SASAKI YUTO

バスケに関わる人生を

#9

FSG 開志学園高校１年
バスケットボール部 所属

挑戦者 ―第 12 回―

国際アート＆デザイン大学校高等課程［FSG 開志学園高校］（以下、FSG 高等部）でプロバスケットボール選手を目指して活躍する佐々木優斗さん。何気ないきっかけで始まったバスケットボール（以下、バスケ）人生ですが、彼は瞬く間に才能を開花させ、福島県を代表する選手へと成長を遂げました。コーチやチームメイトとのコミュニケーションを要する団体競技で、高校１年生ながら、既に数々のチームでキャプテンを務めあげた経験からも人となりの良さがうかがえます。

また、同校はＢリーグ福島ファイヤーボンズのバックアップの下、一般の高校生と同じ教育を受けながら、昼型トレーニングシステムの環境で、分野のスペシャリストたちが指導し、将来はバスケに関わることを目標にした生徒たちが数多く集まっています。

バスケと共に生きることを心に決め、夢に向かって真っすぐ突き進む優斗さんにインタビューしました。

Profile #9 佐々木 優斗

- **生まれ**／2006 年 4 月 6 日、葛尾村
- **身長**／170cm、65kg
- **ポジション**／ガード
- **バスケ歴**／小 4 から常葉ミニバススポ少
  →常葉中、福島ファイヤーボンズ U15
  →国際アート＆デザイン大学校高等課程（FSG 開志学園高校）
  中 3 時から 2 年連続で国体選手（少年男子）に選抜。常葉中・ボンズユース・国体でキャプテンを務める。スポ少時代から数多くの大会で活躍し、好成績を残し続けている。
  ※大会出場歴は市ホームページに掲載。
- **強み**／緊張しないところ、先輩後輩関係なくバチバチにやり合えるところ
- **弱み**／サイズ（大きくなりたいです。笑）
- **将来の夢**／プロバスケットボール選手
- **座右の銘**／初心忘るべからず
- **尊敬している人物**／両親
  （バスケを続けられるのは両親のおかげ）
- **恩師**／先崎智之コーチ（常葉ミニバスコーチ）
  小川太廣（もとひろ）先生（常葉中バスケ部顧問）
- **憧れの選手**／菅野翼（すげの）選手（福島南高 3 年）
- **リフレッシュ方法**／睡眠、お風呂で歌うこと
- **好きな食べ物**／馬刺し、とろろ

バスケを始めたきっかけ、バスケに向き合う姿勢の変化

弟がバスケを始めたいと言ったのがきっかけで常葉ミニバスケットボールスポーツ少年団に入団、バスケを始めました。最初はぜんぜん興味なくて、遊び感覚で始めた感じです。5年の時、先輩たちの最後の大会が県中ベスト8で終わったのですが、僅差で負けてしまい、悔しさや先輩たちが引退する寂しさで、みんな泣きながら試合を終えました。そこでみんなが変わった。だんだんチーム全員が本気になってきて、自分もバスケに対する取り組み姿勢が変わっていった時期でした。

ミニバス時代は、県内で一番きつい練習と言っても過言ではない「地獄の6分間走」など、体力づくりが本当にきつかったです（笑）。でもこの練習やコーチ陣からの指導がなければ、今の自分はないと思っています。

これまでのキャリア、初心を忘れないように

中学では3年の時に中体連で優勝、東北大会に出場することができました。飛び級で国体選手にも選抜してもらった。福島ファイヤーボンズU15には1年の時から所属していて、Jr・ウィンターカップ2021-2022でベスト8、BリーグU15チャンピオンシップ2022で3位入賞など、さまざまな大会をとおして、たくさんの選手、コーチ、先生とコミュニケーションをとることができ、自分でもすごい経験をさせてもらったと思っています。同時に、周りの方々から「天狗にはなるなよ」と笑い話で言われることがありますが、それは本当にそのとおりで、自分自身でも気にして心がけていることです。

高校入学、自分の強み

FSG高等部に入学、先輩に付いていけるか心配もありましたが、大会などでも緊張せずに思いっきりプレーできています。この学校は環境が整っているのはもちろんですが、雰囲気も良く、縦社会がなく縛られないでプレーできるのが良いところで、入学前の練習会でも、自分に合っていると思い入学を決意しました。

バスケでの自分の強みは、先輩後輩関係なくバチバチにやり合えるところ。そしてとにかくしゃべること。分かりやすく短い言葉で、やってほしいことをたくさんしゃべります。先輩に指示も出す。普通は後輩に言われたらイラっとくるだろうけど、納得してプレーに反映してくれる先輩たちがいることに感謝しています。そすし、尊敬しています。その他には、自分が優先ではなく相手に合わせることや、自分が先に行動することなども意識しています。

バスケのために続けていること

いつも寝る前に、高校でのこれまでの試合やプロの試合を動画で見て、イメージトレーニングをしてから眠っています。そうすると、初めて見たプレーでも次の日無意識にできるようになることがある。頭の中も整理されるし、大事だと思って続けています。寝る前もバスケ、寝ている時もバスケ、そして朝起きて朝練…、24時間バスケのことを考えていますね（笑）。

これからの目標、将来の夢

今はとにかく目の前の大会に集中すること。まずはウィンターカップ。地区予選で悔しい思いをしたので、県大会では優勝して、全国大会に出場し、3年生に恩返しをしたい。自分自身としても、1年生で出場させてもらっているので、これまでのキャリアを生かしてチームに貢献し、そこでまた経験を積んでいきたいです。

将来の夢は、プロ選手ですが、怪我なく、ずっとバスケに関わっていきたい。選手引退後のセカンドキャリアもバスケに関われる仕事に就きたい。バスケに関われる人生を送っていきたいと思っています。

いちご一会国体でともに戦ったメンバーと（前列中央）

「太陽」のような選手

瀬尾（せお） 裕史（ひろふみ） コーチ

技術的にはもちろんですが、コーチングしたいと思えるメンタリティの持ち主。話をちゃんと目で聞きくことができ、分からない部分は質問するなど、向上心が高い選手です。また、いつも明るく笑顔で、周りに人が集まり、チームメイトが佐々木優斗と一緒にバスケしたいと思えるプレイヤーであると感じます。

高校生活のなかで期待することは、リーダーシップ。勉強面もそうですし、バスケでは技術だけではなく練習への取り組み姿勢や仲間との関わり方など、特別な役割が彼にはあると思っています。さまざまなことを率先して頑張ってほしいと思いますし、私もコーチとして尊敬と感謝の気持ちを忘れず彼の夢のサポートの一助を担えたらと思います。