

Dr. 板東のメディカルリサーチ No. 246

〈野球から 文化と未来 発展へ〉

6月になったばかりだが、今夏も相当暑くなりそうだ。こんな中、米国大リーグや日本のプロ・アマ野球界も熱い。活躍している選手には、日頃の努力や精神力、自信が基盤にあり、野球に対する心入れが大きく「心が厚い」と云えよう。野球が大好きな筆者として見逃せない話題ばかりだ。

〈MLB 日本の文化 拡散中〉

米大リーグで大谷翔平選手の活躍やお人柄は広く知られてきた。特に今年はMLBのニュースが楽しみだ。村上宗隆選手はホームランか三振か四球か、という稀有なデータに誰もが驚く。岡本和真選手は打撃も三塁の守備力も評価が高い。5月下旬MLBに鮮烈デビューした西田陸浮(りくう,25歳)は、異例の経歴を持つ。東北高卒業後に渡米し、1Aからステップアップし今季4月3Aに昇格すると33試合で打率.347、9盗塁を記録し夢を果たした。学生から直接渡米すると、言葉・食事・差別という厳しい環境に直面する。困難な状況をものともせず、自分で会社も経営する総合力は素晴らしい。彼らの活躍により日本の優れた教育や歴史、文化、生活習慣などが紹介され、誇らしく思い活躍を祈らずにはいられない。



〈効率的 練習計画 重要視〉

2023年夏の甲子園で慶応高校が107年ぶりに優勝し、当時高校野球の練習方法が注目された。今年の春季大分県大会で、進学校の大分上野丘が153季ぶりに優勝し九州大会へ出場。打線の軸の4番・伊藤大泰選手は、平日16:30分からグラウンドに出て完全下校が19:15分。19:30～21:30は塾に通う。各部員は授業の関係でバラバラに集まり、一斉に同じ練習をするのではなく、時間を無駄にせず異なるメニューをこなす。勝つためにどう考えるか？ 1,2,3塁付近で、攻撃側と守備側からあらゆる場面を想定して皆で相談し、頭脳で勝負していく技を磨いてきた。

〈野球から 学び今後に 活かす技〉

筆者は子供の頃から野球やソフトボールに親しみ、大学の準硬式野球部では下手な二塁手で、漫画ドカベン・殿馬の秘打「白鳥の湖」を研究。大学卒業後から野球が上手くなり、野球リーグで何度か首位打者に。非力だが割合俊足なので「阿波のイチロー」を目指した。根性野球の時代に育ち、当時の常識も理解しているが、スポーツドクターとして、現代は科学的な判断が重要と思う。水分摂取や暑さ対策、脱水防止、肩や肘、手首、膝、足首などのケア、周囲の理解など多岐にわたる。

高校野球や実業団、プロ野球(NLB、MLB)など組織の立場に加え、各選手・同僚・家族など個人的な立場もより重要となった。今後のスポーツ界では、バランス感覚に優れたマネジメントが望まれる。

我が国の歴史・文化・生活には、利他の精神、周囲の人々への思いやりが基盤にある。人生の師匠・日野原重明氏および野球の師匠・浦崎裕久氏との出会いは、私にとって最高の人生の一コマと云えよう。国際的感覚を有し野球界で活躍する選手が多くなってきた今日、ここから派生する公的な福祉・健康(Welfare)、個人の生き甲斐・幸福(well-being)なども発展していくように祈っている。

(板東浩、医学博士、糖尿病専門医)

