房総半島が好きで、オフのときによく両親と旅行します。コロナ禍で今年には行けなかったけど、いつもは房総半島に行って、海鮮を食べて。3人兄弟で上の二人は家を出ているので、私だけ実家暮らしで両親と仲がいいんです。

——おふたりのSNSを見ていて、美意識が高いなと思いました。

岡野：それ、おれですか？（笑） でも脳洗浄とかエステとかメンズ脱毛とか、確かに行きましたね。脳洗浄は小顔効果があるらしいので、市瀬さんは小さい顔が、より小さくなると思いますよ！

市瀬：私、小顔じゃないです、大きいです……。だから伸びしろがあるかもしれません！

岡野：あっ、触れちゃいけないところだったかな（笑）。脱毛は、テーピングを巻く機会が多いので、はがすときに痛いからですね。だからサッカー選手は脱毛する人が多いです。

市瀬：私はたぶん女子力が高いほうだと思います。サッカーをやっていなかったら、エステイションかネイリストになりたかったくらいです。好きなことなので、リフレッシュできます。

——あまり交流がないとおっしゃっていましたが、アカデミーの頃もですか？

岡野：ないですね。必勝祈願のときに軽くすれ違う程度ですよ。スポンサーパーティーとか。

市瀬：確かに。だからあまり話したことがないです。

岡野：でも確か高校が一緒ですよ？ 僕のほうが年上…ですよ？

市瀬：そうです。私が1年生のときの3年生です。めっちゃよかったです。身長が高いし、もてるだろうなって思っていました。

岡野：もてないですよ！ 学校が終わったらすぐにサッカー場に行く生活だったので、放課後の活動も体育祭も参加していません。すぐ帰る人、くらいに思われていたんじゃないかな。

市瀬：それがよかったんじゃないですか、逆に（笑）

岡野：そうなの？ いまは喋っていますけど、人見知りであまり喋らないタイプでした。だから愛想ないなって思われていたと思いますよ。そこが逆に（笑）？

市瀬：そうです。手が届かない感じ！

岡野：僕の後輩とかと仲良かったですよ？ それでレディースの子がいるということは、何となく知っていました。それが後に、市瀬さんだったと。俺らの高校は、ほんとに生徒が多いんですよ。学年が違くと階も違うし、すれ違う機会もなかったんじゃないかな。話しかけてほしかったなあ。

市瀬：いやいや、高嶺の花だったので。

岡野：それ言い過ぎ（笑）。

フォワードからディフェンダーに ジェフを支える守りの要



守備の要であるセンターバック。後方からチームを鼓舞する。
@JEFUNITED

偶然にも同じ「3」を背番号に持つ選手同士の対談となりました。二人が背負う「3」には、ただの数字ではない、ある意味があります。その責任を負い、今後の躍動を心に秘める今シーズン。そして女子サッカー初のプロリーグである「WEリーグ」が、9月にいよいよ開幕します。

——おふたりとも、最初からディフェンダーでしたか？

市瀬：いえ、私はフォワードでした。

岡野：僕もです。中1でセレクションを受けたときに、アカデミーダイレクターだった方からセンターバックをやってみろと言われて。ディフェンダーはやったことがなかったけどがむしゃらにプレーして、たまたま受かったみたいな感じですよ。それ以来、ディフェンダーです。

市瀬：私はユースにあがるまでです。私は技術的にうまい選手ではなくて、ただ足は速かったので、ディフェンダーのほうが向いていると思われたんですかね。小学校のときはディフェンダーで、ジェフに入って一度フォワードになって、ディフェンダーに戻りました。

——おふたりとも攻撃に転じたときのプッシュがすごいですね。

市瀬：私、攻撃好きなんです。

岡野：僕もです。

——それに岡野選手のロングスローは、直線的な軌道で、かなり飛びますよね？

岡野：ありがとうございます。でも実は今シーズンから投げ始めました。今シーズンというか、10試合前くらいからです。チームの約束で、今まではウィングバックというサイドの選手が投げていましたが、ボールを失う場面が多いので3バックの両脇の選手が投げることになりました。それまで僕は、スローインの経験さえあまりなかったですから。それなのにいざ試合中にスローインする場面になったとき、なぜか「もっと奥に行け」って味方を下げさせちゃって……。

市瀬：えー？ そんな（笑）。

岡野：だから、遠くまで投げないといけないという状況で、投げたら遠くまで飛びました。投げられそうだなという感覚は持っていたんですよ。実際投げてみたら飛んだので、それ以来ロングスローを投げています。

市瀬：ホームゲームでWEリーグの告知をしたときに、試合も見せていただいたのですが、そのときに何回か投げているのを見て、すごい！と思いました。私は肩の脱臼をしてから全然飛ばないので。

岡野：もっと頑張ります（笑）

——いよいよWEリーグが開幕します。女子サッカーのプロリーグができたことは、選手にとってどのような意味がありますか？

市瀬：プロとして初めて戦うことができるのは嬉しいのですが、一人のサッカー選手として責任が増したということも感じています。ただサッカーができればいいということではなくて、女子スポーツの象徴になれるように頑張らないといけないし、子どもたちに夢や希望をしっかりと与えるのが義務だと思っています。それに、働きながら女子サッカーを引っ張ってくださった先輩方がいるということも忘れちゃいけないとも思います。楽しみでもあるし、責任重大だなと、今はそういう気持ちです。

岡野：10年後と言わず、5年後でも、Jリーグくらいの盛り上がりを見せてほしいなと思います。いま僕たちはJリーグで戦っていますが、いち早くJ1に戻らないといけない、俺らが引っ張っていかないといけない、そう強く思っています。

——J1昇格に向けて、今年は日本代表経験のある鈴木大輔選手の補強がありました。同じディフェンダーとして、刺激になっている部分はありますか？

岡野：もちろんです。大輔さんのプレーで試合中に勇気づけられることもありますし、練習中も細かい指示をしてもらえます。キャプテンシーが一番ある方なので、大輔さんが言うことはみんなが耳を傾けます。指示が的確だし、指示を出すタイミングも絶妙です。そういう存在がディフェンスラインにいるだけでチームが安定するので、見習っていきたいと思います。

市瀬：私たちの中では、大滝麻未選手ですね。今まで苦労してきたベテラン選手なので、あみさんの言葉は重みを感じます。

——おふたりは、憧れの選手や、影響を受けた選手はいらっしゃいますか？

岡野：僕がつけている背番号3は、斎藤大輔さん、近藤直也さんと、ジェフの守りの要と言われる選手がつけてきた大きい意味のある番号です。僕もそういう存在になりたいし、実際に影響を受けた二人です。ドゥーさん（近藤直也さん）と一緒にプレーして、いろいろなことを教えてもらいました。「お前ならできるぞ」って今でも連絡をくれて言葉をかけてもらっているので、頑張っていけないとなつて身が引き締まる思いです。

市瀬：今まで3番をつけていたのが、櫻本尚子選手でした。ジェフの3番と言えばサクさんであり、頼りがいのあるセンターバックというイメージがあります。サクさんを追い抜きたいと思う反面、それほどまでに影響力のあるサクさんを尊敬しています。もう一人は日テレ・ベレーザの岩清水梓選手です。ワールドカップで優勝したとき、私は小学5～6年生でしたが、あそこまでの大舞台でレッドカード覚悟でプレーしている岩清水さんを見たとき、チームのために戦うというのはこういうことなんだと思つて、今でも尊敬する選手です。

——お二人に憧れる子どもたちも、たくさんいると思います。プロになりたい子どもたちにアドバイスをお願いします。

岡野：小さい目標を立てて、中くらいの目標を立てて、大きい目標を立てること。そしてまず小さい目標からクリアするというのを、ユースの頃から実行してきました。練習前に今日はこれをできるようにするぞという意識を持つことは、今でもやっています。その意識だけでも成長度合いが変わると思つています。中学・高校のときはサッカーノートにそれを書いていました。

市瀬：自分はまだまだできていないですが、監督から言われた言葉を一回素直に聞き入れることを心がけています。簡単なようで難しいのですが、それは大事なことだと思います。そして人と比べないこと。ライバルの選手に比べて何がダメなんだろうという考え方をしていたときの私は、ミスがばれないように、ミスばかり気にしていてよくありませんでした。自分には自分の良さがあることを理解し、人のことばかり気にしない。それが大事だと思います。

——試合でベストパフォーマンスを出すために心がけていることやルーティンがありますか？

岡野：最近試合に出られるようになって、どういう準備が自分に合っているのかを考えています。2日前に筋トレで刺激を入れると切れが出るとか、いろいろ試しています。試合のときにベストな状態になれるように、いま模索中です。

市瀬：ルーティンは作らないようにしています。心配性なので、ルーティンができなかったときに焦ってしまうからです。なるべく自分に合ったいい準備ができるように努力しています。特に食事にはすごく気を遣いますね。前日・当日は消化のいいものをとるようにしています。

——ここからチームとして、どういう魅力を見せていきたいですか？

岡野：どんな状況でもあきらめない姿を見てほしいです。3バックになってボールを保持するクオリティがあがり、得点力という面でも改善できています。僕がクロスでアシストするので、ぜひ試合を見てください。チームとしての目標はもちろんJ1昇格であり、まだあきらめていません。チーム全体で、昇格への強い意欲を持っています。1試合でも多く無失点におさえ、目標の5アシストも達成できるように頑張っていきたいと思います。

市瀬：私たちは「走る・闘う」というスローガンを持って、全員で守備をして全員でゴールを奪うことをピッチで表現していきます。見てくださる方を楽しませるサッカーをすることを目標に頑張りたいと思っています。アカデミー出身の若手の選手がチームを底上げして、練習から危機感と緊張感を持ち、WEリーグで結果を出すために日々努力をしています。WEリーグ初代女王を目指して、全員で戦います！

岡野：ディフェンスは無失点に抑えることが評価されることだと思うし、点を決められなければ負けないので、一緒に頑張りましょう！ さ、僕にも喝を入れてください！

市瀬：はい！ J1に戻ってほしいと、ジェフ千葉レディース全員が心から思っています。いつもプレーオフまで行って、惜しいところで終わってしまっているので、今年は岡野さんを中心に身体を張ってゴールを守ってもらえればと思います。応援しています！

——では最後に、サポーターの方にメッセージをお願いします。

岡野：J1昇格という目標は選手全員あきらめていません。そのために今日も練習に励んでいます。後期は勝ち点を伸ばすために連勝を意識し、最後まであきらめない姿をお届けできればと思っていますので、引き続き応援よろしくをお願いします！

市瀬：WEリーグ初代女王を目指す中で、ジェフ千葉レディースの魅力を最大限ピッチで表現できるように頑張りますので応援よろしくをお願いします！



いよいよWEリーグ開幕！ プロサッカー選手としての活躍に期待！
@JEFUNITED

岡野洵（おかのじゅん）
（ジェフユナイテッド市原・千葉）

背番号／3
ポジション／センターバック
生年月日／1997年12月9日
出身地／千葉県千葉市
身長／187cm
体重／81kg
血液型／A型
経歴／ジェフユナイテッド市原・千葉U-15
→ジェフユナイテッド市原・千葉U-18
→ジェフユナイテッド市原・千葉
→大分トリニータ（期限付き移籍）
Twitter／https://twitter.com/JEF_jun4
Instagram／
https://www.instagram.com/jun.o_official/



市瀬千里（いちのせちさと）
（ジェフユナイテッド市原・千葉レディース）

背番号／3
ポジション／センターバック
生年月日／1999年6月7日
出身地／千葉県千葉市
身長／167cm
体重／54kg
血液型／O型
経歴／ジェフユナイテッド市原・千葉レディース
U-15
→ジェフユナイテッド市原・千葉レディースU-18
→ジェフユナイテッド市原・千葉レディース
Twitter／<https://twitter.com/1chii67>
Instagram／
<https://www.instagram.com/ichinosechii03/>



取材・文／元盛恵（まいふれ）