

# Voice of Handball

久保 弘毅

PROFILE 1971年生まれ。アナウンサー時代にハンドボール中継に携わり、8年連続でブレーオフ男子決勝を実況。その後フリーのスポーツライターとなり、ハンドボールやアマチュア野球などの取材を続けている。

Vol.168



## 世界と戦えた手応え ～熊本世界選手権での収穫と課題～

### 躍進したおりひめ

自國開催のアドバンテージで、組み合わせにはかなり恵まれた。今回11位以下に沈んだフランス（13位）、韓国（11位）を上回る力量があったとは言えない。だがメインラウンドの3戦では、ヨーロッパ勢と戦えることを証明できた。モンテネグロと今大会準優勝のスペインに最後まで食らいついた。世界的な大工スのネアグが欠場していたとはいえる。マニニアには圧勝した。メインラウンドでバフォーマンスを持続できたのは大きな成長。選手層の厚みが増した証拠である。

強化のターゲットにしていた2019年熊本世界選手権での、おりひめジャバ

日本・熊本で開催された第24回世界女子選手権。おりひめジャパンは主力をケガで欠きながら、大舞台でしか得られない収穫と課題を得た。



佐々木は多彩なシュートで、日本のトップスコアラーに

ンの収穫と課題を今一度整理しておきた  
い。

## 世界に通じるシュート

守りの要で、攻撃では左バツクを担つ  
原が倒れ、直前のジャパンカップでは不  
穏な空気が流れていた。DFは塙田沙代  
(北國銀行)がいるからなんとなる。  
問題はセット〇F。佐々木春乃(北國)  
をスタメンに繰り上げたら、思いのほか  
国)は技があるが、サイズ不足で長時間  
は使いにくい。左バツクの穴をどう埋め  
るかが、最大の課題だった。

ところがふたを開けてみると、試合を

重ねることに佐々木が成長し、大会終盤  
には押しも押されぬ「日本のエース」に  
育っていた。こういう世代交代は、過去  
の歴史にある。2008年3月の世界  
最終予選で、当時の左腕エース・早船愛  
子(元三重ほか)が大会中に大ケガを負  
った。そこで代わりに入った藤井紫緒  
(大阪ラヴィッツ)がチャンスをつか  
み、日本歴代最高の左腕に成長してい  
る。藤井同様、佐々木も世界の大舞台で  
ブレイクするきっかけをつかんだ。

活躍するヒントはジャパンカップでつ  
かんだ、と佐々木は言う。

「国内では腕を真上から振っていたん  
ですけど、海外の大きい選手が相手だと  
思つよう口ロングが決まりません。悩ん  
でいた時に、アンテックから『DFが枝  
を上げている横から打つように』言われ  
ました。DFの陰に隠れて打つジャンプ  
シュートの感覚をジャパンカップでつか  
んで、世界選手権でも実践できました」

アンテックとはアントニ・バレツキGK  
Kコーチのこと。『スマート男子の名G  
K二クラス・ランティンの師匠』もある  
バレツキGKコーチは、GKだけでなく  
シューターの指導にも長けている。日本  
の男子では元木博紀(大崎電気)を高確  
率のサイドシューターに育てた。女子で  
もサイド陣だけでなく、バツクプレーヤー  
にも的確なアドバイスを送っている。

バレツキGKコーチは大会後、選手の  
シュートについてこう評していた。

「田邊(タ貴、北國)はGKのタイプ



藤田はバレツキGKコーチのアドバイスで、調子を取り戻した

報共有ができるのは、私たちの強みだと  
思います。モンテネグロのGKは大柄で  
伸び上がって、遠めにかぶせてくる。手  
が下がらない。そういう特徴があったの  
で、角度を取って近めや腰横まで狙つのが  
共通認識でした。後半に止められてしま  
ったのは、伸びた遠めに当ててしまった  
ので、そういう時こそ腰横まで見られた  
らよかったです」

決めて外しても根拠があれば、次に  
つながる。

藤田と右サイドのポジションを争う秋  
山なつみ(北國)は、ベンチではいつも  
バレツキGKコーチのとなりに座る。

「アンテックはGK目線で『ここは打  
たれたら嫌だよ』とか『ここはダメ』と  
かを伝えてくれます。ハンドボールの会  
話なので、身振り手振りで理解できま  
す。欲が出たら、自分から聞きに行くこ  
ともありますね。通訳の(藤田)愛さん  
を頼りながらになりますけど」

人懐っこい秋山に、バレツキGKコー  
チはベンチでもていねいに教えている。  
サイドシュートだけに限らず、バツクブ  
レーヤーのシュートの駆け引きについて  
も解説してくれるという。

19年度から、通訳の藤田愛をベンチか  
ら外して、バレツキGKコーチをベンチ  
に座らせる試みが、実戦でも活きてき  
た。もちろんハーフタイムなどには通訳  
の力を借りて、キルケリー監督の指示を  
徹底させる。試合中は簡単な英語と身振  
り手振りで、情報共有ができる。懸案の

「アンテックの的確なアドバイスを情  
Kの特徴を把握していた。

シュート率が改善されたのは、優秀なGKコーチによってシュート技術が改善されただけでなく、選手の「コーチャビリティ（コーチングを受ける能力）」が上がったからとも言える。

話を佐々木に戻すと、腕の位置を変えただけでなく、シュートのタイミングも工夫していた。

「3歩使わずに打つことを心掛けました。相手がべた下がりしていたから、ランニングシュートを打つタイミングもありました。シュートのタイミングが合わない時には、トレーナーの高野内（俊也）さんにキレを出すトレーニングをしてもらいました。前十字じん帯をケガして



パレツキGKコーチのとなりでシュートの解説に耳を傾ける秋山

「あの時はDFに手が当たってしまったんですよ。待つてボールをもらってしまふたから、動きながらボールをもらえばよかつたですね。DFの枝に手が当たって、しゃくり切れなかつたから、正面に打つちやつた、ぐらいの感じです。あとで映像を見て『周りから見たら、こんな感じだつたんだ』と思つた程度です」

見ている側ほどショックはなかつたようだ。実際、1次リーグが終わつたあたりから佐々木は調子を上げ、日本のトップスコアラーになつてゐる。

新たなエースが台頭し、両サイドの得点が安定していた。得意なはずだった7人攻撃の精度には課題が残つたが、日本の人得点力は確実に向上升している。

## 飛ばしバスの精度

9月末に横嶋彩（北國）がケガで倒れ、今大会は大山真奈（北國）がセンタ

「テーブックをコンバクトに」というよりは、自分の力を出せる打点を意識した結果、腕の振りが早くなつた。

デンマーク戦では、GKイデーンにミドルを片手でキャッチされ、直接ゴールにされてしまつたが、佐々木にショックはなかつたのだろうか。

「あの時はDFに手が当たつてしまつたんですよ。待つてボールをもらつてしまふたから、動きながらボールをもらえばよかつたですね。DFの枝に手が当たつて、しゃくり切れなかつたから、正面に打つちやつた、ぐらいの感じです。あとで映像を見て『周りから見たら、こんな感じだつたんだ』と思つた程度です」

見ている側ほどショックはなかつたようだ。実際、1次リーグが終わつたあたりから佐々木は調子を上げ、日本のトップスコアラーになつてゐる。

新たなエースが台頭し、両サイドの得点が安定していた。得意なはずだった7人攻撃の精度には課題が残つたが、日本

のタイミングが大きいつもりで、投げる時に枝が気になります。2枚目も大きいのが一番の課題です」と、素直に認めた。

「まず3枚目が大きいので、投げる時は、1枚目のDFに駆け引きされて、アウェーの展開がなくなつて、みんながインに集まつてしまつた時。今回の世界選手権でも、もっとアウト側での2対1を増やせばよかつたですね」

国際試合の経験が豊富な、ベテランの石立真悠子（三重）にも同じ質問をして

てからは右足の引き上げが甘くて、体幹に力が入らずにシュートが抜けることが多かつたんです。だから腕を振るタイミングを合わせて、リリースで自分の力が出せるようなトレーニングをしてきました」

「テーブックをコンバクトに」というよりは、自分の力を出せる打点を意識した結果、腕の振りが早くなつた。

デンマーク戦では、GKイデーンにミドルを片手でキャッチされ、直接ゴールにされてしまつたが、佐々木にショックはなかつたのだろうか。

「あの時はDFに手が当たつてしまつたんですよ。待つてボールをもらつてしまふたから、動きながらボールをもらえばよかつたですね。DFの枝に手が当たつて、しゃくり切れなかつたから、正面に打つちやつた、ぐらいの感じです。あとで映像を見て『周りから見たら、こんな感じだつたんだ』と思つた程度です」

見ている側ほどショックはなかつたようだ。実際、1次リーグが終わつたあたりから佐々木は調子を上げ、日本のトップスコアラーになつてゐる。

新たなエースが台頭し、両サイドの得点が安定していた。得意なはずだった7人攻撃の精度には課題が残つたが、日本

のタイミングが大きいつもりで、投げる時に枝が気になります。2枚目も大きいのが一番の課題です」と、素直に認めた。

「まずは事前の分析ですね。モンテネグロDFがクロスマタックを多用していくので、飛ばしバスが効果的」との意味統一があつたにもかかわらず、コート上で表現し切れなかつた。

大山に飛ばしバスのことを聞くと「それが一番の課題です」と、素直に認めた。

「まず3枚目が大きいので、投げる時は、1枚目のDFに駆け引きできないよう

にしようと考えています。苦労する時

は、1枚目のDFに駆け引きされて、アウェーの展開がなくなつて、みんながインに集まつてしまつた時。今回の世界選手権でも、もっとアウト側での2対1を増やせばよかつたですね」

石立は早めのバス出しで先手を打つ。

「自分が迷つと相手に駆け引きされて



得意の飛ばしバスを国際大会でも通せるようになれば、大山は本物の司令塔になれる



世界での駆け引きを知る石立は、日本で最も頼りになる1人

しまつので、相手が来てるなと思つたら早めに飛ばしバスを出します。国内とはタイミングが違いますね。逆に国内だとカットされます。高校生と練習試合をしたら、一枚目DFが寄つたりしないから、「ここは来るだろ」と思つて飛ばしバスを出しても、余裕でカットされてしまいます」

駆け引きのある相手用の技も、駆け引きを知らない相手にとつては、たんなるチャンスボールとすることが。レベルが違うと、セオリーも違つてくる。

大山は先輩の石立のプレーをこう見ていました。

「石立さんが飛ばしバスを出す時はジ

ヤンブルバスをしているイメージです。早めにバスもしていますね。でも自分は持ち込んで最後に判断したい。その修正

カットされます。高校生と練習試合をしたら、一枚目DFが寄つたりしないから、「ここは来るだろ」と思つて飛ばしバスを出しても、余裕でカットされてしまいます」

駆け引きのある相手用の技も、駆け引きを知らない相手にとつては、たんなるチャンスボールとすることが。レベルが違うと、セオリーも違つてくる。

大山は先輩の石立のプレーをこう見ていました。

「石立さんが飛ばしバスを出す時はジ

ヤンブルバスをしているイメージです。早めにバスもしていますね。でも自分は持ち込んで最後に判断したい。その修正

カットされます。高校生と練習試合をしたら、一枚目DFが寄つたりしないから、「ここは来るだろ」と思つて飛ばしバスを出しても、余裕でカットされてしまいます」

大山の場合、センターに抜擢された最初の大会が世界選手権だった。プレーヤー・オブ・ザ・マッチに何度も選ばれたが、大会中盤まではかなり苦戦していました。それでも最後の2試合は迷いなくプレーできていた。

「スペイン戦とルーマニア戦は冷静に、つねに予測しながらプレーできていたかな。自分が持ちすぎると、相手のふところに入つてしまふので、海外では間合いを取つて、早めに判断するのも大事かなと思いました」

国際大会での飛ばしバスの感覚をつかめば、大山の「美しいハンドボール」が完成する。東京オリンピックまで残された時間は半年ほどだが、ハンドボールのQの高い大山なら克服可能だろう。大山、石立の両方が機能し、突破力のある横嶋が戻れば、センターの選手層が充実する。

## 日程も含めてケガを防ぐ意識を

故障者続出で不安を抱えたままを迎えた熊本世界選手権。組み合わせに恵まれたとはいえ、1次リーグを3位で突破し、メインラウンドからの3戦でチームとしての底力をを見せた。ウルリク・キルケリー監督が多くの選手を代表候補で招集し、層を厚くしてきたおかげで、長丁

場に耐えうる布陣になった。下は大学生の中山佳穂（大体大）から、上は42歳のGK飛田季実子（ソニーセミコンダクタマニュファクチャリング）まで、日本の総力をあげて戦う姿勢を、自國開催の世界選手権で示せた。

今後の課題はケガ人をいかにして防ぐか。長年日本の女子を見てきた高野内俊也トレーナーは、今回の責任を痛感している。

「代表は基本三勤一休で、休みは日本リーグの各チームより多めに設定しています。ウルリクは二部練をやる時に、ハンドボールを2コマ続けることはありません。ハンドボールとウェイト、ハンドボールとファンクショナルトレーニングといったように、ハンドボールをやり過ぎないように組んでいます。

でも、選手のエンジンが大きくなつて、予想外のケガが増えたのかもしれません。深追いしなくていいところまで行って、ケガをしたりとか。今後は選手のよさを消さない程度に、深追いをセーブさせることも教えないといけません」

栄養と休養とトレーニングのバランスが整い、日本の選手はひど回り身体が強くなつた。強くなつた身体を使いこなせるように、高野内トレーナーはファンクショナルトレーニングを多く取り入れ、動き作りをしてきた。最善は尽くしてきました。それでもケガは起つり得る。日本選手権では代表組の河田知美（北國）がビザのじん帯を損傷した。これ以上ケガ人



リハビリ中の横嶋(写真手前)の復帰を待つとともに、これ以上のケガを防ぎたい

が増えると、東京オリンピックのメンバーを組むのが難しくなる。

日程にも、もう少し余裕がほしい。12月28日に日本選手権が終わって、年明けの1月4日には日本リーグが始まった。「開幕がもう1週間あとなら、代表組を休ませることもできたのに」といった現場の声もあった。

「タフな日程で、選手は強くなる」との意見もあるが、本番前に壊れてしまつたら元も子もない。鍛錬期を確保する。休養も考慮する。日本のハンドボール界全体で、そういうスケジュールが組めるようにしていかないと、たとえ結果が出せても単発で終わってしまう。