



JFLサッカーチーム ブラウブリッツ秋田

## 富樫 豪

は一粒も残さず食べるし、いただきますとごちそう様は心をこめる。いろんなものを作っている人たちが自分の近くにいたからこそ、身にしみて感じられる心がうまれ育ったと感じている。残さずたくさん食べることが、作っている人たちへの感謝につながる。

アスリートとして食事はとても大事な仕事である。高校生ぐらいまではたくさん食べれば強くなれる、たくさん走れると思っていたが、今は食生活にはかなり気を使っている。例えば、練習後は30分以内に、プロテインなどで栄養補給をすることを心がけている。ここで僕の1週間のサイクルを紹介すると、日曜日が試合の場合、週初めは前の試合の疲れを取るため、ビタミン類に気を使いたくさんの食材をとるようにしている。週の半ばは練習メニューもハードになるため、肉や魚といったたんぱく質を中心に摂取している。そして週末は僕の大好物の「お米」炭水化物を多く取り、最高のパフォーマンスが出来るようパワーを蓄え、試合に臨む。何といても、勝つた日のチームメイトとの食事とお酒は格別だ。

やすい環境を作っていくためにも、ブラウブリッツ秋田がJリーグ入りを達成しなければならぬ。少子化が進む近年、若年層の人口流動率も高水準の秋田県。きっと、秋田にJクラブが出来れば、ブラウブリッツ秋田を通じて「秋田の美味しい食」を他県に発信することができ、秋田県の発展にもつながっていく。僕がこんなにも秋田の「食」に自信が持てる理由は、自分自身の経験はもちろんのこと、他県から来たチームメイトが実際に食べて、「本当に美味しい！」と言ってくれているからだ。

夢見てきたサッカー選手、今僕の力が発揮できているのは、まぎれもなく今まで積み重ねてきた秋田の「食」が源である。僕はこの大自然の恵みを存分に受け、今「地元秋田でJリーガーになること」を目標に毎日練習に励んでいる。

## 秋田の『食』を源にして 秋田でJリーガーに

「何がおいしい?」「何がある?」...このチーム(秋田県)にブラウブリッツ秋田の選手として初めて来た選手によく聞かれる。「きりたんぼ、稲庭うどん、ハタハタ、比内地鶏、お米」と、僕にはよく慣れ親しんだ食べ物だが、他県から来た選手には「名前は知っていても食べたことがない」人たちがほとんどだ。僕を含め秋田出身の選手はチームに二人。チームの大半は関東や関西、九州から来た選手ばかりだ。

「稲庭うどんって秋田なんだ?比内地鶏も秋田なの?」。他県から来た人たちは、きりたんぼぐらいしか知らないのが普通のようなのだ。

僕は秋田の食べ物が好きで自信を持って紹介している。昔からおじいちゃんのお作ったお米や野菜を食べているのが最高にうまい!作っている姿を見たことがあるし、手伝ったこともあるので、モノ作りの大変さも感じている。当然ご飯

### ●富樫 豪(とがしごう)

1984年秋田市生まれ。秋田商業高校卒業後、佐川急便東北/ヴィーゼ塩竈、TDKサッカー部を経て、現在はブラウブリッツ秋田所属。ポジションFW・背番号9。趣味「温泉めぐり」。好きな言葉「努力」。好きな食べ物「ご飯・たけのこ・じゃんぱん」。

### 【JFLとは...】

日本フットボールリーグ(Japan Football League)の略。Jリーグの下部リーグ。Jリーグへ上がるためには、JFLリーグの中で4位以内の成績を満たしているなどの条件がある。ブラウブリッツ秋田は、2012年のJリーグ昇格へ向けて今年3月に始動し試合を重ねている。http://blaublitz.jp/