

アスリートに学ぶ

HEALTH
TRAINING
DREAM

Special Interview

バスケットボール
西宮ストークス

谷 直樹 選手

昨年10月、待望の2020-21シーズンが開幕し、盛り上がりを見せるプロバスケットボール「Bリーグ」。兵庫県西宮市を拠点に活動する西宮ストークスも、B2優勝・B1昇格を目指し奮闘中です。その西宮ストークスでキャプテンを務める谷選手に、バスケットボールの魅力やチームへの思いを伺いました。

選手とファンの近さが魅力

— バスケットボールを始めたきっかけは？

兄と姉がバスケットボールをしていたので、小さい頃から練習について行くうちに自然な流れで始めました。チームに入って本格的に始めたのは小学5年生の頃。高校時代には兵庫県の国体選抜にも選ばれました。

— バスケットボールの面白さや、Bリーグの魅力はどういったところでしょう？

バスケットボールの面白さは、何といっても、次々と得点が入る、試合展開のスピーディーさではないでしょうか？ プロならではの見どころとしては、驚くほど大きな選手が素早い動きを見せるダイナミックさですね。また、Bリーグはファンと選手の距離の近さも魅力。観客席とコートとの物理的な距離だけでなく、他のプロスポーツに比べて選手とファンとのコミュニケーションが密接で、心理的な距離も近いんです。現在は新型コロナウイルス感染拡大防止のため、直接的な交流は難しいのですが、SNSでのコミュニケーションを積極的に行っています。

疲労対策は食事と睡眠

— 普段の生活で、体づくりや健康維持のために心掛けていることや、リフレッシュの方法を教えてください。

最近は、新型コロナウイルス対策で消毒に気をを使うようになったおかげで、季節の変わり目に風邪をひかなくなりました(笑)。基本的には、年齢を重ねて疲労が蓄積されやすくなっているため、栄養と睡眠を重視していますね。痩せやすい体質なので、食事については栄養士のアドバイスを受け、エネルギーやタンパク質、野菜・果物を多くとることを心掛けています。リフレッシュ方法は、家でのん



Profile 谷 直樹(たに・なおき)選手

兵庫県出身。1988年生まれ。193cm、80kg。ポジションはスモール・フォワード。2011年、甲南大学卒業後に西宮ストークス(当時：兵庫ストークス)に入団。2018年からはキャプテンを務めると共に、華麗な3ポイントシュートでゲームを勢いづける名プレーヤーとしても活躍。同年にB2リーグで通算1,000得点を達成。



びりすること！ 休日はバスケットボールのことを忘れて、映画や動画を見ることが一番の気分転換です。

— 逆に、試合で集中力を高めるためにしていることは？

試合当日は開始時間から逆算し、何分前にテーピングをして、その後シューティング練習をして、ロッカールームに戻って心を静める…というように、行動に要する時間と順番をすべて決めています。そうすることで、試合に向かうスイッチが入るんです。

B1 昇格、地域に愛されるクラブへ

— 所属する西宮ストークスはどんなチームですか？

関西出身や関西の大学でプレーしていたなど地元ゆかりの選手が多いです。スーパースターはいませんが、どこからでも点を取り、全員でディフェンスするチーム力が特徴。僕はスモール・フォワードというポジションで、より多くの得点を取ることを求められます。キャプテンとして、選手一人一人とはもちろん、コーチやスタッフとも積極的に話すことを意識していますね。プロチームは選手の入替わりが激しく、短期間でチームをつくり上げる必要があるため、活発なコミュニケーションが重要です。若手の選手とはバスケットボール以外の話もたくさんするなど、話しやすくするためのフォローも欠かせません。

— 2021年の目標や、チームへの思いを教えてください。

2019-20シーズンは、新型コロナウイルスの影響で無観客試

合でも開催されましたが、モチベーションが上がらず、応援の力がいかに大きいかを改めて実感するシーズンとなりました。2020-21シーズンでは、入場制限はありつつもファンの応援の中でプレーすることができ、大きな喜びを感じています。この場を作るために尽力してくださった方々に、本当に感謝しています。このシーズンでB2優勝を果たし、2021年はB1の舞台で戦うことが目標。健康第一でケガなく、自分ができることに全力で取り組んでいきたいです。また、将来的には西宮ストークスをより大きくしたいですね。B1の強豪チームになるのはもちろん、地域の皆さんにもっと愛されるクラブになりたい。そのために地元の学校やスポンサー企業を訪問したり、西宮市内でチラシを配ったりと、地道に活動を行っています。プロのバスケットボールを生で観戦したことがない方も、ぜひ会場に来て楽しんでいただきたいです。

表情豊かな街とともに

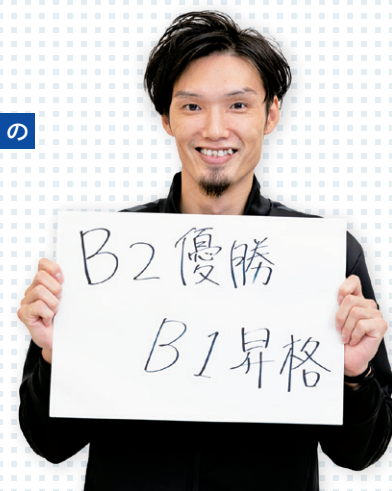
— 兵庫県のご出身ですが、阪急・阪神沿線での思い出はありますか？

大学時代に通学で阪急今津線を利用していました。停車する駅ごとに表情が違うのが面白かったですね。宝塚音楽学校の生徒の独特の雰囲気や、近隣の大学生のにぎやかな様子、競馬場に行く人たちなど…毎日飽きない時間でした。現在は阪神沿線に住んでいるのですが、道行く阪神タイガースファンの様子でその日の勝敗がなんとなくわかるのが楽しいです(笑)。

(取材は2020年10月に実施)



谷 選手 の
今 シーズン の
目標 は



2020-21シーズンのスローガンは「協創!」 西宮ストークス

チーム名を公募した際に、兵庫県の県鳥・コウノトリ(英名:ストーク)にちなんだ名前が非常に多かったことから、「西宮ストークス」と名付けられました。絶滅の危機に瀕(ひん)していたコウノトリを救うべく、県と地域が協力しあって地道な保護活動が続けた結果、100羽を超えるコウノトリが兵庫県から巣立っていったことから、同クラブも地域の人々と一緒に発展していきたいという思いを込めたのだとか。2020-21シーズンはB2優勝・B1昇格に向け、西宮市立中央体育館をホームアリーナにエキサイティングな試合を展開中。熱気あふれる試合を、ぜひ会場で!

【西宮ストークス 今後の試合予定】

● 1月27日(水)
対 ファイティングイーグルス名古屋

● 1月30日(土)・31日(日)
対 香川ファイブアローズ

【会場】西宮市立中央体育館

※阪急西宮北口駅から阪急バスのりかえまたは阪神西宮駅から阪神バスのりかえ市民運動場前下車すぐ

【チケット購入方法など詳しくは】

西宮ストークスホームページ

<https://www.storks.jp/>