



アスリートに聞く！ ～スポーツとカラダづくり～
心を燃やし 試練に挑む原動力は、
いつも感謝と優しさだった。



攻守の要として、マリーンズに欠かせない存在。

プロ野球選手千葉ロッテマリーンズ
いまえとしあき
今江敏晃さん

今年ほど、スポーツが社会に果たす役割が問われた年はありませんでした。

そんな中、以前から社会貢献に力を注いでおられるアスリートの一人が、千葉ロッテマリーンズの今江敏晃選手です。

今回は、今江選手を取材し、その強さの原動力と社会貢献から広がるスポーツの力を探ってみました。

PL学園時代、思い知らされた親のありがたみ

幼稚園の時に友達のお兄さんがいた野球チームに特別に入れてもらって以来、野球一筋。中学まではとにかく大好きな野球だけ頑張っていたら良かったんですが、高校でPL学園に入学してからは大変でした。

PLは全寮制のため、それまで全て親任せだった洗濯も料理も、先輩の分までやらなければなりません。学校の勉強もあるし、野球道具の整備などの雑用も多い。先輩の怖さも「上下関係が厳しい」なんて言葉じゃ追いつかない次元なんです。17、18人の新入部員中、4、5人は逃げ帰っていました。

僕も、他の部員も、逃げたいのはやまやまなんです。中学までトップだった選手ばかりですから、みんなプライドがありますし、プロを目指しているのに逃げるわけにもいきません。そこで、「いつそ宇宙人でも襲来してきて、みんな一緒に逃げられたらいいのに」と、年中、大真面目に考えていました(笑)。

それくらいきつい毎日だったので、親のありがたみを痛切に思い知らされました。入寮一カ月後に親から手紙をもらい、みんな一緒に同じ部屋で読むんですが、一人残らず号泣ですよ。今までやんちゃで親に反抗していた奴らも、そこから見事に変わりましたね。

体づくりに肝心な、走ることと食育すること

野球選手として強くなるためには、やはり走ることが一番大事だと思います。野球は下半身が肝心ですから、若いうちは特に、



とびきり明るい笑顔の人気者。愛称は「ゴリ」。

しつかり走って強い土台をつくり上げておくことがとても大切です。

食生活も大切ですから、なるべく野菜を多く摂り、バランス良く食べるよう気をつけています。とは言っても、実は僕は好き嫌いが非常に多いんです。トマトや梅干など、体に良いといわれているものは大概嫌い(笑)。でも、嫁が細かく刻むなど工夫して、嫌いな物も食べられるよう料理してくれるので、感謝しています。

心を最高に癒してくれる、息子との存在

悩みのタネは寝付きの悪さ。僕は、テレビを付けっぱなしにしないで眠れないんです。意外に考え込むタイプで、真つ暗になつて静かになると、余計なことばかり考えて眠れなくなってしまう。だから、タイマーをかけてテレビを付けたまま寝ていますが、もっと良い方法があったら、ぜひ教えてください(笑)。

僕にとって一番のリフレッシュ法となつてい

るのは、息子の顔を見ること。疲れていたリ、落ち込んでいたり、イライラしている時も、息子の顔を見ると、イヤな気持ちがあふつと体から抜けていくんですよ。そして「もっと頑張らなあかん!」と、やる気が湧いてくるんです。

自分を奮い立たせてくれた社会貢献活動

2006年の不調に陥っていた時期のこと。偶然テレビで「群馬アトム」という障害者野球チームの特集を見て、一生懸命野球をしている姿に強烈に感動しました。

そこで手紙を送って練習を見に行かせてもらうと、様々な障害を抱えた方たちが、大きな声を出しながらすぐ生き生きとプレーしていたんです。「野球が楽しい!」っていつ彼らの気持ち、僕の中にドーンと入ってきたような、大きな衝撃を受けました。そして、「自分も子どもの頃から野球が大好きだったのに、その気持ちを忘れていたんだな」と気づき、もう一度原点に戻ることができたんです。

社会貢献に積極的になったきっかけのもう一つは、2007年に母親をがんで亡くしたことです。闘病中の母は本当に辛そうで、かける言葉を失うほどでした。

その後、千葉の子ども病院に行かせていただく機会がありました。そこで、幼いのに一生懸命病氣と闘っている子どもたちの姿に胸を打たれたんです。そして、少しでも力になればと、嫁と一緒に「NPO法人ミ

ルフイーユ小児がんフロンティアーズ」(小児がんの子どもと親を支える団体の支援を始めた)。

また、僕はたくさんの愛情をかけて育ててくれた親に心から感謝していますし、今は自分が息子に精一杯の愛情を注いでいます。親の気持ちがわかるようになってから、親御さんと一緒に暮らせない子どもたちを支援したいと考えるようになり、児童養護施設への訪問を始めました。

今年は怪我に苦しむことが多い年でしたが、そんな時も、支援先の子どもたちから励ましのメッセージが届くと、本当に嬉しくて勇気づけられます。

僕たちプロは、まず野球に全力を尽くすことが大前提。ですから来年はしつかりリーグ優勝し、再び日本一となって千葉を盛り上げられるよう、精一杯頑張ります!

読者プレゼント

- ・サイン入りボール …… 3名様
- ・サイン入りTシャツ
M、Lサイズ …… 各1名様
- ・サイン色紙 …… 5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。