第5回　甲子園塾報告書

日時：平成２４年１１月２３日（金）～２５日（日）

会場：中沢佐伯記念野球館

　　関西学院高等部

長野県野沢南高等学校

野球部監督　　横川　誠

目次

１．実施要項		3
２．受講者名簿		4
３．タイムスケジュール		5
４．座学Ⅰ	～都道府県連盟の役割～	6~7
５．座学Ⅱ	～保護者会、OB 会との対応について～	7~8
６．座学Ⅲ	～指導者としての基本的な考え方（大阪桐蔭高校　西谷監督）～	9~11
７．　〃	～指導者としての基本的な考え方（佐賀北高校　百崎監督）～	12~14
８．座学Ⅳ	～部員とのコミュニケーションの図り方～	14~17
９．座学Ⅴ	～日本の球史～	17~19
１０．座学Ⅵ	～部活動の役割と課題～	19~20
１１．座学Ⅶ	～不祥事件の取扱いと防止について	20~22
１２．座学Ⅷ	～チーム、個人用具の管理～	22~23
１３．班別討議①	～新入部員の指導について～	23~26
１４．班別討議②	～体罰について考えるか～	26~28
１５．実技Ⅰ	～キャッチボール～ ～ペッパー～ ～バント練習～ ～ボール回し～	29~31
１６．実技Ⅱ	～ノック～	31~33
１７．実技Ⅲ	～バッテリーの育成（投手）～ ～バッテリーの育成（捕手）～	33~34
１８．実技Ⅳ	～ポジション別の守備練習～	35
１９．実技Ⅴ	～バッティングの基本～	36
２０．実技Ⅵ	～走塁の基本～	36~37
２１．実技Ⅶ	～ノックの実践練習～	37~38
２２．閉講式		38~39
２３．最後に		39~40

１．実施要項

１．趣旨

①こうこう野球のよき指導者となるために、高校野球の歴史、指導者としの心構え、指導方法などを研修する。

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、審判員とのより良い関係について研修する。

２．日程

平成２４年１１月２３日（金）～２５日（日）

３．会場

講義・座学は中沢佐伯記念野球館

実技・関西学院高等部

４．講師

塾長　山下智茂（技術・振興委員会副委員長　元　星稜高校監督）

西岡宏堂（審議委員長）

百崎敏克（佐賀県立佐賀北高校野球部監督）

西谷浩一（大阪桐蔭高校野球部監督）

髙間　薫（埼玉県高校野球連盟理事長）

５．受講者

・教員資格を取得し、現在教員で原則として次汗機１０年未満の者

・各都道府県から１名（北海道、千葉、東京、神奈川、愛知、大阪、兵庫は２名）の５４名で、１回の受講者は２７名とする。（今回は平成２４年度、第１回目の実施）

2. 受講者名簿

古川　泰弘　　（北海道　上士幌高等学校）
君ヶ洞　卓朗　　（岩手県　久慈高等学校）
白崎　謙　　（山形県　南陽高等学校）
渡辺　純　　（福島県　いわき光洋）
大山　正人　　（栃木県　高根沢高等学校）
松崎　裕二　　（埼玉県　上尾南高等学校）
澤田　洋一　　（千葉県　銚子高等学校）
堀田　一弘　　（東京都　府中東高等学校）
稲本　祥悟　　（神奈川県　海老名高等学校）
横川　誠　　（長野県　野沢南高等学校）
相山　悟　　（富山県　八尾高等学校）
竹内　祐司　　（福井県　若狭高等学校）
小林　宏紀　　（愛知県　木曽川高等学校）
稲垣　聡支　　（三重県　高田高等学校）
土居　正雄　　（滋賀県　水口東高等学校）
山崎　真司　　（奈良県　香芝高等学校）
犬山　亮　　（大阪府　高津高等学校）
出田　勝弘　　（兵庫県　龍野北高等学校）
國定　博明　　（岡山県　岡山東商業高等学校）
廣木　孝平　　（広島県　呉三津田高等学校）
下松　誠　　（山口県　宇部フロンティア大学附属香川高等学校）
吉田　茂雄　　（愛媛県　北宇和高等学校）
高橋　司　　（高知県　高岡高等学校）
井手　良法　　（佐賀県　武雄高等学校）
新垣　慶史　　（熊本県　南稜高等学校）
星原　貴浩　　（宮崎県　都城泉ヶ丘高等学校）
末吉　昇一　　（沖縄県　那覇商業高等学校）

3. タイムスケジュール

第１日（１１月２３日）

時間	講習内容	講師担当（敬称略）
13:00~13:30	開講式	山下
13:30~14:15	座学Ⅰ　～都道府県連盟の役割～	髙間
14:20~15:00	座学Ⅱ　～保護者会、OB 会との対応について～	竹中
15:00~15:50	座学Ⅲ　～指導者としての基本的な考え方～	西谷
15:55~16:45	座学Ⅲ　～指導者としての基本的な考え方～	百崎
16:50~18:00	座学Ⅳ　～部員とのコミュニケーションの図り方～	山下、百崎、西谷
18:00~19:00	食事	
19:10~20:10	班別討議①　～新入部員の指導について～	
20:20~20:50	班別討議①　各班の報告、全体討議	
20:50~21:30	座学Ⅴ　～日本の球史～	

第２日（１１月２４日）

時間	講習内容	講師担当（敬称略）
8:00~8:45	座学Ⅵ　～部活動の役割と課題～	髙間
9:30~11:30	実技Ⅰ　～キャッチボール～	山下、百崎、西谷
12:15~14:00	実技Ⅱ　～ノック～	
14:15~15:15	実技Ⅲ　～バッテリーの育成～	西谷
15:15~16:15	実技Ⅳ　～ポジション別の守備練習～	百崎
17:10~17:55	座学Ⅶ　～不祥事件の取扱いと防止について	西岡
18:10~19:00	班別討議②　～体罰について考えるか～	
19:00~19:45	班別討議②　各班の報告、全体討議	

第３日（１１月２５日）

時間	講習内容	講師担当（敬称略）
9:00~9:30	座学Ⅷ　～チーム、個人用具の管理～	山下
9:30~10:15	実技Ⅴ　～バッティングの基本～	山下、百崎、西谷
10:15~11:00	実技Ⅵ　～走塁の基本～	
11:10~12:20	実技Ⅶ　～ノックの実践練習～	
13:00~	閉講式	

4. 座学Ⅰ　～都道府県連盟の役割～

（髙間　薫　埼玉県高校野球連盟理事長より）

●　日本の野球団体（アマチュア）
・全日本アマチュア野球連盟（社会人）
・日本学生野球協会（大学と高等学校）
・公益財団法人　日本高等学校野球連盟
・各種都道府県高等学校野球連盟
各団体の目に見えないところでの大会運営が順調に進行するための準備をしている。

●日本学生野球協会
（一番覚えてほしいこと）
学生野球憲章の改訂について
平成２２年２月２４日改訂　４月１日より施行

主な改訂点
・「学校教育の一環」を明記
・加盟校の学校長を指導者の一員として位置づけ
・「教育を受ける権利を妨げてならない」と明記
・プロとの関係を交流できるに変更（条件付き）
・処分に対する不服申し立て規定が追加

●埼玉県高校野球連盟の取り組み
・部員少数校への配慮・・・埼玉県の４分の１の高校は、２０名に満たない。部員が少なく夏の大会に出ることができない。最後の夏を大会に出ることがなく、終わることがないように連合チームを作ってでる。少人数でも頑張るんだという気持ちを忘れない。
・彩の国フェスティバル・・・野球人気を広げる取り組み、底辺の拡大。小学生と中学生を集めて、小学生は、高校生が指導して、中学生は高校の指導者が教えている。
・高校野球の社会貢献・・・高校球児の良さをもっと多くの人に伝えていく取り組み。ボランティアへ積極的に奨励していく。

感じたことは、一つ目は、高校野球は教育の一環であるという当たり前のことです。
二つ目に、高校野球に携わっているものとして、連盟の方々への感謝を忘れてはいけないと感じました。本校も東信地区の事務局がある関係で、連盟の方々の仕事を間近に見る

機会をいただいて、本当に連盟の方々の支えがあって高校野球ができていると感じています。

３つ目に、高校球児の良さをもっと、いろいろな形（ボランティア、中学生技術講習など）でたくさんの人に伝えていかなければいけないということを強く感じました。

5. 座学Ⅱ～保護者会、OB 会との対応について～

（日本高等学校野球連盟　竹中雅彦さんより）

１．保護者との対応について

●　保護者会の定期的な開催の必要性について

・回数は多ければ多いほどよい。

・月に１度のでもやってもいいくらい。できなければ、通信を出すなど。

保護者会開催例（５回くらい開催したらいいのではないか）

４月（新入部員への説明、部の方針）

６月（夏の大会前）

８月中旬以降（新チームについて）

１０・１１月（新チームになって秋の大会のまとめ）

２月（新年度へ向けて・昨年度の反省）

保護者からの連盟へのクレームが圧倒的に多い。特に、お金・選手起用・体罰のこと。そうなる前に数多くの連携を多くとることで対応できる。特に、夏の大会前になると極端に増える。

現在、保護者の力を借りないで、活動できる野球部は少ない。だからこそ、保護者の方との円滑な関係が必要。

●保護者との窓口の一本化と野球部顧問の意思統一の必要性。

窓口を１本化する前にまずは、顧問同士で話しあって、必ず 1 枚岩になることが大切。全員の部への意思が統一されていれば、どんな要求があっても、どんなクレームがあっても全員で対応できるから心強い。

“監督が父なら、部長が母になる”

監督が選手を叱ったら、部長がフォローするような体制が必要。

●試合における選手起用についての説明の必要性

保護者は自分の子どもが１番だと思っている場合が多い。それを、一番納得させるのは、数字である。練習のデータや、試合のスコアを付けて、その子の得意な部分をしっかり把握して、質問されたときにしっかり説明できるような状態を作る。

●金銭面（部費・遠征費など）の会計報告の必要性（透明性）について

・会計専門をつける。
・その都度、会計報告をしっかりする。
・領収書をしっかり管理する。
・単年で会計する。
・特定の親とは絶対付き合わない。

●OB 会との対応について

・OB 会役員会との密接な連絡を取ること。
・役員と連携をしっかりとって、何も音沙汰がないことという状態が良くない。ホームページや野球部通信をつくる。
・意見が食い違ってもしっかり話し合いをして、顧問間でも意見の統一をしっかりしておくことが大切。

●まとめ

保護者会も OB 会も役員の人と密にコミュニケーションをとる。
「何のため？」自分のためではない。常に選手のことを考えておくことが大切。

ここでは、選手だけでなく、いろいろなところで（保護者会、OB 会）コミュニケーションをとれる環境を作っていかなければいけないと感じました。普段の活動をサポートしてくださっている部分もある。その恩返しの意味でも通信などを出して、こちらからも開かれている状態を作っていきたいです。

６. 座学Ⅲ　～指導者としての基本的な考え方

（大阪桐蔭高校　西谷監督より）～

●指導者の前に教育者である。

●指導者として、２９歳で監督なり夏初戦敗退の経験し感じたこと。

何か自分が変わらなければいけないと思い、星稜山下監督へ電話をして星稜高校へ「勉強させてください」と行く。驚いたことは、グランドがきれいだったこと。石ころ落ちてない。草１つ生えていない。そして、グランドの周りには、花を植えてある。「花を育てるのは選手を育てるのと似ている。」と教えてもらう。花くらい簡単に育つだろうと考えていたが、難しい。水のあげすぎ、肥料のやりすぎ。水さえやればいい、肥料さえやればいいと思っていた。

野球も同じような野球をしていたのでないかと感じるようになる。６時がダメなら５時に起きて練習すればいいなど。しかし、「土が大切なんだよ」という言葉をいただいたことを思い出す。そんなときにある本に出会った。コーチングについて書いてある本だった。

●コーチングとは何かをコーチという言葉の由来から考える。

コーチの語源は馬車に由来する。馬車で先導する人をコーチと言う。それは、お客様の荷物を安全に目的地まで運ぶということ。スポーツ・野球で考えると、選手・チームを目標とする場所へ導くということになるのではないか。子どもたちを導けているのかを常に考えていなければならない。どこへ導くのか？甲子園・人間力向上へ導けているのか？指導者という言葉にもあるように、指をさして導いていっているのかを考えていなければならない。自己満足になってはいけない。そのためにもっと勉強していかなければならない。

いろんな監督さんからたった一つでもいいから勉強しなければならない。２０代後半から３０代前半はたくさん勉強しなければならない。

●高校野球＝教育＝教え、育てる

教育は教え、育てる。教えられる指導者はいるけど、育てられる指導者はなかなかいない。そのためにはどうしたらよいか？「教え、育てる」の間には何が必要なのか？それは、もちろん子どもたちとの信頼関係は必要だが、いかに「子どもが学びたいという姿勢」をこちらが作り上げられるかである。こちらに目を向かせるかが大事。そのためには、

●大阪桐蔭の選手がすごくうまくなるときがある。
　一つ目は、甲子園行く。甲子園に行ったらびっくりするくらい野球がうまくなる。練習の日にちでは、100 日よりも 200 日よりも甲子園の１試合が選手を環境が人を変える。
　二つ目は、現役の社会人野球選手と一緒につきっきりで練習をしてもらう。あこがれの選手を目の前にすると、技術も考え方も一気に変わる。

●監督としてなにができるのかを常に考えている。
　しかしこれらは、単発的なものであって、監督として子どもたちを喰いつかせるためには、はなにができるのかを常に考えている。やはり言葉がけが大切ではないか。

●教育とは、「今日、行く」
　今日教えられることは今日教えること。今思ったとは、今伝える。忙しいなかで、あとあとになってしまいがちになるから、その場を止めてでも伝える。

●最終的には、人づくり
　最終的には、人間を鍛える人づくりである。学ぶ姿勢を作る。当たり前だが学生の本分は、勉強である。勉強にはいろんな勉強がある。野球も勉強の中のひとつだから、野球だけやっていては絶対に大成しない。野球で活躍している人は、野球だけやってきたのではない。学校の勉強や、人として何かを感じて気付いて変わっている。同じ人間なのだから、ユニフォームをきている時間だけを一生懸命頑張ってもダメ。順番は逆だが、野球をうまるために勉強しよう。これが、選手が学ぶ姿勢をつくるためには必要である。どんなに、いい言葉・話を聞いても受ける側が本当に学ぶという姿勢がなければうまくはならない。

●選手の学ぶ姿勢を作るためにやっていること
①選手を振り向かせるために、自分が勉強しなければならない。

②変えたらダメなもの　変えた方がよいものがある。
・単発的に１つは目新しいものを入れる。
（これは自分で勉強して新しいトレーニングを取り入れる）
・単調な練習をひたすらやる。
ポール走、面白くない練習を続ける。基本＋ねばり＋集中力

③１対１で話をする時間がどこの学校よりも長い。
１２月、４月、夏の大会を終わっての面談を年３回行っている。年３回以外の面談でも毎日交代で、個別で話をしている。個別で話しすると選手には一番伝わりやすい。変わるきっかけを作ってあげる。選手の悩んでいること、困っていることを聞いて、アドバイスし

てあげる。

④野球日誌でのコミュニケーション
野球日誌を読むことで選手が何を課題にしているのかわかる。そして、今日の練習で注意することやどんな練習をすればいいか、毎日授業もあって忙しいがコメントしてあげることによって選手一人ひとりを大切にする。

⑤生徒を自分の子どもと思え
自分の子どもだと思えば、最後まで責任をもつことができる。

●世の中が変わっている中で、変わらないものがある。
　トレーニング法も昔と今は全然ちがう。今は、常識的なものでも１０年後非常識になっているかもしれない。しかし、世の中には変わらないものもある。野球でいえばそれは「高校球児の甲子園に対する想い」「甲子園に行きたいという気持ち」この気持ちを大切にして指導していかなければならない。

●指導方針
　いろいろなことを併せて一番大切にしている事は、「その高校へ、全員が行ってよかったと思う高校へなっていかなければならない。」ということである。

　西谷監督の言葉で、教育は、「教え、育てる」という言葉がありました。自分は、本当に生徒を育てることができているのかという日々考えていきたいと思いました。選手が学びたいと思う姿勢を作るためにも、指導者が常に勉強して、生徒に振り向かせるだけの人間にならなければと感じました。

7．～指導者としての基本的な考え方（佐賀北高校　百崎監督より）～

１．指導歴の中で

●大学で野球をしなかった。
　自分は大学でやるだけの実力がないと感じた。

●指導者になってなかなか勝てなかった。
　最初の高校は、コールド負けばかりでなかなか勝てなかった。しかし、だんだん力をつけてきた。次の高校では、選手はそろっていたがなかなか勝てない。そんな中別の高校から来た監督と交代して部長になった一年目に甲子園に出場を果たす。そこで、自分の限界を感じて、とても甲子園は自分には無理だと思ったときもあった。しかし、自分のプライドを捨てていろいろな人からアドバイスや野球の練習方法を教えてもらう。少年野球・中学野球から学ぶこともあった。

２．基本姿勢

●野球日誌
　毎日日誌を読んでコメントをかく。（１時間以上かかる）補習や朝も０校時があるから時間はなかなかないが、間の時間をうまく使い昼休みまでに日誌とメニューを渡すようにしている。

●勉強と両立
　テスト１週間前は、練習禁止。土日であれば、学校に弁当を持たせて、授業と同じ時間割で勉強させている。

●ピラミッドの一番下の土台の部分は学校以外の生活
　ピラミッドの一番下の土台の部分は学校以外の生活がある。その上に学校生活がある。一番上にあるのが野球である、一番下のピラミッドの部分がグラつくと野球ができなくなる。

●部長・副部長との関係
　両方経験したことはとてもいいことだった。部長の苦しい思いも知っているので、監督としての初めのころは、一人ですべてやることが多かったため、一緒にやってくれる人がいるだけでありがたいと思えるようになった。

部長と監督は難しい。しかし、任せることが大切。例えば、部長がバッテリー出身なら、バッテリーのことは任せてしまう。完全な分業ではないが、任せるところは任せてしまう。部長は裏方（雑用）が多くなるから、勝っても喜びを分かち合えない。「一緒にやっている達成感」を持たせてあげることが必要である。監督は部長に感謝することが大切。監督はいつの間にか部長を雇っているかの如く思ってしまうことがある。しかし、野球の活動に手助けしてくれているのだから感謝しなければいけない。考え方が変えればいい。

●保護者との関係

つかず離れず。監督は横に見るが、親は縦に見る。親は、ずっと子どものころから成長をしているから仕方がない。

３．実際の指導～成功と失敗

●神埼高校で春夏出場

春の出場から夏の出場までの期間の過ごし方で学んだこと。選抜に出ると冬のトレーニングがおろそかになってしまうのから、春が終わってから冬の練習をしたらいい。

●佐賀北で夏の甲子園優勝から結果が出ず、今年の甲子園出場まで。

佐賀北で甲子園優勝してから大変だった。３年間夏の地区大会は初戦負けが続いた。ついつい練習も追い込んでしまった。これだけやって甲子園優勝したのだから同じことをやらなければいけない思いが強かった。選手も環境も違うのだから、変えていかなければいけない。いつの間にか優勝したことで、１勝することの喜びを忘れていた。先のことばかり見て小さな喜びを忘れてはいけない。１回の優勝で終わらない。新たな歴史を作ればいい。と甲子園優勝後はいっていた。

４．練習で大切にしていること

●全員野球とは重なること

誰が打ったとか、誰が押さえたとかはどうでもいい。とにかく全員野球。グランド整備もなんでも全員でやる。自分の使ったグランドは自分で整備するのは当たり前。先輩後輩関係ない。例えば、「おれはサードのグランド整備、おれはショート、おれはレフト、おれはセンター」・・・・。では間は誰がやるのか？「そこをおれがやるよ」「今日は先輩疲れているから先あがってください」など重なること、大切これが理想のチーム。これがカバーリング。また、三遊間のあたりショートが横っ跳びでファインプレー。ナイスショートだと褒めたいんだが、その時にショートのスローイングのカバーをしているセカンドやライトに目が行くようなチームがいい。野球はカバーリングのスポーツ。俺が打った俺が投げたでなくて、どういう風に周りが支えられてくれたことに気づくか、そういう人間に育

ってほしい。ここの力は強くなくても周りとの信頼関係のなかでチームを作っていく。

●変わるきっかけ

神埼高校のとき、県外の私立 VS 進学校の試合を見たとき、力の差が歴然だったが、互角の戦いをしていた。それは、ベンチに誰一人座らず、元気に声を出していた。アウト３つをとって帰ってきたら拍手をしてベンチで迎えていた。これがきっかけだった。一生懸命やっているチームを応援したくなる「思わず知らず応援したくなるチーム」を作ろうと思ってそのときからやっている。

●プラスに物事を考える事ができる

マイナスをプラスに考えることがきることが大切。例えば１点取られたけど、２点取られなくてよかったというような発想をしていると、チャンスに気付くようにある。よくベスト４の壁を破れないとかいうが、壁はない自分で作っているだけ。自分で勝手に壁を作らない。

百崎監督から、自分が中々うまくいかなかったときの話を聞いて、苦しみながら、失敗をしながら変化してきたのだと、失礼ながらとても共感できる部分が多かったです。その中でも印象的だったのが、“プラスに物事考えることができる”ということです。指導者があきらめることや、壁や線を作ってしまったら、それ以上に選手を成長させることはできないのだなと思います。

８. 座学Ⅳ　～部員とのコミュニケーションの図り方～

●選手とコミュニケーションを図るときに気を付けていること（西谷監督）

野球日誌を用いたコミュニケーションの中で選手が、「今日何を目的として練習に取り組むのか」を、一回頭の中に入れる。

野球日誌を雑に書いてしまう選手がいたら、野球も雑になってしまっていることがある。何か気付いたことがあれば、気付いたときにいう、面談をするようにしている。ユニフォームだと構えてしまうことがあるので、着替えてジャージでいいので、できる限りこちらの考えを伝える、向こうの意見を聞くことを心がけている。

●選手とコミュニケーションを図るときに気を付けていること（百崎監督）

野球日誌を必ず毎日提出させて、そこに必ずコメントをかく。毎日日誌を書いていれば、必ず本音を書いてくる。最初は、なかなか本音を書いてくれないが、毎日書いていればいつか本音を書いてくる。なかなか本音を書かないやつが、本音を書いたときは、二重丸。「よく書いてきた」「ありがとう」と不平不満を書いてきた選手をほめてあげるようにしている。

そうすれば選手も自分を振り返り、自分が悪かった部分も冷静に反省できる。最後は、自分に返ってくるということが分かる。そこで、コミュニケーションを図ることで信頼関係を築いている。

のちに見たときにその日が鮮明に蘇ってくるように書かせている。記憶の鎖といって９０％以上の中身を人間は忘れてしまう。しかし、一つのキーワードがあれば思い出すことができる。なるべく具体的に書かせること。そうすることで、忘れていた９０％のうち何％かは思い出せる。

●選手とコミュニケーションを図るときに気を付けていること（山下監督）

毎日生徒に１０回くらい声かけをする。声かけするなかで本音が見える。他には、人の顔を見る。相手の表情を読むことが監督には必要。試合の中で、相手の監督の表情を見て勝負しなければいけない。

一番いやなことをさせる。それは、人前で話をすること、野球日誌を書かせること。毎日５分間スピーチをする。野球日誌は、その後財産になる。

選手のより所をほめてあげる。

いいところばかり見せずに、自分が失敗した姿を見せる。

●受講者の困っていることに対しての

「選手がおとなしくて、物静かで、叱っても一方的になりすぎてしまっている。双方向のしっかりとしたコミュニケーションをとりたい。」

（西谷監督）

若いころは、俺についてこいという気持ちでやっていた。しかし、ここ４，５年で変わったことは、練習前のミーティングは選手だけでやらせるようになった。監督がいうことはハイといって選手はやるが、それは授業で言ったら黒板を写しているだけではないか。自分たちが何をやりたいのかを大切にしている。

アップでは、半分は全員でアップ。残りは、自分たちでやらせる。また、その日のキャプテンを１日交代でやらせることで、キャプテンだけに任せてはいけないな。選手の成長の待ちの姿勢でなく、仕掛けてあげることが必要ではないか。

「選手との距離感が難しい」

（百崎監督）

生徒同士がコミュニケーションをとるようにすることが大切。練習試合の後のミーティングも長くやること。

「野球日誌を書かせる点で、注意している点」

（西谷監督）

特に形式はこだわらない。しかし、最初はうまく書けないので、いい選手のノートをコピーするなどして、こんなところに気づけるようになったらプレーも変わっていくんだという部分を見せる。

（山下塾長）

野球だけでなく、いろいろなこと（新聞や本、その日に起こった歴史）を調べて書かせることをしていた。

「部員が退部したいと言ってきたときにどのような対応をするか」

（西谷監督）

いろいろな人に話しを聞いてもらい、話しをしてもらう。預かった以上大阪桐蔭に来てよかったと思う。

（百崎監督）

預かった以上やめてほしくない。勉強ができないからやめるという選手には、しばらく来なくていいから勉強してみろという。それで、成績が上がったらやめていいといったこともある。

いじめみたいなことがあったときは、本人を傷つかせないように（直接的に言わない）いろいろな手段（ノート、プリント、ミーティングなど）を使って、加害者たちに自分たちのやっていることが間違っていることを気付かせる。

（山下塾長）

勝つ野球ではなく、育てる野球をする。監督の心に余裕があるときの方が選手はやめない。絶対止めさせない。３日間以内が勝負。３日我慢できれば３ヵ月我慢できる。３ヵ月我慢できれば３年我慢できる。３年我慢できれば３０年我慢できるから。だから、高校野球３年間我慢すれば、社会にでて、３０年間我慢できるからと言う。

「選手の自主性を育てるにはどうすればいいか」

（西谷監督）

ノックで一言もコミュニケーションをとらずにやると、選手が話すことが大切であるということを気付かせる。また、自分たちのお手本になるようなチーム（高校、大学、社会

人など）を見せることで、選手に感じてもらう。

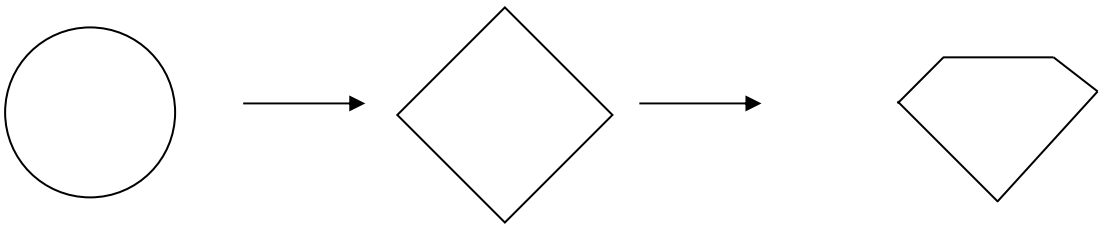
（百崎監督）
指導者は、勝手だ。「反発してくると、言うことを聞かないといい、素直な生徒ばかりだと元気がないという」最近は、素直な生徒が多い。考え方を変える。時間がないは言い訳。練習をさせられているチームを作らない。しかし、自由にやっても自主性は育てない。理想は、強制であるだけど、自分たちで自主的にやっているように思わせることが理想。

（山下塾長）
指導者は、背中でひっぱっていかなければならない。外から来た人が、「表情がいいね」と言ってくれるようなチーム。

３者それぞれの考えがありましたが、どの方も選手にかける情熱が熱いと感じました。やはり、選手とのコミュニケーションで選手のことをどれだけ知ろうとするのか、こちらが興味をもって接することが大切なのだなと思いました。指導者側の自分勝手な考えや、行動を選手は見ているので、山下塾長からの言葉を借りるならば、背中で語れる指導者にならなければなりません。

9. 座学Ｖ　～日本の球史～（日本高野連　井本さんより）

●ホームベース



（帽子でもよかった）　（角が危ないということで、角を削った）

→　現在の形

●マウンド
「なぜ、平たいグランドでマウンドだけ高いのか。」
初め、野球のピッチャーは、打者の打ちやすいところに投げるだけだった。芝生がめくれて、ピッチャーのところだけ穴が掘れて、雨が降ると水がたまってしまう。だから、盛

り土をしたところから始まっている。
　１１０年くらい前にマウンドからホームまでの距離が、１８．４４メートルになったと言われている。昔は、１５．２メートルだった。ある剛速球を投げるピッチャーがいたためにこのままでは、打者が不利になってしまうと今の距離になった。

●ユニフォーム、帽子、ストッキング
　昔のアメリカの野球は、ユニフォームは自由だった。余りにも派手になってきたので、各チーム色を決めるようになった。それと同時に帽子やストッキングにもチームカラーを決めて採用するようになった。
　ストッキングについて、「なぜストッキングに切れ込みが入っているのか」ストッキングを染める染料に有毒な物質が入っていると言われていた。なので、スパイクなのでけがをして、傷口がそこに触れるとよくないと言われていたためである。最近では、防護するためにローカットになってきている。

●背番号
　初めは、人に番号を付けるのは囚人のようで反対されていた。しかし、ファンに名前がわかるように１９２９年にホームゲームだけで背番号が付けられるようになった。
　高校野球では、昭和２７年第３４回選手権大会から背番号をつけるようになった。

●捕手からのサイン
　１９００年くらいに、球種が増えたため、捕手がサインを出すようになった。これは、先ほどのマウンドのところの距離が長くなった時期から、それまでは三振ばかり狙うようなピッチングスタイルだったのがきっかけで、打者が有利になるようになり、打たせて捕るピッチングスタイルに変わっていったためであることが一つの要因であると言われている。
　１８６０年の後半くらいから変化球の代名詞でもある、カーブを投げ始めたと言われている。

●ストライク
「なぜストライクというか」
　good ball strike ＝「いいボールだから打てよ」というように言われていてそこからストライクというようになった。以前は、ファールボールはストライクにカウントされなかった。しかし、試合に時間が長くなるからと今の２ストライクまでは、ファールはストライクにカウントされるようになり、ゲームが活発化した。そこで、なかなかバッターに期待ができなくなって、盗塁が増えるようになってきた。

●アンパイア

もともとは親睦の意味で野球をやっていたので、アンパイアは平穏に試合が進むかを見守るだけで、ストライク、ボールもジャッジをしていなかった。しかし、真剣なスポーツになるにつれて、判定をするようになっていった。初めのころは、アンパイアが迷ったら、選手や観客に聞いていた。

「He is out」は、なぜ第 3 者なのかは、観ている人にわかるようにするため、He と言っている。

ジャッジでのジェスチャーの始まりは、耳の不自由な人が声だけではわからないので、ストライクなら右手を上げて入れといったことが始まりであると言われている。その後、それがファンにも高評になり、現在のようになった。

野球を指導するものとして、もっと野球の歴史について、知らなければならないのだと感じました。選手にもこのような話をできるようにして、少しでも野球を知る機会を作ろうとしました。また、どうように現在の野球が作られてきたかをひも解いていく中で、高校野球のヒントを感じるのではないかと思います。

10. 座学Ⅵ　～部活動の役割と課題～

（髙間　薫　埼玉県高校野球連盟理事長より）

学校によって、人数や環境が違う。甲子園は、素晴らしいところである半面、怖いところでもある。甲子園で選ばれたということは、注目度も高い。崩れるときは、一気に崩れてしまい、そういった面でも怖いところもある。

選抜に選ばれるということは、野球部だけでなく学校全体が選ばれたということ。なので、野球部だけでなく、一般生徒も選ばれたという意識が必要。

テーマや課題に対して、それを克服できるチームが強い。普段の練習の中でいろいろな課題が出てくる。また、このチームには絶対負けない。という一点張りをして、それを意識して課題をクリアして成長していく。そうすることで、課題を克服することに関して、選手の意識がつきやすい。

●野球部の存在
学校の中での野球部の存在は大きい。高校生の模範でなければならない。

●学校との交渉
　環境を整えるためには、学校（管理職）との交渉が必要。勝つための準備をしなければいけない。選手が成長する環境を指導者が作っていかなければいけない。

●学校内との交渉
　体育科の先生とのグランドの交渉が必要。いろいろなクラブと同じグランドでやっているところもあるから大切なことである。また、他のクラブも巻き込んでグランド環境などを整備していかなければならない。

●置かれた立場に言い訳をしない
　グランド環境や、練習時間、部員数など環境に言い訳をしない。無理だと思ったらそれ以上にはならない。

　準備を大切にするべきであると感じました。甲子園に行きたいというより、甲子園が迎えに来てくれるようなチーム環境作りをしていかなければいけないと思いました。
　「無謀な夢＝若さ」を生徒がもって挑戦できる準備をしていきたいです。また、高間理事長がおっしゃっていた「テーマに響かない、目的を達成できないチームは勝てない」という言葉が心に残っています。勝つために指導者が野球部の部活動についてもっともっと考えていくべきだと思います。

１１．座学Ⅶ　　～不祥事件の取扱いと防止について

日本高野連審議委員長　西岡　宏堂さんより

●指導者の処分が一番悲しい。
　報告を受けて、一番悲しいことが指導者の不祥事件。自分が高校野球の指導者になりたいと思ったときの気持ちを思い出してほしい。そして忘れてはいけない。
　不祥事件によりやりたい指導ができなくなる。そのことを思いながら指導にあたるべきではないか。処分の期間指導できなきないので、チームや選手にかける迷惑の大きさを考えたら絶対あってはならないこと。
　そして、一番に考えてあげなければならないのは、生徒の気持ち。

●高校野球は違う

昔は、生徒の不祥事件で例えば、１人の喫煙で半年間の対外試合禁止の時代もあった。非常に厳しい規則の中でスタートした高校野球だったこともあり、多くの人から応援されるようなスポーツになっていった。高校野球は、世間・メディアの注目度も他のスポーツと違う。地方大会から新聞に大きくとりあげられ連日報道される。他のスポーツも同じく頑張っている。なんで、野球だけが？と言われるとこもある。それに対して答えるには、「あんなに頑張っているのだから」と批判を、傾けるだけきちんとやっていかなければいけない。指導者、選手が応援されるチームにならなければならない。

●指導者の不祥事は年々増えている。

世間の関心度が高くなっている。

体罰が起きる状況のほとんどが、最初の指導でなく何度注意しても治らない場合や、逆に反発している場合である。指導途中で、感情的になってしまう。技術的な指導での体罰ではなくて、日常生活の中で、１回目は口答・・・２回目３回目は体罰になるケースがある。学校生活についての問題における体罰が多い

「感情的になってしまった時どうしたらよいか」難しいけど、自分で自分をコントロールしなければならない。答えはないが、考えるとこが大切。

野球部の不祥事だけが問題視される。それだけ、野球部に期待をしている部分があって、野球部は、学校全体の中で模範にならなければならないということ。指導者が他の職員に指示されなければならない。

飲酒運転には注意が必要。前日のお酒が残っていることがあるので注意。人によってアルコールの分解の速度も違う。翌朝だからと言って大丈夫ということはない。

●部内でのいじめが増えている。

５、６月が多い。１年生同士や１年生を先輩がいじめることがある。

９、１０月が多い。それは新チームになって、うまくいかないケースと、世間のいじめに対する関心が高まっている。

いじめの始まりは、言葉によるからかい→肩パンチ→蹴る→道具。その中で、同級生間が圧倒的に多い。いじめは、根深く一度始まるとなかなか止まらない。特に部室での出来事が多い。「やめとけよ」の指導者の初めの対応が大切になってくる。指導者側の力不足であるとこも頭に入れること。そして、早期報告が必要。

・方向の流れ

学校→都道府県連盟→日本高野連→審議→業務運営（or→審査室で最終処分が決定）
高野連が最終処分を下しているわけではない。

●不祥事件を減らすために指導者が心掛けていかなければならないこと
・部員とのコミュニケーション。指導者、自らコミュニケーションをとっていかなければ、選手から指導者とコミュニケーションをとることは難しい。
・自分のところに限ってはない。という意識が必要。常にアンテナを高くしていかなければいけない。
・誉めること。「指導者の励ましで、明日頑張ろうと思う。」
・叱るべきときは、叱る。感情的になって怒るのではなくて、生徒のことを思って叱る。
・入部の動機は一人ひとり違うが、ベクトル（目指すべき方向）をそろえる。
・ノックは、監督と選手の会話の場
・キャッチボール選手同士の最高の会話
・場面・場面で考える力を身につけさせる
・当事者間では、大丈夫でも第３者や、何か問題が起きた時に一気にいろいろなことが出てきてしまうことがある。

●伝えたいこと
「喜びを共有するように、悩みや苦しみも共有できる仲間づくりができれば、いじめはなくなる。真の連帯を育てよう」

一番に考えてあげなければいけないことは、生徒の気持ちです。野球を大好きでやっている生徒の気持ちを嫌いにするようなことはあってはなりません。指導者として、常にそのことについて考えていこうと思います。
また、生徒の不祥事件を減らすためには、一方的なコミュニケーションだけでなく、双方のコミュニケーションが大切です。

１２. 座学Ⅷ　　～チーム、個人用具の管理～（山下塾長より）

・グランドに入るときに
礼で始まり、礼で終わる
「誓いの心、祈りの心、感謝の心」であいさつをする
・ミーティングでの位置
自分が太陽で、輝いているところでミーティングしなければいけない。リーダーは輝いていかなければいけない。
●道具について
・整理整頓できるチーム
道具がきっちり並んでいるチーム。そういうチームを応援したくなる。
練習試合で見るところ

「グランド」
　技術・体力・人間力を学ぶところ。グランドには、野球の神様がいる。だからきれにしなければいけない。草も石も凸凹もない。グランドをみると野球がわかる。
白いボールに神様がいる。グランドに人生がある。野球に神様がいる。（伊集院静香）
「部室」
　汚いといじめが起こる。勝てない。
「トイレ」
　小さいとこに気づく生徒は、大きな仕事ができる。ゴミ拾い→バント→人のありがたさがわかる。

●世界一の球場は「甲子園球場」。そこに憧れをもっている。
　しかし、自分たちのなかでは、グランドが１番いいグランドではないか。そこに先輩たちの汗や、伝統が詰まっている。だからそのグランドを一番いい状態にしなければいかない。

●道具
・グローブとスパイクは、自分の体の一部。物を大事にしてない選手が多い。監督が徹底しないと選手はできない。
・松井選手は、グローブの５グラムの変化が分かる。

●負けた試合は本性がでる
　負けた試合のインタビューを見ると選手の本性を見る。

１３. 班別討議①　～新入部員の指導について～

　初日の班別討議では、ABC の３班に分かれて、それぞれで「新入部員の指導について」というテーマで意見を出し合った。その後、全体で集まり各班ごとに発表を行い、最後に講師の先生方の意見をいただくという形式で行われた。

A 班で出た意見
・人数が少ないので、生徒との対話を大切に、指導を行っている。
・試合に出して、野球の面白さや、難しさを教える。
・周りの人への感謝の気持ちを忘れさせない。
・担任の先生に好かれるように指導する。
・目標を明確にさせる
・野球部員は一味違うのだと思わせる。

・グループに分けて、先輩に１年生に指導をさせる。
・基礎的なメニューを行う。
・野球日誌では、良いコメントを書くようにする。
・３年間続ける覚悟を決めて、入部させる。
・グランドへ来るまでの環境づくり
・中学校までの指導を知る
・１つ１つ、当たり前だと思っていることも丁寧に教える。
・学校生活でも野球部員としての誇りを持たせる。
・保護者の理解があっての野球部。新入部員対象の保護者説明会を行う。
・考える喜びを教える。
・野球を楽しむことを忘れさせない。

それぞれの班で出た班別討議の意見
A 班の意見
人数が少ない・・・人を増やすためにはどうすればいいか
・試合に出すことで、高校野球を実感させる。
・プロの育成
・監督だけでなく、部長もスタッフ全員で環境を作っていく。
・対話をする

B 班の意見
①進学校の勉強との両立
・４月の入部説明会でしっかりとした説明。
・１学期中間テストまで早めに帰宅する。
・時間をうまく使う
・一年生は、最初のうちは６時くらいに返す。
・ON と OFF の切り替えをしっかりさせる

②硬式・軟式の意識の差
硬式出身より、軟式出身の選手の方が毎日の練習になれている。
毎日の練習になれていないから、故障もしやすい点に注意が必要
硬式出身の選手はプライドが高い選手が多いから、プライドをうまく使う。

③意識の低い選手
勉強会などで、無理にでもやらせるようにする

④やめそうな選手
とにかく早めの対応が大切

C 班の意見
・中高一貫は、３回冬のメニューができるというのは大きなメリット
・新入生のけが防止
・力のある選手の扱い方
２、３年生の気持ちを十分に理解させる。
特別扱いはしない
・各チーム事情があって一年生は特別メニューにあるケースが多いので、チームに一体感がない。自分がチームにとって必要な人間であるという意識を持たせる。

（西谷監督）
・一年生同士でのトラブルに注意する。実践は、基本６月から
・４月からは面談を行う。寮生活での心構えを教える。１年生は早くに練習をあげて、ユニフォームの洗濯や道具の手入れの仕方など一つ一つ丁寧に教える。
高校野球の素晴らしさ・難しさを教える中で、一年生のこの時期にしっかりこれからのビジョンを描かせる。

●「一年生を夏の大会に起用するか」の質問に対して
　ずば抜けた（みんなが必要だ）という選手は能力（精神面も）があれば試合に出すこともある。しかし、野球の技術だけでなく、精神的にもチームから認められなければ起用はない。夏の大会では、チームの一体感がとても大切なので、輪を乱すようなことには、注意をする必要がある。２、３年生には、１年生がいかにのびのびプレーできるかがチーム（上級生）としての器になるということを伝える。

（百崎監督）
　一年生で能力のある選手は、刺激を与える意味で起用することもあるが、基本は起用しない。
　ベンチ入りのメンバーは選手間の投票で決める。１年生は入学して、数か月しかたっていないので、参考で投票させる。参考程度でもチームのことを考えるきっかけになる。

（山下塾長）
　・１年生は「礼儀」２年生は「努力」３年生は「感謝」を教える。
・何かのプロになれ、野球は９人がレギュラーだが、世の中に出たら、補欠はいない。その時のために今は、何でもいいから、一つのことをこだわることが大切。

・チームが、家族のように思うこと。
・スカウトはしない。保護者が天狗になることがある。
・２０代は「がむしゃら」３０代は「知の時代」４０代は「心の時代」と言われている。

新入部員の指導には、まだ中学生から高校生になったばかりなので、一つ一つ丁寧に教えていかなければなりません。多くの受講者の発言にもありましたが、学校生活があっての野球部なので、まずは学校の先生から応援されるような環境を作っていかなければならないと思いました。

１４. 班別討議②　～体罰についてどう考えるか～

２日目の班別討議でも、初日と同じように、３つの班に分かれて「体罰についてどう考えるか」をテーマに討議を行った。

A 班で出た意見
体罰はするべきでない。「体罰が起きる状況を考えて、どう対処すべきか」という議論をそれぞれの体験談などから意見を出し合った。
・一生懸命から外れる生徒には、ついカッとなってしまうことがあるが、自分で感情をうまくコントロールしていかなければならない。
・自分達が想像していないことが平気で起こる。ありとあらゆることを想定しなければいけないこともあるが、その場はいったん気持ちを押さえる。落ち着いたところで、しっかり話をする。
・カッとなってしまうことがある。ただ日頃から選手のミスに自分も責任を感じることで防ぐことができるのではないか。イライラするなど、つい怒りが全面に出るときがあるが、冷静になって余裕がなかった自分を恥ずかしく思う。怒りを全面に出しながらも心は冷静にいることができるときは問題ないが、実際はなかなかそのようにはなれない。選手がうまくいかないのは、自分の指導力不足と思うことが大切である。

班別討議で出たそれぞれの班の意見
A 班の意見
・子どもを変えたいならば、まずは自分達が変わる
・引き出しを増やす
・感情をコントロールしながらやっていくべきだ。
・１対１の話をして、発散させる。
・わかるまで教える

B 班の意見
体罰はいけない
・体での暴力と言葉での暴力がある。
・その子どもの親の本当の気持ちを伝える。
・本気で気持ちを伝える。

C 班の意見
体罰に対しては否定的である。そのうえで、
・手抜きに対して、カッとなってしまう瞬間がある。
・言葉が強くなることは、悪いことではない。感情を伝えるという意味では大切ではないか。
・世の中には理不尽なことが多い。部活動を通じて理不尽さを伝えることも大事ではないか。
・経験の少ない若い指導者ができることは、周りの先輩の先生方の力を借りることも必要ではないか。

（西谷監督）
　チームの状態やその時の選手の様子などで、なかなかうまくいかないときがある。勝てない時もある。１０言ったら、１０返ってくる気持ちの中で話はしなくてはいけないが、１０言ったら１のときもあるという気持ちをどこかで持っていなければならない。あとは、考えようで、あと１０回言ったら全部わかってくれるかも知れないという気持ちを持つことが大切。
手間も時間もかかるけれども選手の心を開きながらやっていく必要がある。そういう中でついつい言葉が強くなってしまうこともあるが、言葉で相手を傷つけてしまうこともあるので、言葉を選んでいかなければならない。
　熱くなる自分と、一歩引いて冷静に見ることができる自分が必要になる。
　一生懸命やっているときほど、そういう失敗をしてしまう。とにかく根気強く、一度にすべてを伝えることはできないので、いろいろな方法や場所や見方で選手と向き合っていくことが必要。

（百崎監督）
　昔は、いろんなことがあった。殴られるなど体罰をされると、何十年経っても、うらみ悲しみは消えない。この野郎と思うこともある、自分ではそんなつもりはなくても、ちょっと小突いたつもりでも体罰ととらえられてしまうこともある。当事者間では何も問題がなくても、第３者が見ていて、そのように思うこともあるから、やってはいけない。人に

よってとらえ方が違うので、我々が良かれと思っていても同じように思わない人だっているから、慎重にならなければいけない。

（山下塾長）
　時代が変わった。今は、子どもたちも変わった。指導者も変わらなければならない。自分の心の柔軟性が必要。

故尾藤監督（前甲子園塾塾長）より
「自分たちの過ちを繰り返さないために甲子園塾をやっている」
　「グランドは畑である。開拓、整地し、肥料を撒き、水をやり、農作物を育てる気持ちが大事だ。不作だと物言わぬ農作物にあたるのか。それは、明らかに自分の世話不足である。」

　われわれは、時の流れ、社会の変化、人の心の変化に敏感でなければならない。自分が変わり自分が成長しなければいけない。人生論・哲学・世界観をもて。
　生徒は教員・監督の背中を見ている。凛とした背中で引っ張ることが必要。
　野球で日本を動かすんだ。
　世界に通用する選手を育てていくんだ。
　サッカーは１７のルールがある。それに対して野球のルールは２０００以上ある。
こんなにルールのたくさんあるスポーツで指導者がルールを破ってどうするんだ。

　体罰を絶対あってはなりません。生徒がどんなに悪いことをしても、自分の指導力不足なのです。自分が変わるきっかけだと思いたくさんのことの勉強するきっかけとしてとらえるようになるべきです。そして、背中で引っ張れる人間になるためには、そんなことをしているべきではありません。指導者がルールを破ったら生徒を引っ張ることはできません。故尾藤監督の言葉、そして、山下塾長の「世界に通用する選手を育てていくんだ。野球で日本を動かすんだ」という熱い言葉がすべてです。われわれ指導者は、時代とともに変わり続けなければなりません。この講座で多くの大切な言葉を学ぶことができました。

１５. 実技Ⅰ　　～キャッチボール、ペッパー、バント練習、ボール回し～

●キャッチボール

・キャッチボールがとても重要。肩慣らしでやらない。キャッチボールがうまいチームは強い。プロ野球をみても、キャッチボールを丁寧にやっている選手は、２軍の選手に比べて、１軍の選手が多い。野球は、キャッチボールに始まって、キャッチボールに終わるというくらいキャッチボールは大切である。

・キャッチボールには、人生がある。思いやり（胸に投げる）・ルール（暴投したら取りに行く）・マナー（暴投したら謝る）・認める（ナイスボール）

・正確に　速く　強く

・体の正面で捕る。体の正面とは、「グラブを叩いた場所」

・足を使って、体の正面で捕ること。

・捕球は送球の第一歩。やわらかくとる両手、手と膝をやわらかく。（携帯電話を投げて捕らす）これが基本になる。

・捕球時に体を半身にしない。正面で捕る。

・踏み出した足は、まっすぐステップをする。

・捕ったところに右足を出す。

・ステップの位置とトップの位置をしっかり決めなければいけない。

・キャッチボールで開いている人は、バッティングでも開いてしまう。野球は、全部の動きが連鎖している。

・投げた後に目を切らないでしっかり投げたボールと相手が捕るところまで見る。

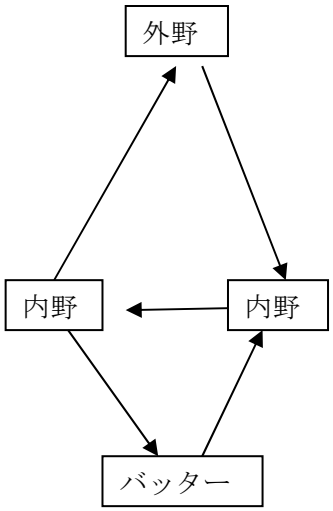
・握り替えの練習をする。

やはり、どの指導者もキャッチボールの大切さを口にしていました。野球はキャッチボールで始まり、キャッチボールで終わると言われるくらいキャッチボールは大切です。なので、普段から高い意識を持って、正確に　速く　強い　キャッチボールするが大切であると感じました。

●トスバッティング

４人組で内野２人と外野１人でやる。投げたら打つ人が、名前を言ってそこへバットコントロールする。７メートルくらいの距離でワンバウンドかノーバウンドで返す。捕球したら隣にトスして外野に投げる。外野は、内野に戻す。

・外野手は、カバーリングをしっかりする。



・トスバッティングは、打撃の基本。大切にやる。
・ボールの内側を叩く。
・ワンバウンド、ノーバウンドで返すこと。
・ボールの下、７ミリメートルを打つ。
・小さいこと（基本）を積み重ねた者が大きな仕事を成し遂げられる。
・リズムを作りながらやる。

佐賀北高校では、トスバッティングでゲーム的な要素を用いて、トスするような場面では、グラブトスなどをしているそうです。また、人数が多いため、選手が飽きないようないろいろなメニューも必要だと感じました。

●ボール回し
・記録を図ることで、モチベーションになる。
・１０周で１分を切る。（６０秒が甲子園レベル）大阪桐蔭（５５秒）
・逆回りもする。（６３秒以内）
・対角線のボール回しは１分間で１４回～１５回が甲子園の目安。
・胸ではなく腰に投げる低目は捕れるが高めは捕れない。
・動から動。相手のミスをミスに見せないのがいい選手。
・足を使い、元気を出す。全員で数を数える。
・ランダムですることも
・あわてるとミスが出る。そのために準備しておく必要がある。

始めは、モデル校の高校生は１分を大幅に切れずにいたが、全員でもっと声を出そうと

いうことの意識をした。それでも緊張からか、なかなか声の出ない高校生に山下塾長から喝が入りました。「本気でやれ、本気で甲子園に行くんだという気持ちをもて、人間は思うようになるんだ」と気持ちの入った言葉に選手が奮起し、１分にかなり近づくことができました。声の大切さ、気持ちの大切さを知りました。その後、受講者の質問で、「彼らが１分間をきれなかったことに足りなかったことは何ですか」という質問では、「もっと足を前に使うこと」「強いボールを投げること」「気持ち」という要素があげられました。

●バント練習
・バッティングと同じスタンスで（バスターもできるように）
・芯をもって、心を外す。
・ボール、バット、目が一直線
・ストライクゾーン高めに構える
・バントがうまい選手は打てるバッターが多い。
・失敗する形は、体から近いところにバットがあるとき。
・ノーアウト一，二塁でのバントは理想では、三塁側に強いバントだけれど、ピッチャー前にボールを殺してバントすればよい。

バントができる選手は、バッティングもうまいということを、それぞれの指導歴の中で語っていただいた。プロ野球へ行った選手は、どの選手もバントがうまかったそうです。バント（基本）の大切さを改めて知ることができました。

１６. 実技Ⅱ　　～ノック～（山下塾長より）

準備をする。楽しい日（試合の日）の朝が大切。朝５時に起きて、散歩をする。素振りをする。自分の体を大切にする。

朝は、希望に起きる。昼は、努力に生きろ。夜は、感謝で眠れ。

メンタルトレーニングは自分に勝つため。自分に厳しく、相手にやさしく。

守りは監督の責任。攻撃は選手の責任。守備では、監督がどれだけ、１cm、１㎜にこだわってできるかが大切。そのためにも指導者もトレーニングが必要。
・ノックは、選手との対話。気持ちを込めて打つ。
・右打ちなら左手でノックバットを持った方がいい。体が開いてしまい、野手にわかりやすくなってしまう。
・ボール渡しとのコンビが大切。普通の監督は７分間で、８０～１００回打つ。
・左目でボールを見て、右目で選手を見るくらい視野を広くしなければいけない。
・第一試合と第三試合のノックの打ち方や、強い相手と弱い相手のノックの打ち方、風のある日雨のある日のノックの打ち方を変えるくらい気をつかなければいけない。

●内野ノック
・美しくやる
・気持ちを込めること
・投内連携の大切さ
・右バッターで、左ひじが出てきたらバント
・１人のミスで全員が泣く。
・甲子園のミスの８割は送球ミス
・ノックを試合に近づける。連携やカバーを意識させる。それだけの広い視野をもってやらなければならない。
・「なぜ？」という疑問を持ちながらやること。

●イメージノック
　バットのグリップの位置で打球を判断して、自ら想像して、打球を処理し一塁へ送球する。それに対して全員が動く。ボールをしっかり最後まで見る。

●瞑想ノック
・声を一切出さない。
・声の大切さを教える。
・３つの声
「指示の声」「予測の声」「励ましの声」

●喧嘩ノック
・野手と１対１でノックをする。
・球際につよくなれをテーマ。
・１人に１０００球位打つ。
・ノックを受けない選手達は、周りを囲んで応援する。そして、最後終わったときは、甲子園で優勝した時くらい盛り上がること。
・大会の近くになる６月になると、このようなノックをしてチームを１つにしていく。

　山下塾長のノックを見て、ものすごい情熱を感じ高い技術を感じました。初めて会った選手たちがまるで、何年も教えているかのごとくノックで対話をしていました。「それじゃ、甲子園いけないぞ」「もっと声をだせ」真剣に生徒を叱る姿にどんどん選手・受講者はひきつけられていきました。最初は、静かだった選手もどんどん元気になっていきました。
　また、１cm、１mm へこだわった視野の広いノックが素晴らしかったです。喧嘩ノックでチームを 1 つにして、最後に終わった瞬間に山下塾長のもっていたタオルで選手の顔を

拭いてあげていました。選手との最高の対話方法を教えてくださいました。

17. 実技Ⅲ　～バッテリーの育成～（大阪桐蔭高校　西谷監督より）

●バッテリーの育成（投手）
・野球はバッテリーが７，８割の重要性を占めている。７，８を背負ってそれだけの責任を持ってやらなければならない。だからブルペンに１番活気がなければいけない。
・攻撃側でなくディフェンス側がボールを支配している。この考えで、ピッチャーの方が有利だという意識を持つ。
・一番高いところで投げている。
・投げる以外の練習をしなければいけない。
・自分のバックにも守ってくれている選手がいる。
・一番大切なことはコントロール

・ピッチャーの基本
①軸足で立つ（軸足に乗る）
軸足で立って、何回かジャンプして着地して投げる。
②左足を出す（投げ終わった後の右足の位置）
バッティングマシンを固定するのと同じで、下半身が動くとコントロールがつかない。
コントロールは腰でつける。
③腕を振り切る（右投手なら左の脇にはまるイメージ）
前田健太選手のイメージ
④グローブの使い方
自分で見つける

⑤強いボールを投げる
ホームベースを実際の距離より後ろにおいて、実際のストライクゾーンを通って、２メートルくらい先のキャッチャーのミット投げる。
⑥柔らかく投げる
力を抜いて、背中をたたくイメージで。

・クイックがしっかり投げることができるピッチャーが強い。
・ブルペンでもランナーを意識する。
・ピッチャーは、1.2 秒を切る。

●バッテリーの育成（捕手）
・ピッチャーを育てられる捕手にならなければいけない。
・セカンド送球は、捕ったところの真下に右足を持っていく。
・捕球してから握り替えまで、体に一回入れてあげる。体の近くで。
・きれいに止める。
・ブルペンキャッチャーの言葉を大切にする。
「バッテリーは、勝敗の７、８割を背負っているので、ブルペンが一番熱い場所でなければいけない」という言葉がとても印象に残っています。また、その覚悟でやっているピッチャーが、一生懸命投げて打ちとったボールを野手が捕るという、局面では個対個なのですが、支えあうことの大切さを感じました。

１８. 実技Ⅳ　　～ポジション別の守備練習～

（佐賀北高校　百崎監督より）

短い練習のなかで、効率よく練習するには、メニューとメニューの間を速くする。そして、練習を楽しむこと。時間はなくても、効率よくやることで時間はいくらでも作れる。

佐賀北高校では、このポジション別練習をほぼ毎日行っている。

①（５分）

・P.C.1B2B　～　ボールファースト（ホームベース上からボールを転がす）
・SS.2B　～　ゲッツー（マウンド後方から軽くノックか投げる）
・外野　～　２班に分かれてノックマシーンのフライとロングティーのゴロ

②（５分）

・P.C.1B2B　～　ボールセカンド（ホームベース上からボールを転がす）
・SS.2B　～　送球を受ける
・外野　～　２班に分かれてノックマシーンのフライとロングティーのゴロ
（外野交代）

③（５分）

・P.C.1B2B　～　ボールサード（ホームベース上からボールを転がす）
・SS.2B　～　ポジションの入れ替え
・外野　～　２班に分かれてノックマシーンのフライとロングティーのゴロ

④（５分）

・P.C.1B2B　～　ホームへグラブトス（ホームベース上からボールを転がす）
・SS.2B　～　ギリギリの打球を受ける練習（マウンド後方から軽くノックか投げる）
・外野　～　２班に分かれてノックマシーンのフライとロングティーのゴロ

いかに選手を飽きさせないか、いろいろな所にアイデアが落ちているのだと感じさせられました。その中で基本となる動きやプレーを意識させていきたいと思いました。また、時間がない。スペースがない。は言い訳で考えればいくらでもできると思いました。

19. 実技Ⅴ　～バッティングの基本～（大阪桐蔭高校　西谷監督より）

●バッティングの基本

野球はディフェンス側が主導権を握っている。だからと言って、バッターは受け身にならない。まずは、構え遅れないようにしっかり準備すること。速くトップの位置を作って、自分から仕掛けていく。自分から仕掛けていけば、バッテリーにも考えさせることができる。

・トップの位置は、自分で覚える。どこでもいいが、高めより下側にあるトップの位置では、なかなか結果は出せない。
・レベルにスイングするが、叩くくらいのイメージでちょうどいい。
・柔らかく体を使う。
・右バッターなら右肘を入れることが大切
・「間」ためが大事。
・右ひざを前に流さないようにする。
・点でなく線
・ヘッドの重さを確認して
・タイミング
ピッチャーがためるところで止める。トップを作る。
・振り切る練習をする。
・２回空振り OK
・大リーグでは、ティーを横からでなく前からする。実際の投球に近い形でティーをした方が理にかなっているので。

ピッチャーに主導権があるので、攻撃側は仕掛けていくことが大切であるという言葉が印象に残っています。トップの位置をしっかり作り準備することが大切です。そして、強打の大阪桐蔭のバッティング理論を行く機会ができてとても勉強になりました。また、３者ともに選手を見抜く力もすごさを感じました。

20. 実技Ⅵ　～走塁の基本～　（佐賀北高校　百崎監督より）

●走塁の基本

一塁ランナー
・盗塁は思い切りが必要
・どうせアウトになるなら２塁で
・重心は正三角形ではなくて、２塁よりの三角形
・逆方向に重視をもっていく

・スライディングが弱い選手が多い。近くで早く
二塁ランナー
・足が上がってからスタートではアウトになってしまう。
・カウント別の統計
・モーションを盗むことさえできれば確実にセーフになるので、そのための準備をすること。例えば、投手の首の動きなどをしっかり見ること。
・投手側は、逆に盗まれない工夫が必要
その他ランナーのこと
ギャンブルスタート
打つ瞬間にスタートする。（ランナー３塁、ランナー２塁）
・１カ所バッティングで走塁の練習をする。実際の試合の中で、自分がランナー３塁になるケースは、なかなかないので、普段の練習の中でできるだけランナー３塁やランナー２塁を練習しておく必要がある。
・甲子園で一番盗塁の成功率が高いのが、初球である。
・変化球が多いカウント
初球、１ボールノーストライク、ツーボールツーストライク
・盗塁の失敗の多いカウントは、ノーボールワンストライク

ランナー３塁は、練習試合で自分がランナー３塁になるケースは滅多になく普段の練習からしっかり意識をしていかなければならないと感じました。意識次第でいくらでも走塁はのびるということを感じました。

21. 実技Ⅶ　～ノックの実践練習～

・前日のノックの指導を受けて、受講者一人ひとりが、高校生にノックを打ちました。
私は、その中で生徒には「元気を出すこと」「あきらめずにどんな打球で捕りに行く」ということを伝えました。自分に対しても「体を開かないこと」「自分から誰よりも声を出して対話をする」ということを決めてやりました。それは、この甲子園塾の中で、学んだことでもあり、朝の準備の段階で決めていたことでした。

「あきらめない」は座学の中で、百崎監督が、壁や限界は自分で勝手に作っているものと教えてくださったことを参考にしました。選手が自分で捕れないと追う前から判断してあきらめた打球は、一生、捕ることができないと思ったからです。球際に強くなるためにも必要なことだと思いました。（「球際」という言葉を最初に使った人はジャイアンツ V9 時代の川上哲治監督）また、山下塾長の前日の熱いノックを見させていただいて、負けない熱いノックをしようと思い、自ら声を出そうと思ったからです。

また、「体を開かない」は、朝に山下塾長と素振りをさせていただいたときに教えていただいたことでした。姿勢が悪い状態で打っていると自分の体が持たないということです。

これらのことを踏まえて、５分間ノックを行いました。その中でご指摘いただいたことは、まだ、左足が開いて打っていること。また、グランドコンディションや生徒の技術に合わせて打つことや、もっと周りを見ながら打っていった方がよいということです。普段はなかなか自分のノックについて、客観的な意見をいただく機会がないので、とても参考になりました。また、これからも生徒とのコミュニケーションの一環でもあるノックであるとともに、試合前の大切な準備であるので、自分のノックと向き合う時間を作っていかなければと感じました。

また、甲子園では、本当にグランドに入ってからの時間が早いので、普段からスピード感をもって、練習をすることと教えていただきました。甲子園では、グランドに入ってあいさつをしてから５分後にはシートノックが始まるほど早いのでそういった意味でも普段から甲子園を意識した練習をしていかなければならないと感じました。

22. 開講式・閉講式

開講式では、山下塾長から「塾長はずっと尾藤監督である」という言葉がありました。甲子園塾が始めて行われた２００８年から今年の第５回になるまでたくさんの方々の想いがあってこの甲子園塾が行われているのだと改めて感じました。

閉講式では、

（西谷監督より）

日々、不安のなか悩みながら成長するんだ。これからのともに高校野球を歩んでいきましょう。

という力強いお言葉をいただきました。

（百崎監督より）

「目標は何ですか」に対して「甲子園です」とは答えられる指導者は多いと思う。しかし、「目的は何ですか」に答えられる指導者は少ない。勝って甲子園に行くこともうれしいが、日々のことでうれしいことがある。弱いチームが公式戦勝って次の日に練習行くと、選手の顔が輝いている。そういう顔を見たとき、監督していてよかったと感じる。こういう積み重ねが甲子園につながっているんではないか。「目的は、人間教育である」

という心強いお言葉をいたただきました。

（山下塾長より）
「財を残すは下、仕事を残すは中、人を残すは上、そして感情を残すは特上」
高校野球は、最高の職業だ。教育は、１０年後に結果が出る。教育は、情熱と愛がなければ始まらない。野球で日本を変えるんだ。
　という愛と情熱のこもったお言葉をいただきました。

最後に、山下塾長から一人ひとりに手渡しで修了証と一人ずつにお言葉をいただきました。とても感動しました。

23. 最後に

　今回の甲子園塾に参加するにあたり、自分で決めていたことが２つあります。「どんどん前に行くこと」「衝撃を受けること」でした。３日間で本当にどんどん前に行って、たくさんの衝撃を受けることができました。３日目は、もっとここでたくさん勉強したい想いと早く自分のチーム戻って練習がしたい気持ちとともに、いままでの自分に反省しきりでした。
　私は、よく選手に「変わらなければいけない」と言っています。しかし、今回の甲子園塾で一番感じたことは、「自分が変わる」ということでした。選手にばかり要求して、それで選手が変わるわけがないということがわかりました。それは、甲子園塾に行く前に、自分がチーム対して思っていた、モヤモヤ感の原因だったことを知らされました。帰ってさっそく謝罪します。自分の知識の乏しさ、教育力のなさ、技術のなさ、選手を見る力のなさ、情熱の足りなさ、愛の足りなさ、すべてに。
　レポートには、学んだことをできるだけ書いたつもりです。まとまりがなく、わかりにくい部分もあると思いますが、お許しください。しかし、伝えきれないものがあります。

それは、その場の空気感です。生意気だとは思いますが、あの場所で、過ごした時間と空気はそこにいた者にしかわからないのもがあると思います。多くの仲間・ライバルに出会うこともできました。何にも変えることができないものでした。ただ、学び、感じたことをこのレポートや選手、または指導者のなかでの会話で伝えることできる、私は恵まれています。一人でも多くの人に伝わるとうれしいです。

高校野球の指導者は最高の職業だと思います。そこに携われる私は幸せです。山下塾長の言葉で「世界に通用する選手を育てるんだ。野球で日本を変えるんだ」という言葉がとても印象に残っています。まずは、故郷・長野県から野球で変えるんだ。そして、世界に羽ばたく選手を育んでいけるだけの教育者・指導者になります。

謝辞

「甲子園塾」の素晴らしさは、かねてより聞いておりました。チャンスがあればぜひ参加したいと思っておりました。今年は東信地区が代表ということで、長野県高等学校野球連盟東信地区事務局である本校の藤原先生より話を進めていただき参加することができました。そして、長野県高等学校野球連盟より推薦していただき参加を認めていただきました。このような機会を与えてくださったことを本当に幸せに感じております。快く、送り出してくださった長野県高等学校野球連盟の方々に心より御礼申し上げます。

また、このような素晴らしい機会を提供してくださった、日本高等学校野球連盟の古谷さんをはじめとする方々、また、山下塾長を始め、チームが忙しい中、特別講師として来てくださった、大阪桐蔭高校西谷監督、佐賀北高校百崎監督、埼玉県高校野球連盟の髙間理事長、モデル校をしてくださった関西学院高等部の方々、本当にありがとうございました。

最後になりましたが、この経験を生かして、生徒の未来、また長野県高等学校野球連盟の発展のため貢献していきたいと思います。ありがとうございました。