



長いイニングを投げるのが目標。
その姿を球場に見にきてください!

COVER
+
INTERVIEW

HIGASHIHAMA Nao

東浜 巨

福岡ソフトバンクホークス



——シーズンオフもずっとトレーニングを続けていましたが、体のパーツで自信がある部分はありますか?
「見て、この大胸筋!」とか、そういうことですか(笑)? まだまだ細いんで、自信はないですね。やつと野球選手らしい体つきになったかなと思っっています。工藤監督の指導で本格的にトレーニングを始めてから、体重はむしろ少し減ったくらい。無駄なものを落とすとして、これから筋肉を増やしていく計画です。

——食生活で注意していることは?
我慢するとストレスになるので、好きなものを食べるようにしています。肉の前に野菜とか、食べる順番の方を気にしますね。あと、サラダを2種類注文したり、揚げ物は好んで頼まなくなったり、好みは自然と変わってきました。昔は肉好きだったんですが、最近は魚派。白身も光り物も貝類も好きですね。

——登板前の勝負メンといえは?
魚好きって言ったのに申し訳ないんですが、登板前は必ず牛肉を食べます(笑)。特に理由はないんですけど、ゲン担ぎですね。

——よく食事に行く選手は誰?
千賀とか松本(石川)とか、バッテリーを組んでいた拓也(甲斐)とも遠征先のホテルでよく一緒に食べてました。登板前は野球のことを考えずリラックスするようにしてるんですが、拓也と一緒にいますね。

——個人的によく相談する選手は?
和田さんです。経験豊富だし、トレーニングに対する姿勢も尊敬しているんで、昨シーズンもよく相談していました。ストレートに聞かなくても、悩んでもオラ、を出したら、察してアドバイスをくれるんです。それもスゴイなって思います。

——連覇をめざすシーズンが始まります。目標を聞かせてください。
チームとしては、もう一度日本一をめざして1年間戦っていきます。その中で、個人的には長いイニングを投げるのが今シーズンの目標。オフのトレーニングも、それを踏まえてしっかり取り組んでました。防御率や勝率よりもイニング数にこだわって、勝ちも負けも両方つくピッチャーになりたいですね。

Q 今シーズン対戦が 楽しみなバッテリーは?

注目度の高さでいえば清宮選手(北海道日本ハムファイターズ)。6月に地元の沖縄で日本ハムとの試合が組まれているので、そこで対戦することになったら盛り上がるだろうなって思っています。

Q カラオケでよく歌う曲や アーティストは?

自分からというより、入れられたら歌う感じです。“沖縄の人あるある”なんですけど、沖縄の曲をリクエストされることが多くて、BEGINさんの「島人ぬ宝」は毎回歌ってる気がします(笑)。

Q 自分が女子だったら 彼氏にしたい選手は誰?

うーん、いろんなことを知ったうえで…難しい(笑)。中田さんか明石さんですかね。中田さんはとにかく優しいんです。明石さんは付き合ったら、ドキドキさせてくれそうな気がする。

— profile

1990年生まれ、沖縄県出身。亜細亜大を経て、12年のドラフト会議では3球団による競合1位指名を受け、ホークスに入団。昨シーズンは自己最多となる16勝をあげパ・リーグ最多勝のタイトルを獲得。3月に行われたオーストラリアとの強化試合では日本代表にも選出された。背番号16。

— information

パ・リーグ開幕戦は3月30日(金)。ソフトバンクvsオリックス(ヤフオクドーム 18:30)、日本ハムvs西武(札幌ドーム 18:30)、ロッテvs楽天(ZOZOマリン 18:30)の3試合。いずれも4月1日(日)まで同一カードでアツい3連戦が行われます!

スタジアムグルメをお供に観戦!

今シーズンも、新グルメが続々登場。ホークス日本一記念弁当2500円は、シーズン幕開けに相応しい豪華弁当! ボリュームも満点です。



構成/石倉沙織(本誌)
取材・文/近藤耕平
デザイン/高橋佐和子(ピース)
表紙・カバーインタビュー撮影/山辺学