



アスリートに聞く! ~スポーツとカラダづくり~

人生を劇的に彩ってくれた バイクの魅力伝えたい

元世界グランプリライダー
なかのしんや
中野真矢さん

最高時速300キロ超。
異次元のスピードでバイクを操り、
激しいバトルを繰り広げるレースの世界。
なぜそこに向かい、どうやって勝利してきたのか?
元世界グランプリライダーの中野真矢さんにお話を伺いました。



ポケバイが家族をチームに

オートバイと出会ったのは、父親にポケバイ「ポケットバイク」の略称「専用サーキットに連れていってもらった5歳の時。自分も乗りた」と言ったら「これは自分でちゃんと操作しないと、人にケガをさせて大変なことになるんだぞ」と言われ、怖くなって泣いたのを覚えています(笑)。

でもポケバイが欲しくて、数日経ってやっぱり自分もやると言い出すと、父親が畳に1万円札を12枚並べ、「ポケバイはこんなに高価なんだから真剣にやりなさい」と言ったことが強烈に印象に残っています。

それからは、父親がメカニックとなって練習に連れて行ってくれるようになり、いい加減にやっていると厳しく怒られました。母親は、弁当づくりや雑用全般を引き受けながら励まし



慰めてくれて、モータースポーツは我が家の暮らしの一部となり、家族はチームとなりました。大会で結果を出し始めたのは、5年生でミニバイクに乗るようになってから。ミニバイクになると大人に混じってレースに出るんですが、子どもとはいえ基礎を習得しているから大人より速いんですよ(笑)。大人に勝てる面白くなって益々熱心に練習するようになり、勝てるようになっていきました。

謎の高校生ライダー時代

高校からは、プロを目指してロードレースを始めることになったんですが、一つ大きな障害が。ロードレースをやるにはバイクの免許が必要ですが、当時の僕の高校では、免許の取得が校則で禁止されていました。

そこで父親が、日本モーターサイクルスポーツ協会の協力を得て学校に直談判し、教育委員会まで動かしてくれて、ようやく免許取得の許しが得られたんです。

でも、バイクは不良みたいなイメージが強い

時代でしたし、特例で免許を取らせてもらったこともあり、レースをやっていることは友達には一切秘密にしています。たまに練習でケガをして包帯を巻いて通学しても、ケガの理由は誰にも言わなかったので、謎めいた奴だったと思います(笑)。

そして16歳の時に、レースの甲子園と呼ばれる鈴鹿4時間耐久レースで優勝し、19歳の時にヤマハと契約してプロのライダーに。

1998年には日本チャンピオンをとることができて、次の年から世界グランプリに参戦。生涯で4つのメーカーのライダーとして、世界をフィールドに走り続けられたので、最高のレース人生を送れたと思っています。

実はすごいライダーの身体能力

レースでは、新幹線並みの300キロ以上のスピードが出ます。初めてレース観戦した



今では文部科学省認定のスポーツとなっているモーターサイクルスポーツ。中野さんが若きライダーたちへ繋ぐ夢はつきない。



千葉市の稲毛教習所での走行体験イベント。2輪免許を持っていない人も楽しめるため、女性にも大好評。

人からは「頭がイカレてる!」と思われるくらいスピードです。ですから僕達は、危険を顧みない命知らずのように誤解されがち。しかしプロのライダーたちは、段階をおって訓練しているのでスピードには慣れていきますし、技術と経験の裏打ちがある上で、確信をもって走っています。

また、バイクはさほど体力を使わないと誤解されることも多いですが、レースは完全なスポーツで、大変な運動量が必要とされます。300キロ以上のスピードから、カーブで一

挙に60キロくらいまで落とす時のG(重力加速度)は、一般の人なら到底耐えられないパワー。腕への負担が大きく筋力も使うし、下半身も重要。心拍数もすぐ上がり、体力も持久力もメンタルの強さも不可欠です。

そんなレースで勝つためには、やはり身体づくりが大切。筋トレやランニング、ストレッチなどのトレーニング

グは大嫌いでしたが頑張りましたよ。やるだけやっておけば、サーキットに立った時「俺は準備万端だ!」と自信が持てます。自信があれば、気持的に優位に立てて、ライバルを圧倒する力を発揮できます。

歓喜をわかちあえる仲間の存在

神経を研ぎ澄まして走る時速300キロの世界で、オートバイを自分の手足のように操るといえるのは、ものすごい快感です。

また、レースは個人スポーツのように見えて実はそうではなく、たくさん仲間と一緒に闘えることも魅力の一つです。ライダーの他に、メカニックが3人いて、ガソリンを入れる人、コンピューター解析する人、メーカーの人がいて、総勢20人くらいのスタッフで、チーム一丸となって闘います。

プレッシャーは半端じゃありませんが、それだけに良い成績が出ると心から感謝し合い、涙を流して抱き合って喜び合えます。あの感激を一度味わうと、もうやめられません。

世界中の素晴らしい仲間たちと出会わせてくれて、色んな経験をさせてくれたオートバイの魅力を、もっとたくさんの人に知って欲しいと思っています。

読者プレゼント



キャップ 2名様
サイン色紙 3名様

応募方法は、医師会インフォメーションをご覧ください。

■ 中野真矢 (なかのしんや) 生年月日: 1977年10月10日生 千葉県大網白里市出身 世界最高峰の2輪レース、世界選手権 MotoGPレーシングライダーとして長年活躍。2009年に引退し、現在は千葉市にオープンしたモーターサイクルファッションブランド"56design"でプロデューサーとして活動しながら、若手ライダーの育成にも力を注いでいる。 ◆公式サイト <http://www.shinya56.com/>