

●わたなべ・しんきち

1979年生まれ。横手市出身。ワタナベ整骨院(横手市)院長、運動機能向上専門ディサービスいき湯沢(湯沢市)代表。「運動で人と地域に貢献する」を社是に、2014年株式会社e-MOTIONS設立。国体・インターハイなどの秋田県選手団派遣トレーナーの他、ミス・ユニバース・ジャパン・秋田大会ボディメイクトレーナーも担当。東北地域から初めてとなる、「NEXTトレーナー・オブ・ザ・イヤー2013」「NSCAジャパンパーソナルトレーナー・オブ・ザ・イヤー2015」を受賞。

シリーズ

J.A.グループへの想い

第123回



NSCAジャパン パーソナルトレーナー

渡部 真吉

毎日朝食を急いでかき込み、自転車に乗つて野球のグラウンドへ向かう。小学生から高校生まで、ほとんど毎日そのような日々を過ごしていました。母から大きな塩おむすびを2個作つてもらい、練習後の帰宅途中に自転車に乗りながら食べて帰っていました。物心がついたときから父親の影響で野球を始め、将来の夢はもちろん「プロ野球選手」。学校生活でも勉強はそつちのけで体育や運動会といったことは全力で臨む、世に言う典型的な「体育会系」でした。そのような野球漬けの毎日を送りながらも現実は厳しく、

行動の変化で世界中に届く
地方のいいもの、いい技術は

高校3年生で迎えた甲子園予選では2回戦で敗退し、その後初めて将来のことを現実的に考えるようになります。「選手としてではなくてもスポーツに関わることはできないか…」。そう考えたときに思い浮かんだ仕事が「スポーツトレーナー」でした。高校卒業後は仙台のスポーツ専門学校へ進み、そこで2年間は部活一辺倒で勉強嫌いだった自分がここまで勉強を楽しくできるのかと思うほど、自分の好きな分野を学ぶことは全く苦になりませんでした。卒業後はスポーツクラブでのフィットネスインストラクターとしてキャリアをスタートさせ、その後

はスポーツ現場へもトレーナーとして赴くようになりました。活動を通して「けがや痛みの対処からトレーニングまでを一貫して行える環境が必要だ」と肌で感じ、整骨院を開院できる柔道整復師の免許をはじめ、必要と思った資格は次々と取得していきました。より高度な技術や最新の情報を求めて、仕事後に夜行バスへ飛び乗り東京へ足繁く通いながら、勉強会などへも積極的に出席してきました。活動していく中で感じたことは「都会への劣等感」と「スポーツトレーナーという職業の認知度、社会性の低さ」でした。多くの方が信用するのは、東京で行われてたり、テレビや雑誌、新聞などで取り上げられるいわゆるカリスマのようないかで、人の言うことであったり、医師をはじめとする医療従事者の方が言うことで、田舎で活動する「トレーナー」の発言には、耳を傾けてくれることはほとんどありませんでした。

「運動指導やスポーツ現場の最前線にいるトレーナーは誇れる素晴らしい仕事であり、秋田のような地方でだって都会に負けないことができるはずだ」と思い、30歳を超えた頃から臆すること無く表立った活動をするようになりました。そのような人が秋田に居らず珍しかったことも手伝って、次第にメディアの取材も舞い込むようになりました。また地方でこういった動きをしている人は珍しいと、逆に首都圏のメディアからもお声掛けいただけたという現象も起こり始めました。その

はスポーツ現場へもトレーナーとして赴くようになりました。活動を通して「けがや痛みの対処からトレーニングまでを一貫して行える環境が必要だ」と肌で感じ、整骨院を開院できる柔道整復師の免許をはじめ、必要と思った資格は次々と取得していきました。より高度な技術や最新の情報を求めて、仕事後に夜行バスへ飛び乗り東京へ足繁く通いながら、勉強会などへも積極的に出席してきました。活動していく中で感じたことは「都会への劣等感」と「スポーツトレーナーという職業の認知度、社会性の低さ」でした。多くの方が信用するのは、東京で行われてたり、テレビや雑誌、新聞などで取り上げられるいわゆるカリスマのようないかで、人の言うことであったり、医師をはじめとする医療従事者の方が言うことで、田舎で活動する「トレーナー」の発言には、耳を傾けてくれることはほとんどありませんでした。

「運動指導やスポーツ現場の最前線にいるトレーナーは誇れる素晴らしい仕事であり、秋田のような地方でだって都会に負けないことができるはずだ」と思い、30歳を超えた頃から臆すること無く表立った活動をするようになりました。そのような人が秋田に居らず珍しかったことも手伝って、次第にメディアの取材も舞い込むようになりました。また地方でこういった動きをしている人は珍しいと、逆に首都圏のメディアからもお声掛けいただけたという現象も起こり始めました。その



マンツーマンによるトレーニング指導の様子

中で思ったのは、「行動と環境を変化させるだけでこれだけ状況が変わることか」。裏を返せばアピール不足だったのです。これは秋田県の農業にも言えます。これまでに「良いものを作っている」という気持ちだけでは多くの方々には届かず、あらゆる情報が世界中何處に居ても得られる現代において、「知つてもらう努力」は必要不可欠です。

秋田県民は得てして口下手、商売下手と言われます。すごく良い仕事をしているにも関わらず正しい評価を受けられない。こんなに新鮮でおいしい農作物がたくさんあるのに、その価値が伝わらないのはもつたいない! 私の仕事は簡単に言えば「理想的な体づくり」です。体づくりには、運動と新鮮かつ栄養価の高い食品が必要不可欠です。秋田県が全国に先駆けて進んでいる「高齢化」。社会課題である「健康寿命の延伸」を、秋田のおいしい食べ物とトレーナーで実現し、全国に発信できたらうれしいですね。