

横浜DeNAベイスター

仁志 敏久さん。

TOSHIHISA NISHI

ドラフト2位で読売ジャイアンツに入団。他の球団を含め選手として15年活躍し、39歳で 引退。その後、野球解説者や侍ジャパンのコーチ等を務めながら、筑波大学大学院人間総 出場。早稲田大学人間科学部卒業後、日本生命に入社し社会人野球を経て、1995年、 【にし・としひさ】1971年、茨城県出身。 常総学院高等学校では、 3年連続で甲子園 合科学研究科で体育学を学ぶ。2021年横浜DeNAベイスターズファーム監督に就任。

著書に『指導力 才能を伸ばす「伝え方」「接し方」」(2021年、PHP研究所)等がある。



> <mark>Baseball</mark> Manager TOSHIHISA NISHI

のでしょうか。が、仁志さんも子どもの頃からの夢だった職業で長年、上位にランクし続けています――「プロ野球選手」は男の子のなりたい

そうですね。まぎれもなくそんな感じです。――野球は何歳の時に始められたのですか。 機らの時代、本格的にスポーツに取り 機らの時代、本格的にスポーツに取り

は当時サッカーで有名な町で、スポーツをそれが、僕の生まれ育った茨城県古河市子どもは多かったのでしょうね。――学校や地域でも、野球をやっている――学校や地域でも、野球をやっている

だったんです

やっている男の子の9割くらいがサッカー

の時代のオーソドックスな家庭だったので、を観戦し、高校野球も必ず見るような昭和そうですね。お茶の間ではプロ野球や相撲

野球は身近でした。それにまだJリーグがない時代で、サッカー選手が憧れの対象に野球は身近でした。それにまだJリーグが

順調に上達していきました。
---野球にはすぐに夢中になったのですか。
子どもの頃からスポーツには自信があり、
おきないでする。野球も自分の思い通り、
がったんですね。野球も自分の思い通り、

それに負けることが、とにかく嫌で嫌で、いさい頃、2歳上の兄にいじめられて泣いて返せ」と言われていて、その精神をずっと持ち続けていました。走れば一番だし、と持ち続けていました。走れば一番だし、とけち続けていました。それに自びると、祖母から「やられたら、倍にして返せ」と言われていて、その精神をずっと持ち続けていました。とにかく嫌で嫌で、るほどスポーツは何でも得意だったけれど、着神面でも絶対に負けたくないという気持ちが強かったですね。

中にあったのでしょうか。その頃からプロ野球選手になることは頭の常総学院高等学校に進学されていますが、――中学卒業後は、甲子園出場の常連校、

野球を始めて以来ずっと、自分はプロ野球たのですが、高校1年生で夏の甲子園に出場たのですが、高校1年生で夏の甲子園に出場した時初めて、その思いが揺らぎました。中学卒業後まだ数カ月しか経っていなかった時期に、甲子園ですごいプレーをする選手たちを目の当たりにして、自分も彼らと同じように成長していけるのだろうかとと同じように成長していけるのだろうかとと同じように成長していけるのだろうかとと同じように成長していけるのだろうかとは言え、誰の目から見てもすごいと言うほどの領域には達していませんでしたし、特に体格的に恵まれていませんでしたし、特に体格的に恵まれていたわけでもありませんでした。

# 気持ちが強かったですね。精神面でも絶対に負けたくないという

## 絶対的な自信があった反面、そこで活躍できなければ 終わりだと覚悟していました。

クビになるなと思っていました。 実力を考えた時、プロ野球に入ってもすぐに かるくらいではあったものの、実際、自分の する道を選ばれたのですか。 自分の力を確かめたりすることができます。 に行けば、そこでもう少し実力をつけたり、 高校3年生の時点でドラフトから声 それで高校卒業後、 早稲田大学に進学 大学野球 がかか

はなく、プロ野球選手として活躍すること できる域には達していないと思い、大学進学 こそが目的でしたから、自分はまだ活躍 を決めました。 僕にとってプロ野球に入ることが目的で

言でいうと、 大学に行って得られたことは何ですか。 自信ですね。 大学野球で



実感はありましたね でキャプテンをやらせてもらった時には 持てるようになりました。特に大学4年生 いうことがすべてできたという満足感、 自分も先頭に立って結果を残していくと チームをつくっていくとか、それと同時に キャプテンとしてチームを引っ張るとか は結果が出せましたし、それに伴い自信 充

思います。 野球選手としての準備は整ったのかなと 大学野球を通じて、 自分が目指すプロ

獲得することができました。

場するため、 社会人野球に入られたのは、 大学時代、 -では、大学卒業後、日本生命に入社し 年1~2回、 日本代表として国際試合に出 海外へ行く機会 なぜでしょう?

> 楽しさを知って、日本代表としてオリン 結論に至りました。 やはりプロ野球選手の道を選ぼうという になって活躍することを望むかと考えた時 のために費やすか、それともプロ野球選手 分かれ道になります。オリンピックの2週間 その1年間はプロ野球選手にとって大きな するとすれば25歳の年にあたるのですが、 期だったんですよね。 ところでプロ野球に入ることを決めました。 ピックが開催される前年、予選が終わった 目指していたのですが、結果的にはオリン それで社会人野球に入ってオリンピックを ピックに出たいと思うようになりました。 がありました。その時、海外でプレーする と言うのも、ちょうど年齢的に難しい時 オリンピックに出場

課題をクリアしながら、 でした。いろんな人の協力や指導があって れも乗り越えられないほどではありません や考え方があることに気づきましたが、ど からは、思い通りのプレーができましたか。 プロ野球に入って、自分に足りない技術 -25歳で読売ジャイアンツに入団されて レギュラーの座を

対応できる選手になるしかなかったのです。 は細かい技術を身につけて、 るほど伸びしろがあるわけじゃないと。あと 覚悟していました。自分にはもう、目に見え 世界に入ってきたという絶対的な自信があっ た反面、そこで活躍できなければ終わりだと 自分自身、準備完了の状態でプロ野球の 毎日の試合に

できた要因は何だったのでしょう?第一線で活躍されていましたが、長く活躍年一一読売ジャイアンツには35歳まで在籍し、

と思います。と思います。と思います。と思います。

必死に練習した成果もありますが、それだけではなく、突然スイッチが入ったというんでしょうか。これまでたくさんの選手を見てきましたが、くすぶっていた選手がを見てきましたが、くすぶっていた選手があるん素養は必要だけれど、そこに何らもちろん素養は必要だけれど、そこに何らあって、自分の場合もそのスイッチが入ることが稀にあって、自分の場合もそのスイッチが入ったという。

どこにあるとお考えですか。 ――プロ野球選手という職業の面白さは、

ですが、個人としては技術を高めたり、成ですが、個人としては技術を高めたり、成績を残すことです。在籍当時の読売ジャイスター選手が集まっていて、その一員だったことは誇りでしたし、彼らと一緒にプレーできたことはとても幸せでした。

ムの雰囲気や習慣、文化は全く違っていますれていますが、どんな違いがありましたか。---その後、35歳で横浜ベイスターズに移籍

試合に対する取り組み方の違いとか、

ですし、日本とアメリカの練習の仕方やいいのかあれこれ考えることが楽しかったとして認めてもらうにはどう振る舞えばを知らないわけです。その中でチームの一員

アメリカの野球文化に触れられたことも

考えるようになっていきました。思うような結果が出せず、次第に引退をちはあったものの、年齢的なこともあってかったので自分が何とかしたいという気持かったので自分が何とかしたいという気持い。移籍当時はチームの成績が芳しくな

## ――どのように引退しようと?

思うようにプレーできなくなり、活躍でありました。

ったんじゃないですか。 以上に雰囲気も文化も異なるので、大変だいた。 一一海外の独立リーグですと国内での移籍

それがすごく楽しかったんですよね。野球を純粋に楽しいと思ってプレーできたのは、小学生の時以来でした。というのも、アマチュアの頃はプロを目指していましたし、プロになってからも結果を出し続けなければならなかったので、ずっと野球は苦しいればならなかったので、ずっと野球は苦しいればならなが、アメリカに行くと皆、僕のこと

第に引退を そうですね。ケガもあって調子が悪くなともあって のでしょうか。 ――その後は、思い残すことなく引退できたが芳しくな 。 良い経験となりました。

そうですね。ケガもあって調子が悪くなった時期に、チームで選手の入れ替えがあって、引退を打診されました。自分のことを知っている人がいない場所で、選手の入れ替えというやむを得ない事情があって、しかも自分はケガをしている。これ以上の世由はないと思い、引退を決めました。ですから、引退の翌日は、かつてないほどですから、引退の翌日は、かつてないほどですから、引退の気分でしたね。

はないたかないとして、またででです。 引退直後くらいから「ゆくゆくは指導者 すが、何がきっかけだったのですか。 大学院人間総合科学研究科に進学されてい 大学院人間総合科学研究科に進学されてい

引述直径くらいから一般くは打導者になりたい」と思いながら、いろんな人脈を通じて勉強したり、興味を持った本を買い漁ったりしていました。そんな時、ある人に大学院を勧められて「確かに、そんなり強強の仕方もあるな」と。質問されたら何でも答えられる指導者になりたいと思っていたこともあり、進学することにしました。コーチングや心理学、スポーツリスクマネジメント論、体の仕組みを力学的に学ぶスポーツバイオメカニクスなど、どの講義も充実した内容で面白かったですね。講義には指導者に必要な科目がそろっていたおかげで、「自分はこれから何を勉強していけばげで、「自分はこれから何を勉強していけばげで、「自分はこれから何を勉強していけばげで、「自分はこれから何を勉強していけばいか、どんな知識を身につければいいか」

# どんな知識を身につければいいか」「自分はこれから何を勉強していけばいいか、

をもって指導できるのでしょうか。――専門的な知識を持っていれば、説得力が明確になったことも大きな収穫でした。

指導をする時、同じことを説明しても、をの根拠や理屈をわかって説明する指導者では伝わり方と、感覚的に説明する指導者では伝わり方と、感覚的に説明する指導者では伝わり方と、感覚的に説明する指導者では伝わり方と、感覚的に説明する指導者では伝わり方と、感覚的に説明する指導者では伝わり方と、感覚的に説明する指導者では伝わり方と、感覚的に説明する指導者では伝わり方と、感覚的に説明する。

でどんなことを心がけましたか。 監督に就任されていますが、指導される上たちのチーム「侍ジャパン リ―12」の代表たちのチーム「侍ジャパン リ―12」の代表のがしまうね。仁志は、行動に移しやすいでしょうね。仁志

もって子どもたちと接していました。 事など社会での規律を教えたり、人間的な事など社会での規律を教えたり、人間的な

指導者は親代わりとして、時には自分の命1年生の子どもです。海外遠征に行けば、特に U―12の選手は、まだ小学生や中学

もあります。

さなりません。子どもたちが危険なことをはなりません。子どもたちが危険なことを

けれども、時にはふざけあったり、上下もいい。指導者は親であり、友達であり、もいい。指導者は親であり、友達であり、もいい。指導者は親であり、、いろんな面があるものだと僕は思っています。一人の人間として対等に接する場面がある一方、まだとして対等に接する場面がある一方、まだっためには、子どもたちへのアンテナをするためには、子どもたちへのアンテナをずるためには、子どもたちへのアンテナを常に張っておくことです。

気持ちが湧いてくるのです。
また、自分の想いを伝えたり、逆に子どもたちから言葉を引き出すためにはコミュニケーション法だけでなく、発達心理学の知識も役立ちます。指導に関することを知さればするほど、「もっといろんなことを知りたい、学びたい!」という気持ちが湧いてくるのです。

ですかね。ケガをしたり、心が弱っていたありがとうございます。30歳を過ぎた頃知識の幅が広い方という印象を持ちました。ょうか。現役時代のインタビューを拝見し、――そういうマインドをお持ちだからでし

ことが習慣になっています。それ以来、いろんな本を読むようになりました。

当たり前」と決めてかかるのではなく、年 のように接していらっしゃいますか。 監督ではあるけれども、すべてが上から 世報にはならないように意識しています。 監督ではあるけれども、すべてが上から とのように接していらっしゃいますか。

下の相手が挨拶してこなければ、自分から

声を掛けます。

パンのトップチームのコーチと、段階的にジャパン U―23のコーチ、そして侍ジャ以下の子どもたちの指導から始め、次は侍は下の子ともたちの指導から始め、次は侍

ギャップに困ったりしませんか。

## 人間 ま ず 考え す。

とって真の理解にはつながらないでしょう。

野球の技術指導は動作に関わることですか けで、伝えたいことは伝わりません。特に お考えですか。 た」というところまで伝えなければ、選手に です。「実際に自分でやってみたら、こうだっ ら、伝える側の実感を伴っていることが大事 に言うだけでは、単に言葉を並べているだ 「知識」は欠かせませんが、それをただ選手 「表現力」が必要だと考えています。幅広い 情熱があることを大前提に、「知識」「経験 -仁志さんは、 指導者には何が必要だと

> どんな時ですか。 やってきた経験だけではありません。 そのためには「表現力」も欠かせないのです。 理解できるようになるのか?」を考えます。 だ知識を自分で体現してみることも、 いんだ!」と思うより先に「どうやったら 伝わらない時、僕は「どうして理解できな として積み重ねられていくのだと思います。 「経験」とは、自分が現役時代、選手として そして、自分の伝えたいことが相手に 指導者としてやりがいを感じるのは

ファームから入った若い選手たちがどんど いる時です。横浜DeNAベイスターズでは たちが活躍する姿や変化していく姿を見て ん成長して1軍で活躍する姿を見ることが 自分が技術や知識を伝えたことで、選手



きています。そういう姿を見ていると、我が のドラフトで声がかかるような選手も出て たちの中から甲子園に出場したりプロ野球 できますし、侍ジャパン U―12にいた子ども

子が成長したような喜びを感じます。

年齢が上がってきたのが、良かったのかも

しれません。ジェネレーションギャップに

知りながら対応することができました。

特に困ったことはなく、

各年代の違いを

僕の言葉で選手たちが成長してくれるのは であり、やりがいを感じるところです。 ていくことも、指導者の仕事のおもしろみ 解してくれます。そうして信頼関係を築い 自分が相手を理解すれば、相手も自分を理 ら気づき、成長してくれることも嬉しい。 もちろん嬉しいですが、選手たち自身が自 する選手たちを見られる楽しみがあります。 せてもらっているので、様々な場面で活躍 いろんなカテゴリーの選手たちに携わら

にされていることを教えてください。 -では最後に、仁志さんが人生で一番大切

ュアップし続けていきたいと思っています。 常に学びと実践を繰り返しながら、ブラッシ わらないことがすごく嫌なんです。だから 付かされました。僕は、現状維持で何も変 いった1カ月という時間の重みを考えた時 1カ月とその子が苦しみながら亡くなって う話を聞きました。僕が野球をやっていた 会って1ヵ月後、その子が亡くなったとい 1人の少年と話す機会がありました。 「決して時間を無駄にしてはいけない」と気 選手だった頃、 小児がんで入院している

話しいただき、 今後のご活躍も楽しみにしています。 ありがとうございました。

(インタビュアー/ライター 更田 沙良)