

ありがとう ～一球同志～

津和野高校 野球部通信

第2号

平成31年2月28日(木)

## 【2月の活動内容】

- 2日(土) 冬季合宿(徳地)
- 3日(日) 冬季合宿(徳地) 若狭 彰さんによる野球指導
- 4日(月) 若狭 彰さんによる野球指導
- 5日(火) 田中 美礼さんによるピラティス
- 10日(日) スポ少野球教室(津G)
- 12日(火) 田中 美礼さんによるピラティス
- 15日(金)～25日(木) 試験期間
- 22日(金)～26日(火) 学年末試験
- 26日(火) 田中 美礼さんによるピラティス
- 27日(水) 石川さんによる食事・栄養指導



相手に体格で負けないためにも全員が体を大きくしてやろうという意識があり、春夏に向けてある程度の見通しを持ち、個々のやるべき事を再確認出来た。 2年生



↑食事の様子

食堂の方が「ご飯8升(約26kg)なくなりました。」と驚いておられました。

## 冬季合宿でパワーと結束力を高め、

## いざシーズンへ

2月2日(土)と3日(日)の2日間、山口徳地青少年自然の家で冬季合宿を行いました。今まで取り組んできた体づくりの最後の追込みとして、自分の現時点での食力がどのくらいなのかを知るため満腹になるまで食べました。チームメイトとの食事への意欲の差が分かり刺激となりました。

食後にチームミーティングを行い、勝つためにどういうミスをなくしていくべきなのか3つのグループ(攻撃・守備・メンタル)に分かれそれぞれの改善点を探し出しました。



今回の合宿を通して、部員同士の“絆”が深まったのは勿論、今シーズンの方向性や、やるべき事を確認出来た事がとても大きかった。 1年生



↑チームミーティングの様子

## 常勝軍団へ

### 野球の本質を学んだ2日間

2月3日（日）と4日（月）の2日間、若狭さんが再び来校され、野球指導をして頂きました。前回の内容は、「勝つためには“走塁”が大事」ということ。今回は初日に、走塁の技術を高めるということで帰塁などの練習を行いました。今までと同様に帰塁と進塁のどちらにも意識が出来るようにスタンスを持って取り組んでいたが、若狭さんから「一番大事なのは“進塁”すること」と教わった事で進塁への意欲を高めました。

2日目は、打撃の基本である“4S”を教わりました。その4Sとは、①スタンド、②スライド、③ステップ、④スイングです。この4つが出来ていないとバッティングが上達しないという事を知り、それ以降、自主練などで走塁技術とバッティングの技術を磨いています。



↑若狭さんによるバッティング指導の様子

## 野球教室を通し、

### 野球の“楽しさ”を実感

津和野町の小学生に野球の楽しさを知ってもらおうと、2月10日（日）に部内委員会津和野藩が企画した野球教室を開催。あいにく天候には恵まれませんでしたが、小学生を含めた総勢約40人が津和野高校に集まりました。ランニングから始まりお互いの緊張をほぐし合い、その後のドッジボールでさらに小学生たちとの仲を深めることが出来ました。バッティング練習では少年野球の子供たちが硬式ボールを打つなど普段練習で出来ないことを室内練習場で行いました。

そして体育館にて、この日のメインイベントである、お笑いコンビとんねる

ずが行っている様な津高Version『リアル野球盤』を行いました。場内放送や応援団などを高校生が務め、臨場感溢れる雰囲気小学生たちも興奮している様子でした。試合は初回から“ホームラン”が飛び交う点の取り合いで、序盤から白熱の展開に会場は大盛り上がり。試合中にはホームランを放った小学生にインタビューをするなど、終始小学生が楽しめる環境を作ることが出来ました。私達も改めて野球の楽しさを実感出来た1日でした。これを機に津和野で野球をする子供たちが増えてくれることを私たちは願っています。



←メインイベントである『リアル野球盤』を小学生たちが楽しんでいる様子



津和野スポーツ少年団と津高野球部  
体育館での記念撮影→

## 綺麗な津和野町が好き。

### 朝のゴミ拾い開始

12月から津和野藩企画でゴミ拾いを行っています。それは津和野の“環境美化”と我々の“変革”を目的とし、私たちが住む町（環境）を綺麗にすること、ゴミ拾いを通して“見る力・感じる力・気づく力”を養うためです。朝7時45分～8時20分まで行っています。



ゴミ拾いの様子→

夏 閉幕まで、

136日