



頂点を目指し「クラブで勝つ」ための土台づくり

HC名古屋 田中俊行

名古屋市を拠点に活動するハンドボールクラブがある。国内トップリーグである日本ハンドボールリーグ女子一部リーグに所属するHC名古屋。今季、前季ともに勝ち星を挙げられない苦しい展開を強いられるも、クラブが目指すのは「日本一になるような強いチームづくり」。地域に根づいたハンドボール教室なども積極的に行いながら、トップアスリートとして勝利という結果を追い続けるHC名古屋を率いる田中俊行氏を取材した。

練習前の確認作業

ウォームアップをする前に、全員で試合時のビデオを確認し、何が機能していなかったのか、改善すべき点はどこか。まずその確認を行い、やるべきことを把握する。足りない箇所を理解して、試合に向けて練習で何をすべきかをそれぞれの頭に刻みつける。より重要だと思われる場所では、何度もビデオを巻き戻し、繰り返し、その映像を選手たちにみせる。

「こうならないために、今日の練習は〇〇を中心とした攻めを徹底的に練習しよう」

クラブを率いるヘッドコーチ・田中俊行氏の声を合図に、1日の練習が始まる。体育館を使える時間も、練習時間も限られている。少ない時間を言い訳にするのではなく、その時間をできる限り有効に使う。練習前のこの時間が、そのための大事な確認作業になる。

企業からクラブへ

HC名古屋として活動するようになったのは、今から4年前の2002年。それまでは、「ブラザー工業ハンドボール部」として、伝統ある企業チームの1つとして活動していた。企業の名を背負ったチームとしての活

動と、クラブという形態での現在。環境面においては、異なることは多くある。

たとえば、試合会場までの移動方法が違う。練習場所のある名古屋市から、試合会場まで遠方であればかつては新幹線や飛行機での移動が主であったのに対して、現在は同じ移動距離でもコスト削減のために、何時間もかけてバスで移動する。試合に限らず、普段の生活もかつては選手たちが同じ寮で寝食をともにし、午後15時からの練習開始までは全員がブラザー工業で働く社員だった。しかし現在クラブに所属する選手たちは、ブラザー工業で働く選手もいれば、中学校の教員、大学生、近隣の老人保健施設で働く選手など、生

活環境もさまざまだ。

勝敗を大きな成果として求めるのであれば、恵まれた移動手段や、寮という場での生活環境が確保されていることで、より競技に専念しやすいと言えるのかもしれない。しかし、田中氏は言う。

「確かに環境面の違いはあり、選手たちにとっても大変なことは多いかもしれませんが。でも「指導」ということを1つ取り上げれば、企業チームだった頃と、クラブである今に違いはありません。目指すものも同じ。かつて今も『日本一を目指す』ということだけです」

まず全体から個人へ

ただ単に「楽しくハンドボールを

■特定非営利活動法人 名古屋スポーツクラブ

活動拠点：愛知県名古屋市
 実施スポーツ：ハンドボール：HC名古屋（トップチーム＝女子、リトルクラス＝小学生、ジュニアユース＝中学生、シニア＝一般）、剣道、バレーボール
 年会費：正会員10,000円、ファミリー会員5,000円、グランド会員10,000円、スーパー会員20,000円、特別会員50,000円 ※会員種別による特典などについては名古屋スポーツクラブ事務局（TEL：052-824-2987、FAX：052-811-3144）まで問い合わせ
 練習日：ハンドボール（トップ＝週5～

6日、リトル・ジュニア・シニア＝年30回のスクール開催、週1～2回）、剣道（毎週火・土）、バレーボール（毎週月・金）
 スタッフ（HC名古屋）：会長・横井利明、GM・稲石三二、ヘッドコーチ・田中俊行、トレーナー・浦辺幸夫、隅田祥子
 クラブの指導方針：底辺からトップまで“チーム力”での応援される、強いチームの育成
 URL：http://www.jhl.handball.jp/jhl28/teams/hc_nagoya.htm

しよう」というのではなく、あくまで「勝つことのできるクラブづくり」を目指している。

9月から3月に及ぶ長いリーグ期、12月には全日本選手権もある。試合期の練習は次の試合に向けた戦術確認など、できることは限られてくる。そのため、シーズンに入る前の鍛錬期にあたる4月から8月までがチームづくりの基礎を担う大切な期間となる。

3月のオフを挟み、4月からの本格始動を前にまずチームスローガンを提示する。そこからオフェンスやディフェンスの成功値やゴールキーパーの阻止率、ミス率など細かい数字で試合での目標値を設定する。さらに「チーム戦術」、「心&考」、「技」、「身体」、「風土」と5つの項目ごとにテーマ、取り組む項目、キーワードを明確に示し(表1参照)、チームが何を指すのかということを見ずはつきりさせる。そこから、練習の冒頭風景でもみられるように、個人が何をすべきかといった課題について触れていく。

一見遠回りのように思えるが、全体のテーマ→個人の役割確認という



練習の合間に選手たちに戦術確認を行うヘッドコーチの田中氏

流れを重んじるのには、こんな理由がある。

女子選手に対する指導の工夫点

男性である田中氏からとって、女子選手、しかも団体競技の選手に対する指導は「なかなか難しいな、と思うことは確かにある」と言う。そこで選手と接する際に、田中氏が最も気をつけているというのが「全員を認めてあげること。全体としてチームをみるのではなく、1人1人があって、チームがあるということ。微妙な違いなのですが、個々を『認める』ということが、女子選手には

とくに必要なのではないかと感じています」。

田中氏曰く「女子選手と接していて、一番強く感じるのは『このチームにとって、私はどうなの? 何をすべきなの?』という考えが強いということです。私と選手に限らず、選手同士においても『私に対してあなたはどのなの?』という感覚が強くあるように思えます」。

だからこそ、日々の声かけが大切なのだと言う。「言わなくてもそれくらいわかるだろう」ではなく、「言葉や態度にすることで、関心があること、気にしていることをいちいち

表1 強化に向けたテーマ、取り組む項目

	テーマ	取り組む項目	キーワード
チーム戦術	コンセプトを明確にしたリズムある攻防	①アクセントとダイナミックさを重視したOFの確立 ②コンパクトにコンタクトをするDFの徹底 ③“くさび”をキーワードに、素早いフォワードの強化 ④ダイナミックなセービングの向上	チェンジオブペース コンパクト・コンタクト ルックフォワード スライド
心&考	勝ちにこだわるスピリットの醸成	①コミュニケーションスキルの強化 ②ハードな体力、技術トレーニングで壁を打ち破る ③実践的な攻防練習で、勝ちにこだわる精神を身につける ④ビデオを活用したコンセプトスキルの向上	プレーのリーダーシップ ワンステップ ゴアヘッド スピリット コンセプト
技	道具としての技術の獲得	①OFの基礎技術の強化 ②DFの基礎技術の強化 ③コンビネーションプレーの確立	マッチアップの強さ マッチアップの強さ 意思のくみとりと連動
身体	連戦を戦い抜くフィットネス	①個々のコンディショニングへの取り組み ②技術を支えるものとしての筋力、持久力の向上 ③的確な判断をするための、ゲーム体力の育成	コンディショニング ハイパーフィットネス ゲームフィットネス
風土	第2ステージへ入った意識づくり	①積極的な自己変革をする勇気を持つ ②目標のあるチームのメンバーシップの確立 ③アスリートとして、明確な軸づくりを行う	インカレッジ セブンシップス ライフスタイルの確立



①



②

まず映像を使ってこの日の練習で取り組むべき課題について認識し(写真①)、ボールを使ってのウォームアップを行い(写真②)

練習中も途中で選手たちの意思確認に努める(写真③、④)



③



④

伝える」。プレーにおいても感情の変化がパフォーマンスにつながりやすい傾向があるという女子選手。「あの人にはきっとこんなことを言っていた」と誤解を招かせないためにも、選手と1対1で話をする際には必ずキャプテンも同席させ、話をする空間や内容をクリアにする。さらに1人1人の存在価値を見出させるために、さまざまな面で「役割制」を導入し、それぞれに責任を与える。そんな工夫が成されているようだ。

選手に対する意識改革

しかし、あくまで「チーム力強化」という点にのみ焦点をあてると、なかなか難しいというのが現状である。先述のように、それぞれの生活があるため活動時間が限られる。「本来であればこの練習がしたいと思っても、全員揃わなければ難しいこともある。“量”より“質”とは思いますが、その質を高めるために、質を変えていくためにはまずある程度の量をカバーしなければならない。矛盾しているようですが、そのあた

りがなかなかうまくいかない要因なのかもしれませんね。

練習内容を変化させていくために、まず選手たちに対する意識改革を図る。企業チームであれば、ハンドボールをすることが仕事であるため、1日の大半がハンドボールのために費やすことができるため、自然と競技に対する意識も高まっていきやすい。では、クラブチームの場合それは当てはまらないのだろうか。

「クラブと企業という違いはあっても、彼女たちのなかで『私たちはハンドボールの選手だ』という確固とした軸があれば、たとえ練習時間は2時間だったとしても、それ以外の22時間もその2時間をより有意義なものにしていこうと思うはず。トップアスリートであるという自覚と意識を持つことができればきっとカバーしていけるのではないかと思います」

それぞれの「役割制」は練習時だけではない。練習場所であるブラザー工業体育館で開催されたHC名古屋のホームゲームでは、「販売係

の選手がオリジナルグッズを売る役となり、それぞれの職場から、学校で指導を受ける子どもたち、さらには老人施設のお年寄りたちもこぞって彼女たちの応援に駆けつけた。

「企業チームとして活動していた頃と比べて集客数がグンと増えた。たくさんの人がみてる喜びと誇りを感じながらプレーできる選手、クラブになってほしい」

ホームゲームを振り返り、そしてこれからは見据え田中氏は笑みを浮かべた。

「何で？」を解消する

17人の選手たちに対して、指導にあたるのは田中氏1人である。そこで練習開始前のビデオをみながらの説明時から、1つ1つのプレーを追いつつ、「ここで〇〇が余っていたな。ということは、こっちにパスをするという選択肢も次から生まれるってことだよな」、「これはうまいプレーだよな」とそのたび口にして、その選手に対して投げかける。選手たちも疑問があればそこで問い

かけ、できる限り「何で？」を解消することを努める。

実技練習に入ってから、その姿勢は変わらない。ゴールキーパーの練習時、シュート練習時、実戦形式での戦術練習時など、その都度気になることがあれば声をかけて練習を止め、そのプレーに関して「なぜその流れになったのか？」を問いかけ、問題点を明確にする。一方的に話すのではなく、選手たち同士で話をさせることにも重きを置き、選手同士が1つ1つのプレーや動きを互いに確認し合う姿がみられる。

「こうした活動形態では、とくに『何で～をしたんだ？』という漠然な問いかけが一番よくない。何で？と言われたって、選手だってわかりません。しかも『何で？』と言われたら、それが悪いことだったと萎縮してしまって、選手は意見が言えなくなる。だから『ここは〇〇だったと思うけど、こっちにパスしてるよな』と肯定も否定もできる形で投げかける。今の若い選手たちは、選択することに慣れて育ってきていますから、なぜそれを選んだかという理由を選手本人に話させなければなら

ないと考えています」

とくに女子選手同士の場合、なかなかお互いの意見を率直に言い合うことができない。「アイデアは持っている。でもそれを自分のなかでまとめて、人に伝えるまでいかない。いくつもあるアイデアを突き詰めることが怖いのかもかもしれませんね」。

アイデアが多数出されることは悪いことではなく、喜ばしいことである。しかし、そのなかから「コレ」を選択して果していいのか。そこで立ち止まり、突き詰めることを辞めてしまう。逆に「コレをやっぺいこう」と先に「何か」を掲示していけば、そこに向かってひたすら進むことはできる。しかしそのなかでは、なかなかアイデアが出されない。田中氏は言う。「とても矛盾していることですが、これをどうやって解消していくか。それが今後の課題です」。

目指すのは「エディさん」

大学を卒業してから、約8カ月間のコーチ期間を経て、卒業後わずか1年で監督に就任した。ヘッドコーチとして指揮を執るようになった頃を振り返り「何をしたらいいのか、

さっぱりわからなかった」と苦笑いを見せ、戸惑いながら指導者として歩んできた自身の姿と、クラブという新しい形態での挑戦を続ける選手たちの姿を重ねる。

「遠すぎず、近すぎず、お互い成長していける関係が望ましい」

自身の指導方針は何か？ という問いに対して、しばらく考えた後、「指導方針というのかどうかはわからないけれど……」という前置きの後、こう答えた。

「指導者として目指しているのは、ボクシングのトレーナーだったエディ・タウンゼント。まず選手に対してリスペクトから入る、あんな指導者になりたいですね」

クラブとしての課題は多くある。勝つためのチームになるためにすべきこと、地域に密着した愛されるチームであるために取り組まなければならないこと、さらには次世代へつなげる、未来あるクラブづくり。強い軸と、それを支える土台を固め、来季へ向けて、さらには未来へ向けて強い根と、折れない幹が根づき、育っていくはずだ。

(取材・文/田中夕子)

■キャプテン・水野由加里選手が語る「HC名古屋」

今季からキャプテンに任命されて不安もありましたが、私自身も自分らしく、チームもそれぞれみんなが自分らしいプレーができるチームに生まれたいなと思ってここまで戦ってきました。

まずは結果を残したいという思いも強かったのですが、実際ここまで勝つことができないうままに情けない気持ちもあるし、悔しさもあります。リーグ前半は他のチームと同じ土俵に立つことすらできていない感じだったのですが、後半になってようやく気持ちを切り替えてまとまって頑張っていくことができたように思えます。この経験から学んだことを来季こそ、活かしていかなければならないと思います。

実業団チームと違って、みんなが同じ場所で生活しているわけでもなく仕事もそれ

ぞれ違います。そういった環境で、いざコートで気持ちを1つに、チームが1つになるというのはなかなか難しい面もあるのですが、少ない練習時間のなかでいかにその内容を濃くすることができるか、選手各々が思っていることを言い合える環境をつくることができるか、しかもその意見にきちんと耳を傾けることができるかどうか。大事な場面での集中力を高めるためにも、それらのことが今後の課題ではないかと考えています。

キャプテンになる前は、正直ここまでできていなかった部分もあり(笑)、申し訳なかったなと思うのですが、どれだけ難しいことや困難なことがあってもやはり私たちは「勝ち」にこだわっていきたい。どんな相手であれ、どんな試合であれ、あくま



で勝ちにいきたいと思います。

そのうえで、私たちの試合を観に来てくれた人たちに「楽しかった」、「感動した」と思ってもらえるような試合をしたい。監督もいろいろと大変だろうと思うのですが(笑)、これからまた頑張っていきたい。クラブという形でも十分戦うことができるのだということを示していくことが目標です。