

松木安太郎さん

(サッカー解説者)

サッカーの世界が、僕を育ててくれました。

臨場感溢れる熱いサッカー解説でお馴染みの松木安太郎さん。「きのうは岐阜県の子どもサッカースクールで160人以上の子どもたちと2時間ばっちり汗をかいてきました」と楽しそうに「そしてエネルギーに語るその様子は「サッカー」への愛情で溢れていました。」

Healthy Life

ヘルシーライフ

No. 86

2007 January

褒めてもらい、評価されることで自分は変わっていきました。……サッカーをはじめられたきっかけは何でしょう。松木 僕がサッカーをはじめたのは小学校3年生の頃です。小学校にサッカー部がありまして、みんな楽しそうにボールを追っかけているのを見て、友だちほしさにサッカー部に入ったのがきっかけです。その後小学校4、5年の頃に学校のサッカー部と並行して、読売の少年サッカークラブに所属しました。芝生のグラウンドで、楽しくボールを追いかけることができることに惹かれたんですね。中

学校に入ってから学校は学校のサッカー部には所属せず、読売の少年サッカークラブにどっぷり浸かっていました。九段下にあった学校の放課後、向ヶ丘遊園にある読売のグラウンドまで行き、練習の後そこから千葉県市川市の自宅へ帰って行く毎日を過ごしていました。今考えると、よく通ったものだと思いますが、それだけサッカーが楽しくてしょうがなかったんですね。……だんだんサッカーの魅力にはまっていったということですね。松木 そうなんです。僕は一人っ子の鍵っ子で、ちょっと引込み思案な子供だった

ように思います。それが家庭や学校とは違ったサッカーの世界を知ることによって変わっていきました。学校ではなかなか評価してもらえないけれど、サッカークラブで褒められることを経験しました。「元気がいい」とか「そのキックがうまい」とか。そうするとだんだん自信がついてきて「これはこうすべきだろうな」「この部分に注意して次はもっとうまくやってやろう」なんて何事も自主的に前向きに行動するようにになりました。評価されることで自信がつき、自分が変わっていったんですね。読売少年サッカークラブにはいろんな学校から子どもたちが集まってきていて、学校

の先生ではないコーチから指導を受けます。そうなるそこは学校とまったく違う世界なんです。読売少年サッカークラブには学校とは違った評価をしてくれる大人たちがいました。僕は学校では決して良い子ではなく、サッカー選手として恵まれた体格をしていながらも周囲に居てくれた良い大人たちに引っ張られて、少年時代を歩んできた気がします。自主性を持つことや努力すること、あきらめないことといった僕の基本姿勢は全て少年サッカーの環境で育んできたものです。要するにサッカーの世界が僕を育ててくれたんですね。

HEALTHY SALON

ヘルチェックからのお知らせ

ヘルチェック健診 Web カルテ

いつでもどこでも健康サポート

「健診 Web カルテ」は、インターネットでご自身の健診結果を見ることができるサービスです。ご自宅のパソコンはもちろん、インターネットを利用できる環境であれば、いつでもどこでも簡単にご覧いただけ、健康サポートがより身近になりました。日頃の健康管理に是非ご活用ください。

[<http://www.health-check.jp>] にアクセス

「健診 Web カルテ」サービスのポイント

ポイント1 お客さまの利便性

過去から現在までの健診項目別の検査データの推移がチェックできます。ご自身の日常の健康管理にご活用いただけます。

ポイント2 個人情報の安全性

従来の書類による結果報告書や CDなどのメディアと異なり、「破損」「紛失」などの危険性がありません。お客さまが知らないパスワードによって、情報は安全に守られます。※本サービスの提供に際しましては、SSLによる暗号化とベリサイン社によるサーバー認証により、情報セキュリティ対策をしております。

ポイント3 データの汎用性

検査データの推移を時系列に記録しているため、基準値が異なっても比較が容易です。将来にわたって疾患の予防や健康管理にご活用いただけます。

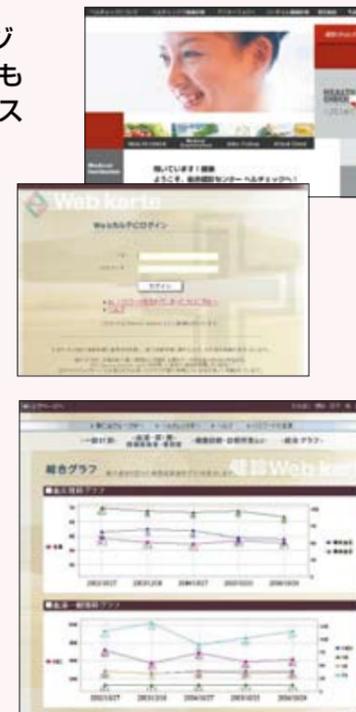
①ヘルチェックホームページ(善仁会ホームページからでもご覧いただけます)にアクセスしてください。

②個人用IDとパスワードでログイン

ご受診当日に、パスワードをお渡しします。個人用IDは、後日健診結果報告書に同封してお送りいたします。

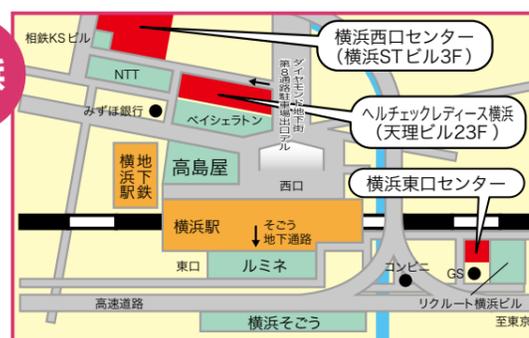
③過去から現在までの健診データを表示

検査結果値の他、今までの推移をグラフで確認できます。また、各検査項目の説明、基準値や診察所見がご覧いただけます。



総合健診センター ヘルチェック

横浜



- 総合健診センターヘルチェック 横浜東口センター 〒221-0056 横浜市神奈川区金港町6-20
- 総合健診センターヘルチェック 横浜西口センター 〒220-0004 横浜市西区北幸1-11-15 横浜STビル3F
- 総合健診センター ヘルチェックレディース横浜 〒220-0004 横浜市西区北幸1-4-1 天理ビル23F

新宿



- 総合健診センターヘルチェック 新宿西口センター 〒160-0023 東京都新宿区西新宿3-2-4 新和ビルディング7F



総合健診センターヘルチェック
<http://www.health-check.jp/>

■設立 1984年
■年間受診者数 116,009人(2004年)

お問い合わせ・ご予約(月~土曜日8:30~17:00)
■横浜予約(045)453-1150
■新宿予約(03)3345-7766
■FAX予約(045)441-8451(横浜・新宿共通)
【開診日】月曜~土曜日(祝日を除く)

Healthy Life

No. 86

2007 January

●発行日/2007年 1月

●発行所/総合健診センター ヘルチェック



サッカーの世界で生きていく 自信なんてありませんでした。

……松木さんの現役時代はJリーグ発足前でしたね。松木 そうです。Jリーグは1993年に開幕したんですが、その3年前に現役を引退しました。現役時代の日本サッカー界は、東洋工業、三菱重工、日立、古河電工といった企業チームが主体の“日本リーグ”が行われていました。その中で僕の所属していた読売クラブは日本初、唯一のクラブチームだったわけですね。企業チームのほとんどの選手が普段は会社員をしながらサッカーをしていて、人気も今ほど高くなく、サッカーのレベルを上げる環境に恵まれていなかったんですよ。

読売クラブの選手は他と違ってチームと契約を結んでいましたからちょっと特殊でした。僕は高校一年生16歳の時、読売クラブチームでデビューし、一年毎に契約をしていってましたよ。活躍がなければ来年はないといった緊張感を16歳からずっと経験してきたわけですね。真剣にサッカーに取り組みたいという気持ちを固めていきましたが、このままずっとサッカーの世界で生きていく自信なんてありませんでしたよ。不安だらけでした。まだプロリーグができるかどうかもわからない時期でしたから、チームメイトの中には20代半ばくらいになると、今後のことを悩んでサッカーの道を離れていく選手もたくさんいました。僕はサッカー界が激変していく時代の真っ只中にいた、一番若手だったと思います。

……選手時代を振り返られてどうですか。松木 僕が一番の目標が日本代表選手になるということだったんです。これがなかなかそう簡単にはたどり着けませんでした。10年後の26歳でようやく日本代表になるまで何度もあきらめそうになった時がありました。実力以外の様々な背景もあって、チャンスが巡ってこない。どんなに頑張っても認めてもらえない。そんな状況が続く「ふざけるな」と悔しい思いを何度もしました。世の中こんなものなのかと投げやりになったこともあります。そんな時、これまでいろんな壁があってもなんとかあきらめずに乗り越えて

に向かってまあとめていくということがコーチや監督の大切な仕事のひとつだと思います。

……それはスポーツの監督に限らず、一般の社会にも当てはまりそうですね。松木 そう思います。モチベーションには外発的動機と内発的動機があります。外発的動機は例えば報酬、評価のような目に見えるもの。内発的動機は楽しみや自分の目標といった目に見えないものです。このどちらかが欠けてもうまくいきません。両方のバランスがあつてプロとして続けていけるわけです。

これは一般の会社でも同じことが言えると思うんですね。自分の仕事の楽しみや目標があり、会社を良くするために頑張っていると評価や報酬がついてくる。その結果また新たな目標に向けてやる気を起こし頑張るわけです。でもいつも順調に進むわけではありませぬよ。むしろ人生うまくいかない方が多いのではないのでしょうか。僕なんかまったくそんな感じでしたよ。評価に納得いかなかったり、目標に挫折したり、苦痛を感じることもあるでしょう。本人が自分のモチベーション維持のために努力するのは当然ですが、上司として新しいモチベーション、たとえば違った目標や別の角度からの評価などを個々に合わせて与えるということも大事ではないでしょうか。結果的にそのような個々へのアプローチがプロジェクトを勝利に導くし、会社の成果にもつながると思うんです。

主体は日本人の監督と 選手とファンが理想じゃ。

……今後の目標を教えてください。松木 自分の本来の仕事は現場で指揮をとることだと思っていますから、そういう志でいつも観戦し、選手を厳しく評価、応援しています。僕は日本サッカー界にはもともと日本人の監督、選手が活躍する場があつていいのではないかと思っています。ここ何年かは海外からの監督、選手の活躍が目立ち、頼りきつている感じがするわけです。もちろん経験豊富な海外



あきらめた瞬間に 全ての可能性を 捨てたことになると 思っています。



松木 安太郎さん (サッカー解説者)

1957年 東京出身 実家は日本橋・小伝馬町で明治から続く鰻屋を営んでいる。暁星小学校でサッカーと出会い、その後当時創設されたばかりの“読売クラブ”の少年サッカークラブに入団。
1974年 16歳で“読売クラブ”にてデビュー。DFとして1983年から1987年まで日本代表として活躍。
1990年 現役を引退するまで、日本リーグ3回、天皇杯3回優勝。
現役引退後は“読売クラブ”のコーチに就任。
1993年 Jリーグ開幕の年、“ヴェルディ川崎”（現東京ヴェルディ1969）の監督に就任。Jリーグ最年少監督として、チャンピオンシップ2連覇を達成する。
1998年“セレッソ大阪”、2001年再び“東京ヴェルディ1969”の監督を歴任。現在はサッカー解説者として活躍している他、講演会や少年サッカー、高等学校、大学まで世代を超えたサッカー指導など、サッカーの振興・発展のために精力的に活動している。



きた、その繰り返しだったなと考えたんです。その後もそれをバネに「ここであきらめちゃうかん」と思ってた目標に向う、その連続でした。とにかく自分力をつけて、チームが強くなるのが自分たちを認めさせることだと思って頑張り続けました。僕はあきらめた瞬間に全ての可能性を捨てることになると思っています。これは苦しい選手時代に身をもって感じたことで、今も僕の生き方のベースになっています。

トップレベルの選手は モチベーションの高さが違います。

……監督としての最初のお仕事はヴェルディ川崎(元読売クラブ・現東京ヴェルディ1969)ですね。松木 そうです。現役引退後、読売クラブチームのコーチを経てJリーグ開幕の年、ヴェルディ川崎の監督に就任しました。プレッシャーもありましたが開幕の年と翌年、2年連続で優勝することができました。当時チームにはラモス瑠偉、三浦知良、武田修宏、北澤豪といった個性の強い選手がいて「チームとしてまとめるのは大変だったでしょう」と今でもよく言われるんですよ。でもいろいろ経験して当時を振り返ると、確かに大変だったけれども監督としてとても面白い、やりやすいチームだったと思います。全員が自分の役割に対して自覚と責任を持ってグラウンドに立っていて、とてもプロ意識が強かったです。そして一人ひとりが“勝つ”というひとつの目標に向かうモチベーションが非常に高かった。ですから全員が食欲に闘い続け、最後まで絶対あきらめないといった感じでした。僕はトップレベルの選手とそうでない選手の差はそこにあると思います。どんな小さな可能性でも残されているうちは絶対にあきらめない。そういう選手はサッカーに限らず、他のスポーツでもモチベーションの高さが違います。最近では各選手のモチベーションにばらつきがあり“勝つ”ことへの温度差が感じられるチームが多いような気がします。そんな場合、それぞれの選手に合ったモチベーションを与え、それをひとつの目的



の監督の下で学ぶことはたくさんありますし、チームが勝つために優秀な海外の選手は必要です。でも将来それはチームのスパイスになってほしいと考えています。主体は日本人の監督と選手というのが理想です。日本人の持つ資質や可能性といったものを一番よく知っている日本人自らの手によってそれを最大限に引き出す、日本らしいチーム作りができたらいいですね。まあ叶う、叶わないは別として、最高の夢は“日本代表チームの監督”になることかな。

……今日本サッカーを強くするために必要なことは何でしょうか。松木 まずはサッカー教室を通してサッカーファンの子どもたちをたくさん作ることです。僕の子どもの頃そうだったように、とにかく楽しんでボールを追っかけてほしいと思います。将来選手を目指す子どもも出てくるでしょうし、選手にならなくても生涯サッカーを楽しんでくれる人たちが増えてくれたらうれしいです。これからの子どもたちが日本サッカー界を盛んにしてくれることを期待しています。

……夢の実現のためには体力も要りそうですね。松木 そうですね。サッカー教室では子どもたち全員とプレーし、一緒に走り回っています。体力はまだまだあると思いますが、身体が資本ですから健康には注意をしています。でも昔ほどストイックに身体作りはしていません。今は運動はいつでもできるというくらいのスタンスにいる方が心身ともに合っているようです。好きなものを適度に食べ、何より仲間と気兼ねなく語り合うのが一番の健康法です。自分のモチベーションを持ち続けて夢の実現の時まで、僕も元気でなきやいけないですからね。