

衣笠

祥雄

さん

(野球解説者・コメンテーター)

広島東洋カープ黄金時代の主力選手として活躍され、連続試合出場の世界記録で国民栄誉賞も受賞された衣笠祥雄さん。鉄人の穏やかな笑顔と言葉には、野球への深い愛情が溢れていました。

はじめて本格的な球場で試合をした感動が僕のプロ野球人生の原点です。

Healthy Life

ヘルシーライフ

SINCE 1984 No. 116

July 2014

今まで味わったことがない喜びでした。

……野球と出会ったのはいつ頃ですか。

衣笠 中学校に入學して、野球部に入ったのが本格的に始めたきっかけです。それまで遊び感覚でしか野球をやったことがなかったので、入部した頃の僕は下手だったんです。でも基本をひとつひとつ教わることがとても新鮮で楽しかった。これまでできなかったことも、練習を積み重ねれば上達するので、どんな野球が面白くなっていき

市の大大会で決勝戦まで進むことができました。その大会の準決勝と決勝は、西京極にある野球場、今のわかさスタジアム京都で行われたのですが、はじめて本格的な球場で試合をしたときの感動を今でも鮮明に覚えています。「こんなに素晴らしい球場でもっと試合がしたい」と強く願うほど、僕の野球への想いを一変させた出来事でした。この経験が僕の長いプロ野球人生の原点といえます。

……プロ野球に進まれた経緯を教えてください。

衣笠 西京極での感動から、高校で野球をするなら、甲子園に行くたい、と思って入學したのが平安高校です。しかし野球の強豪校ですから新入部員は200名以上もいて、しかも彼らのほとんどは僕より身体が大きく、中学でも華々しい活躍してきた人たちばかり。正直なところ、とんでもないところに来ちゃったな、と思いましたね。けれど、やれるだけのことはやるしかない、と覚悟を決めました。そして必死に練習を重ねていくうちに、2年生の秋ごろから試合に使ってもらえるようになりました。

はじめてプロ野球を意識したのは高校3年生になる直前、春の選抜に出場した後だったと思います。「平安高校の衣笠をプロがマークしている」という新聞記事を目にして自分にもプロ野球選手としての可能性があるのかな、と漠然と思いはじめたわけです。でもそんなことはすぐに忘れて練習に集中したんですが、夏の甲子園のような大きな試合を経験していくうちに、プロ野球の世界へ挑戦する気持ちが固まっていきました。当時はドラフト制度がまだなかったのですが、僕はいくつかの球団から直接お話をいただき、その中から自ら広島カープ(現・広島東洋カープ)を選んでプロ野球の世界へ

HEALTHY SALON

脳ドックのご紹介 ~症状がない今こそ、脳ドックの受診を~

脳血管疾患の多くは自覚症状がなく、だからこそ日頃からのチェックがとても重要です。

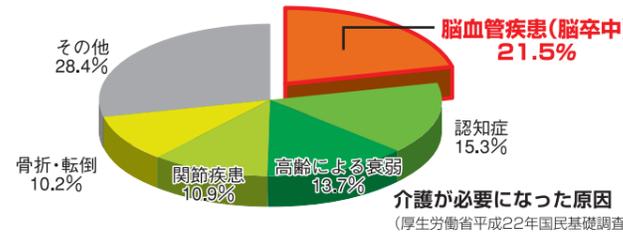
介護が必要になった原因のうち最も多い疾患は脳血管疾患であり、発症した場合はたとえ一命を取りとめても後遺症に悩まされるケースが少なくありません。

MRI検査は多くの検査と異なり、受診前の飲食の制限や特別な準備の必要はありません。またヘルチェックで導入した最新のMR装置なら、従来機種と比べて大幅な検査時間の短縮ができるため、ランチ後のちょっとした空き時間を活用してご受診される方も多く、ご多忙な方にもご好評を頂いております。

“脳の健康管理”のために、ヘルチェックの脳ドックをぜひご活用ください。



| | |
|-----------------------------------|----------------------------------------------------|
| 『脳ドック』 55,000円(税別) 所要時間約2時間 | MR/MRAを中心に構成した脳ドック専用のコースです。脳疾患を引き起こすリスクを徹底的に調べます。 |
| 『脳MRI』 36,000円(税別) 所要時間約30分 | MR/MRAの画像診断によるシンプルな検査コースです。他の健診コースと組み合わせての受診も可能です。 |



5人に1人が脳血管疾患(脳卒中)が原因で介護が必要に!

※どちらのコースも午後からのご受診が可能です。

脳ドックに関する情報は、ヘルチェックホームページで動画などで詳しくご紹介しております

横浜東口センター リニューアルオープン!

去る4月2日、ヘルチェック横浜東口センターにおいて内覧会を開催し大変多くの皆様にご来場いただきました。

当日は、最新の3テスラMR装置と女性専用受付を中心にセンター全体をご見学いただき、様々な検査機器によるデモンストレーションも行い、ご希望の方には実際の検査をご体験いただきました。

また内覧会にあわせて脳ドックをテーマにセミナーを開催、日本医科大学武蔵小杉病院 脳神経外科准教授の足立好司先生を講師にお迎えし、脳ドックの果たす役割や脳卒中に関連する最新情報などを解説していただきました。MR装置メーカー担当者からは、今回導入した3テスラMR装置と普及機種の1.5テスラを比較する解説があり、技術の進歩でより鮮明かつ詳細に画像化できるようになったとの説明に、多くの方が熱心に耳を傾けていらっしゃいました。

今後も皆様の健康管理のお役に立てるよう、様々な形で情報発信を行って参ります。



● 女性専用受付
女性専用受付を新設、気になるプライバシーもしっかり確保しますので、安心してご受診いただけます。



● 脳ドックセミナー
「健康診断における脳検査の勧め - 脳ドックの有用性」
日本医科大学武蔵小杉病院 足立好司准教授



● 検査デモンストレーション
心臓超音波や内臓脂肪測定などのデモンストレーションを行い、ご来場の方に実際の検査をご体験いただきました。



● MR装置見学
ライティングとオーディオビジュアルの相乗効果で、検査時のストレスを大幅に軽減するシステムを導入しました。

人間ドック・健康診断に関するご予約、お問い合わせは…

TEL 東京 (03)3345-7766 横浜 (045)453-1150 (月曜~土曜 8:30~18:00・祝日も受付)
■ 月曜~土曜、祝日もご受診いただけます



根本監督との出会いが 僕の野球人生を変えました。

……プロ野球選手となった当初のご様子はどうでしたか。

衣笠 入団当初、自分と周囲の選手との実力差があまりに大きくて、奮起する気力すら打ちのめされるほどショックを受けました。しかも僕はプロ野球選手の実情をよく理解していませんでした。それまで雑誌などで目にしていたプロ野球選手は、大きな家に住み、綺麗な女性と結婚し、外車に乗っていました。プロ野球選手は誰でもそうなんだと大きな誤解をしていた僕は、契約金を使って外車を買いいい気になって乗り回していました。自分もプロの選手になったんだという証が欲しかったのかもしれない。とんでもない新人が入ってきたと、周囲からは白い目で見られていたと思います。

本当は、自分よりはるかに実力がある選手たちがボジション獲得のために死に物狂いになっている。そんなプロ野球の現実と真剣に向き合おうとせず、世の中の探索にうつつを抜かしていたんですよ。ですから入団して約2年間は年間出場試合数が30試合前後、一軍ベンチに入ってもブルペンキャッチャーという有様でした。

……どのような転機が状況を変えたのですか。

衣笠 2年目のオフシーズンにスカウトの木庭さん^{※1}から「このままではクビだぞ」と言われ、プロ野球選手としての立場を失うかもしれない状況に追い込まれました。この時、自分にとって野球とはどんな存在なのか真剣に考え、一番失いたくないものだと気づいたんです。

そんな時、後に監督に就任される根本陸夫さん^{※2}と出会いました。根本監督から「お前のセールスポイントは何だ？ 衣笠の野球スタイルを作れ!!」と言われ、その言葉が僕の野球人生を大きく変えることになりました。チームの戦力になり、自分が得意とすることを活かすプレースタイルを模索す

……選手として一番大切にされていたのは何ですか。

衣笠 一にも二にも練習が大切でしたね。「まだまだいける」と練習で自分の可能性を感じることに自信が繋がりました。

バッターは、打席に立ち続けるためにプラス思考にならざるを得ないんですよ。例えば100回の打席のうち30回成功すれば一流と言っているでしょう。言い方を変えればそんな一流のバッターでも70回は失敗しているわけです。成功よりも失敗のほうが多いので、そちらにとらわれていると怖くて打席に立てなくなってしまう。ですから失敗をクヨクヨ考えず、成功した30回の喜びをエネルギーにして次の打席に立つわけです。では7割の失敗をどう捉えるか。僕は失敗から練習の材料をもらったと思うようにしていました。その練習材料をひとつひとつクリアしていくことで、さらなる自分の可能性を信じていくことができます。成功をエネルギーに、そして失敗を自分の可能性として捉える。そんな発想で自分を前進させてきました。

野球に導かれ、育ててもらいました。

……現役時代、健康管理で一番注意されていたことを教えてください。

衣笠 現役時代特に注意したのが体重の減少です。僕は痩せやすい体質だったので、食事はしっかり摂るように心掛けました。特に意識してお肉を食べる



衣笠 祥雄 さん (野球解説者・コメンテーター)

- 1947年 京都府出身
- 1965年 平安高校(現・龍谷大平安)から広島カーブ(現・広島東洋カーブ)に入団
- 1975年 広島東洋カーブリーグ初優勝に貢献
- 1980年 8月、対巨人戦でヤクルトの飯田徳治選手が保持する1246試合連続出場記録を抜き、1247試合連続出場日本記録を達成
- 1987年 6月、対太洋戦で、メジャーリーグベースボールのルー・ゲーリック選手が保持する2130試合連続出場世界記録に並ぶ
- 同年 9月、現役引退を表明
- 同年 10月、自身の最終出場試合となった対太洋戦で2215試合連続出場世界記録を達成
- 23年間、日本のプロ野球界の第一線で活躍を続け、最優秀選手賞(MVP)、盗塁王、ゴールデングラブ賞、最多打点王など、数々の輝かしい足跡を残す。

- 【表彰】
1987年 国民栄誉賞受賞、広島県民栄誉賞、京都市民栄誉賞
1996年 野球殿堂入り 他多数

- 【著書】
『野球の夢一途に』(日本放送出版協会) 『野球の神様がいた球場 広島市民球場とカーブの軌跡』(ベースボール・マガジン社) 『水は岩をも砕く(男のVシリーズ)』(KKロングセラーズ) 他多数

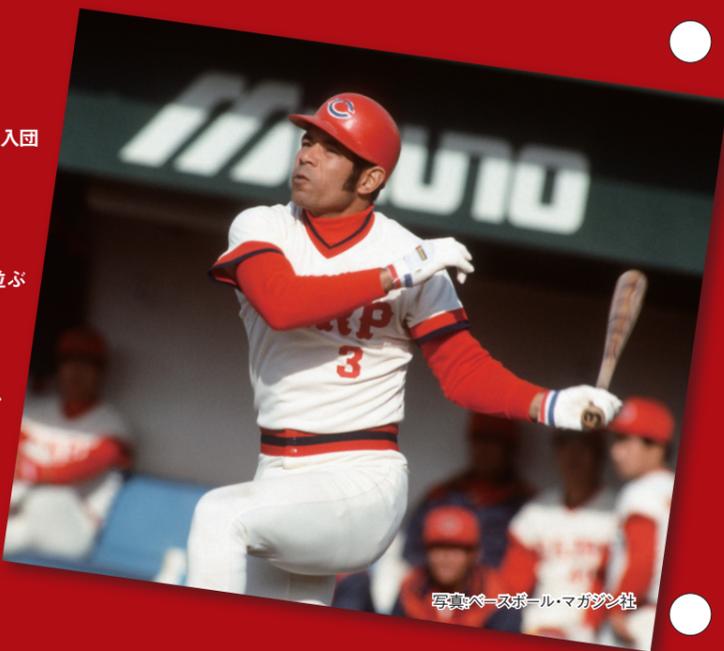


写真:ベースボール・マガジン社

「一日でも長く 試合に出たい」という強い想いが 野球を続けられた 原動力です。



……連続出場を達成された原動力は何でしょう。
衣笠 1987年6月、メジャーリーグのルー・ゲーリック選手が成し遂げた2130試合連続出場世界記録に並び、その年の10月22日、僕の現役最後の出場試合となった対大洋戦で2215試合連続出場世界記録を達成しました。

そこに辿り着くまで、怪我やスランプなど、多くの壁を乗り越えてきました。デッドボールを受けて、左肩甲骨亀裂骨折で病院に行った翌日にバッターボックスに立ったこともあります。スランプの時は不調の出口を求めて猛練習を重ねながら試合に臨みました。苦しみながらも試合に出続けられたのは「一日でも長く試合に出たい」という強い想いが原動力になったからです。もちろん僕の想いだけで試合に出ることはできません。監督、トレーナー、コーチ、チームメイトなど、周囲のサポートがなければ記録は実現できなかったと思っています。サポートをしてくれた全員の想いも僕の挑戦の大きな支えとなりましたね。

約1年間、試行錯誤を繰り返しました。そして、フルスイング。しかないという結論に辿り着いたわけです。これが転機となり、4年目以降は出場試合数が増え、打率も上がって自分のボジションを確保できるようになりました。

プロ野球選手としての基礎を作る時期に根本監督と出会っていなかったら、僕の23年間のプロ野球人生は無かったかもしれません。

**練習で自分の可能性を感じる事が
自信に繋がりました。**

ようにしてしまいましたね。それに加え、体力を回復するために十分な睡眠を大切にしていました。僕にとって、たくさん練習量をこなした試合で納得のいくプレーをするために、このふたつは大変重要でした。現役を離れてからは逆に体重が増加しないようになりかかりつけ医に言われて、一所懸命減食に努めていまして、たかさんの練習量をこなした試合で納得のいくプレーをするために、このふたつは大変重要でした。

……今後の抱負をお聞かせください。
衣笠 1996年6月、僕の連続出場世界記録をメジャーリーグのカル・リプケン選手が更新した試合に、来賓として招かれました。僕はアメリカの野球ファンの皆さんから熱狂的に迎えられ、この時にはじめて自分はずい記録を達成したんだと実感し、感動しました。

カル・リプケン選手との交流は今も続いています。彼は野球選手としてだけでなく、人間としても尊敬できる人物で、全米に何カ所かの少年野球専用の球場を作り、子供たちに野球と親しむ場を提供しています。それを見ると、野球は身体を動かす楽しさみだけでなく、精神的な成長の場としての大きな役割もあると感じます。僕自身も野球に導かれ、育ててもらいました。これからも多くの日本の子供たちに、野球を通していろんなことを学べる場を提供できるように力を尽くしていきたいですね。

※1 木庭 教(きわた けい) 1926年〜2008年……プロ野球スカウトマン。衣笠祥雄をはじめ山本浩一、水沼四郎、金城基泰などに1975年からはじまる広島東洋カーブ全盛期を作り上げた選手の獲得に尽力。広島東洋カーブ黄金時代の影の功労者と評されている。横浜大洋ホエールズ、オリックス・ブルーエース、日本ハムファイターズなどで40年に渡り活動し「スカウトの神様」と呼ばれた。

※2 根本 陸夫(ねもと りくお) 1926年〜1999年……プロ野球選手(捕手)、監督、経営者、野球解説者。近鉄バッファローズの選手として活躍後、同球団のコーチに就任。後に広島東洋カーブのコーチを経て監督に就任。赤ヘルの黄金時代の礎を築く。西武ライオンズ、福岡ダイエーホークスでは監督としてだけでなく球団経営でも手腕を發揮した。

