



## アスリートに聞く! ~スポーツとカラダづくり~

# 一瞬の技を仲間とつなぐ奥深さ。 だからバレーボールはやめられない!

プロバレーボール選手 千葉セルバ

よしおか よしのり  
吉岡佳徳さん

私たちの地元・千葉県にプロのバレーボールチームがあることをご存じですか? その名は「千葉セルバ」。平成24年に結成され、昨年は全日本実業団選抜優勝大会にて日本の座に輝きました。このチームのセッターとして司令塔役を努める吉岡佳徳さんにバレーボールへの思いと、チームの強さの秘訣を伺いました。



**ポッチャリ男子からプロのバレーボール選手へ**  
実は小学校4年生頃まではすごく太っていて、鈍足な子だったんです。小学校2年でサッカーを始めた時には、親は監督から「この子はサッカーをやるような体型じゃない」と言われたそうです(笑)。

高学年になると一気に身長が伸びて自然と痩せ、中学からバレーボールを始めたんですが、練習の厳しさは、今の時代ではあり得ないほど(笑)。

でも、ガッツリ鍛えられたおかげで高校では春の高校バレーに出場し、インターハイでも成績を残すことができました。先のことなんか考えず毎日バレーだけに打ち込み、「本気で生きている!」という実感のある青春時代を過ごせたと思います。

大学時代もバレーは続けたものの、自分の

力に限界を感じて卒業後はバレーを離れて就職。普通に仕事だけしていた時期が1年ほどありました。

しかし、やはりバレーボールが好きで復帰し、平成24年から千葉セルバのコーチ兼選手を続けています。

**セッターは司令塔だから面白い!**

ポジションは、中学3年生からずっとセッターです。

戦術による駆け引きが勝負を決めるバレーで、ゲームの流れを読みながらトスをあげるセッターは、一番頭を使うポジションだと思います。その試合ごとに調子の良い選手も違うので、各選手のコンディションを把握し、その場その場で一番良い選択をしてトスをあげるのが肝心です。



**「瞬間をつないでいくバレーの醍醐味**  
バレーボールは、球技の中で最も難しいスポーツだと思っています。  
バスケットやサッカーはドリブルしながら判断する時間があるけれど、バレーでボールをさわれるのはほんの一瞬。各自がその一瞬だけ



ゴツゴツとたくましい指先かと思いきや、驚くほど綺麗だった吉岡選手の手。

でボールをコントロールし、一つのボールをつないでいくためには非常に高度な連携プレイが必要です。  
同時に、ボールをつなぐ途中で誰かがミスをして、次の誰かがカバーできるところが、バレーというスポーツの深い魅力。だからこそ、バレーでは人のつながりがすごく大切です。  
学生時代の自分はチームメイトに文句を言ったりしていましたが、団体競技ですから、味方同士で責め合ったりしていたら良いチームプレイはできません。人を責めるのをやめて和を求めていくと自分も磨かれ、チームも良くなっていきます。  
バレーをやっていたからこそ出会えた人達とのつながりはとても深いものがあり、バレーを続けてきて良かったと心から思っています。  
**笑顔で勝利をつかむ千葉ゼルバの魅力**  
千葉ゼルバでは、私を含めたほとんどの選手が一般社会人として仕事をもちながら競技を行っています。  
企業チームの選手のように十分な練習時間は持てませんが、その分プレッシャーにしぼられていないため、失敗を恐れず思い切りプレイしているところが、昨年の全国制覇などの好成績につながっていると思います。明るく選手が多く、試合会場ではどのチームよりバレーを楽しみ、笑顔でプレイしているんですよ。  
ダイナミックな攻撃力が持ち味の千葉ゼルバの試合は、バレーの迫力を存分に楽しんでいただけますから、ぜひ一度、会場に足を運び生の試合を味わってみてください！

でボールをコントロールし、一つのボールをつないでいくためには非常に高度な連携プレイが必要です。  
同時に、ボールをつなぐ途中で誰かがミスをして、次の誰かがカバーできるところが、バレーというスポーツの深い魅力。だからこそ、バレーでは人のつながりがすごく大切です。  
学生時代の自分はチームメイトに文句を言ったりしていましたが、団体競技ですから、味方同士で責め合ったりしていたら良いチームプレイはできません。人を責めるのをやめて和を求めていくと自分も磨かれ、チームも良くなっていきます。  
バレーをやっていたからこそ出会えた人達とのつながりはとても深いものがあり、バレーを続けてきて良かったと心から思っています。

でボールをコントロールし、一つのボールをつないでいくためには非常に高度な連携プレイが必要です。  
同時に、ボールをつなぐ途中で誰かがミスをして、次の誰かがカバーできるところが、バレーというスポーツの深い魅力。だからこそ、バレーでは人のつながりがすごく大切です。  
学生時代の自分はチームメイトに文句を言ったりしていましたが、団体競技ですから、味方同士で責め合ったりしていたら良いチームプレイはできません。人を責めるのをやめて和を求めていくと自分も磨かれ、チームも良くなっていきます。  
バレーをやっていたからこそ出会えた人達とのつながりはとても深いものがあり、バレーを続けてきて良かったと心から思っています。

## We are CHIBA ZELVA!! 千葉ゼルバインフォメーション

### ◆大会・イベント予定

6月14日(土) 天皇杯・皇后杯関東実業団代表決定戦

場所：新日鐵君津体育館(千葉県君津市) 男子・女子共に出場

6月14日(土) 千葉県民の日イベント 場所：千葉県文化会館

君津での試合終了後、午後から選手・監督が出演します。

8月2日(土)・3日(日) 全日本実業団優勝大会 場所：大阪府

9月20日(土)・21日(日) 全国6人制社会人選手権 場所：茨城県

### ◆応援しています!「ドリームガールズプロジェクト」

この団体は、カンボジアを中心に途上国支援を行うことを目的として発足されました。特に女性地位向上や女兒支援に力を注いでいます。



カンボジアでバレーボールはサッカーと並び国民的スポーツということもあり、日本のバレーチームとして我々も何かお手伝いできないかの想いから、ユニフォームの左袖にドリームガールズのロゴと、同団体が育成している現地女性デザイナーが描いたピンクの花をつけて戦っております。

デザイン使用権料並びに、ゼルバグッズ売上の5%を寄付という形で同団体の支援を行っております。



### ■千葉ゼルバ

2012年に「千葉県選抜バレーボールチーム」として結成。2013年にチーム名を「千葉ゼルバ(Zelva)」とする。同年8月には全日本実業団選抜優勝大会で優勝。地域のバレーボール教室なども積極的に行いながら、「V2(Vチャレンジリーグ)」昇格を目指す。また2014年5月、女子チームも結成した。

### ■チーム理念

我々千葉ゼルバは、バレーボールをする為だけの組織ではありません。バレーボールを通じて、地域の振興や子供達の笑顔等、『我々がバレーボールを行うことで、一人でも多くの人々に幸せになって頂くための活動を行っているチーム』という理念を持っております。

### 読者プレゼント

ポロシャツ 3名様  
サイン色紙 3名様



女子チーム  
副監督 愛子選手

応募方法は、医師会インフォメーションをご覧ください。