上田日登コーチ
（千葉ZELVA・千葉／バレーボール）

＆

田代将也コーチ
（千葉ジェッツふなばし・千葉／バスケットボール）

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22回は、千葉ZELVAチーム統括・上田日登（うえだひでと）さんと千葉ジェッツふなばしのアカデミー部長・田代将也（たしろまさや）さんの対談です。幕張ベイパークアリーナゴールドジムにて、隣りのコートでスクールを開校しているのでお互いに存在は知りながらの、お話しするのは初めてとのお二人。スクールを通して子どもたちに伝えていることや、その先にある地域貢献について伺います。

いろいろなスポーツに触れる体験を子どものうちに

「この3年でスクール生が約1000人に」と語る田代将也さん

――現在、スクールは何か所くらいで開いているのですか？

田代将也さん（以下、田代）：千葉ジェッツふなばしのスクールは、船橋市を中心に千葉県各地に20校ほど、チアリーディングのスクールも10校ほど活動しています。この3年で一気に増えて、スクール生は約1000人になりました。

上田日登さん（以下、上田）：すごいですね。千葉ZELVAのスクールは、ここ幕張のほか千葉市内小学校と高洲スポーツセンター、市原市の中学校で、全体で約40名です。もっと増やしたいという想いはあるのですが、運営側の人材確保が厳しいですね。基本的に千葉ZELVAのメンバーは、プレーヤーであると同時に仕事を持っています。サッカーもバスケットボールもプロリーグがあり、子どもたちはそこに向かって夢が持てる。バレーはまだまだアマチュアというか、仕事を持ちながらリーグにも参戦している形態です。コーチを専任の仕事にできるようになれれば、一番いいと思います。

田代：確かにそうですね。私はアカデミー部といって、スクールを広げていく部署に所属しています。いろんな場所に開校できるのは、それが仕事だからです。千葉ジェッツには「千葉ジェッツふなばしを取り巻く全ての人たちと共にハッピーになる」という理念がありますので、子どもたちにもバスケを通して笑顔になってほしいと考えています。千葉県各地でスクールができる状態を目指しているところです。

上田：投げる、飛ぶ、走る、ボールをとると、運動の基本的な動きは共通です。例えば、野球でフライを取る位置が、バレーではオーバーハンドトスになります。バスケのチェストパスの手の高さを変えて、バレーのオーバーハンドパスができます。基本の動きから、応用ができるということですね。千葉ジェッツさんの隣りでスクールをやっていて、実はジェッツさんの指導方法をよく見ています（笑）。参考にしたり、実際に取り入れたり。様々なスポーツを楽しむ試みもしているのですが、もしそれでバスケが面白いと思ったら千葉ジェッツさんのスクールに行ってもいいと思っています。バレーボールは中学校で競技人口が増えて、高校では登録者数が減ります。中学はバレーだけど高校はバスケとか、その逆とか、いろいろな形があっていいと思います。そのために、スポーツは面白いと思ってもらいたいということです。バレーは痛いのが嫌だという子がいるのですが、バスケは何かありますか？

田代：バスケは、昔ながらの指導が嫌でやめましたという子がまだいますね。最近は、JBA（公益財団法人日本バスケットボール協会）が働きかけて、変わってきてはいます。バレーは始める年齢が結構遅いのではないですか？

上田：女子は小学校3～4年、男子は中学が多いです。

スクールを一手に引き受け、トップチームの監督でもある上田日登さん

田代：そうですよね。バスケは男女とも小学校1年とか、幼児とか、早く始める子が多くなりました。早い時期から専門スポーツの世界に入ってしまうので、その分、ドロップアウトも早い。そこを改善したくて、一生懸命に活動しているところです。私も子どもたちが他の競技に興味を持ったら、そのスポーツに移ってもいいと思っています。指導者として、私自身も千葉ZELVAさんの練習を見て、参考にさせてもらっていますよ（笑）。子どもは親や先生にやらされているうちよりも、自分自身が夢中になったほうが吸収も多くなり、プレーの幅が広がると思っています。例えば、旅行に行くと時間が短く感じますよね？　旅行に行っているような状態で、あっという間に時間が過ぎるように楽しんで、バスケットをプレーしてほしいです。

――お聞きしていると、合同で練習してほしくなります。

田代：本当にそうで、子どもたちが行き来しても面白いですよね。バレーやバスケに限らず、サッカーを取り入れても。いまは複数の競技をするような、総合型クラブも多いと思います。日本ではまだ少ないのですが。そこまで実現させたいという想いが強いです。

上田：専門的なことだけやっていると、もちろんそれは上手くなりますけど、それ以外は上手くならない。私は中学からバレーを始めましたが、自分の身体をイメージ通りに動かせるようになったのは、実は日本体育大学に入ってからです。授業でいろいろなスポーツに触れて、その中で学びを得ました。動きが偏ると動きの応用がきかないし、同じ動きだけだとケガをしやすい。小さいときは多くのスポーツに触れて、いろいろな動きをするといいと思います。

スポーツの楽しみを子どもたちに伝えることが地域貢献に

子どもたちが楽しんでスポーツできるように、風船も取り入れる。

――スクールで子どもたちと接するとき、大切にしていることはありますか？

田代：先ほど旅行に例えて話しましたが、「フロー理論」を私は頭に入れております。夢中になっている状態、スポーツで言うとゾーンに入っている状態であり、そこを目指して指導に取り組んでいます。スクールが終わったときに、子どもたちから「もう終わりなの？ まだやりたい」って言われたら今日のスクールは成功だと思いますし、普通に終わってしまったときは何かが足りないと反省します。いまはコーチを育成するコーチディベロッパーという立場にもいますので、その状態にできるようにコーチたちに働きかけます。

上田：私は子どもたちの表情を見て、楽しんでいるかどうかを一つの指標にしています。もう一つは、子どもの意見をよく聞くようにしています。例えば3つくらいやり方を提示して、その中でどれが一番よかったか。やらされていると発見がないので、自分で発見して「うまくできた！　この方法だ！」と思えるようにしています。そうすることで子どもは嬉しくなり、発言も活発になります。コーチングをするときは、指導者が子どもと同じ目線を持つことも大事だと思います。

――上下関係ではなくて、伴走するイメージですか？

上田：そうです。その人が望みたい方向に、一緒に歩を進めるということです。子どもが意見を出しやすい状況を作り、楽しく夢中にさせることは常に意識しています。ジェッツさんの子どもたち楽しそうかな、うちはできているかなって（笑）。

田代：お互いに気になっているわけですね（笑）。お話を聞いていて、動きを選択させるのはすごくいいなと思いました。強制されるとロボットのようにしか動かなくなるので、そういう意味ではメンタルにつながっていると思いました。私たちの理念もその通りで、社会に出たときに、バスケを通じて社会で活躍できるようなスクールを目指しており、メンタルもしっかりと指導していきたいと思っています。コーチは馬車が語源です。馬車は自分で目的地を決めるのではなく、乗る人と一緒に目的地へ向かいます。私たちが目指しているコーチは、子どもたちが社会に出たときに活躍できるような場所に導いてあげる仕事です。同じ目線に立てば子どもたちにも伝わりますので、それは私もすごく意識していることです。小学1年生のときにスクールで教えていた生徒が中学生になっており、久しぶりに会う機会があって、「コーチのようなコーチを目指して頑張っています」と言われて、これほど嬉しいことはないと思いました。そうやって、自分なりの目標を持って歩んでもらいたいですね。

上田：バレーの場合、まだ専門として、生業として、ビジネスにしづらいのが課題だと思います。いま私は一人でスクールをしていますが、まずはコーチとして生計を立てられるような枠組みを作って、ひとつの仕事であることを示したいなと思います。バレーボールを仕事にできることを千葉ZELVAとして実現し、全国に広がると面白いなと思っています。誰かが実現しないと続く人が出てきませんし、そもそも選択肢の中に入りませんから。

田代：バレーボールの地域クラブはありますか？

上田：小学校はあります。バスケは部活とクラブチームと、完全に分かれていますよね？

田代：はい、いま部活動と地域のクラブチームが分かれて、クラブチームが増えてきている状態です。大会の上位も、クラブユースチームが増えてきました。

上田：バレーボールのいまの課題は、両方所属できることです。いろいろなタイプの指導者と触れ合って、その子が成長すればよいと思っていますので、そういう意味ではよいことではあります。ただ、クラブの試合に出るときに部活の顧問の許可をとらなければいけないという難しさがあります。

田代：バスケも6年前までは同じ状況でした。6年前にクラブとユースの委員会を先生方、協会中心に作っていただき、移籍の制度を制定し、基盤を整えました。U18の年代については、強豪私立高校に行くのか千葉ジェッツユースに行くのか、選択の幅も広がりました。バレーボールのことを伺うと、バスケはだいぶ先に進んできているのかなと思いました。

上田：だいぶ先ですよ。相当先です、はるか先です（笑）。

田代：サッカーはさらに20年先を行ってますから、話を聞くとすごいですよ。バレーボールはVリーグになり、変化は見られましたか？

上田：川合俊一さんが会長に就き、少しずつ変わっていくのかなという感覚があります。大きな企業が持っているチームだと、親会社の業績次第では廃部になるケースもあります。チームを長く存続することを考えると、地域名を入れ、地域に根差したチームにするのは大事なことです。そしてそのジュニアチームの活動が、大きな意義を持ちます。小さい子たちにスポーツの楽しみを教えるという意味では、立派な地域貢献だと思います。

競技の枠を超えた交流、そしてコラボレーションを

その場面で最適なプレーを教えることで、より実践的なスクールに。

田代：バレーの指導者に、ライセンス制度はありますか？

上田：ありますが、サッカーやバスケのほうが細かく決まっていると思います。バレーだと、学科と実技で終わりです。4種類しかありません。

田代：バスケはライセンス制度を設けています。S級～E級の基本的なライセンスのほかに、コーチの指導ができるコーチディベロッパーやジュニア世代の強化に特化したジュニアエキスパートなど、ライセンスがしっかりと構築されているため昔ながらの指導は減りました。競合も強いし、市場も飽和していろいろな指導者が出てきました。コーチングもバスケットの種類も変化していきますので、勉強しなければ置いていかれてしまう。他にはないようなシステムをジェッツで作り、独自のライセンスを作ってコーチを育成しようとしています。

上田：コーチの資格とった後に、更新はありますか？

田代：はい。ただその人がどれだけ伸びるかは、その人がどれだけ勉強するかにかかっています。ライセンスをとって満足し、そこで止まっているコーチも多いと感じます。本業と指導者の両立は大変ではないですか？

上田：そうですね、大変ですね。バレーの場合はまだ情報量も少なくて、指導の本も多くありません。情報が入ってきづらいので、インターネットで調べます。

田代：以前は自分が習ったことや知っていることなどを、暗黙知的に教えていた部分がありましたが、今は形式知として指導方法の形になっているものを教えたくて調べています。バスケットはカリキュラム的なものがあります。

上田：バレーに、指導のカリキュラムはないですね。千葉ZELVAのスクールでは、敢えて学校では教えないことを教えることがあります。学校では両手でレシーブするように教えますが、僕は片手でのレシーブも教えます。それには理由があって、その理由も教えます。そういう意味ではカリキュラムがあるかもしれないですね。

――コーチ同士で、情報交換をすることもありますか？

上田：僕はスクールなので、ほかの指導者と会う機会が少ないですね。ありますか？

田代：千葉ジェッツでは、週に一度、コーチングについて話す機会を持っています。それとは別に、他のチームの人に成功例を聞きに行ったり、勉強のためにプロサッカークラブに視察に行ったりします。サッカーはコーチだけでも、かなりの人数が在籍しています。フランチャイズスクールがすごく多くて、母数が大きいからユースが強くなる、そうするとトップチームも強くなるなと感じています。千葉ZELVAさんは、最近子どもたちの数が増えましたよね？

上田：特に何かをしたわけではないのですが、スクールは会場によってカラーが違うので、各スクールで体験を一度受けてもらって、自分に合う会場を選んでもらっています。

田代：男女比もいいし、厳しさもありながら楽しそうに頑張っているなあと気になっていました。やっぱりコーチが一生懸命だと、子どもたちも一生懸命になるのだと思います。笑顔の中にも真剣な眼差しが見えます。私たちは楽しさしかないスクールなので、言い方が悪いけど緩い。そういうところをしっかりされているなと思って見ていました。

上田：うちは部活をやっている子を対象とするので、目標とするのは部活でどういう結果を出したいかです。中学生くらいになると先輩の大会を見て、自分がどうなりたいか、そうなるためには今の練習で大丈夫か、そういうことを子どもたちに問いかけています。千葉ジェッツさんは、バスケ以外のスクールも展開していますよね。始めたきっかけはどういうことですか？

田代：バスケットスクールにくる子たちは、運動ができる子が多いと感じています。そんな中、バスケが楽しくて仕方ないけど、全然シュートが届かないという子がいました。それを見たときに、バスケができないと、運動もできないというレッテルを貼られている子が多いだろうと感じました。その子たちに運動を好きになってもらいたいと思ったのがきっかけです。運動が嫌いとか、走るのが遅くて、という子たちが活躍できるスクールを作りかったというのがあります。それでライセンスをとって、バルシューレというドイツのプログラムを取り入れました。バスケットボールに限らず、いろいろなボールに触れるスクールで、楽しさに夢中になるというところが私たちの理念と一致しています。

上田：楽しさに夢中になるのはいいですね。運動が楽しくなってくれることで、スポーツをする人口が増えます。人生の中で、選択肢が一つ減るのと一つ増えるのでは全然違うし、選択肢が一つ増えると、生活に潤いが出ると思います。

田代：それも、私たちがそれを本業にしているからできるわけで、感謝しなければいけません。本業だからやらなければいけない使命がある。競技を越えてコラボがあってもいいと思っています。バレー、ボール、サッカーを1時間ずつ、3時間でパッケージとか。

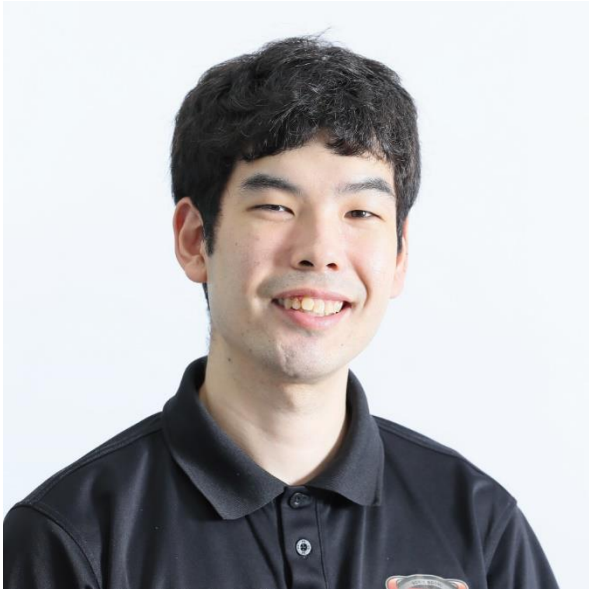
上田：近くの小学生対象で、いろんな競技が楽しめるものがあったら楽しいですね。

田代：コロナ禍が落ち着いたらぜひやってみたいですね。

この日、千葉ZELVAの練習で使っているグッズで気になるものがあると、取材後も熱心に質問をしていた田代さん。早速千葉ジェッツのスクールにも導入したようです。この対談をきっかけに、今後の交流が実現するかもしれませんね。

プロフィール

田代　将也（たしろ　まさや）（千葉ジェッツふなばし）



所属／千葉ジェッツふなばしパートナー本部
　　アカデミー部　部長
出身地／八千代市
資格／JBA公認B級コーチ・バルシューレC級コーチ・JBA公認C級審判・コーチディベロッパー
出身校／市立船橋高校、玉川大学
市立船橋高校の時キャプテンとして全国大会出場、WC感動大賞8位

上田　日登（うえだ　ひでと）（千葉ZELVA）

所属／千葉ZELVA監督兼チーム統括
出身地／千葉県千葉市
資格／日本体育協会 公認スポーツ指導員公認コーチ
出身校／敬愛学園、日本体育大学
監督やスクールコーチのほか、学校へのクリニックなどバレーボールの普及に努める

取材・文／元盛恵（まいぷれ）

わくわく ぢくぢく 京葉線
KEIYO BAYSIDE LINE PROJECT

KEIYO TEAM6 クロストーク

アプリ「京葉線プラス」では、過去の対談記事も配信しております。
過去の対談記事は下記URLよりご覧いただけます。
https://www.jreast.co.jp/chiba/keiyo-team6/talk/menu.html