

バレーボールSVリーグ女子・ヴィクトリーナ姫路所属の渡邊かや選手にインタビュー。小学3年生でバレーボールを始めて以来、努力を惜しまない姿勢で歩を進めてこられた渡邊選手に、バレーボールの魅力や今後の目標を語っていただきました。

# もっと上をめざしたい!

## 小学校の卒業文集に書いた夢は、バレーボール選手になること

小学校ではどのように過ごしていましたか。

小学校の頃から体を動かすことが好きで、活発に過ごしていました。外遊びが好きで、休み時間には友達とドッジボールを楽しんでいました。兄がサッカーをしていたということもあり、サッカーボールを蹴って遊んだりもしました。体育の授業でサッカーをしたときに、サッカー部の子からのパスをもらってシュートできたことは、すごく嬉しい思い出です。

バレーボールを始めたきっかけは何ですか。

保育園の頃、日本代表の試合をテレビで見て「すごくカッコいい」と思ったことが、バレーボールを始めたいと思ったきっかけでした。当時は高橋みゆき選手、竹下佳江選手が活躍していて、技術の高さだけでなく、プレーからは胸に熱いものが伝わってきた。



ヴィクトリーナ姫路

## プロバレーボール選手 わたなべ 渡邊 かやさん

### Profile

世田谷区立船橋小学校、北沢中学校出身。小学3年生からバレーボールを始め、日本大学を卒業後、2020-2021シーズンにヴィクトリーナ姫路に加入。ポジションはアウトサイドヒッターで、得意のレシーブを武器に、攻守両面でチームを支える存在。苦手なこと成長のチャンスと考える前向きな性格で、常に高みをめざして努力を続けている。

ことです。そのため、基礎練習は徹底して行っています。例えば、サーブとサーブレシーブは試合の中でも重要になるので重点的に取り組んでいます。ほかにも、ブロック練習やスパイク練習、3人で行うレシーブ練習(スリーメン)、それから6対6の形式でチームでの複合的な練習もしています。

今後の目標を教えてください。リーグ戦では、レギュラーラウンドでベスト4に入るのが目標です。ファイナルラウンドをホーム(姫路市のヴィクトリーナ・ウイंक体育館)で戦うことができます。ファイナルラウンドは負けたら終わりという大事な試合ですが、それをホームで迎えられるのは大きな意味があります。昨シーズンは4位に届かず、アウェイでファイナルラウンドを戦い、会場の雰囲気や倒されるような厳しさを痛感し、ファンの皆さんの声援によって背中を押してもらった力強さを改めて感じました。その分、今シーズンはベスト4に入り、ホームでファイナルラウンドを迎えるという大きな目標にしています。

攻守の要であり、前衛と後衛の両方で力を発揮できるオールラウンダーであることが強みであり、めざすところでもあります。チームが苦しい場面や流れを変えたいときに起用してもらいたいことも多く、試合展開を外から見て準備を欠かさないようにしています。どんな場面でも出場するかは分かっていても、毎試合の中で、自分ができること、チームに求められることを意識して臨んでいます。

バレーボールの魅力は、一人ではできないところだと思っています。やるべきことが分かっても、調子がでない日もありますが、そんなときに仲間が頑張っている姿を見て「自分も頑張ろう」と思ったり、逆に仲間が苦しんでいるときには声をかけた。そうして助け合いができるのが、バレーボールの良いところです。自分も仲間もお互いに、一人ではここまで頑張れなかったと感じることも多いと思います。また、小学校からバレーを始めてプロとして活動する中で、たくさんの仲間やスタッフの方など様々な人の考え方や人間性に触れてきて、私の人生において大きな学びとなっています。

いろいろなことに挑戦してほしいです。結果がどうであっても、その経験が次につながると思うので、やりたいことやスポーツがあったら、挑戦してみてください。私も自身も中学時代からは常に高いレベルをめざし、さまざまな挑戦を続けてきました。最初は不安もありましたが、レベルの高い環境に身を置くことで「もっと上をめざしたい」という気持ちが生まれ、今につながっていると感じます。楽な環境で一番になるよりも、厳しい環境の中で仲間と切磋琢磨しながら「どうすれば強くなれるか」、「どうすれば強くなれるか」を探っていくほうが、バレーボールだけでなく人としても成長できると感じています。

## 攻守の要 オールラウンダーとして

ヴィクトリーナ姫路に加入してから、どのように練習に励んでいますか。

練習は非常にハードですが、長時間というよりも「質」にこだわって、短い時間で集中して取り組んでいます。リーグ開幕前は個人のスキルアップに力を入れ、開幕後は相手チームへの対策も行います。ただ、どんな相手に対しても「自分たちのバレーを貫く」というチームのスタイルがあり、データーや相手への対策に偏り過ぎないようにも意識しています。それから、プロになってからも強く感じるのは、基本をどれだけ体に入れたか非常に大事であるという

## もっと上をめざしたい!