

アスリートに学ぶ

HEALTH TRAINING DREAM

Special Interview

卓球 クローバー歯科カスピッツ 江藤 慧選手 松下大星選手

近年、世界を席巻している日本の卓球界。メディアの注目度も急上昇する中、国内の実業団リーグでは大阪・門真を拠点とする創部3年のチームが奮闘しています。歯科医院で働きながら、ダブルスを組んで全国の舞台で活躍している江藤選手と松下選手に、卓球の見どころや仕事との両立の方法などについて伺いました。



Profile 江藤 慧(えとう・けい)選手
大分県出身。1993年生まれ。明豊高校から近畿大学、新日鐵住金大分を経てクローバー歯科カスピッツに加入。2017年度日本卓球リーグで後期2部ファインプレー賞、2020年全日本卓球選手権大会では松下大星選手との男子ダブルスで3位入賞。八尾のクリニックに勤務しながら競技に取り組み、チームでは主将を務める。

Profile 松下大星(まつした・たいせい)選手
熊本県出身。1996年生まれ。愛知工業大学名電高校から愛知工業大学を経てクローバー歯科カスピッツへ。学生時代には全日本大学総合卓球選手権大会で男子ダブルス準優勝、社会人では日本卓球リーグで2019年度前期2部最高殊勲選手賞を受賞、2020年全日本卓球選手権大会で男子ダブルス3位入賞。門真のクリニックに勤務。

息の合ったプレーが見どころ

— 卓球を始めたきっかけを教えてください。

江藤(以下:江)4人兄弟の末っ子で、兄たちがみんな卓球をしていたので興味を持って。小さい頃から教室への送り迎えについて行っていたのですが、本格的に始めたのは6歳頃からです。松下(以下:松)僕は両親が卓球をしていたので、気づいたら始めていたという感じ。江藤選手と同じく5~6歳頃です。



— 卓球の面白さや、ダブルスならではの見どころはどこでしょう？

江)プレーしていて面白いのはラリー。長く続くとスーパープレーが生まれることもあり、見ている人も盛り上がると思いますよ。また、卓球のダブルスはテニスなどとは異なり、必

ず交互に打たなければならないので、コンビネーションがより重要です。細かい動きですが、サーブやレシーブの際、首を振ったり頷いたりしてサインを出し合っているのが注目してみてください。松)ダブルスを組んでいると次第に試合中、お互いの顔を見ただけで考えていることがわかるようになってくるのですが、コミュニケーションのとり方は様々。パートナーのプレーへの理解や、ミスした時の励まし方など、それぞれの人間性が見えるのも面白いですよ。

限られた時間で質の高い練習を

— 所属するクローバー歯科カスピッツの特徴は？

江)2017年創部の若いチームです。理事長が総監督を務めていますが、普段は同年代の実績豊富なコーチにアドバイスを受けながら、自分たちで考えて練習に励んでいます。今年から女子チームも立ち上げ、新たな練習場も完成しました。今後もどんどん成長していくチームなので、ぜひ応援してください。



写真提供:ラリーズ編集部

— 歯科助手の仕事と競技との切り替えや、両立で心掛けていることを教えてください。また、歯のケアのサポートはありますか？

江)仕事は週5日、9:00~20:00が基本で、その後に練習しています。気持ちの切り替えは、練習前に仲のいいメンバーと他愛もない話で思い切り笑うことで自然とできていますね。職場のスタッフの方々が厚意で早めに仕事を終わらせてくれたり、試合時の裏方の仕事を手伝ってくれたり、いろいろサポートしてくださるのがありがたいです。

松)僕たちは練習量でプロの選手を上回ることはできません。



だからこそ、限られた時間の中でいかに練習の質を高められるかを意識しています。

江)歯の調子が悪い時、すぐに診てもらえるのは歯科医院ならではの。歯を噛みしめる位置は体幹にも関わってくるので、無意識の部分だからこそ普段のケアを欠かさないことが大切だと感じています。

— 体づくりで心掛けていることや、モチベーションアップの方法を教えてください。

江)トップレベルの選手は体が柔らかく、深く腰を落として構えられる人が多いです。それに比べると僕は体が固く姿勢が浮きがちなので、柔軟性を高めるために入念にストレッチしています。

松)卓球は主に腕の筋肉を使うので、利き腕の筋肉が特に発達します。左右差がありすぎると体幹がブレるため、バランス良く鍛えることを意識していますね。

江)ちなみに僕も松下選手も腰痛があるのですが、腰痛には腰を伸ばすのではなく、太もも裏の筋肉を伸ばすようなストレッチが効果的なんです。これは読者の方にもぜひ試していただきたいです。

松)モチベーションが上がるのはサッカーの本田圭佑選手の動画。自信にあふれたブレない姿勢に刺激を受けますね。練習前に見ると気合が入ります！

さらなる飛躍を目指して

— 2020年全日本卓球選手権大会で3位に入賞されましたが、ご自身や環境に変化はありましたか？

松)自分たちのプレーに自信がつかましたし、メディアから取材を受けることも増えました。一番大きな変化はスポーツメーカーに用具を提供してもらえるようになったこと。これまではチームで購入していたので、少しでも負担を軽減できて良かったと思います。

— 今後の目標を教えてください。

江)今季から有望なメンバーが加入し、戦力も充実してきたので、チーム一丸となって日本卓球リーグの2部から1部に昇格することが目標です。松下選手とのダブルスでは、2021年に行われる全日本卓球選手権大会で、最低でもベスト8以上を目指します！

松)これまで江藤選手と様々な大会に出場していますが、ずっと3位。今度こそ優勝したいですね。また、ダブルスだけでなく、シングルスでの好成績も狙っています。

(取材は2020年5月に実施)

江藤選手と松下選手が大切にしている言葉は



街の中小企業からトップを目指す! クローバー歯科カスピッツ

江藤選手・松下選手は、大阪・門真と八尾で歯科医院を展開する医療法人クローバーの社員。歯科医院で歯科助手として働きながら国内外の公式試合に出場しています。

「クローバー歯科カスピッツ」は、2017年4月にチームを結成、翌年6月には日本卓球リーグ2部に参戦し優勝、2020年にはTリーグ出場予定と勢いのあるチーム。

“小さな会社でもアスリートを雇い、仕事をしながら卓球できる環境を用意すれば強くなる。そして、他の企業もその可能性に気づき、自社チームを持つようになったら、多くの卓球少年を守れる!” そんな壮大なロマンに賭けて、上位チームに牙(犬歯=カスピッツ)をむいて日々戦っています。

クローバー歯科カスピッツ <https://clovershika.wixsite.com/team-clovershika>