

# 新 西 関 笑 談

## アンチエイジングのススメ ③

阪神タイガースの金本知憲選手の体調管理を任されているそうですね

吉川 「50歳現役プロシエクト」と銘打って、4年前から担当しています。1年に4回、血液検査をして肉体年齢や乳酸値、ホルモンなどの数値などを図る。その数値を元いかに肉体を若く保つかをアドバイスしています。現在42歳の金本選手ですが、肉体年齢は20歳代。理論的には50歳まで活躍できますよ。

—— 出会いは？

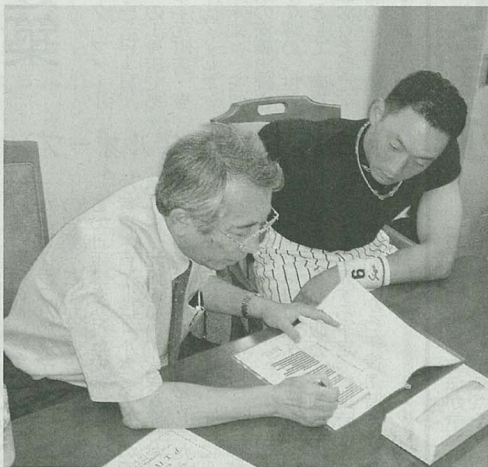
吉川 もともと金本選手は、肉体を若く保つことへの探求心がものすごく強い。燃えさかる炎の前に座って精神を鍛える護摩行を鹿児島のお寺まで行ってやるくらい。私は熱いからなるべくやらないけど(笑)。そのお寺の大僧正さんに紹介されたのが初めてです。

—— ところでタッグを組む(111)

吉川 いえ、その時は楽しんで食事をしただけ。その

# “世界の鉄人” 肉体年齢は20代 50歳まで活躍できますよ。

## 京都府立医大大学院教授 吉川 敏一さん



「いかに肉体を若く保つか」。真剣な表情で話し合う吉川さん(左)と阪神タイガースの金本選手

後すべに、金本選手と契約している健康用品製造・販売社「フアイテン」(京都市)に紹介された。そこで、アンチエイジング医学で金本選手の体調管理しようという話になりました。

—— 具体的にはどんなことを

吉川 まず成長ホルモン

や酸化力の数値を測定している健康用品製造・販売社「フアイテン」(京都市)に紹介された。そこで、アンチエイジング医学で金本選手の体調管理しようという話になりました。

吉川 さすが「世界の鉄人」、最初からいい数値でしたよ。下柳(剛)選手とは大違い。

—— 下柳選手も診ているのですか

吉川 ほかに新井 貴浩 選手や藤川(球児)選手もそうですね。新井選手もすばらしい数値だったけど、好きなものばかり食べるという下柳選手は体がうんじゃないかと思った(笑)。あっ、でもひどいといえは藤川選手もひどかったですね。

—— どうだったんですか

吉川 2年くらい前、野菜が嫌いという藤川選手は血も調べてみたら、野菜に含まれている栄養素が本来にはもっと多かった。これが、2人とも私のアドバイスをよく聞いてくれて、1年後には見違えました。

今季は金本選手の連続フルイニング出場の世界記録がとられました。吉川 守備練習中の接触によるけがでしたね。これは外的な要因による故障だから仕方ない。金本選手から電話があり、けがの回復を早める特殊なコラーゲンを

やカルシウムなどいろいろとアドバイスしました。その後の回復具合は、けがの程度からは考えられないスピードですね。

—— 頼りにされている

吉川 シーズン中は月1回くらいは電話で話しますし、オフは食事と一緒にします。もちろん彼自身の体調についての話が多いのですが、彼の友人に関する相談もある。夜中に「友達に病院を紹介してほしい」と電話がかかってきたこともありました。明日にしてほしいなあと思いましたが(笑)。

—— 金本選手はいい「生徒」ですか

吉川 言うことはよく聞いてくれます。私の測った数値がいいときは成績もいいからでしょうね。彼は非常に頭がよく、勉強熱心。理詰めでも何でも聞いてきます。私と同じくらい知識を持とうとしているんですね。その探求心が彼の肉体を支えているんだと思います。

(聞き手 宇都宮 慎)

ゆ

と

り