[第１回甲子園塾まとめ]

～日本高等学校野球連盟主催　高校野球甲子園塾　受講内容レポート～

日時：平成２０年１１月２２日（土）～２４日（月）

会場：中沢佐伯記念野球会館･大阪府立豊島高等学校

長野県立丸子修学館高等学校
野球部部長　　竹峰　慎二

＜目次＞

はじめに	２
第１回甲子園塾について	３
ベースボールの誕生・日本の球史	４
不祥事件の取り扱いと防止	７
学生野球憲章と諸規定	１０
都道府県連盟の役割	１１
新入部員の指導について	１２
体罰についてどう考えるか	１５
部活動の役割と課題	１７
保護者会・OB 会との対応	２０
キャッチボール	２１
トスバッティング	２３
バント	２３
内野ノック	２４
外野ノック	２６
バッテリー育成指導	２７
ノックの実践練習	２９
公式戦のミーティング	３０
部員とのコミュニケーション	３４
打撃練習の工夫	３８
閉校式	４０
おわりに	４０
提供資料・引用	４１

はじめに

この度、日本高等学校野球連盟主催「第１回甲子園塾」を受講させて頂き、大変大きな感激と強烈な刺激を頂きました。ただでさえ膨大な事務作業に追われる中、この甲子園塾の企画運営をして下さった日本高等学校野球連盟のスタッフの皆さんへの感謝の気持ち、また惜しげもなく、我々受講生のために、熱心に指導してくださった塾長である尾藤公先生をはじめ、山下智茂先生、渡辺元智先生、田名部和裕先生、小森年展先生、西岡宏堂先生、松元泰先生、伊原登先生の教えを、形にして残したいという思いで、第１回甲子園塾の内容を私なりにまとめさせて頂きました。

あくまでも、私自身が学び取った内容としてまとめてありますので、講師の先生方が伝えたかった内容と多少異なる点もあるかと思いますが、あらかじめお断りしておきます。

今回共に学ばせて頂いた甲子園塾第１期生の皆さんや、各学校で様々な悩みを抱えながら指導している長野県内の先生方（特に若手指導者）にも是非目を通して頂き、高校野球の正しい方向性や、尾藤先生や山下先生、渡辺先生など全国トップレベルの指導者の方々の考え方や指導方法などを少しでも吸収し､現場での指導の参考にして頂ければ幸いです。

第１回甲子園塾について

高校野球・甲子園塾実施要項より抜粋

１．趣旨　①高校野球のよき指導者となるために、高校野球の歴史、規則、指導者としての心構え、指導方法を研修する
②受講者同士の交流を深め、指導者としてのネットワークづくりの一助とする。
③都道府県連盟、審判員とのよりよき関係について研修する。
④全国大会を視察し、指導者としての予備知識を体得する。

２．講師　塾長　尾藤　公　（元・箕島高校監督）
山下智茂　（元・星稜高校監督）
渡辺元智　（現・横浜高校監督）
西岡宏堂　（日本高等学校野球連盟審議委員長）
松元　泰　（宮崎県高等学校野球連盟理事長）
伊原　登　（大阪府高等学校野球連盟理事長）
田名部和裕（日本高等学校野球連盟事務局参事）
小森年展　（日本高等学校野球連盟事務局長）

３．受講者　長谷川倫樹　（北海道・私立双葉高等学校）
竹内貴司　（青　森・県立八戸工業高等学校）
鈴木将来　（宮　城・県立桶谷高等学校）
五十嵐祐幸　（埼　玉・県立越谷南高等学校）
大木　博　（山　梨・県立峡南高等学校）
石川和斉　（千　葉・県立小見川高等学校）
豊田浩之　（東京都・私立岩倉高等学校）
竹峰慎二　（長　野・県立丸子修学館高等学校）
鈴木彰洋　（静　岡・県立横須賀高等学校）
岡田泰次　（愛　知・県立刈谷高等学校）
藤江隆史　（滋　賀・県立草津東高等学校）
中村好邦　（京都府・私立落星高等学校）
吉山隆志　（岡　山・県立岡山城東高等学校）
山本尚徳　（鳥　取・県立鳥取工業高等学校）
宮武昌司　（香　川・県立三木高等学校）
青野　誠　（愛　媛・県立伊予高等学校）
門岡　弘　（福　岡・県立大宰府高等学校）
山口一守　（長　崎・県立五島高等学校）

第１日目（１１月２２日）

座学Ⅰ「ベースボールの誕生・日本の球史～球史から学ぶ～」（日本高野連　田名部参事）

座学Ⅰでは、日本高野連田名部参事自ら調べ、現地で取材された内容や画像をスライドで流しながら説明。スライド資料より抜粋したものに、田名部参事から説明のあった内容をまとめる。

●ベースボールの誕生

（1845年　アレキサンダー・カートライトがベースボールの原型を考案）

●ベースボール誕生当時の精神①

・イギリスからアメリカに移住した市民が貴族社会から脱して**民主主義**を元にしたルールを考案した

○どんな強いチームも３つのアウトでチェンジになる（公平･平等の精神）
○どんな強打者でも９分の１、打ち続ける事はできない（公平・平等精神）

●ベースボール誕生当時の精神②

・ファウルラインを設け、女性や子供もプレーヤーの近くで観戦できるようにした
・どういう場所でもできるように、外野の広さに関しては規定がなく自由な設定ができ、その場に応じて試合も行われた
・誕生当時から、勝敗や技量以上にフェアな精神でプレーをする選手に対する評価が高かった
・審判員は１人で観客が陪審員の役割を担い、選手は審判の判定に当然従った

●野球の七不思議

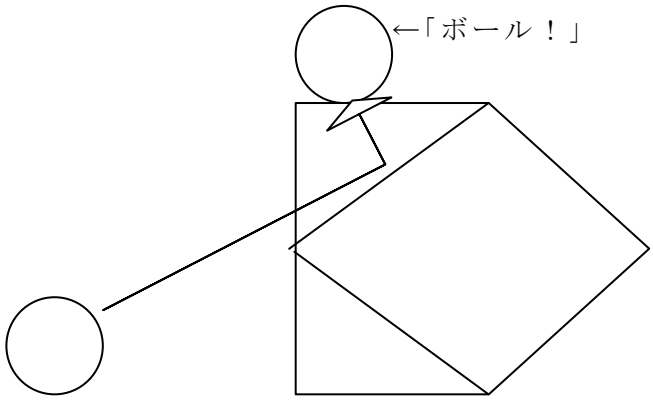
①「**守備側のチームがボールを支配している**」（守備側が主導権を握っている）
※他のスポーツでは攻撃側がボールを支配していることが多い

②「**タイムゲーム（時間制）ではない**」
「**最後の１球を投じなければ勝利は確定しない**」
※②③野球は時間稼ぎでは勝てないルールになっており、野球を通して時間稼ぎをするような人間ではなく、正々堂々と最初から最後まで攻め続けることのできる人間を育てるべきだと解釈することもできる

③「**なぜマウンドがあるのか**」
※平地で投げていると、どうしても雨が降ると水溜りが出来て試合が出来なくなってしまう。そこで、ある者が投手板の周辺に土を盛ったのがはじまり。１８４５年からマウンドはあった。

④「ホームベースはなぜ五角形か」

※1845 年当時は〇型であり、その後他のベースと同じ正方形であったが、1900 年フレデリックシュミットが「四角形ではカーブがストライクにならない」と主張して、現在の 5 角形になった。



プレート

⑤「なぜ帽子を着用するのか」

※南北戦争下、両軍にらみ合っている最中に体がなまらないようにベースボールをしていた。軍服（帽子）で行っていたことが由来

⑥「なぜ一塁方向に走るのか」

※1884 年までは投手は下手投げであり、球威がなかったため右打者の引っ張る打球が多く、三塁へ走るルールにすると打者がすぐにアウトになってしまうため

⑦「なぜストッキングは切れ上がっているのか」

※1900 年前後、当時は感染毒症が流行していた。ストッキングの染料である植物が傷口から入って感染毒症になるのを防ぐため、植物で染めてあるストッキングを切り上げ、その下に染めていない白いソックスを履くようになった。

●ベースボールを健全なスポーツに導いた人物

新聞記者を５０年間勤めたヘンリーチャドウィック（１８２４～１９０８）は、現在のスコアブックを考案し、１８５８年に創設されたルール委員会の委員長に就任した人物として有名だが、彼は「アメリカでベースボールを国技にするためには、賭け（賭博）をやってはいけない！」とのキャンペーンをした。サッカー等では賭けが存在するが、野球では行われていない。これには、ヘンリーチャドウィックの功績が大きい。

●日本に初めて野球を伝えた人物

明治４年（１８７１年）に、第一大学区第一番中学（現東京大学）の教師として来日したフォーレスウイルソンが、翌明治５年（１９７２年）学生達の不健全な生活ぶりをみて、戸外で運動することを奨励しベースボールを指導した。

日本の野球の原点は「勉強するために、野球をする（体を鍛える）」ことであった。

●フェアプレイを提唱した人物

明治８年に、教師として来日したフレデリック・ウイリアム・ストレンジは、明治１６年に学校スポーツの重要性を説き、日本で初めて本格的な陸上運動会を開いた人物で、フェアなスポーツマンシップの精神を提唱した。

（フェアなスポーツマンシップの精神）

○競技において最も尊いのは、最善を尽くすことで、心残りがないようにすることだ。勝敗などは第２の問題である。

○スポーツの奥義は情念を鍛錬することであって、筋肉を鍛錬するものだけのものと思ってはならない。

（ストレンジの教え）

（１）　定刻を厳守せよ

（２）　奮闘努力せよ。負けても負け惜しみを言うな

（３）　競技は公明正大にやれ、卑怯な事はするな

（４）　審判に服従せよ、人は神に非ず、ときには判定に誤ることもあるが、異議をとなえず、冷静を保て

（５）　プレーを楽しめ、自分より優れた相手を敵視するのではなく、師とせよ

（６）　商品は記念品のみとせよ

（７）　倹約はスポーツマンの第一の信条、他人に憐れみを乞うてまでして贅沢をするものではない

（８）　練習は学業の暇にせよ、そして練習場に立ったときには、さっさと練習をして、終わったら速やかに去れ、長く残っても気迫が弛緩するだけだ、克己、節約、制欲、忍耐、勇敢、沈着、敏活にして機知縦横、明快にして気宇壮大、これらの気質特性こそ、天がスポーツマンに与える最高の賞品ではないか

●「野球」の名付け親

明治２７年に、中馬　庚（ちゅうま　かのえ）が、校友会雑誌　例言で「野球」訳を発表。自身も第一高等中学校で名二塁手として活躍し、我が国最初の野球専門書「野球」を著した人物で、昭和４５年に野球殿堂入りしている。

●正岡　子規の野球に関する功績

慶応３年（１８６７年）に生まれ、明治２２年（１８８９年）に大喀血するまで自身も野球の選手であった。

正岡子規は自分の名前を升（のぼる）と称していた時期があり、“のぼる”をもじって野球を“のボール”と称していたことがあった。これが明治２３年の時であり、中馬庚の「野球（やきゅう）」訳より４年前だったことから一時は正岡子規が「野球（やきゅう）」の名付け親だと言われていた。

しかし、正岡子規は野球用語にかんする数多くの日本語訳を考案している。

正岡子規考案の野球用語訳の一例	打者・走者・直球・飛球・四球・遊撃手など

座学Ⅱ「不祥事件の取扱いと防止」（日本高野連　西岡審議委員長）

座学Ⅱでは、審議委員長をされている西岡宏堂先生から、不祥事件をいかにして防いでいくかという観点でお話をして頂いた。我々現場を預かる高校野球の指導者にとって、悩みの尽きない不祥事の防止という大きな課題について非常に参考になる内容であった。強く感じた事は「不祥事予防に特効薬はない」ということ。私自身も手を抜きがちな基本的なことを多く指摘して頂いた。今後は目先の結果のほうに、重心を置いてしまいそうになる自分自身を冷静にコントロールし、一人ひとりの部員との会話（コミュニケーション）を大切にしていきたいと感じた。

私にとって非常に苦手な分野ではあるが、現在も日々葛藤（苦悩）しながら、部員との“ぎこちない会話（コミュニケーション)”を続けている・・・。

内容について以下にまとめる。

不祥事件の取り扱い

●「学校」→「都道府県高校野球連盟」→「日本高等学校野球連盟事務局」(審議委員会：月１回　→　常任理事会）→「日本学生野球協会審査室」（２，３ヶ月に１回）

最近の不祥事の傾向

●窃盗（自転車など)・・・乗り捨てられている自転車を乗っているパターンが多い。
→「罪の意識」の欠落？　判断力の低下？

●たばこ・酒

◎インターネットやメールに関する報告が増加している

指導者の暴力

●追い討ちをかけるところまでやる（殴る・蹴るの連続）
→「そこまでしてやる必要があるのか？」
→「一人の人間として、あまりにも相手の気持ちを理解しようとする姿勢に欠けていないか？
→「指導者だからやっても良いなどという感覚は通用しない」

不祥事を防ぐための具体的な指導方法

●「怒られ役の部員を作らない」

→指導者が怒られ役の部員を作っているチームではいじめが起こる。部員としては「僕は怒られるために野球部に入ったのではない」という気持ちになっている・・・

●「ベンチから外れる３年生に下級生の指導をさせる場合、絶対に任せきりにしない」

→３年生部員の気持ちのフォローを怠ると、下級生に対して暴力をふるう場合が多い。部員としては「僕は下級生の指導をするために野球部に入ったのではない」という気持ちになっている・・・

「寄り添って！」「フォローする！」「任せきりにしない！」

↑ベンチから外れる３年生部員に下級生の指導をさせる時には是非参考に

●「指導者の気持ちと部員の気持ちの“ギャップ”に注意！」

→指導者は・・・「甲子園に行きたい！」「勝ちたい！」「結果を残したい！」
部員は　・・・「楽しみたい！」「友達を作りたい！」
ギャップを抱えている部員は、毎日の活動が相当なストレス（苦痛）になる。ではそのストレスはどこに向かうのか？指導者としては見落としてはならないポイント。グラウンドでは指導者や仲間との目標のずれに悩み、クラスでは一般生徒との私生活のずれがある。そんな部員を救うのは、部員とのコミュニケーションによって、その部員に合った目標を見い出してやること。

●「指導者は常に部員の模範たれ」

●「不祥事防止の最重要ポイントは、部員とのコミュニケーション」

●「学校（チーム）ごとの状況を言い訳にせず、指導者は部員一人ひとりの心に入り込んで欲しい！」

→一人では難しい。必ず部長や他の指導者と協力すること

●「部長と監督の報告・連絡・相談が肝心」

→部長と監督が父と母となって、部員を育てていく姿勢が大切
教育の「教」の字には“ムチ”「育」の字には“鳥の巣”の意味がある。

●「監督が一人で悩んでしまうような状況を作ってはいけない」

→元々監督とは孤独な職業だが､監督一人では高校野球の良いチームはできない。

●「指導者は常に部員の模範たれ」

不祥事の撲滅のために参考にしたいこと

（指導者としてのコミュニケーションの場）

ノックをただの技術練習のみとしてとらえるのではなく、部員と会話しながらノックができないか。これは野球の指導者にしかできないコミュニケーション方法。ただの技術練習でなく、部員と会話する姿勢があれば、部員との距離も縮めることが可能なのではないだろうか

（考えさせる部員に育てるために）

部員には考える時間、余裕も必要。練習時間が長すぎる傾向にないか？日頃から考える癖をつけさせれば実戦にもいきる。ただ単に休ませるという意味ではなく、集中力や考える力の育成のために

（いじめを撲滅するために）

喜びを共有する　悩みや苦しみも共有する
　そんな仲間作りができれば　いじめはなくせる！　真の連帯が育つ！

（現場の指導者に考えて欲しいこと）

無我夢中の後・・・何が残せるか？

座学Ⅱ「学生野球憲章と諸規定」（日本高野連　田名部参事）

ここでは、特にまだ高校野球の指導者としての経験の浅い若手指導者が注意すべき事項を中心に、田名部参事からお話を頂いた。経験のある先生方も、再度ご確認ください。

危機管理

●部員の怪我や死亡により、裁判になっているケースが多い

●部員の障害保険の加入はなされているか？
→高野連から保険に関する書類が各校の部長宛に定期的に届いている。未加入の学校は早急に検討を！御存じない監督さんは部長に問い合わせ、それでも不明な場合は日本高野連まで

●施設管理者が訴えられても大丈夫か？
→上記同様

●怪我の予防に万全を期す
○打撃練習時のゲージの組み方に注意
（特に左投手用と右投手用の途中変更時に注意が必要）
○マシンの球入れをする部員にも安全対策を！（防球ネットやヘルメット）
○部員に「ボールから目を離さない」という意識を徹底させておく

大会参加者資格

●是非参加者資格規定を読み、部員に伝えて欲しい。特に・・・

第３条　参加チームは、その学校の代表であることを要する
第５条　・・・学校長が身体、学業および人物について選手として適当と認めたもの

◎大会に参加するのは野球が上手いからではない。学校の代表として相応しい者として選ばれているのだ。学校を代表しているという意識を必ず持たせる。また、日頃から学校の代表者として、学校の職員や生徒から認められているか、振り返らせて欲しい。

選手登録について

●部員の選手登録の規定は、指導者として周知しておくこと
→トラブルもある

アウトオブシーズン規定

●毎年３月８日を解禁日とする

新入生練習解禁日

●３月２５日←新入生の３月２５日～入学日までの傷害保険等の加入を必ず確認！

座学Ⅲ「都道府県連盟の役割」（宮崎県高野連　松元理事長）

各校の監督へ

●部長は連盟役員の苦労が見えやすい。しかし監督は見えづらい。連盟役員は以下のような役割を担い、苦労しながら高校野球の活動を支えている。その苦労を共に感じて欲しい。そして部員にも感謝の気持ちを持たせて欲しい。

●連盟の会議で出される資料には必ず目を通して欲しい。連盟役員も校務と平行して資料作りを担当している。

●球場補助員等に対し、積極的に協力をする姿勢を持ってもらいたい。

●提出物の期限は厳守して欲しい

具体的な役割

●年間行事の立案（９月提示、１２月決定）
　→年々練習試合を組むのが早くなっていて日程についての問い合わせが増加傾向
　→球場の確保・調整が非常に困難
●予算案立案・収支決算に関わる業務
●球場確保
●安全対策
●大会日程作成
●近隣対策
●審判組織の充実と技能向上
●マスコミ対策
●連盟役員の確保と育成

県全体のレベルアップを図る取り組み（宮崎県の場合）

●中高連携（高校側の指導者が中学生を指導する）
●１２月に加盟校対抗の駅伝大会を開催（体力向上と交流を目的として）
●サマーキャンプ
（九州地区の 30 チームが集まり特別ルールを作成して試合を行う、全体のレベル向上）
●工業高校の大会を開催
●キャプテン研修会
●指導者研修会
●甲子園研修会

班別討議①「新入部員の指導について」

（Ａ班・・・尾藤塾長、伊原理事長）
（Ｂ班・・・山下先生、松元理事長）
（Ｃ班・・・渡辺先生、小森事務局長）

班別討議は６人ずつの班を３班作り、それぞれの班に講師の先生方がついて一緒に討論に参加して頂きました。少人数での話し合いの中に尾藤先生、山下先生、渡辺先生に加わって頂くという贅沢な討議で、我々若手指導者にとっては実績のある講師の先生方から、様々なことを吸収できるチャンスでした。そのため、多少テーマとは異なる話題もあがりましたが、全てが高校野球を指導するうえで参考になることでありましたので、話題に挙がったことを以下にまとめます。

新入生部員の指導について　受講生から各校の現状

●藤江隆史（草津東）
現在模索中、絞った方がよいのか？平等にすべきなのか・・・？

●山本尚徳（鳥取工業）
○入学時には野球に対する意識はあまり高くないが、徐々に勝ちたい、上手くなりたいという気持ちを引き出したいと思っている。
○沢山ボールに触らせることを心掛けている
○正しい上下関係作りに気を配る

●大木博（峡南）
○できるだけ上級生と同じメニューをさせる（野球の中で体力をつけさせる）
○絶対にしてはいけないことを徹底して指導する

●竹内貴司（八戸工業）
○基本的には上級生の練習を優先にするが、上級生がグランドを使わない時に下級生がグランドを使う
○Ｂチーム戦を組んで鍛える

●門岡弘（大宰府）
○まだ部に昇格したばかりで少人数なので軽い気持ちを持って入部する者が多い
○一人で面倒を見ているため、正直目の届かないところがある
○夏の大会でも１年生を出場させる場合がある

山下智茂先生からのアドバイス等々

●山下先生から討議に入る前に・・・

○３８年間の監督生活は失敗の連続であった

○２０代～３０代前半は「がむしゃらに！」

○３５歳からは「知」の時代　４０歳からは「心」の時代

○監督退任後は、高校野球に恩返しをしたいという気持ちで連盟に関わっている

○“現場の人”が連盟に関わることで高校野球はもっと良くなる！

●新入部員について

○スカウトをしてチームを作るのではなく、生徒が「来たい」と思える学校にするために全力を尽くすべき。スカウトをすると生徒も保護者も天狗になって入部してくる。本人のためにならない。

○新入生には「自分達は幸せなんだ」「恵まれているんだ」ということを理解させる

○正しい縦の関係　横の関係を教える

○シニアリーグ（硬式チーム）出身者は、基本的に土日しか練習していないので、早い段階で無理して使うと５月６月に怪我をする可能性が高いので注意

○軟式出身者のほうが伸びる傾向がある

●各学年で大切にさせること

○１年生は「礼儀」

○２年生は「努力」

○３年生は「感謝」

●夏の大会のベンチ入りメンバーの学年バランス理想像

○３年生・・・１０人

○２年生・・・５人

○１年生・・・３人（将来のリーダーとなる者）

※継続して強いチームを作るには１年生を入れておいたほうが良い

※選手に１票ずつ与えて１名ベンチに入れる者を選出させる

→条件・・・「勉強も生活も一生懸命やっている者」

→選出される者が指導者の考えと一致する年は甲子園に行ける！

（松井秀喜選手の逸話）

◎中３の３月２５日から４番を打たせた

→山下先生が松井秀喜選手を信頼した理由・・・

① 中学３年秋の段階では太っていたが、３月２５日までに２０㎏落としてきた

② 練習参加までの秋以降の５ヶ月間で、象の手のような手を作ってきた

●指導者は部員達が納得できるだけの知識を持つこと

●保護者との距離感　　（部員の弁当を見る→気になる親には直接連絡した）

●球場に学校の教師や生徒が来てくれるようにならなければ強くならない

●部長は生活指導のできる先生を選ぶべき
（自分で選ぶことの出来る環境であれば是非選ぶべき）

●対応の鉄則

○３日以内になにができるか？

→「辞めたい」と言い出した部員は、３日以内の対応が勝負

→「３日我慢できれば３ヶ月出来る」

→「３ヶ月できれば３年できる」

→「３年できれば３０年できる」

渡辺元智先生からのアドバイス等々

●部員との会話（言葉）を大切にする

○部員一声運動

○３年生の指導係の者との「会話」

○一年生との「対話」

○一日に５回でも６回でも声をかけてやる

●上下関係について

○上級生には・・・下級生には未熟な面があることを教える

○下級生には・・・注意してもらえる事は最高の幸せであることを教える

班別討議②「体罰についてどう考えるか」

（Ｂ班・・・尾藤塾長、伊原理事長）
（Ｃ班・・・山下先生、松元理事長）
（Ａ班・・・渡辺先生、小森事務局長）

今回の甲子園塾では３日間を通して、常に活発に意見が出ていましたが、このテーマの時だけは意見が出にくかったように覚えています。しかし、そんな中でそれぞれの受講生や講師の先生方が絞り出した発言は他のどのテーマの時の発言よりも胸に響くものがあり、経験のある指導者の方にとっても、我々のような若い指導者にとっても重要な課題であるのだということを認識しました。また、多くの受講生が日々の指導の中で葛藤を覚えていることもお互いに理解し合いました。

先生方のお話や受講生の経験談などに耳を傾けながら、“部員達の夢”や“応援して下さる皆さんの気持ち”または“自分自身”を守るためにも、現場にいる我々指導者は体罰（暴力）から脱却した指導方法を確立していかなくてはならないと強く感じました。

特に印象に残っているのは、この討議のまとめで全員が集まった時に、我々受講生の中で「何故体罰はいけないのか？若手指導者の中でも情熱のある仲間達が、体罰のことに悩み徐々に指導者としての情熱がなくなってきている傾向にある。高野連は我々指導者に何を求めているのか？」という意見が出ました。これは、ただの感情論ではなく真剣に悩み苦しんだ末の意見でした。このようなことを直接話題に出せることも、甲子園塾ならではのことだと思いましたが、その意見に対し、同席して下さっていた高野連の田名部参事も、その意見をきちんと受け止め、真剣に次のような言葉を返されました。「納得できるまで朝まで腹割って話しましょう」「我々は別に指導者をがんじがらめにしたいわけではない」「高野連では、情熱のある先生たちを守るために体罰（暴力）の撲滅に取り組んでいる」「親達は必ず部員（子供）を信じる。つけこむ材料は絶対に作ってはいけない」「体罰（暴力）をやってしまったら負けです！」・・・このテーマの話し合いでは印象に残る言葉が多く出てきました。以下にまとめます。

A 班からの意見

- 体罰から抜け出す思考を持たなくてはならない
- 指導者自身が指導方法を模索するべき

B 班からの意見

- 体罰による一時的な指導ではなくじっくりと指導することの方が当然正しい
- 体罰を受けた部員が暴力を振るう、体罰を受けた教え子が指導者となってまた体罰を振るうといった体罰（暴力）の連鎖を断ち切らなくてはならない
- 指導者自身が自分をコントロールする方法を学ぶ必要がある

C 班からの意見

- 体罰は指導者側にも生徒側にもプラスにならない
- 部員には叱られ方を教えておく（最後に「ありがとうございました」を言うなど）
- 小さなミスの時にしっかり指導しておくことを心掛ける

尾藤公先生からのアドバイス

●体罰の連鎖を断ち切らなくてはならない
　→あなたが体罰（暴力）を行えば、あなたの教え子も必ず体罰（暴力）を行う
　あなたはそうなることを望んでいますか？

渡辺元智先生からのアドバイス等々

●時代に合った指導手法にしていく必要がある（“力”に頼った指導には限界がある）

●自分の指導に自信がない時ほど手をあげやすいのではないか？

●指導者自身が指導者としての力量を上げる努力を惜しまないこと
　→指導者側の“新しく求めていく”という姿勢に部員達は尊敬の念を持つ

●時代に応じて指導者が変わっていくべきだ。もはや体罰に解決を求める時代ではない。
　→「待つ」「信じる」「許す」ことも必要

●自分（指導者）が変わろうとしなければ、部員も変わろうと思うはずがない

●叱った後のフォローを大切にする
　→「その日のうちに！」

●部員への日々の“言葉がけ”を大切に、チームを作る時代

●部員との会話でチームを作る
　→横浜高校野球部でも、過去には渡辺監督自身が部員とメール交換をするなど、“いかに部員の心に入り込めるか”“いかに部員と会話をして理解するか”といった面には相当工夫をされているそうです。

●親子関係にも目を向ける
　→親の期待が大きい(ヒットを打った？試合に出たか？背番号をもらえるか？など)
　親の期待の大きさと現実の厳しさの“はざま”で苦しんでいる部員がいる。

●辞めたがる部員の傾向
　→指導者側から指導を頻繁に受ける（時には体罰の対象になる）部員は、やる気を失くしていて辞めたい・・・でも辞められない・・・という状況にあることが多い。だから最終的には他の事（部員間の人間関係や些細なトラブル、部の問題点、指導者からの言葉や態度等々）を理由にして辞めることが多い。自分が辛くて（きつくて・・・耐えられなくて・・・）とは言い出しづらいもの。そういう時に辞める部員やその保護者からしてみれば、指導者の体罰は格好の攻撃材料になる。

第２日目（１１月２３日）

座学Ⅳ「部活動の役割と課題」（日本高野連小森事務局長、宮崎県高野連松元理事長）

２日目は、野球部の指導を行ううえで注意すべき点などを中心に、それぞれの講師の先生方の経験談も交えながらそれぞれのお考えをうかがう事が出来ました。１日目の内容と重複する部分もあると思いますが、その時間帯にお話を頂いた内容について以下にまとめます。

講師の先生方の経験談とそれぞれの考え

●尾藤先生の場合

○２３歳の時監督就任
○最初から最後まで部長に御世話になりっぱなし
○地域のファンの人が部の練習（留守中の）の報告をしてくれた
○保護者とは距離を置かず個人的に付き合いもあった（田舎気質だった）
○「辞めたい」と言ってくる部員には「わかった。やりたくなったらいつでも帰ってこい」と対応。周りの部員は「監督は冷たい」と言うが、「じゃあお前らが止めて来い」と言った。
○良い選手とは“素直な選手”“自分で考えて、自分で判断できる選手”
○根性だけでなく合理的な考えも必要
　→「水を飲むな！」の時代に、地域の医者と共同で現在のスポーツドリンクの原型のような物を作り、初めて甲子園のベンチに入れた。
○選手をただ鍛えるのではなく、コンディションを良い状態にして鍛えていた

●山下先生の場合

○２３歳の時監督就任
○部長には技術指導をさせなかった。部長には心の指導に専念してもらった。
○保護者とは話をしないし顔も知らない。保護者の対応は部長に任せるが、部員は３年間責任を持って指導する
○選手達の“声”や“顔”を日々観察することを怠らない
○部員を辞めさせたら指導者は負けである
○指導者自身が輝きを放つこと
○入部が決まった部員の調査書は必ずチェックし、家族構成やどんな育ち方をしてきたのか確認する。その上で将来どう育てていくのかプランを立てる。
○将来どうなりたいのかを部員から聞きだす

●渡辺先生の場合

○２３歳の時監督就任
○最初は問題を抱えた部員が多く、問題の調停役が主な役割だった
○いつの時代も、親（部員の）のこと考えながら指導することが大切
○基本的には保護者とは話をしない、ただ保護者会という存在がある以上は、保護者会との付き合い方は考えていかなくてはならない。
○保護者への発信力が大事
○やめたい部員の対応はその日のうちに家庭訪問に行くのが鉄則
　→「なぜ野球に取り組むのか」の説明
　→「入った以上は頑張れ！」と激励
○３年間全員がレギュラーを目指す、そんな中でたとえレギュラーになれなかったとしても、それは負け組ではない。

●宮崎県高野連松元理事長と日本高野連小森事務局長より

全般的なこと

○部長と監督の役割を明確にしておく
○情熱と根気を持って指導にあたるのが使命である
○野球の指導者である前に教員としての仕事（授業や校務）をしっかり行うこと
○管理職との接し方
　→公式戦の前と後は必ず自分で報告する
　→高校野球は他の部活以上に学校や管理職の理解が必要である
　→管理職に部員へ向けてミーティングをしてもらうのも効果的
○他の部活（校内の）との接し方
　→他の部活の顧問（特に体育科職員）との連絡・報告をしっかり行う
　→グランドの貸借やゴミ・片付けの問題等でトラブルも起こりやすい
　→他の部活の応援に行くことも相互理解に繋がっていくのではないか
　→学校全体の運動部の総合練習会を開いて、運動部で学校を牽引していく
　　（グランドで一緒にトレーニングやミーティングを行う）
　→部活動対抗の駅伝大会を開く
　→クラブ顧問同士の懇親会には積極的に参加する
○部員の学校生活を知ることに努める（担任や教科担当者との情報交換）
○公式戦で自分の授業を自習にする時にも出来る限り授業交換での対応を心掛ける
○中学野球部の先生との情報交換
　→部員が辞めたがっている時や悩む時には情報をもらう
○野球部の試合の応援にどれだけ学校の先生や生徒が応援に来てくれるか？

安全管理について

○初期対応が大変重要（誠意ある対応を心掛けること）

○記録を残す（訴訟等への対応、説明を求められた時の対応で必要になる）

○大きな怪我や事故があった時には絶対に１人では対応しないこと。自分自身が誠意を持って対応するとともに、部長や管理職、養護教諭、クラス担任らと一緒に対応することを心掛ける（とにかく誠実さが求められる）

○指導者不在の時には絶対に怪我をしないメニューにする。不在の時には明確な指示を与えられなければならない。

○AED の使い方を部員にも周知しておく（救急救命の方法なども学ばせておく）

○緊急時の連絡体制の確立

○ヘッドギアや防球ネットなどの整備

○部員の輸送について

→都道府県によっては指導者の運転を禁止しているところもある

→地域性もあると思うが、基本的には指導者は運転しないほうが良い

→事故が起こった時の責任問題

○バスの運転を依頼する時には、学校長から委嘱してもらう形をとっておく

会計について

○会計報告をしっかりしておくこと

→お金に関するトラブルも多い

→お金に関することで指摘を受けると信頼がなくなる

座学Ⅳ「保護者会,ＯＢ会との対応」（日本高野連小森事務局長,宮崎県高野連松元理事長）

●特定の保護者とだけ距離が近づくと必ず不協和音が生まれるので絶対避ける

●外部（OB 会や後援会等の支援団体）の意見を聞く姿勢が必要
→実際に取り入れるかは別にして、聞こうとしている姿勢を示すことも必要
→対立関係ではなく、味方につけることで初めて支援組織として機能する

●転勤したら、まず OB 会や後援会の存在を確かめ、あるようだったら挨拶しておく

●当然だが、指導者も保護者も部員がいる前で飲酒をしない
→保護者総会のような場で部員もいる中で飲酒をしているようなケースはないか？

若手指導者へ

●まだ一人前でもないのに、立場上周囲から「先生、先生」「部長、部長」「監督、監督」とまつりあげられ、**謙虚な気持ちを忘れていないか？**

〇初心を忘れないこと

〇普段の校務を一人前にやれているか？

〇生徒から信頼されるような授業を行っているか？

●管理職との信頼関係を築いておくことの重要性

〇野球部の場合は、部長監督を通り越して、管理職に直接は梨が伝わることが多い
→「校長先生、あの監督替えてくれ！」等々・・・

〇野球部の場合、不祥事件が起きた時には管理職が対応する形になっている

〇もしも裁判になった時、管理職に「報告を受けていないので知らない」とか「現場が勝手にしたこと」ということを言われてしまえば責任は全て現場の指導者に来る

実技Ⅰ「キャッチボール」（山下先生、渡辺先生）

いよいよ、受講生全員待ちに待った実技講習のはじまりです。私は「こんなにウキウキしてユニフォームを着るのは何年ぶりだろう・・・」と思いながら着替えていました。その気持ちは他の受講生達も同じだったようで、全員目が輝いていました。

感動したのは、山下先生と渡辺先生の真剣な指導でした。尾藤塾長はじめ講師の皆さんや日本高野連の脇村会長および連盟スタッフの皆さんにも見守って頂く中で、我々受講生の至福の時が始まりました。

また、会場を提供してくださった府立豊島高校の皆さんが素晴らしい環境を用意して下さいました。協力してくれた豊島高校野球部の皆さんの前向きな姿勢も素晴らしかったです。現場での様子がどこまで再現できるかわかりませんが、精一杯まとめたいと思います。

●キャッチボール指導の基本･･･アウトにするためには何をすべきかという視点を持つ
●基本を教え込む時にはキャッチボールの途中、ポイントポイントで部員を集合させて説明し会話をしながら集中力を保たせる
●キャッチボールのペアの組み方
　○内野同士、外野同士、同じレベルの者と行う

●キャッチボールは人生
　○「相手を上手くしてやろう」という気持ちを持つ
　○「相手の捕りやすいところに投げる」という思いやりの気持ちを持つ
　○「ナイスボール！」など相手を尊敬する気持ちを持つ
●キャッチボールでチームを作る
　○相手のミス（暴投等）を嫌々処理するのではなく、仲間のミスをミスに見せない
　　→足を使って正面に入れば暴投でなくなる（カバーし合う意識）
　　→相手のミスをミスに見せない選手こそ良い選手である
　○「一球にベストを尽くす」意識を植え付ける
　　→一球一球に対する気持ちの持ち方をチーム全体で作り上げていく
　　→甲子園に出てくるチームでも大切な場面での捕球送球ミスが良くある。
　　普段の一球一球のキャッチボールを怠っているのではないか？

●技術的なチェックポイント
　○腰をきる
　○ボールの待ち方（膝をやわらかく使う）（足の裏を上手く使う）
　　→下半身主導の動きに繋がる
　○「正確さ」と「スピード」の両面を求める
　○キャッチボールを通して速く相手に返せる体の使い方を覚えさせる

●アウトにするためのキャッチボールをする
●全ての面で美しくあれ（走り方や打ち方、なげ方等

●実戦につなげるキャッチボール

○正面のキャッチボールでは暴投は出にくい

→基本のキャッチボールで基本をしっかり教え込む

→その上で、形を変えてキャッチボールをさせる（暴投出やすい）

→ボール回し、扇方、カット練習、ショートバウンド、拾い投げ、回転投げ

→形を変えて動く中で投げる練習を数多くさせる

○様々な状況で正確に素早く投げるために

→軸足をきめる（投げる方向に対して直角）（軸足が“命”）

→足の方向性がぶれないように訓練

（軸足に対して直角方向）

（軸足のくるぶしと目標物との直線上に前足をステップする）

→意識としては「ステップ＆スロー」ステップが重要

→上体だけで投げようとしない

→意識は下半身（特に膝をやわらかく待つ・足の裏を意識・腰のキレで投げる）

○塁間ボール回しでチームのレベルを計る（具体的な数値目標）

→１分間で何周回せるか？

※ 甲子園に出るチームは・・・１４周

※ 甲子園で勝つチームは・・・１６周

※ 全国制覇するチームは・・・１８周

○応用ボール回し（タッチ付き）

→必ずランナーが来ると思ってやること

→タッチする場所もランナーが来る所にする（ベースの上ではセーフ）

○基本練習の重要性

→野球は冬上手くなる

→「夏」勝ちたかったら「冬」苦しむべきだ

→チームワークとヘッドワーク

※冬はチームワークとヘッドワーク（ミーティングで鍛える）を上げろ

→何事も意識しだいで上手くなれる

→基本練習に対する意識の持ち方が、夏の大会に結果としてあらわれる

●イップスへの対応

○イップスはメンタルな問題、技術指導では限界がある

○天井に向かって投げさせる練習を一人でやらせて、その後フォローをしていく

実技Ⅰ「トスバッティング」（山下先生、渡辺先生）

●正しいフォームで行う（初めから開いたりせず実際の構えや体の使い方の中で行う）

●３つのポイント「タイミング」「方向性（ステップ）・体重移動」「見る」

●投げる練習・捕球練習・守備練習であることも認識する

●上体だけでトスバッティングしていては良くならない、下半身で行う意識が大切

●低めも膝を曲げて打つのではなく実際のフォームの中でとらえる

●軸を崩して練習しても実戦につながらない

●時間のある時には４人１組で行い（内・真ん中・外）それぞれのコースに対応したポイントでとらえる練習も有効

●バットを短く持てばバットコントロールしやすくなる（実際に体験させる）

●工夫したトスバッティングで実戦につなげる・バットコントロールを鍛える
　○条件指定「ハーフライナー」
　○条件指定「全て逆方向」

実技Ⅰ「バント」（山下先生、渡辺先生）

●バントの基本
　○目の高さとバットの高さを合わせる
　○コースによって目とバットの関係を変えない
　○ホームベースから３ｍ位の投手前が一番安全な場所（最近極端なシフトが増加）
　○指を潰さないようにバットを握る
　○バットを引くと１３０キロ以上のボールはファールになる（手先でやらない）
●練習方法
　○一塁手か三塁手のどちらかに極端に前へプレスをかけさせ、打者はその逆側にバントする
　　→バントの構えは初めは真っ直ぐ（投手前に転がる角度）でそこから左右に角度をつける
　○バスターの練習も混ぜながら行う

実技Ⅱ「内野ノック」（山下先生、渡辺先生）

●「監督たる者、ノックで部員と対話せよ」

●ノックでは部員に「魂」を植え付ける

●試合前ノック（７分間）を使い分ける

○朝の第一試合の場合…緩い打球で多く走らせる

→（膝や関節を柔らかくする・汗をしっかりかかせる）

○第三試合などの場合…グランドが荒れている場合が多いのでノックの前に確認

○対戦相手が格下の場合･･･厳しいノック

○対戦相手が格上の場合･･･やさしめのノック・見せるノックをする

○強風の場合･･･時間の半分をフライやライナーの捕球に費やす

○「勝つため」「選手を一番良い状態にするため（コンディション・メンタル）」「グランド状況や天候に対応するために」等を考慮し、監督自身が選択する

○試合に向けて意味のあるノックをすることが大切

○ただの体慣らしではない

●練習の中での目的別ノック

○基本的な考え方

→気持ちを一つにするためにノックをする

→１球の大切さを認識するためにノックをする

→最終的に公式戦で勝つチームを作るわけだから、まずは試合の持って行き方をしっかりと考える。その中でノックをいかす（どの時期にどんなノックを与えるか）

○チーム力を上げるためのノック（全員で行う）

○チームを一つにするためのノック

→通称「ケンカノック」

→時期としては５月

→レギュラー選手と監督との１対１のノック

→ケンカノックを通してチーム全体を教育する（ノックを受ける者【レギュラー】を孤独にさせない）

→他の部員はノックを受ける部員を囲んで励ます

→レギュラーの者の必死な姿を全部員に至近距離で見させる

→全部員が真剣にレギュラーの者を応援する姿勢が出てくれば「夏」は勝てる

→時間はかかるがチームを一つにするという目的で行う

→精神的なスタミナおよび体力的なスタミナを育成
→副産物としてバッティングも良くなる
→注意点としては、指導者側にノックの技術がないとできない
→捕れそうで捕れないところに打つ
→愛情と情熱を込めて打つ
→終わった後は指導者も「ありがとう！」と御礼を言いしっかりと握手する

○７分間ノーエラーノック
→絶対に妥協しないこと（３時間も４時間もかかることもある）

○バント処理（投内連携）
→普段から投手陣はノックに入れておく
→投手も野手と同じ投げ方をマスターする必要がある
→投手はノーステップスローで刺しに行くことも必要
→一塁ベースカバーの注意
※ベースカバーはマウンドから一塁ベースへ直線的に入る
※余裕のある時に膨らんで一塁へ入る
※一塁手のトスを出すタイミングも鍛える（速く寄って・速く渡す）
※ベースを踏むのとボールをもらうのが同時のパターンが難しい
→バント処理は基本的に「投手自身が判断」するものであり、捕手や野手の指示や声を待っているようではいい投手にはなれない
→捕手は打者がバントの構えをしたらケツを上げて１歩目の準備をする
→バント処理では、常に前のランナーを刺しに行く気持ちを持つ

（ケンカノックを間近で見て･･･）

私は正直申しまして、多くの部員を抱えるチームにとっては、１対１のノックは効率が悪く他の選手を遊ばせてしまうし、時代遅れなのかな･･･と思っていました。

しかし、実際に山下先生の指導を拝見し、ただの“しごき”ではなく、「チームを作る」という大きな目的のある理にかなった練習だと感じました。

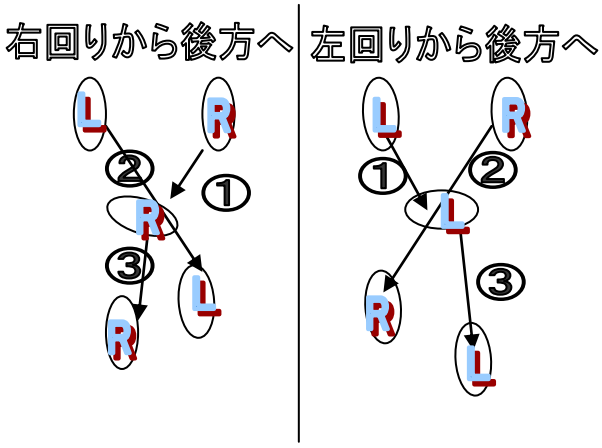
何よりも、豊島高校の選手達の目が輝きを増していき…豊島高校の選手達がチームとしてまとまっていく…全部員が一人の部員のプレーを真剣に見て、ノックを受ける選手と同じ気持ちになって励ましあう…そしてそれを引き出す山下先生の気持ちのこもったノックと気持ちのこもった励まし…そんな光景を間近で見ていて、思わず涙がこぼれました。指導者として色々な経験をさせて頂き、自分なりに勉強もしてきましたが、指導者として最も大切な部分を、自分が見失いかけていたことに気づかされました。それは「部員への愛情と情熱」です。

そして私は純粋に「こんな指導をしたい」「全部員から輝く目で見つめられたい」と強く感じました。しかし、ずぐに山下先生と同じようにできるはずがありません。ノックの技術がなければ逆に危険です。チーム全体の練習をストップして行うわけですから、それだけの効果や部員に感動を与えられなければ、チームが一つになるという目的も達

成できないでしょう。ですが、自分自身が本気になって部員のことを考え、愛情と情熱を持って指導していく事は気持ち次第ですぐに出来ることです。

山下先生も、恐らく様々な試行錯誤を繰り返しながら、この方法を編み出したのだと思います。ただ単に表面的なことを真似するだけでは「本物」は作れません。今回“生”で見させて頂いたことを材料にして、それぞれの指導者がオリジナルの指導方法を作り上げていくことが大切だと感じました。

実技Ⅱ「外野ノック」（山下先生、渡辺先生）



●後方のフライへの対応

○クロスオーバーステップを身につける

○切り替えしの練習を重ねる

●球際に強くなる練習

○選手がこちらに向かって走りこんでくる所へ、指導者がボールをトスしてスライディングキャッチの練習（足から・手から）

○恐怖心に勝ち、見事捕球した時には、言葉と表情で思い切り褒めてやる。

○もちろん堅実なプレーが最も重要だが、優勝するにはファインプレーも必要

実技Ⅲ「バッテリー育成指導」（渡辺先生、山下先生）

●投手の基本「リズム」「バランス」「タイミング」+感覚

●加速と減速の理論

●並進運動で開かずに出来るだけ前に行って離す（腰をきる）

●トップの姿勢が大切（投球側の手が耳から離れていると肩や肘の故障に繋がる）

●具体的な練習方法

○ウォーキングキャッチボール

→真っ直ぐ歩きながらそのリズムの中で相手に投げる

→効果…腕のスイングの無駄や癖がなくなり、スムーズになる

→投球側の腕を背中側に入れ過ぎる投手は肘を壊しやすい

→注意…目と顔をぶらさないこと

→投球時にグローブは引く

→グローブはコントロールを決める

→「ステップ＆スロー」の意識

→自然に歩くリズムの中でスローイングができれば正しい投球動作につながる

→歩くときにも「美しく歩く」「腰で歩く」「姿勢を維持する」

○防球ネットを用いた練習

→エネルギーを効率よく投球方向に放出することの出来るフォームを目指して

→ピッチャープレートの後にネットを置く

（２塁ベース方向に投球する腕がテイクバックするのをネットによって防ぐ）

→プレートの幅よりも少し広めに幅をとり、左右両面にネットを置く

（その幅の中で投げることにより横ぶれが少なくなりエネルギーが投球方向へ伝わりやすくなる）

●投手としての力の計り方

○跳躍力が参考になる（ピッチャープレートからホームベースまで７歩）

●投手練習の段階

①屈伸運動（しっかりと曲げ伸ばしのできる下半身が必要）

②ウォーキングキャッチボール（詳細は上記参照）

※正しい（無駄のない）腕の振りを覚える

※エネルギーを発揮していく方向を体で覚える

③ピッチング練習

※軸足でしっかりと立つこと（くるぶしを中心にして）
※真っ直ぐに立つ　→　プラスひねり（尻を）
※軸足で飛ぶようなイメージを持ちながら前に体重移動をしていく
※前足はかかとから着地
※投げ終わった後のフィニッシュで顔が軸（プレートの幅）から左右に飛び出ないこと
※フィニッシュはスケートの片足に体重を乗せるイメージ

●投球のチェックポイント
○軸足をしっかりときめること
○前足を抱くように足を上げていく
○尻から体重移動（出て行く）
○前にしっかり乗せてから投げる（飛ぶ原理）
○前足はかかとから入る（接地する）
○フィニッシュで顔が前足よりも外側に流れない(スケート選手のイメージが◎)
○フィニッシュは遊ばないしっかりきめる(後ろ足を前足の後へ入れるときまる)

●投手のトレーニング
○体幹の強化
○指先の強化（３本の指で重い物を持つなど）
○投手ノック（特に球際の強化）→下半身の柔軟性および強化やバランスの改善
○「軸足の蹴りの強さ」＋「体幹」を強化する

実技Ⅳ「ノックの実践練習」（山下先生、渡辺先生）　※天候状況により一日前倒し

●ノックの上達はボールのあげ方にある

〇キャッチャーフライは４５度の角度が良い

〇後ろ手でボールをあげた方が良い

→理由…野手からボールが見えにくい、前の手であげるとボールをあげる前からコースが読みやすく実戦向きとは言えない

ノックの打ち方の技術的指導を受けることの出来る機会は非常に貴重だと感じました。私は山下先生のアドバイスで以前より楽にボールに力を加えることができるようになりましたし、苦手であったキャッチャーフライもスムーズに上がるようになりました。他の塾生達も山下先生と渡辺先生から個別指導をして頂き、それぞれに収穫があったと話していました。

班別討議③「公式戦のミーティング（試合前・試合中・試合後）」

（Ｃ班・・・尾藤塾長、伊原理事長）
（Ａ班・・・山下先生、松元理事長）
（Ｂ班・・・渡辺先生、小森事務局長）

実技講習を終えて、日本高野連事務局のある中沢佐伯記念野球会館に戻り、「公式戦のミーティング」について班別討議を行いました。幾多の名勝負を繰り広げられてこられた講師の先生方から、実際に試合中にかけた言葉なども聞くことができました。また、そんな名将と言われる３名の講師の先生方が公式戦ではどんなことに気をつけていらっしゃるのかなども教えて頂きました。恐らくこの時間帯に出た話題の中には、いはゆる「勝つためのコツ」が数多く含まれているのではないかと思います。

まず私の班に入ってお話して下さった渡辺先生から教えて頂いたことをまとめ、その後全体の報告会で出た内容についてまとめます。

渡辺先生からのアドバイス

●公式戦は「声がけ」や「パフォーマンス」などによって、選手達にいかに普段の力を発揮させられるかがポイント。公式戦における「声がけ」や「パフォーマンス」は選手達とのコミュニケーションの積み重ねを発揮する場である

●公式戦では「イニング間の指示」が非常に重要になる。短い時間の短い言葉で、どれだけ選手を奮い立たすことができるか

●試合までの過程

○組み合わせが決まったら相手チームを冷静に分析し、どの時点でピークを持っていくのかを考える（大会期間中ベストコンディションを維持するのは不可能）

○横浜高校は通常の組み合わせの場合、準決勝の２日前から調整を始める

○２番手投手は手強い相手（侮れない相手）の試合に向けてベストに持っていく

○投手起用については、全日程のイニングの割り振り計画を事前に立てる

○相手の情報を得る（夏はビデオ【春】以上の力を発揮すると思っておくこと）
→もし実際の試合でデータと違った場合には、自分達の野球をする

○対戦相手の前の試合は必ず見る

○ジェスチャーによる伝達方法を考えておく（動きは出来るだけわずかな方が良い）

→声が通るのは１，２回戦のうちだけ、部員と心を繋ぐ方法を持つこと

●試合中

○不安な気持ちを取り除いてやるには「体に触れる＋声がけ」が有効

○落ち着かせたい場合は選手と目線を合わせる(選手を座らせて自分も座って話す)

→その時に話しながら選手の目線を確認し、選手の精神状態をチェックする

→目線が落ち着かない者は後ほど、個人的に声をかけて落ち着かせる

○プラスな声がけを心掛ける

→（例)「３回もバットを振ることが出来るんだ！」など

○公式戦では選手が力を出しきれるような声がけを心掛ける（安心感を与える）

○試合中は自分のチームの分析もしておく必要がある

●イニング間

○先頭バッターとネクストバッターに指示を伝えられる方法を準備しておく

○具体的な指示を送り冷静にさせる

○バッテリーに対する声がけをあらかじめしておく

○７，８，９回で１点勝てるチームになろう

○部長と協力してベンチワークを作り上げていく

○あらかじめビデオ等で得た相手チームの情報を伝えておく→試合の中で修正

○アップやキャッチボール、ノックで選手達の様子を探り、声掛けする内容の種類を判断していく

○５回の整備の時には栄養補給

○５回の整備の時は、選手と会話（確認）をする

→特に“横”の変化はベンチからは判断しにくいので選手の感覚を確認

→投手は休ませてはいけない（早めに出てキャッチボールをして準備させる）

●過去の戦いの中から・・・

○松坂の代の（横浜 vsPL）の試合では自分を取り戻す戦いであった。

→試合中には「青空を見なさい」「スタンドを見て母親を探しなさい」という声がけをした。

○県予選で初回に３本の HR を打たれて大量リードを奪われた時

→「今日は負けゲームだ！でも残り８イニング野球を思い切り楽しめ！ただ相手を苦しめてやれ！甲子園に行くことがどれだけ大変か思い知らせてやれ！」という言葉をかけて逆転勝ちを収めた。

●公式戦の中で力を発揮するために

○チームを作る段階から目的を明確に（甲子園で勝つ！など）勝つという意識を強く持たせておくことが重要

全体のまとめの内容

●他の班からの報告

○A 班
→「試合に立ち遅れないこと」「選手に思い切ってプレーさせる」
→「監督が選手に安心感を与えてやる」「言葉の処方箋」←事前に準備
→「有名人を使って説得力を与える」（過去の教え子の良い選手など）

○C 班
→「相手に対する準備は前日までに」「当日はグランド状況や自分のチームのことに専念できる環境を作る」
→「自分達の力をいかに発揮できるかがポイント」
→「試合後は勝った時ほどいかに反省できるかがチームの将来を決める」

●試合中の監督の位置（塾生からの質問に答えて頂きました）

	予選の位置	甲子園の位置
尾藤先生	一番奥のカメラに写らない所に居る	立つ＝“浮き足立つ” 意識して座るようにしている
山下先生	奥のほうにいる	前面に立ち相手監督と勝負する
渡辺先生	基本的にベンチの奥に居る 劣勢の時に自分の姿を相手に見せる時もある	最前列に居て選手に安心感を与えるようにしている

●公式戦での約束事
○「全力疾走」「常に大きな声」「常に積極的に」「孤立するな」「孤立させるな」「声を掛け合え」

●試合の流れを感じる
○試合時間を目安にする（うちのペースかどうかを見極める）
→箕島高校尾藤先生の例…３回３０分、５回１時間、９回２時間

●伝令の使い方
○四死球やエラーが絡む時に、投手の心理状態を見分けて伝令を出す
○打たれている時は間を置くが伝令は出さない

→打たれて伝令を使う時は投手交代の時

○伝令役の部員もマウンドに行くまでに忘れてしまうことも多い

→名刺に言葉を記して伝令役に持たせると確実に伝わる

→事前に作っておくと良い

●天候が悪い時の注意点

○どんなに雨が降っていても正式な連絡があるまでは必ず試合をやるつもりでいる

→相手も同じ条件である

○一度でも気持ちが切れると元には戻らない

→指導者の立ち振る舞いは選手にも必ず伝染する

○連続して中止の時も毎日毎日継続するが、長く続きすぎるときは監督の判断で一息入れることも必要

２日目の夜は「甲子園塾」の企画運営をして下さっている方々のはからいで、講師の先生方と塾生との夕食会を開いて頂きました。これまでも食事は共に摂らせて頂いていましたが、食事時間に限りがあり我々塾生も講師の先生方と深く話し合ったり、細かい質問をさせて頂くことはできておりませんでしたので、大変ありがたい時間でした。

講師の先生方には、夜遅くまで野球について熱く語って頂いたり、個別に質問に答えて頂くなど、我々塾生にとっては様々なことを吸収できる、大きなチャンスとなりました。

塾生は皆、夕食会場にノートを持参し、自分の椅子を講師の先生の座席に少しでも近い所を確保し、耳を傾け積極的に質問をする。講師の先生は塾生の質問に一つ一つ真剣に答えてくださいました。

こうした講師の先生方の姿勢に我々塾生は再度感動をし、夕食会が終わっても塾生同士で野球について再び語り合い、互いの悩みや目標を打ち明けたり、練習試合の申し込みをしたり、「ザッツ　ボーク！」（ルール）について情報交換し合うなど、長く熱い夜が続きました・・・。

お陰で､我々甲子園塾第１期生は､最終日の朝食に１名の遅刻者を出してしまいました。甲子園塾第１期生唯一の汚点であります。しかし、昨晩熱心に野球を語り過ぎた彼には、特別に田名部参事の正面という座席（VIP 席）が用意されていました。彼は一瞬にして目を覚ましたのでした。朝食後彼に取材したところ「朝食の味が思い出せない」と申しておりました。

貴重な機会を与えて下さった連盟役員および講師の先生方、本当にありがとうございました。

第３日目（１１月２４日）

座学Ｖ「部員とのコミュニケーション」（山下先生、渡辺先生）

「部員とのコミュニケーション」では、講師の先生それぞれの、これまでの指導歴を振り返り、その中で得たことや学んだことを中心にお話して頂きました。

渡辺先生より

●指導歴

○指導理念のなかった時期（経験の時代・先代の監督からの伝承の時代）（２０代）

→選抜初出場・初優勝

○根性野球からの変化（３０代）

→「愛情」が必要なんだという気づき

→他分野の実績のある人から積極的に教えを請う

→“会話”と“忍耐”で夏の大会優勝を勝ち取る

○アメリカでの学び

→ドジャーズのスタッフから学ぶ

→「何でこんなに楽しそうなんだ？」という素朴な疑問

→しかし実戦では、凄くハングリー

→“楽しい野球”を学ぶ

○野球の楽しさをどこに求めるか

→指導者自身が細かいことまで追及し、常に新しいことに挑戦していく楽しさ

→“楽しく”“厳しく”“チームワーク”のバランス

●若手指導者へ

○「人が人を動かす」のであるから、真剣勝負の中に「愛情」がなくては成り立たない

○部員を平等に愛してやる

○まずは自分を変えていこうという姿勢を持つこと

○背番号をもらえない３年生部員を大切にすること

→「人生の勝利者たれ」「今活躍していても先はわからない」

○野球の指導者としてノックの技術を向上させる

●ベンチ入りメンバーの決め方

○新聞掲載は仮であることを事前に部員に周知しておく

○指導者が考えている以上に部員にとっては重大事項

○絶対に軽く扱ってはいけない

○指導者側も「ありがとう」という気持ちを持って渡す
○地区大会ベンチ入り２０名中５人は、生徒に選ばせる。（メンバーに入れるかもしれないという希望を持たせる。特に愛情を持って声をかけていく。
○ベンチ入り外の選手に対するフォローが必要

山下先生より

●自身の指導歴を振り返って
○出会い
○失敗の繰り返し

●若手指導者へ

○指導者は子供達に夢を与えるのが仕事である

○一流の監督は一流の教師であれ
○常に「なぜ？」「どうすれば？」の視点を持つこと

●その他
○雪国で日本一になりたかったら、変わったことをやらなくてはいけない！
他と同じ事をしていては日本一にはなれない

○強くなればなるほど悩みは尽きない

●ベンチ入りメンバーの決め方
○甲子園を長続きさせるには３年（１０人）２年（５人）１年（３人）
○「１８」番を誰にやるか
→記名式の部員投票を行った（上級生による買収に注意）
→選出条件は“真面目さ”“声の出る選手”

甲子園に出場した時のためのアドバイス（質疑応答より）

●コンディションの維持が最重要課題
→夏の大会ではエアコンの使用等も課題
→できるだけ地元の生活を持ち込む
●リラックスさせるために
→宿舎ちかくの温泉施設等を利用
●空いた時間を有効活用
→サインの徹底
→大広間等で全員を集める機会を大切にする（チームとしての意識向上）

その他（質疑応答より）

●甲子園に出る監督さんの条件

○自分の考えを持っている

→自分達の求めたものは、必ず自分達のものになる

○人を鏡として素直に教えを請う姿勢を持っている

○探究心がある

○創意工夫ができる

○情熱がある

→「自分の選手を一人前にしたい！」

「チームと選手を愛している！」

「野球のできる喜びを感じている！」

「高校野球のできる喜びを感じている！」

●甲子園監督になるための３要素

◎**一生懸命**	＝	威張らない
◎**本気**	＝	本気でやればたいていのことができる
		本気でやっていれば誰かが助けてくれる
◎**他の人の３倍やる**		

●高校野球が日本社会から愛し続けられるために

○全力プレー（全力疾走）

○ボールを拾いに行かせる（自分のことは自分でする）

○野次はとばさない

○審判に文句を言わない

田名部参事より高野連に関わってきた経験から･･･

●日本代表でブラジルへ行った時

○ブラジルといえば“サッカー”というイメージだが、日系人が住んでいる場所には必ずと言っていいほど野球場があった。

○後にヤクルトに進む岡選手は、空腹が続く中でも「高校の監督から食べてはいけないと言われています」と、差し入れのカップラーメンを一切口にしなかった。「皆さんの生徒は、地球の裏側にまで行っても監督さんとの約束を守ろうとしますか？」

●日本代表での松坂の行動

○最初は他のメンバーと同じようにワイワイやっているが、いつの間にか抜け出して、練習や体のケア、トレーニングをはじめていた。

●小学生からの質問

○大阪府豊中市の小学４年生に「フェアプレーって何ですか？」と質問されたが、誰も明確に答えられなかった。

○辞書によれば「競技・勝負に際して要求される、正しく立派な振る舞い。転じて公明正大な行動や態度」とある

○具体的なフェアプレーの考え方

→相手を尊敬する気持ちを持つ

→自分のベストを尽くす

→各チームで具体的なフェアプレーを決めておく

※振り向くな！審判は常に正しい！

●スポーツマンシップとは

○「スポーツマンシップ」･･･辞書によると「スポーツマンの備えているべき精神」とある。高い次元の精神である。

↕

「ゲームマンシップ」　･･･最低限のルールさえ守れば何をしても良いという考え

●高校球児が宇宙へ（若田光一さん）

○若田さんが高校野球を通して学び、宇宙飛行士をする上で役立ったこと

→集中力

→洞察力

→チームワーク

※約束を守ることの重要性（宇宙では約束違反は“死”を意味する）

実技Ｖ「打撃練習の工夫」　※天候不良により体育館にて実施

最終日はあいにくの雨模様。三日間御世話になった中沢佐伯記念野球会館を出発し、昨日に引き続き府立豊島高校へと向かいました。場所は雨が降っている関係で体育館をお借りしました。室内ではありましたが、最終日も講師の先生方の熱心な指導のもとバッティングの指導について勉強させて頂きました。

●バッティングについて（チェックポイント）

○バッティングは軸足で全てが決まる“軸足が命”
○投手をイメージ・18.44m の線をイメージ
○構えからフォロースルーまで視界を変えない
○ポイントを見て振る
○（構え）顔が前の肩の上にくる・（打ち終わり）顔が後の肩の上にある
○タイミングは前足の膝を使ってとる
○変化球への対応のできない選手は、膝を柔らかく使うことを覚えさせる。
　→スクワット有効

●素振りの方法

○無呼吸スイング（最低でも１５本は振れるように）
○逆振り
○ポイント確認素振り（バットでポイントを示してやり、そこのコースを振らせる）
○長尺バットスイング

●ティーバッティングについて

○斜めからトスするティーバッティングは行わない
　→どうしても斜めからのティーを行う時には、打者に投手方向を見させ、その方向に対してトップを作らせてから、トスをするようにする

○ネット等の安全対策がしっかりできるチームは“正面ティー”を薦めたい
　→ピッチャー方向からボールを（下から or 上から）トスし、トスした者はネットに隠れる。打者はボールの来た方向に向かって打つ
　→慣れてきたらストレートと変化球を混ぜて実践的なティーにしていく
　→基本的には指導者がトス役をやりながら選手をチェックする

→慣れない部員がトス役を行うと危険である
→正面ティー専用の防球ネットが市販されている

○後からトスするティーバッティング
→できるだけ打者は実戦と同じ方向に顔を向けた状態で行う

○上からボールを落とすティーバッティング
→できるだけ打者は実戦と同じ方向に顔を向けた状態で行う

●ポイント盤の作り方

①椅子に座ってトップを作り、その状態でトスしてもらって打つ
→わざと正しくないポイントに投げて打ちにくさを実感させる
→下半身が固定されているため、通常よりもさらに打ちにくい

②中腰で①と同じことを行う

●「目」を鍛える
○トップからインパクトまで通常の選手は約 0.25 秒。一流選手は 0.2 秒

○２つのボールを同時に投げて、指示に従って片方のみを打つ練習
→ビニールテープなどで「白」と「黒」のボールを作っておくと便利

●指導上の注意点
○打撃フォームは全体で見るのではなく、下半身から一つ一つのパーツの動きを追ってやることで修正ポイントも見つかりやすい。
→足の位置・膝・腰・上腕・肩など
○できるだけ「言葉」＋「正しい動作を見せる」で教える
○自信を持って指導することが安心感を与える
○基本はアウトローのボールをしっかり打てる練習をする
○一人ひとりの良いポイントを見て褒めてやる。その上で指摘してやる
○最初から見逃すのではなく打ちに行って見逃す練習をする
○空振りをさせる練習を取り入れる
○打撃向上に向けたトレーニング
→四股踏み・屈伸（足の曲げ伸ばし）

閉校式

無事に全日程を終え、府立豊島高等学校会議室にて、第１回甲子園塾の閉校式が行われました。塾生一人一人には尾藤塾長から終了証が手渡されました。

閉校式の中で、講師の先生方から一言ずつ挨拶を頂きました。それぞれの先生の挨拶を聞いていて、お一人お一人の「甲子園塾」に懸ける思いの強さをひしひしと感じました。それぞれのお立場で、**「高校野球を何とかしたい！」「高校野球をもっと良いものにしていきたい！」**という強烈な思いをお持ちでらっしゃる皆さんが、**「若手指導者育成の必要性」**という共通認識のもと、この甲子園塾が開催されているのだとあらためて感じました。

講師の皆さんや甲子園塾の企画運営に携わっておられる日本高野連の役員およびスタッフの皆さんの強い思いを感じ、その場に居た塾生は皆甲子園塾第１期生としての使命を感じました。

長く日本高野連の運営に携わってこられた田名部参事が「甲子園塾は私の夢でした」と涙を流しながらおっしゃっていた姿が今も目に焼きついています…。

最後に第１期塾生代表者からお礼の挨拶をさせて頂きました。我々塾生全員の思いを込め「それぞれの塾生が学校に戻り、この甲子園塾での学びを実践し、そして今度は必ず生徒を連れて甲子園出場監督として甲子園に戻ってきます」と第１回甲子園塾を締めくくらせてもらいました。

甲子園塾の日程は閉校式を持って終了ですが、我々塾生にとっての甲子園塾はまだまだこれからも続きます。今回の学びを実践したからといって全てがうまくいくようなことはありえないと思います。全国の高校野球指導者が真剣に甲子園を目指し、日本一を目指し日々努力を重ねておられるわけですから甘い世界ではありません。ですから当然それぞれの塾生が、これからも悩み苦しみながら指導を続けていくことになると思います。

しかし、今回我々塾生が学ばせて頂いたことは、高校野球の「正しい知識」であり「正しい指導方法」であり「正しい技術」であります。そのことに自信とプライドを持ち、そして自分自身のオリジナリティーも加えて、指導者としての自分自身を作り上げていきたいと思っています。

おわりに

長野県高野連東信支部評議員会で「甲子園塾」のことを初めて聞いた時、素直に「参加したい！」と思いましたが、その年の春には幸運にも、選抜大会に部長という立場で参加させて頂き、そこでも数多くのことを学ばせて頂きましたので、「今回は遠慮しよう…」と思っておりました。ところが、ある支部役員の先生から「部長だって参加しても良いんだよ。ダメもとで応募してみれば良いじゃないか」と応募を促して頂きました。本校野球部監督である竹内政晴先生からも「しっかり勉強して来なさい」と快く申込の許可をして頂

きました。その結果、年齢制限のある「甲子園塾」ということで、年齢順で私が参加者として選ばれたと聞いています。

そんな経過で参加させて頂くことになったわけですが、まず甲子園塾に参加する上で他にも応募された先生がいらっしゃる中で、参加させて頂く立場ですので、貴重な機会を無駄にしないように積極的に勉強してこようと強く思いました。また、学んだことを長野県内の指導者（特に若手指導者）の皆さんに“形に残るもの“として伝達し、県全体のレベルアップや、高校野球の健全な発展のために少しでも役に立てて頂くことが、今回大変な思いをして「甲子園塾」を企画運営して下さった日本高野連の皆さんや、塾長の尾藤先生はじめ御体に不安がある中でも”身を削る思い“で指導してくださった講師の先生方に対する恩返しになると思い、レポートという形でまとめさせて頂きました。

私の未熟な文章表現等で不明な点も多々あると思います。今回のレポートについて不明な点や訂正の必要性がありましたら連絡を頂ければ幸いです。今後とも高校野球に携わる多くの皆さんと情報交換をしつつ、高校野球をより良い形で発展させていくために力を尽くすことが、今回第１回甲子園塾という素晴らしい環境で学ばせていただいた者としての使命であると考えています。

お読み頂きありがとうございました。

資料提供・引用

●「高校野球・甲子園塾実施要項」日本高等学校野球連盟　作成

●「球史から学ぶ」日本高等学校野球連盟事務局参事　田名部和裕氏　作成

●「不祥事件の取り扱いと防止について」
日本高等学校野球連盟審議委員長　西岡宏堂氏　　作成

●「選手を教育するためのプリント」（ワークシート）
元星稜高等学校野球部　監督　山下智茂氏　作成

●「甲子園塾画像」（写真）日本高等学校野球連盟事務局　古谷純一氏より提供

（レポート作成者連絡先）

氏　名　竹峰慎二

勤務先　長野県丸子修学館高等学校　住所：〒386-0405　長野県上田市中丸子 810-2

電話：0268-42-2827

野球部グランド　電話：0268-43-2707

拠　点　丸子修学館野球部寮　住所：〒386-0405　長野県上田市中丸子 761-8

携帯電話：090-1775-3571