



©F.C.TOKYO

**代表に選ばれるだけで満足せず
試合に出て結果を出したい**

3年前、清水エスパルスから現在のFC東京に移籍しました。海外のクラブを含め最も高い評価を受けたのが一番の理由ですが、何より地元東京のチームですし、女手ひとつで兄と僕を育ててくれた母親の近くにいるにあげたいという気持ちもありました。

最近日本代表メンバーにも招集されるようになり、1月にオーストラリアで開催された「AFCアジアカップ2015」にも出場できました。

**攻撃でも守備でも
プレースタイルは
リラックスが基本**

今後選ばれるだけで満足することなく、試合に出て結果を残すことにならなければなりません。そのためリーグの試合でも、気負わずリラックスしてプレーし、攻撃でも守備でも貢献できるように心がけていきます。

栄養のバランス考え自炊中心に

僕は家の中でじっとしているのが苦手なので、試合や練習のないオフの日にはドライブに出かけたりします。温泉が好きなので、箱根や伊豆あたりまで行きますよ。あとは友人と都心に出かけて洋服などのショッピングを楽しんだり…。

それと、やはりサッカー選手は体が資本ですから、食生活には気をつかいます。肉、魚、野菜、好き嫌いなく何でも食べます。料理をつくるのも好きで、ブログにもちょくちょく写真を載せていますからぜひ見に来てください(笑)。そのおかげかどうかわかりませんが、毎月の血液検査ではバランスよく栄養がとれているとお墨付きをいただいています。

3月からリーグが始まりました。昨年まで3年連続で悔しい結果になっているので、今年こそチームが優勝できるように頑張ります。

Profile ●おおた・こうすけ

1987年、東京都出身。5歳でサッカーを始め、町田市のつくし野サッカースポーツ少年団に所属。麻布大学附属瀧野辺高校時代は2年連続で全国大会に出場した。2006年、横浜FCに加入。07年にはU-20日本代表選出。その後、清水エスパルスを経て、12年からFC東京に移籍。15年1月開催のアジアカップでは日本代表に招集された。179cm、78kg。

サッカーは幼稚園の年中組、5歳で始めました。生まれ育った東京の町田は、サッカーが盛んで小学校区ごとにチームがあるほどですから、自然な成り行きだったと思います。高校では全国大会にも出ましたが、とくに目立った成績を残せませんでした。

進路に迷っていたとき、幸運にもプロのクラブから誘いがあったのは、大学への願書を出そうとしていた前日のことです。成功も失敗も自分の努力次第というプロへの挑戦に迷う必要はありませんでした。その場で決めて契約書にサインをしました。

1年目はほとんど出場の機会がなく悔しい思いをしましたが、2年目になってディフェンスのレギュラーに定着。20歳以下の日本代表メンバーにも選ばれて初めて世界を経験したことで、ようやくこの世界でやっていけるかなという自信ができました。



サッカー 日本代表

太田宏介さん

(FC東京所属)

photograph : 中原義夫