

優勝の時に見た光景

優勝したことは、とても嬉しく思います。デフバレーボールの監督は15年目になるのですが、今回、宿舎への帰り道に田園都市線の中で、すごく大勢の人たちが手話で会話をしているのを見たんです。優勝はもちろん嬉しいですけど、こういうのがいって改めて思いました。なんだろう、日本での開催で皆さんに応援していただけて、知っていただけて、おまけに優勝という目標が達成できて、とてもよかったですと思いますし、そういう姿という景色が見えたことが個人的には非常に嬉しかったです。



東京大会優勝で見た今

2025年秋、東京で開催となったデフリンピック
女子バレーボール金メダルを獲って勝利を収めたチームの監督
狩野美雪さんにお話を聞きました



世界選手権で感じた壁

2024年に世界選手権で優勝したんですけども、世界の力が本当に自分たちに迫ってきていて、このままではデフリンピックでは優勝できないだろうと、選手には、かなり厳しい要求をしてきました。東京開催のデフリンピックで、皆さんに応援していただくということは、それなりの責任がかかるんだよと選手たちに言い続けて、選手たちがしっかりと受け止めてくれました。勝ち負けは相手があることですが、自分たちの姿を見て、デフスポーツを理解していただき、聴覚障がいの人たちに対して良いイメージを持ってもらおうと、選手・スタッフたちが本当に良く取り組んでくれて、結果、デフリンピック優勝という報告ができたことは、大変嬉しく思います。

準備して臨んだ、ウクライナとの試合

昨年の世界選手権も優勝はしましたが、ウクライナには勝てなくて。選手・スタッフたちも、ウクライナに勝って優勝することが非常に大事だと思っていました。そこで、かなり気合を入れて臨んだのですが、意外にも第1・2セットをあっさり獲れてしまっただけで、第3・4セットは相手の高さやパワーに押されて、選手たちの頭の中が真っ白になっているのが感じ取れました。第4セットの途中から、私は次のセットをずっと考えていて、結局、第5セットは第4セットまでのフォーメーションを全部入れ変えました。結果的に何とか勝ったので良かったんですけど、これで負けていたら、何をやっているんだと言われたらどうなと思います。

私は、デフリンピックは4回目となりますが、東京での開催が決まる前は、ほとんどの人がデフを知らないという状況だったと思います。今回のデフリンピックでも、東京都でも大会1年前の時点で39%の認知度、全国的には、ほとんど認知されていない大会だったんです。ところが、本当に皆さんの観客の皆さんに応援していただいて。実は選手たちは、そのような状況でプレーをしたことがないので、初戦の1セット目は非常に緊張して、いつも通りプレーできませんでした。けれど途中から、選手たちが普段の力を出してくれて、皆さんの応援を力に変えることができました。



私としても、多くの皆様に応援していただいて、見ていただけて本当に嬉しかったです。逆に、うちの選手たちの試合を観戦し、外国選手たちと戦っている姿を見て、どのように皆さんが思われたのかを知りたいんです。うちの選手たちはすごくいい子たちなんです。すごく楽しそう。一生懸命だし、キラキラしている。試合を見てもうえたら絶対に好きになってもうえると自信をもっています。ただ、見てもうえる機会がものすごく少ないので、そこをどう広めていくかってことが、今までずっと課題だったんです。だからそういう意味でも、デフスポーツにはまだまだ伸び代があるんです。企業とかでサポートしますっていうところが出てこないかなあとかね。

ちょっとできないからってやめたりしないでほしい

今の子どもたちは大変だなんて思うんです。ひとつのスポーツに限らず、いくらでもこれから新しいことを知ることや新しい出会いがあるので、今何ができないのか、何ができないかかっていうことにはあまりとらわれすぎない方がいいと思います。私は小学校は水泳とサッカーで、中学校からバレーボールを始めました。三鷹一中のバレーボール部で楽しくやっていたんですが、背が高かったんで3年生の時に東京選抜に入りました。けれど、結局そこで自分を思い知るんです。全国で活躍している選手の中に入れられて、みんながやっている練習の意味も分からないし、スパイクのコンビとか知らないし。高校も強豪校に入ってしまった。最初の頃は箸にも棒にも引かからない感じだったのが今もまだバレーボールをやめています。その時にできなかったっていうことが、将来に直結するっていうわけでもないっていうことは伝えたいと思います。ちょっとできないからって、自信をなくしたり、やめたりしないで。

今回デフリンピックを通して、デフスポーツというものを少しでも皆さんに知っていただけたと思います。これは本当にゴールではなくて、ここからがスタートだと思えます。デフスポーツ、オリパラ以外のカテゴリーのスポーツとかもたくさんあること、障がい者のごと、いろいろなところで、理解が少しでも進めばいいなというふうに思っています。個人的には、三鷹市の皆さんにこんなにも応援いただけましたこと、あらためて、いくつになってもいいことってあるんだなというふうに思っています。

聴覚障がいの選手たちへの指導だから苦労している、と考えたことはありません

「コミュニケーション」の難しさ

デフバレーボールの監督は、2011年10月からなので、15年目になります。前はバレーボールの専門用語がうまく手話で通訳されずに戸惑ったことがありました。今でも選手たちは毎回違うので、選手に分かりやすい言葉だったり、言葉の選び方とか、手話通訳さんが通訳しやすい言葉でなるべく説明をしたりすることは心がけています。ただ、バレーボールのレベルが上がっているんで、どうしても戦術的な難しい話になってしまいます。トルコのデフリンピックで優勝した時から、バレーボールプレイヤーの手話通訳さんをお願いしているので、手話通訳さんに技術的なところを助けられることも多いです。やっぱり始めた頃は、私も初めてで選手たちも初めてだし、お互いに気をつかっこともありました。最近は選手たちが私のことを理解してくれて、選手たちの方が優秀になってきて、私が助けられるっていうことも多々あります。苦労と言っても、聴覚障がいの選手たちだから苦労してるとは考えたことはありません。苦労ではないのですが、おそろしく聞かせる選手だったら必要ないことも、うちの選手たちは聞かえないから伝え方がいいたか、これはわからなかったんだとかいうことはあります。やっぱりボールが動いていると外からの指示は聞けません。アイコンタクトとか手話といっても、結局は動いているボールを見ている限りコミュニケーション取るのはほとんどできません。そのあたりは大変というか、違うのかなと思います。

デフリンピックって？

耳の聞こえないアスリートのためのオリンピック。デフ(Deaf)とは、英語で「耳が聞こえない」という意味で、オリンピックと合わせて「デフリンピック」という名称になっています。

オリンピックと同じように4年に1度、夏季大会と冬季大会がそれぞれ開かれます。ルールはオリンピックとほぼ同じですが、耳の聞こえない人のために様々な工夫がされています。2025年の東京大会は、100周年の記念すべき大会であり、日本では初めての開催でした。

何かに挑戦する子どもたちへ

今の子どもの時代は大変だなんて思うんです。

日々の活動が
発信されています
ぜひご覧ください！

デフバレーボール
日本代表女子チーム
公式 Instagram



狩野 美雪
miyuki kanou

東京都三鷹市生まれ。中学3年生の時にJOC(当時:さわやか杯)のための東京都選抜メンバーに選ばれ、のちに八王子実践高校に進学。現役時代はVリーグで活躍し、北京2008オリンピックに出場。2011年に現役を引退し、同年にデフバレーボール女子日本代表の監督に就任する。デフリンピックではソフィア2013大会で準優勝、サムスン2017大会で世界一に輝く。現在は女子日本代表監督の傍ら、日本バレーボール協会アスリート委員・日本バレーボールオリンピックの会理事を務めている。

2026年度 イベント スケジュール

※日程は、現在の予定ベース
(変更の可能性があります)

7/4 第14回綱引き交流大会



世代を超えて
チームワークで
心をひとつに!

10月 2026みたか スポーツフェスティバル



スポーツの
楽しさを自ら
まるごと体験!

11月 第35回三鷹市民駅伝大会



仲間たちと襷を
繋ぎ、走る、喜び
感動のゴール!

11/29 第209回市民歩こう会



秋の風を感じ
心も身体も
リフレッシュ!

2/14 第27回小学生ソフト バレーボール交流大会



笑顔があふれ
元気いっぱい
勝利をめざせ!

3/7 第210回市民歩こう会



芽吹き季節
歩いて感じる
早春の気配!

その他、市内で開催されるイベント(下記など)において、スポーツ体験コーナーを担当いたします
MISHOP 国際交流フェスティバル、わんぱくスポーツDAY など

※イラストは、AI作画によるイメージです

〔ご報告〕

三鷹市スポーツ推進委員協議会、苔口副会長が、公益社団法人全国スポーツ推進委員連合『令和7年度全国スポーツ推進委員功労者』の荣誉に輝かれました。

全国スポーツ推進委員連合
功労者表彰
苔口 祐子 委員

Congratulations!

〔編集後記〕

この度、SPORTS30では、59号・60号・61号において「デフリンピック」を取り上げてまいりました。先日某新聞で「デフリンピック都内認知度上昇」の記事を目にしました。東京都が実施している都民のスポーツ活動の実態調査で、2024年度に39.0%だったのが、昨年は73.1%まで上昇したそうです。

デフリンピックを「知っている、見たり聞いたりしたことがある」割合が上昇したのだそう。私たちスポーツ推進委員の中でも、昨年、東京などで開催された聴覚障がい者の国際スポーツ大会「デフリンピック」で知ったという方も多と思います。

応援を届ける「サインエール」の紹介など事前のプロモーション活動や過去最多のメダルを獲得した選手の活動が認知度アップにつながったことでしょう。

私たちは、これからもSPORTS30を通して市民の皆さまに情報発信していきたいと思っております。スポーツして身体を動かしましょう。ご参加をお待ちしております。

三鷹市スポーツ推進委員の
活動情報を発信中です!



https://x.com/mitaka_sports30

~ `SPORTS30、は 三鷹市スポーツ推進委員の活動をお知らせする広報紙です ~

SPORTS30 第61号

編集:三鷹市スポーツ推進委員協議会広報委員会 発行日:令和8年3月5日
発行:三鷹市 スポーツと文化部 スポーツ推進課 TEL 0422-29-9863

第26回 小学生 ソフトバレーボール交流大会

~~2月8日 改め~~

3月22日(日) 開催へ!

SUBARU総合スポーツセンター メインアリーナ

市内小学生 全35チームの熱き闘い!

リーダーシップに、フォロワーシップ。 チーム一丸! 全力を尽くそう!

- 大会開催予定日(2月8日)が、衆議院選挙投票日となったため、急遽、直前に大会中止せざるをえない状況となりましたが、三鷹市ソフトバレーボール連盟様のご協力を賜り、代替日・会場を確保することができ、3月22日に順延開催の運びとなりました。大人の事情による順延開催にご理解いただきました参加チーム監督・選手・保護者の皆さま、関係各位に心より感謝申し上げます。



※写真は昨年度の様子です