

聞いてなるほど!

全5回シリーズ
第2回・下

すこやかレシピ

～もっと笑顔で
もっと元気に～



受講生募集中!

問い合わせは
静岡新聞・SBS企画事業局
☎ 054-284-8927 へ

主催／(財)静岡健康管理センター、静岡新聞社・静岡放送

「生」の重さかみしめ、相撲界に

SBS静岡健康管理センターの公開講座「聞いてなるほど! すこやかレシピ～もっと笑顔でもっと元気に～」が3日、静岡市葵区のしずぎんホール「ユーフォニア」で開かれた。第2回講座に出演したテレビ大相撲解説者・スポーツキャスターの舞の海秀平さんの講演内容を紹介する。

<企画・制作／静岡新聞社企画事業局>

可能性への挑戦



舞の海 秀平 (まいのうみ・しゅうへい) さん

テレビ大相撲解説者、スポーツキャスター

青森県生まれ。1990年、大相撲出羽海部屋入門。91年、十両に昇進、幕内入りを果たす。小結を務め、技能賞5回を受賞。「猫だまし」「八艘(そう)飛び」など多くの技を繰り出し、「技のデパート」の異名をとる。99年引退。

後輩の死で考えた人生

大学4年の時、山形県の高校教師の仕事が内定していました。ところが、卒業する2カ月前に、大学の相撲部の後輩が突然死んでしまいました。病気がたつたわけではありませんが、昼寝をしていたら、心臓が突然止まってしまったのです。

ほかの部員と一緒に葬式の手伝いに行きました。そうしたら亡くなった後輩のお父さんが「相撲なんか取れなくてもいい。せめて生きてきてくれてくれたら、それだけでよかった」と声を絞り出しました。忘れられない言葉です。亡くなった後輩は20歳でした。これから挑戦したいことがたくさんあったはずですが、それに比べて、「自分は生きている」と思うと胸が熱くなりました。

命の大切さを感じたことはほかにもあります。私は1968年2月生まれです。67年度生まれで、幕内上がった力士は6人いましたが、3人は死んでしまいました。隣臓がん、白血病などでこの世を去ってしまったのです。もしかしら、自分が死ぬ側だったのでとは思いますが。たまたま何かに生かされているのです。

被災地で感じた「生」の死の境

先日、東日本大震災の取材で、東北の岩手、宮城、福島県に行ってきました。街を車で走り、驚きました。津波の被害がなく、家が壊れず、普通の生活をしている家がありました。その隣ががれきの山だったのです。ある線を境に突然、街が変わってしまったわけです。

被災者の話を伺うと、壮絶です。おばあちゃんが流されて、ふわふわ浮いているうちに、目の前にたまたま豊が流れてきた。その豊につかまっていたら、避難所にたどり着いたという人がいました。車に乗っていた時に、津波にさらわれた人もいました。一生懸命、窓を開けようとしても開きません。車の中は津波の汚い水でいっぱいになり、真っ暗で何も見えなくなりました。もう「もうだめだ」とあきらめたとき

に、車が何かにぶつかって、奇跡的に窓が開きました。浮かび上がったら、避難所だったと言います。

強い「思」のけがから復帰

1996年7月の名古屋場所の出来事です。3日目に小錦関と対戦しました。すると300kgの小錦関が上から崩れてきました。危ないと思って、急いで右に逃げましたが、左足が300kgの巨体に押しつぶされました。

「バキッ」と音がしました。が、興奮しているから、全然痛くありませんでした。しかし、立ち上がるのができませんでした。病院に行くと、検査したら、ひざの靭帯(じんたい)2本が断裂してました。足が

グラグラになってしまい、それを見ていたらだんだん痛みが湧いてきました。リハビリを重ね、何とか幕内を維持していましたが、とうとう十両に陥落してしまいました。本当は小錦関に負け、休場した時点で、引退しようと思っていました。これで、引退する理由ができたと思いました。

私は伊豆の病院で治療を受けていました。重度の障害者がリハビリに励んでいる姿を見ました。ほとんど体が動かない人ばかりでした。そして、リハビリの先生に「無理をしないで、寝かせておいたほうがいいと思う。もう復帰できないでしょう」と言ったら、「そういう人たちの中からでも、奇跡的に回復する人がいる」とものすごく叱られました。自分の考え方が、いかに腐っているか思い知らされました。

そこからまた思い直して、リハビリを本気でやることになりました。それまでは、リハビリしても、引退のことばかり考えていたので、身になりませんでした。何とかしよ

う、治そうという強い思いがないと、いい方向に向かいません。本気になって取り組んだら、十両3場所、幕内に返り咲きました。

勝負にかける執念

横綱朝青龍関の現役時代、「日本人じゃ勝てない」と思いました。朝青龍のお父さんは相撲の心構えを「自分の母親の敵のつもりで戦え」と教えたそうです。普通の力士は「きょうの一番何とか勝ちたい」と思う程度です。モチベーションが全然違います。それに比べて、日本の力士はどうでしょうか。昔は息子が相撲界に入る時、強くなるまで帰ってこないと送り出しましたが、今は違います。「苦しかったら、すぐ帰ってきなさい」です。そうすると、本当にすぐ帰ってしまいます。1週間で帰る人もいます。ひどい新弟子は、朝来て、その日の夜、いなくなります。

私は親方に、「土俵は人生の縮図だと教えられました。過去に一度も負けたことがない相手に対し絶対大丈夫だ」と思って土俵に上がると、負けてしまいます。自信が過信、慢心になってしまふのです。相手は熱心に研究して、謙虚に向かっています。

足元をすくわれて初心に戻り、熱心にけいこをする。現役時代はこの繰り返しでした。相撲を通じ、精神力の強さが勝敗を分け、けがの克服にもつながることを痛感しました。健康づくりは、心を強くすることから始まると思えます。

遠山所長の健康セミナー

舞の海関の語りは小さな体で大相撲の世界を無事に生き延びた彼の歴史でした。169kgで入門し大男に負けじと挑み90kgの体で150～200kgの小錦、曙、武蔵丸らの横綱、大関に立ち向かい八艘飛び、猫だましの技で小が大を食う現場を見せつけた10年は彼の誇りでしょう。それに比べて、今の相撲界はという彼の嘆きもよく分かります。当日間近で見た彼は169kg、95kg、筋肉パンパン、内臓型でない皮下脂肪型肥満、肌につやがあり、お米大好きな非メタボ体型でした。小錦関との一番での大けがを教訓とし以後の相撲界。引退後、今日までの人生を用心深く乗り切ってきたことがよく分かりました。以前は大胆さが健康長寿を生むといわれてましたが、用心深さこそがとの記述をみました。[週刊ポスト7月15日号64頁]関取の長寿を祝い乾杯。



遠山 和成 1941年生まれ。県立静岡高、京都大医学部卒。静岡県立総合病院の外科医長、副院長を歴任し、2006年よりSBS静岡健康管理センター所長。