



から未来へ羽ばたけ!

水球部～

夢や希望を抱いて熱心にスポーツに打ち込む姿から、私たちはたくさんの元気や勇気をもらえます。ことしの市長新春座談会は、多くの大会で優秀な成績を収め、日々躍進を続けている秀明英光高等学校の水球部の皆さんをお招きし、水球に打ち込む熱い思いや、今後の目標などについて語り合いました。



座談会参加者

大川慶悟さん (左上)
おおかわけいご
 秀明英光高等学校
 水球部顧問・現水球日本代表 (リオデジャネイロオリンピック出場)

松本天斗さん (右上)
まつもとたかと
 秀明英光高等学校3年
 水球部男子キャプテン

武蔵優希さん (右下)
むさしゆうき
 秀明英光高等学校3年
 水球部女子キャプテン

秀明英光高等学校水球部の近年の主な成績

男子

- 平成28年度
 - ・全国高等学校総合体育大会 準優勝
 - ・第71回国民体育大会 準優勝
- 平成27年度
 - ・第70回国民体育大会 優勝
 - ・第2回全日本ジュニア水球競技選手権大会 優勝
 - ・関東高等学校選抜水球競技大会 優勝

女子

- 平成28年度
 - ・全国JOCジュニア
オリンピックカップ 優勝
- 平成27年度
 - ・全国JOCジュニアオリンピックカップ 優勝
 - ・日本選手権 準優勝



水球とは

市長 まず始めに、水球とはどんなスポーツか、教えてくださいいただけますか。

松本 水球は個人種目の競技とは違い、チームプレーの競技で、水中の格闘技ともいわれ、どのスポーツよりも過酷なスポーツだと思っています。アンダーテクニクといって、「水中での押し合い」「引つ張り合い」などもあり、それも

市長 明けましておめでとうございます。今日は数多くの大会で優勝するなど、全国的に活躍をしている秀明英光高等学校の水球部から、男子キャプテンの松本天斗さん、女子キャプテンの武蔵優希さん、顧問の大川慶悟さんの3人にお越しいただきました。秀明英光高等学校は上尾市にとっても大変うれしいことです。本日はどうぞよろしく申し上げます。

水球部全員 明けましておめでとうございます。よろしく申し上げます。

市長新春
座談会

若い力で上尾 ～秀明英光高等学校

魅力の一つです。日本の選手は、海外の選手に比べると小柄なので、水中での戦いで勝ることが重要になります。

市長 水球はとても激しいスポーツなので、皆さん身長は高いですが、水球で使用するプールの深さはどれくらいですか。

大川 2〜3メートルあります。外国の選手は身長が2メートル近くあるので、かなりの深さが必要です。

市長 水球のチームはどのような人数構成なのですか。

大川 1チーム7人で、そのうちゴールキーパーは1人です。武蔵さんはゴールキーパーを務めています。

武蔵 ゴールキーパーもずっと浮いているので、常に立ち泳ぎをしています。

大川 試合中の約1時間、ずっと泳いだり、体を浮かしたりしているの、本当にきついスポーツです。激しい試合では、1試合で2キロほど痩せてしまう選手もいます。

市長 本日は水球で使用するボールを持ってきてもらいましたが、ボールにはどのような特徴があるのですか。

な特徴があるのですか。

大川 持ってきたのは、女子球で男子球より小さいものです。乾いているとつかみにくいですが、水に濡れるとつかみやすくなります。ゴールキーパー以外の選手は片手でしかつかむことができません。

市長 泳ぎながら、片手でボールをつかみ、シュートを決めるのはとても難しそうですね。



作戦を立て
日々練習を積み重ねる

市長 部活動ではどのような練習をしているのですか。

松本 私たちのチームは、カウンターアタックという技術に磨きをかけるため、日々練習をしています。これは、相手よりも早くディフェンス(守備)からオフENSE(攻撃)に切

り替えて、相手よりも有利な状況で得点を決めることです。例えば、相手のディフェンス2人に対し、オフENSE3人の形を素早く作り出し、パスをつないでシュートを決めます。

市長 私たちは他校と比べて、練習時間は短い方だと思います。時間は短くても「量より質」という練習を心掛けています。

市長 いろいろな作戦を立てる難しいスポーツなんですね。私も野球など、小さいころから多くのスポーツを経験しましたが、スポーツによってルールや魅力が異なり面白いです。また、短い時間の中で集中して練習に取り組む姿勢を持つことは大切だと思います。

松本 他にもセンターフォワード(最前部に位置し攻撃を担当するポジション)を置かず、みんなで泳いで得点を目指すというプレースタイルであるため、戦術に合わせ



た練習をしています。多くのチームでは、センターフォワードにボールを集めて得点を目指しますが、私たちはチーム力で得点を目指しています。

市長 みんなで泳いで得点を目指すということは、泳ぐスピードも必要になるのですか。

松本 泳ぎが速いのは有利ですが、攻撃に移る一瞬のスタートの速さがあれば、相手に勝つことができるので、その瞬間を逃さないことが大事です。「瞬間の戦い」に面白さがあります。



男子キャプテン まつもとたかと 松本天斗さん

「瞬間の戦い」
に面白さがある

武蔵 基礎的な練習としては「巻き足」(立ち泳ぎ)が重要で

す。始めたころは大変でしたが、今は陸上で立っているよりも、水中で巻き足をして浮いている方が楽に感じるくらいになりました。女子は、男子との練習試合にも耐えられるように重しをつけて巻き足の練習をして鍛えています。

市長 女子と男子は一緒に練習しているのですか。

武蔵 はい。男女で同じ練習をしていることが女子が強くなる



なっていることにつながっているとと思います。

市長 素晴らしい成績を取っていると同っていましたが、日々、地道に練習をしている成果なのですね。小さなことを積み重ねていくことの大切さは、スポーツに限らず、私いつも感じているところです。

水球との出会い

市長 水球を始めたきっかけについて、教えていただけますか。

松本 小学3年生の時に、先輩に誘われて始めました。それまでサッカーや野球などのスポーツをしていましたが、水球に出合い、どんだんめり込んでいきました。

武蔵 小学6年生までやってきた競泳をやめ、中学校入学

後は、趣味でスイミングクラブに通っていました。そのクラブの友人に誘われ、中学1年生の冬に始めました。競泳と異なり、チームで取り組む点に魅力を感じました。

大川 もともと競泳をやっていたのですが、高校生になってから、水球に出合い、本格的に始めました。私も、秀明英光高等学校の出身です。泳ぎも必要で、ボールを扱うゲーム性もある水球を好きになりました。

今でも現役で続けており、昨年のリオデジャネイロオリンピックにも出場することができました。

キャプテンとして感じる
チームワークの大切さ

市長 水球部のチームで印象に残る思い出はありますか。

武蔵 平成27年の日本選手権で高校生女子として初めて準優勝を飾ることができました。そのチームの一員になれたことを誇りに思うとともに、

チームワークの大切さを改めて学びました。自分の力が10だとしたら、個人種目の競泳



女子キャプテン むさしゆうき 武蔵優希さん

仲間を思いやる
ことの大切さを伝えたい

では最大でも10の力しか出せません。しかし、水球はチームで戦略を考え、一人一人が持つ10の力を出すことで、チームでは20〜30の力を出せることがあり、それが楽しいです。

市長 メンバー一人一人がチームのために力を合わせて取り組んだことが、結果につながったのですね。またその結果から、チームワークの大切さを学んだということはどうも素晴らしいことです。2人はキャプテンを務めている

そうですが、キャプテンとしてどのようにチームをリードしてききましたか。

武蔵 私には同期の女子部員がおらず、8人の同期の男子部員とのコミュニケーションの取り方に悩んだこともありましたが、キャプテンになってから、体調不良でつらい時期が

ありましたが、その時に勇気づけてくれたのが彼ら8人でした。同期との絆からもチームワークの大切さをつくづく感じました。後輩たちには、「仲間を思いやることの大切さを伝えたい」という思いでキャプテンを務めてきました。

松本 私は、中学でもキャプテンを務めました。が、わが校は日本一を目指しているチームでしたので、メンバー一人一人の様子を気にかけて、チーム力を高めるために日々頑張っていました。

市長 チームで取り組むスポーツでは、一人一人が丸となり、チームのことを考えることが大切ですね。また、キャプテンという経験は貴重で、今後、皆さんの将来にとっても良い影響を与えてくれると思います。

顧問として先輩として

市長 部活動では、顧問の先生の指導が生徒たちの成長にとって大変重要であると思います。大川先生が日頃の指導で心掛けていることは何ですか。

大川 私は、現役の日本代表の水球選手ですが、生徒たちと一緒に水中に入り、同じ目線で指導することを大切にしています。同じ実力同士で練習しても成長に限界があるので、上の実力の選手についていくという気持ちで練習することが、成長につながります。高校生に比べると私は体も大きく重いので、私を相手に練習がこなせれば、全国レベルの大会で勝てると思っています。

市長 大川先生は生徒の皆さんにとって顧問であり、身近な先輩として目指すべき存在でもあるんですね。

上尾市とのつながりを深めて

市長 水球以外にも何か興味のあることや楽しんでいたりとはありますか。

松本 スポーツが大好きなので、休日には友人とサッカーやバスケットボールなどをして体を動かしています。

武蔵 岩手県出身なので、今シーズンはウインタースポーツのスキーやスケートなどを楽しみたいです。今度、市内にある埼玉アイスアリーナにも行ってみたいですね。

市長 上尾市には多くのスポーツ施設があります。また、上尾シティマラソンなどのイベントもあり、「スポーツのま

ち」という一面もありますよ。皆さんは、他に上尾市の好きなイベントや場所がありますか。

松本 夏のあげお花火大会が有名なので、行きたいです。

武蔵 上尾シティマラソンに興味があります。まだ参加したことがないので、ぜひ出場してみたいです。

大川 子どもを上尾丸山公園に連れて行ったことがあります。自由に遊ばせることができ、とても楽しかったので、好きな場所の一つになりました。

市長 上尾市は四季折々のイベントや、緑あふれる公園などの施設が多くありますので、ぜひ出掛けてみてください。そして、上尾市とのつながりを深めていただきたいと思います。

夢とともに輝く未来を

市長 松本さん、武蔵さんの将来の夢は何ですか。私は市職員に夢や目標を持って取り組んでほしいと考えています。

松本 まずは大学に進み、文武両道で水球を続けて、将来

の道を考えていきたいです。

武蔵 私も大学に進学し、勉強も水球も力を入れていきたいです。進学先の大学が、日本学生選手権(インターカレッジ)で優勝したことがないので、4年間のうちに優勝できるように日々努力していきたいです。

市長 夢や希望を持つことはとても大事なことだと思います。将来の夢や希望を持ち、実現に向けてますます活躍してほしいです。

大川 私は小学生のころ、オリンピックに出場したいという夢がありました。実際に、リオデジャネイロオリンピックに出場し、夢がかなえられたので、生徒たちも夢を持ってそれぞれの道で頑張ってくださいね。私は今後も指導を続けながら、生徒たちと一緒に

に、東京オリンピックを目指したいですね。

武蔵 私もオリンピックを目指して練習に励みます。

松本 私も大川先生と一緒に東京オリンピックに出場するのが目標です。

市長 常に具体的な目標を見据え、夢や希望をもち続ける姿勢が大切であると私も思います。ぜひ、若い皆さんには夢を持って未来へ羽ばたいてほしいです。

また、上尾市内の高校で皆さんが水球というスポーツを頑張る姿は、多くの市民の皆さんに勇気や元気を与えてくれます。ぜひ、これからも、将来の夢に向かって日々の練習などを頑張ってください。本日はありがとうございました。
水球部全員 ありがとうございます。

夢や希望を持ち続けてほしい



上尾市長 島村穰

生徒たちと同じ目線で指導することが大切



顧問 おおかわけいご 大川慶悟さん