

祝 香川銀行 GiraSol kagawa 県勢初優勝！

亀井監督のコーチング術



2024 年 12 月に開催された第 76 回日本ハンドボール選手権（女子）で香川県勢初優勝を成し遂げた香川銀行 GiraSol kagawa。その栄誉に導いた亀井監督に指導哲学や方法などについてお聞きしました！

周囲から反対されました笑

ー指導者を目指したきっかけは何ですか？

亀井 小学 3 年生の頃に指導を受けた体育の先生に憧れ高校の体育教師となりました。教師生活の中で生徒と共に全力で 1 つのチームを作りあげる部活動に魅力を感じ、どんどんとのめり込んでいったように思います。

その後 40 歳をむかえた時に、どのような姿になるか、可能性を無限に秘めた実業団チームに大きなやりがいを感じ、教師生活から香川銀行への転職を決めました。（当時は、周囲から反対されました笑）

ーこれまでの指導経験で最も印象に残っている出来事は？

亀井 チームが日本リーグに参入するという意思を伝えられた時です。当時日本リーグへの参入が相次ぎ、リーグに所属していない香川銀行は選手勧誘を含め苦しい時期でした。そんな中、半ば諦めていた日本リーグへの参入の道が開け、驚いて言葉もありませんでした。

ーどんな指導者を目指していますか？

亀井 実業団チームとしてスポーツ活動をしているので、地域の子どもや応援してくれる人に元気

や勇気、希望を与えられる存在となることを目指しています。

選手自身に考えさせること

ー指導哲学は何ですか？

亀井 苦しい時に頑張れる人、地道な努力を継続できる人を育てていくことが、元気や勇気、希望を与えられる存在となることにつながると考えています。

ーどのような指導方法を重視していますか？具体的な例を挙げていただけると若い指導者の方の参考になります。

亀井 年齢、経験に関係なく、各個人の考え・気持ちを伝え合えるように心がけており、選手同士のミーティングも盛んに行われています。ひと昔前のスポーツの良さ（上下関係、上位下達等）を重要視するのではなく、ひとりひとりに考えさせることを意識しています。練習では、私の考えを伝えることより先に「なぜ、そのプレーを選択したか」「次のプレーを予測していたか」など選手の考えていたことを聞くようにしています。公式試合のベンチ入りのメンバーも選手全員が投票して、その結果も参考にしながら決定しています。

ー指導において最も大切にしていることは？

亀井 「選手自身に考えさせること」を大切にしています。

ーアスリートのモチベーション維持のために、どのような工夫をしていますか？

亀井 手の届く課題を与えて、成長を実感させることがモチベーション維持のひとつだと思います。また、プレー以外の面でも、チーム内外での事など色々情報共有し、考えることで当事者意識を持たせるようにしています。また、全員に何かの役割を与えることで、自分がチームの役に立っている



と実感させるようにしています。

ー勝負にこだわることと、成長を促すことのバランスをどのように考えていますか？

亀井 成長させながら勝つことを意識していますが、「勝つ」ことは応援してくれる人にとっても、選手個人やチームにとっても成長を促すものだと感じているので、勝負にこだわることを優先しています。



オリンピック選手を輩出したい

ー才能の見極め方、伸ばし方は？

亀井 基本的に限界を指導者及び選手がつくらないこと、各選手にはそれぞれ固有の才能があり、それが各個人の特徴となっています。それを伸ばしつつ、適材適所をいかしチームとして作り上げていくことが重要だと感じています。

ースランプに陥った選手への対応は？

亀井 一緒に食事に行くなど、選手同志でサポートができるチームだと思っています。スランプは選手として一つ階段をあがるハードルと認識させることが重要だと考えています。

ー選手の自主性を育てるために、どのようなことを意識していますか？

亀井 自ら考えさせること、主体性や当事者意識を持たせることを意識しています。

ー今後の育成目標、目指すところは？

亀井 子ども達から目標にされるような選手、多くの方々に応援される選手を育て、その先にオリンピック選手を輩出できれば、地域が盛り上がると思います。最終的に目指すところは、スポーツ（ハンドボール）で地域が活性化され、多くの人々の生活が豊かになることです。

スポーツは、人々に熱狂や感動をもたらす

ー香川のスポーツ界について、どのような課題を感じていますか？

亀井 官民一体となって、様々な成功事例を参考にしながら、全員で知恵を出しあう。スポーツを「地域を盛り上げるコンテンツ」として、県独自の活用方法を見出すことが必要だと思います。

香川県は人口 91 万人（2025 年）と平成 11 年の 103 万人をピークに年々減少が続いていますが、あなぶきアリーナ香川（県立アリーナ）も完成し、香川県が「にぎわい」を取り戻すきっかけになると思います。スポーツが「にぎわい」づくりにどのように関わっていけばよいのか、そのあたりも課題として感じています。

ー今後のスポーツ界はどうあるべきだと？

亀井 スポーツは、人々に熱狂や感動をもたらす。健康問題、医療費問題、経済効果など様々な社会問題も改善させ、生活を豊かにする力があると思っています。スポーツに関わる人（スポーツを「する」、「見る」、「支える」）を増やす活動をスポーツ界全体でおこなっていくことが重要だと感じます。

ー若い世代のアスリート、指導者に向けてメッセージをお願いします。

亀井 人生一度きりです。自分のやりたいことを見出し、チャレンジ精神を持って創意工夫しながら地道なことを積み重ねることが人生を豊かに過ごすことにつながると思います。



亀井好弘（かめいよしひろ）監督

東かがわ市出身。三本松高校、高知大学卒業後、高校体育教員に。1994 年、香川中央高校男子ハンドボール部を全国選抜大会、インターハイで全国優勝に導く。2005 年から香川銀行女子ハンドボール部（現：香川銀行 GiraSol kagawa）監督。U-18、U-20 女子日本代表監督も歴任。