

元サッカー日本代表で、横浜F・マリノスでも守備の要として17年活躍した中澤佑二さん。引退後は、サッカー解説など、“見る側”としてスポーツの面白さを伝え続けている。スポーツを愛してやまない中澤さんに、その魅力について伺った。

## ⚽ 人生の半分は横浜で

マリノスに移籍して以来、横浜市にずっと住んでいます。来年でちょうど20年。横浜はJリーグ優勝やさまざまな記録をつくることのできた、大切な場所です。

横浜は東京にも出やすいですし、幼稚園や保育園も多い。遊歩道や公園なども整備されていて、とても生活しやすいです。自然と都会の両方を満喫できるのも横浜の大きな魅力ですよ。

大学生と高校生の娘がいますが、2人が小さい頃は八景島やズーラシア、こどもの国などに連れて行きました。試合が土日にあるので、運動会などの行事にはほとんど参加できません。その代わりに、平日はできるだけ一緒に過ごす時間をつくっていました。練習の後にはまっすぐ帰るし、早寝早起きなので、朝晩は必ず子どもと顔を合わせていましたね。娘たちには自分がやりたいことを見つけてやってほしいと思っています。サッカーと一緒にしたことももちろんありますが、彼女たちは「サッカーをやりたい」とは言いませんでした(笑)。

## ⚽ さまざまな競技にふれるチャンス

オリンピックはさまざまなスポーツを知るまたとない機会。普段テレビで放送しないような種目も見られますし、子どもたちが「このスポーツをやってみよう」と興味を持つきっかけになります。僕自身も新たな発見をしたいので、パラリンピックまでずっと見届けたいと思います。横浜ではサッカーと野球、ソフトボールの試合があって、特にサッカーは決勝をやるので楽しみです。日本代表にはいい選手が揃っていますし、決勝にきてくれると信じています。

2000年のシドニーオリンピックでは、僕も日の丸をつけて戦いました。選手村には

入らず、トルシエ監督の方針でホテルの部屋にテレビもパソコンも置かなかったの、オリンピックに来ている実感があまりなかったんです。でもスタジアムに行ったら、客席が日本のサポーターでいっぱい。ホームのように心強かったです。声援に力をもらい、ベスト8に入りました。今大会は会場に観客が入れるかはまだわかりませんが、皆で選手を応援してスポーツ熱を盛り上げましょう! ゆくゆくは体育の授業で毎日違うスポーツをするくらいになればいいですね。

## ⚽ スポーツは一生もの

横浜にはプロスポーツのチームが結構あるので、スポーツに親しみを持っている人が多いのではないのでしょうか。加えて、施設面でも運動しやすい環境が整っています。もっとスポーツ人口が増えてほしいですね。やる人だけでなく、見る人も。観客の声援は、選手にとって大きな励みになりますから。

僕の経験からですが、スポーツをすると集中力がついて、勉強などスポーツ以外のことで力が発揮できます。子どものうちから運動を習慣づけられるといいですよ。

日本では、中高生は部活で一生懸命やるけれど、その反動か、卒業すると辞めてしまう人が多いんです。「部活は高校まで。苦しかったからもうやらない」って。もちろん、大変なこともやらないと上手くはなれないけれど、それを乗り越えた先に楽しさや成長がある。そんな部活の指導にもいつか挑戦してみたいですね。

大人になっても、休日のうち1日はスポーツを楽しんで、子どもができたら一緒にプレーして、その子が大人になってもスポーツを続けて…という社会が理想的。スポーツが盛り上がる要素のある横浜だからこそ、「週休3日のうち1日はスポーツをする日」とか、事業改革してもいいと思います(笑)。

vol.86  
ヨコハマ 想い

成功かも  
成長!!



元日本代表プロサッカー選手  
中澤 佑二さん  
Nakazawa Yuji

1978年、埼玉県生まれ。三郷工業技術高校卒業後、ブラジルへサッカー留学。FCアメリカ(ブラジル)を経て、1998年に現東京ヴェルディに練習生として加入。1999年、Jリーグ新人王獲得。同年、日本代表初招集。2000年、シドニー五輪代表としてベスト8進出に貢献。2002年、横浜F・マリノスに移籍、ディフェンダーとして活躍。2004年、JリーグMVP受賞。2006年、2010年W杯連続出場。J1リーグ199試合連続出場、J1リーグ178試合連続フルタイム出場はフィールドプレーヤーではトップ。2019年に現役引退後は、ラクロス指導者、サッカー解説者として活躍中。  
公式サイト <http://bomber22official.com/>



## ⚽ ラクロス界の土台をつくりたい

今、サッカー解説やタレント活動などしていますが、大きな柱としているのがラクロスの指導とPRです。実は娘が2人ともラクロスをやっていて、すっかりハマりました。現役の頃から試合を見に行ったり、進んでチームの球拾いをしたりしていたんです。学校でコーチをやらせてもらおう一方、ラクロスについて発信しています。4月から6月まで、tvkで地上波初のラクロス専門番組をやらせていただきました。

ラクロスはサッカーコートほどの広さでプレーするんですが、クロスという道具を使うので、あっという間にゴール前までボールを運べます。このスピード感が一番

の醍醐味。攻守の切り替えが速いアグレッシブなプレーは、ルールが分からなくても一度見たら面白さがわかりますよ。また、男女でルールが違うんです。男子は接触プレーがあって相手に激しく体をぶつけてもいい。女子では反則になるので、パワーよりも技術力が必要。その違いも面白いです。

ラクロスは、他のスポーツに比べたらまだまだ練習環境が整っていません。トップの選手といえど、生活のために別の仕事を持っていて、練習に専念できないんです。ラクロスをやる子どもたちが増えてほしいし、将来はオリンピック種目にもなってほしい。そのために少しでも自分ができることをやりたいと頑張っています。サッカーも面白いですが、ラクロスにも注目してもらえたら嬉しいですね。

## 横浜市からのお知らせ 安全・安心な東京2020大会に向けて取り組みます



TOKYO 2020



開催会場



横浜市内では、東京2020オリンピックの野球・ソフトボールが横浜スタジアム(中区)で、サッカーが横浜国際総合競技場(港北区)で開催されます。関係する全ての皆さんにとって、安全で安心な大会となるよう取り組み、選手の皆さんを応援します。

### 🏠 おうちでも大会を楽しもう

横浜市にゆかりのある日本代表選手情報や市内の開催競技、事前キャンプ・ホストタウン情報などを掲載したオリジナルのガイドブックを7月下旬に発行します。

各区役所の窓口で配布するほか、東京2020大会横浜市ウェブサイトでご覧いただけますので、ガイドブックを片手にぜひ応援しましょう。

### 安全・安心な大会に向けて

- アスリートや大会関係者などが入国後に国内で活動を行う際は、滞在先や移動手段の限定といった厳格な行動管理、原則毎日の検査などによって必要な防疫上の措置を講じます。特に、国内在住者との接触は厳に回避します。
- 競技会場周辺では、観客の皆さんに対し、熱中症予防(水分補給、暑さを避ける等)や感染症対策(マスク着用、距離確保等)に関する注意喚起を行います。

### ▶ 最新情報はウェブサイト・SNSで発信!



東京2020大会  
横浜市ウェブサイトはこちら

東京2020 横浜市



@tokyo2020\_ykhm



@tokyo2020\_yokohama



問合せ 市民局オリンピック・パラリンピック推進課 TEL: 045-671-3697

※こちらに掲載している情報は6月29日現在のものです。今後、東京2020大会の開催状況により、計画の変更等が生じる場合があります