

どうしているの？

スポーツチームの健康管理

千葉ロッテマリーンズの巻



候補選手は今後さらに絞り込まれていきますが、マリーンズの9選手が全員オリンピックに出場できることを期待し、応援をしましょう。



野球選手の健康管理のポイントの第一は、体の故障に対する予防です。肩、肘、膝、腰を痛めることが多く、悪化すると選手生命を失います。

どんなに優れた資質をもった選手でも、体の故障が致命傷になるのが、プロスポーツの厳しさ。そのため、マリーンズでは、PTE(リハビリ)、トレーナー(アフターケア)、コンディショニング(ウエイトトレーニング)の3部門のサポート体制をとっています。



菊地 広保
トレーナー



球団トレーナーとして20年間、選手の健康管理に携わってきた菊地広保さんは、「人工芝の球場でプレーをするようになってから、膝・腰を痛める選手が増えてきました」と語る。菊地さん自身も、野球選手をめざしていたのに故障のため断念しなければならなかった苦い経験をもっています。

その時に通院していた整形外科で鍼灸治療の効果を知ったことがきっかけになって、鍼灸師の資格を取り、20歳で球団トレーナーに。「入団16年間は優勝とは無縁のチームでしたから、



北京オリンピック日本代表チームの第一次候補選手が発表(3月31日)され、千葉ロッテマリーンズからは川崎雄介、久保康友、成瀬善久、渡

辺俊介、小林宏之(以上、投手)、里崎智也(捕手)、西岡剛、今江敏晃(以上、内野手)、サブロー(外野手)の9選手が選ばれました。

公式ファンクラブ TEAM26のご案内

千葉ロッテマリーンズの背番号「26」は、ファンの背番号として欠番になっています。その背番号を背負い、TEAM26の一員として一緒に戦うことを楽しんでみませんか？

TEAM26の会員になると、次のような特典があります。

- 会員価格でのチケット購入
- 入会記念品をプレゼント
- ピンバッジをプレゼント
- マリンスタジアム無料招待券をプレゼント
- オリジナルベースボールカードを年6回プレゼント
- 「Mポイント」を貯めると、試合チケットやマイル(ANA)などに交換できます。

※詳細は、Web(www.team26.jp)をご覧ください。

※お申込みは上記Web(PC、携帯)またはマリンスタジアム(TEAM26ブース)で。



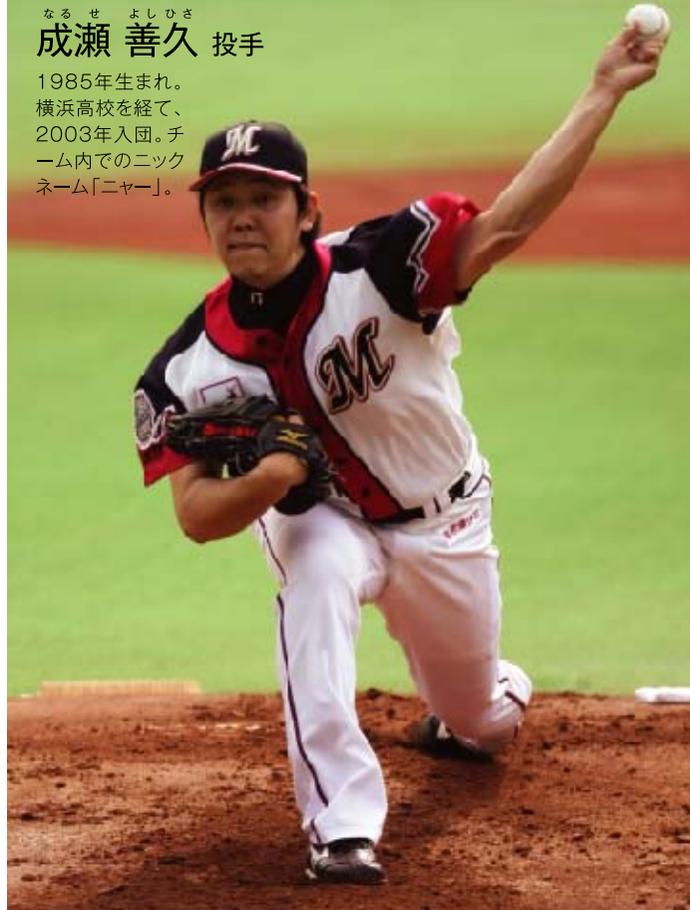
愛読者プレゼント!

- ①7月の試合 内野指定席SS
- ②マリーンズグッズ
- ③成瀬善久投手のサイン色紙

※応募方法は21ページをご覧ください。

成瀬 善久 投手

1985年生まれ。
横浜高校を経て、
2003年入団。チ
ーム内でのニック
ネーム「ニャー」。



今のように優勝して当たり前という雰囲気は夢のようです」と、菊地さんは笑う。

シーズン中は選手と行動をとりにしている菊地さんの言葉だけに、今シーズンのマリーンズは大いに期待できそうです。



昨シーズン、16勝1敗という素晴らしい成績を残し、今シーズンも好調な成瀬善久投手には、次のようなコメントを寄せていただきました。

「自分の健康管理で普段から

心掛けているのは規則正しい生活です。リズムが崩れることがプレーに一番影響しやすいので、登板日もそれ以外の日もほぼ同じ時間に起床・就寝するようにしています。食事も、カロリーや栄養を考えながら消化に良いものをとるように努めています。

今シーズンの目標は自らの17勝越え、そしてチームがリーグ優勝して日本一になること。ファンの皆さんと一緒に、嬉し涙を流せるように頑張ります」