

Q 出身地・滋賀の名物料理で好きなものというとは?

実家に帰ると、じいちゃんが漬けた鮎寿司を必ず食べます。最近はあまり作らないみたいだけど、僕が帰る時は作ってくれて。好き嫌いの分かれる独特な匂いですが、クセになるんです。

— 普段、外食をされる際に必ず頼んでしまう料理はありますか?

唐揚げですね。味や肉の種類には、特にこだわりはないんですけど。揚げてあれば、それでいいです(笑)。

— 唐揚げと一緒に、お酒も?

シーズン中は飲まないです。でもオフにはそれなりに、たしなんでますね(笑)。唐揚げと一緒に飲むならビールやハイボールが多いかな。

— シーズン中は、食生活で気を付けていることなど、ありますか?

基本的には嫁さんがバランスを考えて作ってくれるので、それを食べます。遠征先では、野菜をしっかりと食べて栄養が偏らないよう気をつけたり、体調を整えるためになるべく乳製品を食べるようにしていますね。

— いいプレーをした日に食べる、ごほうびごはんというのでしょうか?

特に決まってるんですけど、好物のカレーですかね。家で食べる普通のカレーが好きで、肉は豚バラがいいので、それを作ってもらいます。

— 逆に、ダメだと思っけれどつい食べてしまうもの、というは?

コンビニに行く、辛いチキンと

かあるじゃないですか。あれが好きで、つい食べちゃうこともあります。

— 唐揚げ系に弱いんですね(笑)。

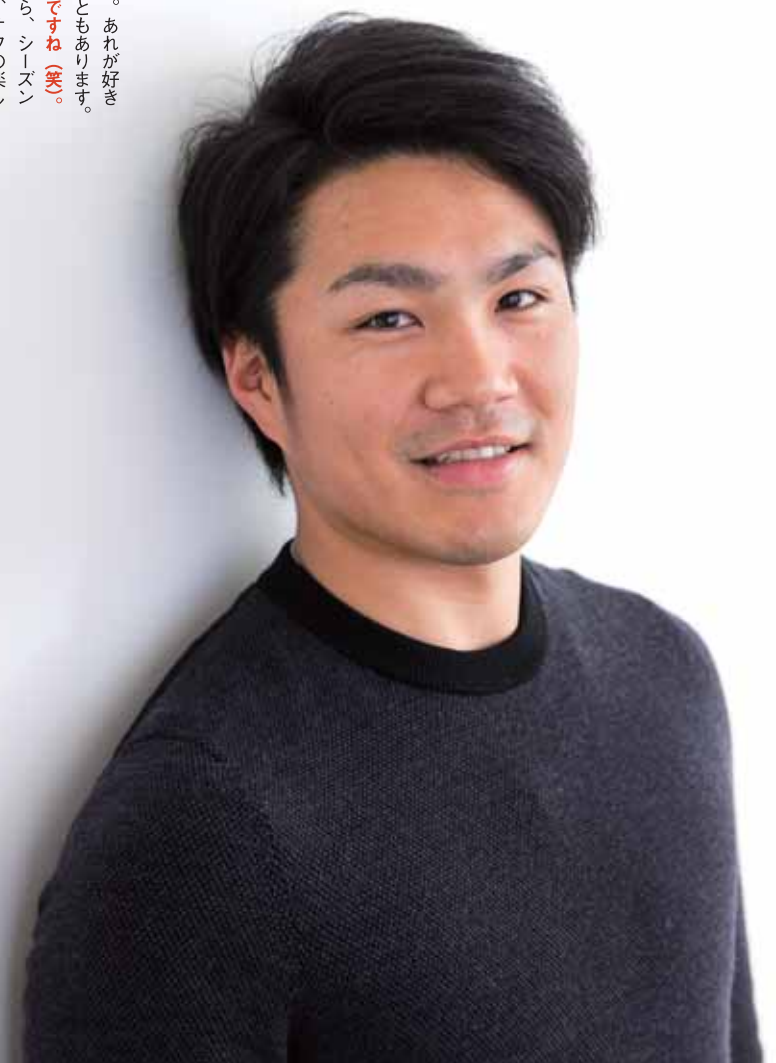
そうですね。だから、シーズン中はなるべく我慢して、オフの楽しみに。体質的に太りやすいので、開幕に向けた時期は食事制限をしながら、体型を絞って行く感じですね。

— 開幕に向けて、トレーニングで大事にしていたことは何ですか?

開幕前に限らず、何よりも大切なのはバランス感覚だと思ってるので。バランス感覚を養うトレーニングは重点的にやってるかなと思います。足場が不安定な場所でも耐えたり、バランスボールに乗ったりとかですね。

— では今シーズンの、ご自身のスローガンを教えてください!

今年の契約更改で「勝」っていう漢字一文字を書いたので、泥臭くてもとにかく勝つ、ということにこだわりたいと思います。今シーズンはゲームメイクをしっかりしたいと思うので、波のないピッチングを目指して。目標としては、防壁率をより良く、2点台前半くらいまで持っていけたらいいなと思いますね。



COVER
+
INTERVIEW

東北楽天ゴールデンイーグルス

則本昂大

NORIMOTO Takahiro

ごほうびごはんは豚バラ肉のカレー。家で食べる普通のカレーが好きですね

Q 緊張したときに効くリラックス法は?

勝負を楽しむ気持ちのほうが強いので、あまり緊張しないし、試合前のルーティンもほとんどないな。あ、ユニフォームを左手・左脚から着るっていうのは、中学時代からやっています。

Q 則本選手にとってこの世で一番怖いものは?

虫は苦手です。夏場には試合中にも結構飛んで、他のピッチャーが投げようとした時に虫が飛んで来た、とかも聞くのでヤダなと思って。一番怖いのはセミ。顔がめっちゃ怖いです(笑)。

— profile

1990年12月17日、滋賀県生まれ。プロ入り1年目の2013年から2016年まで4年連続開幕投手を務め、4年連続の2桁勝利を達成。完投率、奪三振率が高く、2年目から4年目まで、投球回数と奪三振はリーグトップ。3月に行われたWBCでも日本代表メンバーとして出場。

— information

パンフィック・リーグ開幕戦は3月31日(金)。オリックスー東北楽天(京セラD大阪 18:30)、福岡ソフトバンクー千葉ロッテ(ヤフオクドーム 18:30)、北海道日本ハムー埼玉西武(札幌ドーム 18:30)の3カード。今年も熱い戦いが繰り広げられます!

構成/芝谷千恵子(本誌)
取材・文/江尻亜由子
デザイン/高橋佐和子(ピークス)
表紙・カバーインタビュー撮影/八木虎造
※表紙写真/©Rakuten Eagles