

「VICTORY！」は、『湘南ベルマーレ』というJリーグクラブのホームタウンに住むみなさんに、サッカーを通じてより多くの人とふれあい、地域への思いを深め、スポーツの楽しさを体感していただきたい。そんな願いを込めてASAがお届けする情報紙です。

企画・制作 / 株式会社 朝日新聞経営研究センター 協力 / 株式会社 湘南ベルマーレ

“平塚生まれ 暴れん坊育ち”が帰ってきた!

11月26日、2011シーズンのホーム最終戦。1年2ヶ月のブランクを経て猪狩佑貴選手がピッチに戻ってきた。2010年9月のケガのあと、回復の兆しが見えてきた翌年5月にふたたび膝を負傷。

『本当に、またサッカーができるようになるのだろうか。ボールを蹴ることができたとしても、今までどおりのプレーができるのだろうか――』

不安が不安を呼び、正直『もう無理なのか』と思ったこともあったという。思うように動かない自分の身体へのいらだち、先の見えない恐怖に折れそうになる心。

長いリハビリを乗り越えた猪狩選手に、復帰までの日々、現在の心境を聞いた。

地道なリハビリの毎日

リハビリって、本当に小さなことの積み重ねです。膝を曲げたり伸ばしたりといった、健康なときにはなんでもない動きがケガを負った自分にはできない。「何でもこんなことができないんだ」と苛立つこともありました。動かない足を、毎日ほんの少しずつ動かして可動域を広げていく、これが本当にちょっとずつで、なかなか進まない。始めた当初は「こんなことをして意味があるのか」と疑心暗鬼になったほどでした。

同じような膝のケガをした先輩に聞くと「そういう小さいことが、本当は大きいんだ」って言われて、そのときは「そうなんだ」くらいにしか思えなかったですね。

でも振り返ると、そんな地味で小さなリハビリを繰り返して繰り返してやっていくうちに、だんだん足を動かせるようになってきて、意味があるのかと疑っていたことが、ケガをした膝周りの筋肉をつけるためにとても大事なことだったと理解できるようになりました。

ひとりではなかった

入院していたときは地元の友達が来て、気分転換に外に連れ出してくれたこともあり。同級生の友達は大学を卒業して社会人になっているんですが、休みの日に来てくれて……ありがたかったですね。地元の友達にもすごく助けられました。

リハビリが始まってからは、ここ（馬入の練習場）に来ることがモチベーションを上げる『元気の源』でした。一緒に練習ができなくてもチームメイトやコーチがいるので、声をかけてもらったり言葉を交わすこともできる。ケガをしていてもチームの一員として変わらずに接してくれる仲間が存在があったからこそ、途中で投げ出すことなく復帰までやり遂げられたのだと、感謝の気持ちでいっぱいです。

身に付けたプラス思考

「ケガをしたことを絶対にマイナスにしないようにしよう」と決心してからは、この状況でなにができるの、なにがベストかを考えて行動するようになりました。とにかくネガティブなことを考えない。起こってしまったことは、悔やんでもしょうがないですから。意識してポジティブに捉えようとしていたことが良かったと思います。最初は意識的にしていたことが、いつか自然にできるようになっていったのも自分の中の変化でした。

リハビリしている期間に、ふだんはできない何か違うことに挑戦してみようか、とも考えたのですが、結局しませんでした。（何をしようとしていたかも忘れた！）サッカーができないときは、他のことをする意欲もわかないし、プライベートでも楽しめない自分に気づき、あらためてサッカーの大きさを思い知らされました。

1年2ヶ月ぶりの公式戦

ホーム最終戦のピッチに立ったときは、なんだか地に足がついていないような状態でした。競技場で大勢のサポーターから声援を受けてプレーするのは本当に久しぶりで、緊張して……Jリーグの公式戦にデビューしたときと同じ感覚でしたね。サポーターからの温かい声援や拍手をもらって、チームメイトみんなから「良かったな」って言うってもらって、今年入った選手には「おまえのプレー、初めて見たよ（笑）」なんてからかわれたけれど、とにかく何を言われてもうれしかった。最後の最後にシーズンに間に合って今年のチームメイトとプレーできたことが最高でした。

今は、すっかり元通りに走れるし、プレーできます。いや以前より走れるようになったかな、とも思う。リハビリではボールを使えない期間が長かったので、体力を落とさないために走ることをメインにトレーニングしていました。それで走る力がついたのだと思います。動かなかった足が、今は『こんなこともできる、あんなこともできる』って、ひとつひとつのプレーに感動しています。チームを外から見ている学んだことも多かったです。あのなかに自分が入ったら、どんなプレーをするか、いつも考えていたので、今はそのイメージを実践しています。毎日の練習が楽しくてしかたがない。100%サッカーができるというコンディションであるというだけで、こんなに幸せなんだというのは、ケガをしなればわからなかったことかもしれません。シーズンオフはいらなくらいです（笑）



感謝を“かたち”に

つらいリハビリの間も、身の回りの世話をしてくれる家族がいる。子どものころから気心の知れた友達がいる。ユースのときから応援してくれているサポーターがいる。地元平塚出身の自分にとって、身近な人々の存在がどれほど心強かったか、わかりません。僕も地元が大好きなので、地元を愛している人たちが僕やベルマーレを応援してくれることが何よりうれしいし、もっと地元から愛される選手になりたい。そのためには、活躍してチームの成績を上げること。平塚を湘南ベルマーレで盛り上げて、子どもたちの憧れや、目標となる選手にならなければと、気持ちを引き締めています。

（インタビューは、2011年12月8日に実施）

猪狩 佑貴 (いがりゆうき) Profile

1988年4月7日生まれ(23歳) 出身地 / 神奈川県平塚市
地元平塚で生まれ育ち、湘南ベルマーレ Jr. ユースからユースを経て、07年トップチームに昇格。積極的なドリブルからの仕掛けなどアグレッシブなプレーが持ち味。 170cm / 68kg

ベルマーレユースの頃から猪狩選手の指導にあたる曹貴裁アシスタントコーチ



チョウ キジエ
曹 貴 裁
Assistant COACH

1年以上のリハビリは想像以上に長くつらいものだったと思いますよ。でもこうしてケガを克服し、チームに復帰したことは、本人にとっても我々のチームにとっても大きな成果であり喜びです。

ケガはないに越したことはないけれど、そこから得られるものは、日々元気に過ごしていたらわからない自分の身体のこと、メンタルのこ

とを見つめ直す時間を持てたということ。もっと言えば、人生について考える時間を与えられたということです。

猪狩は、小さいころから頑張り屋で Jr. ユースからトップまで昇格し、年代別日本代表にも選ばれ、大きな挫折を知らずにきた。そのぶん今回は、いろいろ考えることも多かったのではないのでしょうか。

この長いリハビリ期間は、けっして無意味な時間ではなかったはず。それは、今の彼のプレーが以前より整理されていることを見ればわかります。体力的には戻りきらない部分があるかもしれないが、判断力、戦術に対する理解力はまちがいに成長しています。本人が実感するのは、まだ先のこともかもしれないけれど、彼のサッカー人生に大きく影響する1年であったと思います。

2011 シーズン終了

熱い声援をありがとうございました。



2011年、1年でのJ1復帰を目標に掲げた湘南ベルマーレにとって、厳しいシーズンとなりました。3年間チームの指揮をとった反町康治監督の退任も決まり、来年は新監督のもと、出直しの船出となります。引き続き、変わらぬご声援をよろしくお願いいたします。

アジェル選手が退団

2006年に入団、6年にわたって巧みなテクニックと明るいキャラクターでチームをけん引した“湘南の太陽”アジェル選手が今季をもって退団しました。「ベルマーレは喜びと楽しさにあふれた家族だった」とアジェル。再び会う日まで!

