

タレント

照英さん



SHOW-A

【しょうえい】1974年埼玉県出身。東海大学体育学部時代、やり投で広島国体（1996年）に出場し準優勝。卒業後はモデルとしてデビューし、芸能界へ。スポーツバラエティ番組『筋肉番付』（TBS）で優勝して一躍有名に。現在、TBSラジオ『ママとパパのごきげんドライブ』（毎週日曜・12:45）にレギュラー出演中。趣味も多彩で「一級小型船舶操縦士」「動物取扱責任者」「食品衛生責任者」等の資格を持つ。著書に『俺の自己啓発』（アスコム）、「親子で運動会を勝ちにいく」（岩崎書店）等がある。

自分の可能性の引き出しを開けるため
挑戦し続ける



スポーツバラエティ番組『筋肉番付』では高い身体能力で優勝したかと思えば、司会を務めた育児番組『すくすく子育て』では赤ちゃんを相手に頬をゆるめていた照英さん。いかにも体育会系の体格でありながら、アツい人柄で涙もろい面も見せ、そのギャップも魅力の一つとなっている。プライベートでは「3人の子育てが楽し過ぎる」という照英さんに、アスリート時代の話から芸能界入りのきっかけ、家族への思いまで伺った。

Talent
SHOW-A

——照英さんは学生時代、陸上競技のやり投でオリンピックを目指されていたそうですが、始められたきっかけは何だったのですか。

中学生の時、体育の授業でソフトボールを投げたらずごく飛んで、その姿を見ていた陸上部の顧問の先生に「投てき種目に向いていそうだ」と声をかけていただいたことです。それで陸上部に入って、走高跳をメインにしなから、「三種競技」と呼ばれる、100m走、走高跳、砲丸投を組み合わせた混成競技をやっていました。

高校に入るとすぐにやり投を始め埼玉県大会で優勝し、ジュニアオリンピック(将来のオリンピック選手の育成を目的に開催)やインターハイ(全国高等学校総合体育大会)にも出場させてもらいましたね。

——やり投の選手って、珍しいですよ。

自分も始める前は、競技人口が少ないのかと思っていたら、結構たくさんいるんですよ。日本ではマニアックなイメージがありますが、世界、特にヨーロッパでは小学生のやり投クラブがあるくらい人気です。

——助走をつけてやりを投げるんですよ。

投てき種目の中で唯一「走り」が入るのがやり投で、走りと瞬発力を兼ね備えた人間がやり投に没頭する傾向があるみたいです。自分は中学で走高跳をやっていたことが、高校からのやり投にも生かされました。

やり投では、リズムをつくって、やりを投げる練習をひたすら繰り返すんですね。反復練習はきつかったですけど、いくらやっても全く飽きませんでしたね。小学生の頃から野球に水泳といろんなスポーツに取り組んできましたが、やり投ほど没頭できるスポーツは他になかったです。

——それほど没頭できる魅力って何なのでしょ?

自分の筋力でやりを遠くに飛ばすことの快感ですね。同じ投てき種目でも砲丸投や

ハンマー投は重いので風に負けませんが、やり投は比較的軽いんです。どうやってや

りを遠くに飛ばすか、投射角度を計算したり、風向きを読みながらタイミングをはかって投げないといけないので、勉強のしがいがあるって、奥が深い。飛距離がどんどん伸びて、記録が更新されていく面白さもありましたね。

——照英さんは大学でもやり投を続けられ、全日本学生選手権で出された73m90cmという記録はかなりすごいそうですが…。

20年以上経った今でも5本の指に入るくらいの記録で、シドニーオリンピックを狙えるところまで行っていたんですけど、選考会に自分のベストな状態のタイミングを合わせられず、結局、オリンピックへの切符は手にできませんでした。

反復練習はきつかったですけど、
いくらやっても飽きませんでしたね。



心の中が何か不完全燃焼で、 「人生そのものに挑戦したい」という 思いがわいてきました。

——大学卒業後は、どうされたのですか。
「アスリートとして、もっと挑戦し続けた
い」というのが本音でした。ただ、今の時代
ならスポンサーがつけばプロのアスリートと
してやっていけますが、当時は企業に入って
社員として働きながら競技を続ける道しか
ありませんでしたし、入社しても結果が出

せず、若くして退社せざるを得なくなつた
先輩たちの姿を見ていましたからね。
中学・高校の保健体育の教員免許を取って
いたので、学校の先生になろうかとも考え
たんですけど、心の中が何か不完全燃焼で、
「人生そのものに挑戦したい」という思いが
わいてきました。

——そこで目指したのがモデルだったと。
そうなんです。当時「スーパードル」
が大活躍していて、雑誌やポスターでハイ
ブランドの広告を見ると男性モデルは筋骨
隆々の体型でした。日本人男性で活躍して
いるモデルはいないけれど、世界で通用す
る肉体を持つていれば日本人でも活躍でき
るんじゃないだろうか。陸上競技で身体を
鍛え上げていた自分ならチャンスがあるか
もしれないと思って、芸能事務所につつま
から履歴書を送りました。

そのうち1社に「その身体だったら東京
コレクシヨンのランウェイを歩けるかも」と
声を掛けられて、オーディションを受けた
ところ、抜擢されました。そこから、東京
コレクシヨンをメインに、男性ファッション
誌『メンズクラブ』や海外のハイブランド
でモデルの仕事をするようになりました。

——陸上で鍛え上げた身体が異分野で役に
立ったんですね。その後はどうなりましたか。
東京コレクシヨンは日本を代表するファ
ッションショーで、テレビ業界の方もたくさ
ん見に来ていたんですよ。そこで一人のプロ
デューサーさんに声を掛けていただき「戦
隊モノ（子ども向け特撮ヒーロー番組）」の
オーディションを受けました。
演技は全くの未経験でしたが、「台本って
こういうものなんだ。これを覚えて言えば
いいのか」と興味を持ってやっているうち
に、約3000人のオーディションで5人戦
士のうちの1人に選ばれました。

—— 役者という仕事はいかがでしたか。

モデルの仕事は服をきれいに着ることが
できる体型を持つていることが大事で、個
人の名前は表に出てきません。でも、役者
になったら「照英」という個人の名前が
独り歩きしていくんだなと。

演技についても賛否両論の意見が出てく
るんですよ。それはある意味、皆さんが
教科書を与えてくれて導いてくれてるん
だと思つて、「だったら、こんなふうに演技
してみようか」と試行錯誤を重ねました。

—— 周りの意見をポジティブにとらえ、ご
自身のスキルアップに生かされたのですか。

戦隊モノのシリーズが終了して1年くら
い経つた頃、『筋肉番付』(TBS)という
バラエティ番組に出演しました。運動神経
に自信のある著名人が様々なスポーツにチ
ヤレンジして競う番組なんですけど、そこ
で優勝したらNHKの朝ドラ『まんてん』
の出演依頼がありました。同じ頃に、大河
ドラマや国民的時代劇のレギュラー出演も
次々と決まつて、そこからは役者の仕事に
どっぷり入り込んでいきましたね。台本も
常に10冊くらい持ち歩いている状態で、時
代劇の撮影のため京都でホテル住まいする
ような生活を10年近く続けていました。

—— 31歳の時にはご結婚されていますが、
ライフスタイルに変化はありましたか。

激変しましたね。单身時代は毎晩のよう
に飲み歩いていましたけど、結婚後は家で
ご飯を食べて飲むようになりました。

ただ、家で台本を読んで役作りをしてい
ると、気持ちに全然余裕がなかったんです。

心ここにあらずで、しゃべりたくもないし、
笑うこともできない。プレッシャーで夜も
ぐっすり眠れず、「このままの生活を続けて、
子どもが生まれた時、ちゃんと向き合える
のか」と不安になりました。

自分が思っているような人生を歩めてい
ないような気もして、これから自分は何を
目指していくのか見えなくなってきたん
です。「俺は何のためにこの世界に飛び込ん
で来たんだろう? 挑戦するためだったよ
な。だったら、もう一度、原点に戻ってみる
のもありかもしれない」と思い、役者の仕事
を一旦全部やめることにしたんです。

—— 全部やめるとは大胆なご決断ですね。

でも、思い切つてシャッターを全部下ろ
したことで、新たな世界が広がりました。
その一つがNHKの育児番組『すくすく
子育て』の司会で、長男が生まれた頃から
5年間やらせてもらいましたし、役者をや
っていると時間がなくてできなかった海外
取材のドキュメンタリー『世界ウルルン滞
在記』(毎日放送)の仕事も入ってきました。
番組では世界各国でホームステイをさせて
もらつて、すごく良い経験になりましたね。

—— 役者の仕事をやめることについて奥様
は反対されなかったのですか。

「ああ、そうなんだ」くらいでしたね。そん
な女房だから良かったのかなと思います。

—— 育児番組の司会をされていたというこ
とは、もともと子ども好きだったのですか。

いや、正直、苦手でしたね。戦隊モノの
番組に出ている時、握手会に来た赤ちゃん
を抱っこするとよく泣かれていたんですよ。
身体のデカイ奴が、デカイ声で「ありがどう
ッ!」とか言うから、怖がられていたんで
すかね。小さい子どもに接した経験がなく、
接し方がわかりませんでした。

女房のお腹に子どもができてからという
もの、哺乳瓶やベビーカーはどんな物がい
いかなど研究してベビーグッズの店を毎週
行脚するようになりました。やるからには、
突き詰めないと気が済まない性分なんです。

—— お子さんが生まれてからは、子育てに
積極的に関わられているのですか。

現在14歳、10歳、4歳と3人の子どもが
いるんですけど、子どもたちに「パマ」つ
て呼ばれることがあるんですよ。

—— 「パマ」ですか?

パパとママの両方の役割をこなすから、
「パマ」だそうです。

思い切つてシャッターを全部下ろした
ことで、新たな世界が広がりました。

子どもたちに「ウチの親父って、何でも夢中になってすごいな」と思われたら、花丸なんですよ。

なるほど！

自分がいろんなことをやり過ぎて、女房に「ウチにお母さんは2人いらない」って怒られたこともあるくらいです。

——具体的には何をされるのでしょうか。

何でもやりますよ。子どもの送迎もしますし、勉強をみたり、話し相手もしますし、料理や洗濯など家事もやります。

——えっ！ 家事もされるんですか。

もちろん！ やってないものはないですね。女房に子どもを産んでもらって、二人で家族をつくっているんだから、家事も子育ても分担するのは当たり前のことだと思っっています。

——家事育児の分担を当然とされている男性は、日本ではまだ少ない気がしますが…。

思い返せば、自分の父親が反面教師になっているのかもしれない。団塊の世代で銀行員だったんですが、月曜から土曜まで働き詰めで、日曜日も接待ゴルフで家にほとんどいないような父親でした。授業参観や運動会に来てくれた思い出もありませんし、そもそも父親と話した記憶があまりないんですよ。もちろん経済的には感謝してい

ますけど、自分の子どもにはそういう思いをさせたくなくて、学校行事は基本的にすべて行きますし、先生方やよそのお父さん、お母さんたちともよく話をします。

——ご家庭でお子さんたちとは、どのようなスタンスで接しているのでしょうか。

「言いたいことがあつたら、嫌なことも含めて全部言いなさい」と言っています。「君たちより人生経験を豊富に積んできているから、パパに答えられないことは無い」とも言っているので、その姿勢を貫くために自身も勉強を続けていますし、デスク周りには学生時代よりも多く本が並んでいます。例えば、子どもに「カヌーに乗せてやるよ」「釣りに行こうよ」と言うためにも、ちゃんと勉強しますし、必要な免許も取ります。挑戦したものの中には、自分に向いていなくて、逃げたものもありますよ。

でも、そうやっているんなことに挑戦しているって、新しいアンテナが立つんです。そこでわからないことが出てくると勉強するから、扇を広げるように知識や経験の幅が広がっていきます。結果的に、自分自身の仕事の幅を広げたり、人生の厚みを増すこ

ともつながるんだと思います。

好きなことは誰にも負けたくないですし、突き詰めますね。実は、いま一番夢中になっているのが金魚で、自宅で3000匹を育成しているんですよ。

——3000匹ですか！ それはすごい。

金魚の養魚をされている方に仕事で出会って、「金魚って面白そうだな。繁殖したらどうなるのかな」と思ったのがスタートで、そこから勉強したり、大学教授に直接話を聞きに行ったりしています。

金魚がふ化する瞬間を子どもたちに見せながら、「この丸い卵から生まれてくるからね」と説明すると、子どもたちは「金魚の赤ちゃんって、こんななんだ！」って興味津々で観察しています。

——いろんなことに挑戦される根底には、「頼れるお父さんでいたい」という思いがあるんですね。

子どもたちに「ウチの親父って、何でも夢中になってすごいな」と思われたら、花丸なんですよ。「親父の原動力って何だろうな」という答えが、成人した時にわかってもらえたら、自分がやってきたことは正解だったなと思いますね。

——2019年には全日本マスターズ陸上競技選手権大会にも出場して、やり投（M45クラス）で優勝されていますよね。

自分がやり投選手だった頃を知らない女房や子どもたちに、その姿を見せてあげたいというのが挑戦した理由です。最初に



挑戦した時は全く結果を残せず、そこからは毎日練習するようになりました。

——どんな練習をされたのですか。

仕事が終わってから夜遅くまで約2時間、河川敷を走り込んだり、自宅やジムでトレーニングをしました。どんなに仕事で疲れ切っていても毎日欠かさず練習を続けるのは、かなりしんどかったですけど。

——大会にはご家族も一緒に？

もちろん連れて行きましたよ。「見せる

なら日本一の姿。中途半端な試合は絶対見せない」と心に決めていたので、大会前は笑う余裕すらありませんでした。しかも、現役時代の猛者たちも出場していたなかで、自分に日本一が獲れるか不安でしたが、無事に結果を出せて、うれしかったですね。

——宣言通り日本一なられたパパの姿を見て、ご家族の反応はいかがでしたか。

女房は泣いていましたね。表彰台に立つて、取材陣に囲まれて、自分自身も感動して泣きました。パパの体つきが日に日に変わってきている姿は子どもたちも見ていたでしょうし、挑戦してよかったです。

——これからやりたいことは何ですか。

一つは、釣りのプロとして実力をつけることです。大手釣り具メーカーさんと契約させていただき釣り番組に出演しているので、日々鍛錬して誰もが認めるプロになりたいですね。もう一つは、「金魚育成家」として金魚の新種を作出して図鑑に載せることです。これについては実現化しそうなところまで来ています。そして一番大きな夢が、家族と一緒に船で世界一周することです。

——それはまた、どうしてでしょう。

自分の人生は自分の手でつくり上げたいですし、その意識は陸上競技を通して培ってきました。

家族も旅好きで、自分が船舶免許を持っているというのがありますが、冒険すれば人間力がつくんじゃないか思ったら、いつかやってみたいなど。壮大な夢だけれど、人ができないと言ったことでも成し遂げる勇氣があれば、叶うんじゃないかな。夢は見るといいものじゃない。夢はつかむものだから。つかむためには、自分をどうつくり上げていかなければいけないのか、どんな準備が必要なのかと、一つずつ組み立てていくと、壮大な夢でもつかめちゃうんですよ。

自分の人生は自分の手でつくり上げたいですし、その意識は陸上競技を通して培ってきました。とにかく後悔したくないんです。子どもたちにも「自分にしかできないことに挑戦しなさい。頑張っている姿は皆が見てくれているし、応援してくれる。皆に憧れられる存在になるんだよ」と伝えている以上、親がその見本になろうと。そう考えると、今の自分にとって家族がすべての軸になっていますし、家族がいるから頑張れます。

——これからの活躍も楽しみにしています。お話をいただき、ありがとうございます。

(インタビュー／ライター 更田 沙良)