

## 平成 28 年度 甲子園指導者研修 報告



### 1. 期 間

平成 28 年 8 月 9 日 (火) ～ 11 日 (木)      ー 2 泊 3 日 ー

### 2. 場 所

阪神甲子園球場 (兵庫県西宮市)

### 3. 宿 舎

アパヴィラホテル (大阪府中央区農人橋 1 丁目)

### 4. 研修概要

9 日 試合視察 第 3 試合 横 浜 ー 東 北  
第 4 試合 常総学院 ー 近 江  
10 日 練習視察 日南学園 (宮崎県代表)  
津門中央公園野球場  
試合視察 第 3 試合 星 稜 ー 市和歌山  
第 4 試合 花咲徳栄 ー 大曲工業  
球場施設・設備見学  
11 日 試合視察 第 1 試合 日南学園 ー 八 王 子

### 5. 参加者

田中 学歩 (北信支部 北部)	遠山 竜太 (東信支部 軽井沢)
寶 和也 (南信支部 諏訪実業)	勝野 英徳 (中信支部 梓川)
巢山 尚人 (連盟理事 松本県ヶ丘)	山岡 久俊 (連盟監事 松本筑摩)

# 平成 28 年度甲子園指導者研修報告

北部高等学校 田中 学歩

8月9日から8月11日の3日間、甲子園指導者研修に参加させて頂きました。役員席での試合観戦、代表校の練習見学、球場施設の見学や試合後のインタビュー・クールダウンなど大会の裏側、普段は見ることのできないものを見させて頂きました。今回、このような機会をいただけたことに、心より感謝申し上げます。

テレビでは伝わらない臨場感・緊迫感を肌で感じる事ができ、大変充実した時間となりました。



最終日に観戦した初出場の八王子高校の試合では、バックネット裏まで八王子の応援団・ファンで埋まり、声援を送る姿に、地元で愛されることの素晴らしさ、そして高校野球は日本の文化として、多くのファンや国民に愛された競技であることを改めて感じました。またその一端を担っている者として、自分自身が指導者として成長しなければという思いもより強くなりました。

この研修を通して感じたことをつたない文章ではありますが、いくつかのポイントに絞ってご報告させて頂きます。

## 1. 全体のスピード感

まず感じたことはスピード感の違い。選手達自身のスピード感はもちろん、大会運営のスピード感も想像以上でした。

全てのチームが必ずしも全力疾走している訳ではありませんでした。しかしながら、インニング間は早いときで40秒台後半、遅いときでも60秒ほどで、攻守が切り替わりました。甲子園に出るレベルの選手達ですから、当然身体能力も高いレベルにはあると思いますが、ランニングの早さだけでなく、次の行動への切り替えの早さが抜群だった気がします。長野大会でも攻守交代については審判団からもスピードを求められますが、甲子園ではそれ以上でした。時には厳しい口調の方もいました。

また運営に関しても、前の試合が終了してから次の試合が始まるまではあっという間でした。勝利チームが校歌を歌い終わると同時に、外野の『取合』という場所から次試合のチームがグラウンドへ入ってきます。前の試合のチームとベンチ前で入り交じるような形でベンチの入れ替え、整頓が行われ、前の試合のチームがベンチ前にいる状態で、シートノックが始まります。グラウンドもフェールゾーンの整備がノックと同時に終わります。様々なことが同時に、そしてものすごい早さで行われていることで、スムーズな大会運営につながっているのだと感じましたし、そういったものにも余裕をもって対応できるスピード感がチームになくは甲子園で力を発揮できないと思いました。

仮に自チームを含め初めて甲子園に出場するチームがこのグラウンドに立ったら、準備・確認を念入りに行っておかないと、スピード感に圧倒されてしまうと思います。これもチームの課題として受け止めたいと思います。

## 2. 試合観戦より

8月9日(火)

第3試合 東北 1-7 横浜      第4試合 近江 0-11 常総学院

8月10日(水)

第2試合 京都翔英 1-9 樟南      第3試合 星陵 2-8 市立和歌山

第4試合 花咲徳栄 6-1 大曲工業

8月11日(木)

第1試合 八王子 1-7 日南学園      第2試合 富山第一 1-0 中越



3日間で7試合を観戦。その中で印象に残った点を報告させていただきます。

### ① 投手の制球力と守備力

当然ですが、ほぼ全ての投手の制球が安定していました。中でも日南学園の森山投手は印象的でした。身長160センチと小柄で、観戦した中で最も球速は遅く、ストレートのほとんどが120キロ前半から中盤でした。しかし八王子の打者は詰まらされたり、手が出ずに見逃したりというシーンが目立ちました。失投はほとんどなかったように思います。変化球のコントロールも抜群で、スライダーとチェンジアップが面白いように低めに決まっていました。これは後から記録を見て知ったことですが、8回まで投げ、24個のアウトの内、16個が内野ゴロだったそうです。体が小さかったり、球速がなくても、低めへの制球力と変化球のコンビネーションで甲子園レベルの打者も打ち取ることができることを証明していました。

守備力に関してグラブさばきや身のこなしは、もちろんですが、自チームも含め地方大会でみたチームと差があるなと感じたのは肩の強さです。星陵-市立和歌山の試合で印象的なシーンがありました。無死1・2塁の場面でサードゴロ。サードは2, 3歩歩いて3塁ベースを踏み、セオリーなら1塁へ送球するタイミングだったと思いますが、2塁へ送球しました。1塁ランナーはきわどいタイミングでしたが、2塁フォースアウト。2塁手は1塁へ送球、セーフにはなりましたが、あわやトリプルプレーというプレーでした。肩に自信がなければできないプレーだったと思いましたし、普段から投げる前提で練習をしているからこそギリギリのタイミングでゲッツーを取れたのだらうと思います。

私はこのような場面で2塁送球をするということは想定していませんでした。自チーム

はこのような場面では確実にゲッツーを取れる 1 塁送球を選択させると思いますが、スローイングの力が高まれば、市立和歌山のような選択肢もあることも頭に入れておきたいと思えます。

## ② 打撃力の高さ

甲子園に出るチームの打撃はやはり力強く、どこからでも点が取れそうな雰囲気を持っていました。

中でも横浜高校の打撃は観戦した中で群を抜いていたと思います。神奈川大会の最多本塁打記録を更新した打撃は評判通りでした。ボールをとらえたときの音が違いました。5 番の公家選手のホームランはもちろんです、内野へのゴロのスピードが違って見えました。地を這うような打球が何度も何度も内野手を襲い、守る野手には相当なプレッシャーだったと思います。

横浜の打者は構える時に、グリップをホームベース方向に置き、バットを立て、そこから深くトップを作り、初球からフルスイング。当てにいくのではなく、ボールを呼び込んで自分のベストなスイングをする。当たり前のことかもしれませんが、そのような意識が徹底されていたように思います。

横浜高校に限らず、観戦した多くの試合で積極的なスイングが見られました。初球から振っていくことで、相手にもプレッシャーを与え、自分たちに良い流れを呼び込むのだと思います。初球から振っていく、そのためには技術・メンタル両面での自信が不可欠です。どのような方法で選手に自信をつけさせていくのか、アプローチの方法は様々だと思いますが、自チームの選手に合ったものを見つけ出すことが、指導者として大切だと感じました。

## ③ 監督・ベンチの動き

印象に残ったのは富山第一高校の黒田監督です。守備の際、頻繁にサインを送り、守備位置を動かしていました。動かすだけでなく、そこに打球が飛ぶ機会が多かったと思います。試合前に収集したデータ、実際の選手の動き・表情、試合前のベンチの様子などを観察し、選手の癖やチームの狙いを見抜く力、さらに自チームの選手の調子、試合展開、グラウンドコンディションなどを含めて、試合の流れを読む力など、選手の信頼を得るためにも、チームを勝利に導くためにも、私自身が監督として磨かなくてはならないと改めて感じました。

## 3. 最後に

今回の研修のためにご尽力いただきました長野県高校野球連盟の皆様、お忙しい中、3 日間ご同行くださった巢山先生、山岡先生には心より感謝申し上げます。また共に研修に参加した勝野先生、遠山先生、寶先生と意見を交わした時間は非常に有意義なものとなりました。ありがとうございました。

この研修を通して学んだことを自チームの成長に繋げると共に、微力ではありますが、長野県の高校野球界の発展に貢献できるよう、今後も努力していきたいと思えます。

## 平成28年度甲子園指導者研修報告書

軽井沢高等学校遠山竜太

### 1. はじめに

今回、甲子園指導者研修の機会をいただき、8月9日～11日までの3日間、甲子園球場で行われた大会や練習などを視察させていただきました。昨年度の北信越地区高等学校野球大会指導者研修に引き続き、「甲子園」を間近に観ることかでき、貴重な経験となりました。研修を通して学んだこと、感じたことを未熟ながら報告させていただきます。

### 2. 研修内容

#### ・試合考察

まず球場に着き最初に観戦した横浜高校-東北高校戦では、率直にチームホームラン数神奈川県大会新記録となる14本を放った打線と最速150kmを超えるストレートを投げる藤平投手を擁す横浜高校の個のレベルの高さに圧倒されました。しかし、グラウンド整備後の6回表の攻撃ではノーアウト1塁で送りバント失敗・牽制死でツーアウトとなり嫌な流れの中、ヒットのランナーが盗塁を決め、タイムリーを放つなど個の強さだけではなく神奈川県を勝ち抜いてきたチームの強さも見る事ができました。そんな強さに圧倒されましたが、多くの試合を観戦する中で、自チームや公立校でも参考にできる、徹底すべきことを再確認しようと思い観戦しました。

そのいくつかを挙げると、まず常総学院高校はノーアウトランナー1塁のケースで二度、バスターをレフト前に決めました。サインはバスターなのかバントから打者の判断で切り替えたのかは分かりませんが、相手守備陣はバントを警戒してプレッシャーをかけてくる場面で、ヒットゾーンが広がった3塁方向へ狙い打ちでした。またランナー2、3塁カウント2-2からの意表をつくスクイズもありました。そういったプレーができ、またサインが送れるのは日々の鍛錬があり信頼関係あつてのもので、そういった面での精度の高さ、洞察力は自チームに戻っても追求していきたいです。

甲子園では140kmを超えるストレートを投げる投手がどのチームにもいて、そのボールを当たり前のように打ち返すチームがある中で、注目したのが日南学園高校・八王子高校・中越高校のエースでした。いずれも小柄なサウスポーで球速は130kmに満たないボールがほとんどでした。しかし、しっかりタメがあるので球にキレがあり、球速以上に球が速く感じるボールを投げていました。またコントロールが良く変化球との緩急と出し入れで勝負する印象でした。剛速球を投げるのは難しいとしても、体が小さいとしてもこのような投手を育て強いチームも破ることができるのではと思っています。また、打力は他チームと比べて、一見劣るチームも積極的にランナーを動かし、セイフティバントやプッシュバントを試みるチームが甲子園でも見る事ができました。

富山第一高校は野手のカバーリングの徹底ぶりは素晴らしものでした。もちろんカバーリングを怠るチームはありませんが、富山第一高校は本当にミスが起きた時のために、1

球に全員が全力で動いていました。自チームでは多くの守備でのミスが起きるため、カバーリングは特に大事にしているつもりでしたが、甲子園出場校であり守備の堅いチームのその姿を見て、これではまずいと思ったのが正直なところでした。むしろ富山第一高校はカバーリング1つをとってもこの意識の高さを誇るため、多くのプレーや行動に関してもかなり高い意識を持っており、それがチームの強さでもあると感じました。個の力でも敵わないチームがそういったカバーリング1つを取っても敵わないとなると勝負にならないと感じ、誰でもできるようなプレーをもっと選手とともに考えて追求して大事にしていきたいです。

もちろん力が及ばない公立校でも私立校に打ち勝つ力をつけて勝負していきたいですが、まず極力相手に得点を与えないようにして、1点を泥臭く取りに行く慣性を身につけ、チームでできることの意識を高く徹底して、強豪校と勝負できるチームを作りたいです。

#### ・甲子園の環境・施設など

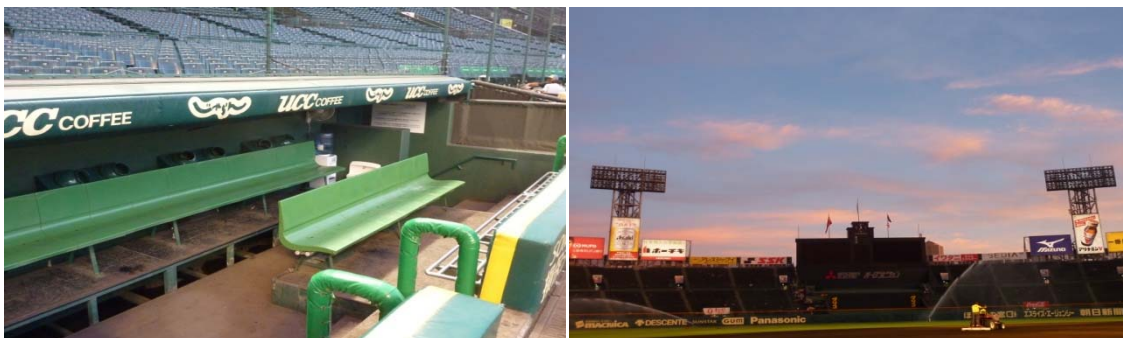
まず、大阪に到着して感じたことは純粋に暑さでした。長野県、特に私が勤務する軽井沢ではまず体感することがないじめじめとした蒸し暑さで、まずは県代表として甲子園でプレーをする選手たちの暑さ対策が重要になってくると感じました。研修前に見かけた佐久長聖高校の選手が上着を着て練習している姿に納得することができました。軽井沢も昨夏、県営松本市野球場で試合をしたのですが暑さ対策が甘かったと痛感しています。夏の予選を戦う上で、どこの球場も普段の環境より5℃以上気温が高いことは予想されるのでそういった面でも選手がベストコンディションで臨めるように準備をしていきたいです。

甲子園に着くと、グラウンドのきれいな黒土や芝などスケールの高さ、グラウンド整備のスピード(ファールゾーンはシートノック中に行う)などに魅了され、またアルプスタンド含む球場内にたくさんの観客がおり、選手がプレーするグラウンドが狭く感じました。昨年度、研修した北信越大会も甲子園をかけた一戦ということで緊張感が球場全体にありましたが、それとは全く違う1球ごとに沸く甲子園球場の独特の雰囲気や人の多さには圧倒されました。

また2日目の試合終了後、球場施設を見学させてもらいました。その中で甲子園球場のベンチに入れてもらいグラウンドレベルの感覚を味あわせて頂いた際には、言葉にできない圧倒的な甲子園の重みのようなものを感じ恐くも感じました。ベンチ内は、選手が席に座るとグラウンドが目線の高さになってしまい、監督もサインを出すときは、テレビでも分かるように立って高い場所にいないと選手がサインを見づらいなということも体感しました。

ベンチ内にはクーラーが何カ所かにあり、ウォーターサーバーやドリンク、アイシング用の氷が置いてありました。これは移動を早く行うためにチームでベンチに持ち込む物を減らす狙いもあるようですが、暑さ対策など選手への配慮が素晴らしいと思いました。選手への配慮に関しては、理学療法士が勝敗にかかわらず両チームクールダウン義務で行ったり、個人のケアを行ったりしていました。また試合後のインタビューも間延びしないよ

うに時間で区切るなどの配慮もあり、多方面で選手への配慮が見られました。



### ・野球人口の減少

私達は主にバックネット一塁側での観戦をしていたのですが、その横のバックネット中央には野球ユニホームを着た小中学生が、1試合毎立ち替わり観戦していました。ドリームシートと言い、今年の選抜からその姿は見られていますが夏の甲子園では今年から設けられた席だそうです。高野連の会議の中でも話題になり、本校でも部員不足に悩まされていますが野球離れが進む中での取り組みのようです。甲子園に足を運ぶと、毎日40000人を超える人が集まり高校野球の人気がある一方、その野球を続ける人口が減っているのは少子化の中にしても寂しいものです。その中でこの取り組みで、これから高校生になっていく子ども達に1球にどよめく甲子園を間近に見せることで、野球を続けるモチベーションになっていくのではないかと感じました。

高校野球は各校のアルプススタンドの様子などから、地元を代表する高校生たちの姿に対する地域の人たちの期待というのが少なからずあるのだと強く感じました。そんな地域の人たちとの繋がりともなり得る高校野球を大切にしていくために、これから野球を続ける子ども達に夢を与えるために、県内でもドリームシートのような対策を更に考えていくことも必要だと感じました。また実際に高校野球をやる子ども達がまた高校野球の素晴らしさを伝えてくれるように、選手達とともに夢を追いながら、指導をしていきたいです。

### 3. 最後に

最後に甲子園指導者研修に参加させて頂き、本当にありがとうございました。今回の研修で一緒に参加した田中先生、勝野先生、寶先生と多くの情報交換をさせていただいたり、試合観戦させていただいて、ここには書ききれない多くのことを学び得ることができました。その多くのものを今後の指導・活動に活かしていこうと思います。今回このように貴重で有意義な研修となったのはお忙しい中、同行して下さった巢山先生、山岡先生はじめ諸先生方のご協力があったのものとと思います。このような貴重な研修機会をくださった長野県高校野球連盟、また東信地区の先生方に心から感謝申し上げます。

# 甲子園研修報告

諏訪実業高校 宝 和也

## 1. はじめに

今回甲子園研修に行かせていただき、8月9日～11日の3日間試合観戦、練習見学をさせてもらった。甲子園は高校生の時に選抜を観戦したが夏の甲子園は初めてで、選手の澁刺としたプレー、表情、熱気、甲子園全体の雰囲気などすべてに感動させられた。

私はこの選手権長野大会を終えて部長から監督をやらせてもらっている。部員数は現在選手6名、マネージャー3名である。人数は多いほうが実践的な練習がしやすくてたくさんのメニューができ、チーム内での競争により切磋琢磨することができる。しかし諏訪実業高校ではそれができない。だからといってやれることはたくさんある。この研修ではこのチームで勝つために、彼らを一人ひとり成長させるという気持ちで臨んだ。

## 2. 試合観戦

観戦した試合では7試合中5試合で初回到り得点が入っていた。この5試合のうち4試合で初回到り得点を挙げリードしたチームが勝利している。(星陵対市和歌山は、1回はともに1点ずつ、2回に市和歌山3点星陵1点追加で市和歌山リード最終的に市和歌山勝利)甲子園レベルになっても初回の立ち上がりは苦勞するのだろうと感じた。甲子園では試合と試合の間が30分程度しかなく室内練習場から移動しすぐにシートノックになるので気持ち、体の準備を整えるのは地方大会よりも難しいのだろう。初回の攻撃で先制点をどのようにしてもぎとるか、逆に守備では点を与えないようにしていくかを考え試合に入れば勝ちに近づけるかもしれない。

攻撃面では各校の主力選手のスイングは素晴らしかった。構えた状態から踏み込んで一瞬のうちに振り切った状態になり、ボールも一瞬で遠くへ跳んでいく。そんな感覚だった。決して大振りではなく鋭く、荒々しい凄みのあるスイングであった。このようなスイングになるためには肉体を鍛えバットが鉛筆のごとく扱えるようにならないといけないのだろうと感じる。常総学院の試合では戦術面で非常に勉強になった。初回の攻撃では1、2塁からレフト前安打で1塁走者が3塁を陥れる走塁、走者2、3塁から続く5番打者の大きいスイングで追い込まれた2-2からのスリーバントスクイズは驚いた。また2回には1、3塁から1塁走者盗塁の間に3塁走者がホームに帰り得点したり、3回には走者1塁からバントをセカンドへプッシュバントし内野安打になったりと、打つだけでなく様々な作戦を用いて試合を優位に進めていた。こういった戦術は打つよりもプレッシャーがかかるが、それを普通に公式戦、しかも甲子園でできるのは感心した。花咲徳栄はランエンドヒットを用いたりして、絶対転がすというの信頼感があるのだと思う。

守備では内野手の機動力、俊敏性が目に付いた。守備位置は後ろで打球に対する反応が



早くまるで獣のような感じがした。チームによっては捕球後ワンステップで送球するよう指導するところもあるが甲子園のチームは捕球後素早く助走し強い送球をするところがほとんどだったように感じた。それは打球までへのスピードが速いから余裕ができ助走ができるのであり、送球ミスが減らすことにもつながっている。また打者を打ち取った後の返球が早く、リズムよく守れテンポよく試合の方も進んでいった。

### 3. 練習見学

2日目の午前には日南学園の練習見学をさせていただいた。8時半くらいに練習球場へ到着したがすでにアップが始まっていて、住宅があることから9時以降にならないと声を出すことができないようだった。練習はまずフリーバッティング3カ所、並行してファールゾーンでのバント練習。終わるとキャッチボール、トスバッティング、守備練習という流れで2時間半ほどで練習が終わった。まず

感心したのが準備の早さ、片付けの早さだった。バッティングの準備、片付け、グラウンド整備などプレーと関係のない部分でレベルが高かった。特にトンボをかけるスピードがとても早かった。午後には別の高校が練習として同じ球場を使用するため早



くやらないといけないが、その時だけできることではないので普段の練習から意識して行っているのだと感じた。フリーバッティングでは準備の段階でバッターボックスの位置、バッティングピッチャーのマウンドをこだわってラインを書いており、少しでも試合に生きるための練習環境をつくっていた。バッティングはライナーでセンターから逆方向へ意識して鋭く振っていた。またコーチがひたすら選手たちに明るい声をかけていたのが印象深い。あの方は日南の名物的な人かもしれない。キャッチボールはテンポ良くあつという間に40m50mと離れていき、握り替え、捕球から投げるまでの動作が素早くキャッチボールを守備練習の一つとして行っているのだと感じた。また試合ではアップする時間が限られており、少ない球数で早く肩を作れることは重要なことだとも思う。トスバッティングを見て驚いたのは打つ者の頭が横から見て全く動いていないことだった。ボールにバットを当てようとして泳ぐようなスイングをしている選手は一人もおらず、目線がぶれないようキャッチボール同様テンポ良く行っていた。守備練習でのボール回しは捕球を確認して素早く足を動かして投げるといったような感じがした。1周1周が早いというようなボール回しではなかったが、ミスはなく送球に力があるものだった。ノックでは握り替えを意識させていたり、内野手にわざとワンバウンド送球させていたりしていた。課題を与え選手に打球処理、送球の選択肢の幅が広がればそのときそのときの最善の守備方法が選択できる。そのことを大事な試合の前だからこそ再確認したのだろうと思う。日南学園の練習見学では、基本的なことをしっかりやり抜いているという印象を受けた。また初めに

も書いたがプレー以外の面での行動もすばらしく高校球児の目指す姿であるとも感じた。

#### 4. 施設見学

二日目の午後には一般の人は入れない施設、室内練習場、クーリングダウンを見せていただいた。まず室内練習場へ案内されお話を聞いた。入場行進は1塁側の室内練習場から始まるのだが、高野連は入場行進に関してはすべて新聞社にお任せをしているみたいだ。またこの室内練習場では基本的には自由に使用していいということだった。それは選手が試合前に集中する場であるから、最高の準備ができるようにしているのだそう。またウォーターサーバーが室内、ベンチ備えてあるがそのきっかけは阪神大震災で物資の運搬を少なくするために設置したそう。

クーリングダウンは第4試合の選手（花咲徳栄対大曲工）を見せていただいた。クーリングダウンする場所は広くなく、20名入れば圧迫感のある空間だった。花咲徳栄は勝ったためかクーリングダウンも狭い部屋の中全員で声を出してテンション高くダウンをしていた。ピッチャーの高橋昂也くんは別で肩、肘のマッサージを念入りに行っていた。また近くで選手を見るとより体の大きさがわかる。長野県の公立高校ではチームで体の大きい選手はいても2～3人だが、花咲徳栄の選手はほぼ全員体が大きい。甲子園で活躍する球児の姿、施設を間近に見ることができ、とてもいい経験ができた。



#### 4. 最後に

甲子園に出場している選手たちはどうやって体を大きくしているのか知りたかった。諏訪実業高校の選手たちは皆体の線が細いため大きくしようとしているがなかなか大きくなれないので悩んでいる。特に食事は家庭の協力、本人の体を大きく強くする意志がなくてはだめだと思う。食事に対する意識の改革をしなければいけないと感じた。甲子園を観戦し、選手の能力が高いことはもちろん戦術、試合運びなど参考になったものはたくさんある。考え方はいろいろあるが、選手が成長するときは負けたときよりも勝ったときの方だと感じる。極端なことを言うと勝たなければ選手としても人間としても成長、強くなれない。もちろんフェアでなければならぬが諏訪実業で1年半野球に携わってそう思う。私自身も生徒とともに試合で勝つために日々努力しなければならない。

今回3名の先生方と研修をさせていただいたが、どのチームも人数が少なく似たような苦労をしており、いろんな意見交換ができたのは参考になった。

貴重な経験をさせていただき本当にありがとうございました。

# 甲子園指導者研修報告書

梓川高等学校  
勝野英徳

## 1 はじめに

8月9日から11日までの3日間、阪神甲子園球場へ甲子園指導者研修に参加させていただきました。

甲子園球場の暑さ、整備されたグラウンド、選手達の懸命なプレー、スピード感、アルプススタンドの応援、ベンチから見た甲子園球場。すべてに圧倒され、感動したことを今でも鮮明に覚えています。

3日間の中で学ばせていただいたことを報告させていただきます。

## 2 試合への準備

甲子園の試合間隔がとても短い。という情報は以前から知っていました。実際に観戦してみると、本当に試合間隔が短く驚きました。次試合の選手は、長野県大会のように外野へ出てキャッチボールをするわけではなく、足を念入りに動かしながらキャッチボールをする選手、持ち換えを意識している選手などのキャッチボールのみでシートノックへ臨んでいました。また、ピッチャーも遠投などで肩を作ることなくブルペンに入って試合への準備をしていたのには大変驚きました。

2日目に、日本高野連の井本さんに室内練習場等の案内をして頂いた際に教えて頂いたことですが、第1試合など関係なく試合に臨む全てのチームは試合開始2時間前に球場入りし室内練習場内で自由にウォーミングアップをし、試合に臨むということでした。

持っているパフォーマンスを最大限発揮するために、限られた時間とスペースの中でどのようなウォーミングアップをし、試合に臨むべきなのかを考えさせられました。

## 3 試合観戦

観戦させていただいたいくつかの試合で感じたことを報告させていただきます。

### 【横浜高校 v s 東北高校】

横浜高校の各選手のスイングの力強さはスタンドにいても感じるほどでした。当然打球スピードも速く、守備側の東北高校はどんな動きをしているのか注意深く観戦していました。東北高校の野手陣は、キャッチャーの配球に合わせて少しずつポジショニングを変えたり、全員が投球毎、スイングに反応し一歩目のスタートを意識していました。こうした積み重ねが堅実な守備に繋がるのだと強く感じさせられました。

横浜高校の藤平選手は、140km 近いストレートを7秒ほどの間隔でテンポよく投げていました。東北高校のバッターも立ち遅れないよう準備を早くし、球速負けない振りをしていましたが、終始圧倒していたように感じました。

甲子園常連校同士の戦いということもあり満員の中の試合、私も途中はただの高校野球ファンになってしまいました。

## 【常総学院 v s 近江高校】

### ○初回 常総の攻撃

1アウト1塁2塁、4番バッター花輪君がレフト前ヒットで2塁ランナーが生還、レフトからの送球が少し浮いたのを見逃さず1塁ランナーは3塁、バッターランナーは2塁へ進塁、その後5番バッター清水君が2-2からスリーバントスクイズを成功させ2点先制。

この攻撃は、常総学院の大振りすることなく、ボールをしっかりと捉えるスイング、バントと走塁の技術の高さを感じる圧巻の攻撃でした。常総学院の次の塁を狙う積極的なオーバーランを含めた走塁は大変参考になりました。

### ○投手交代のタイミング

近江高校は初回に2点、二回にも3点とリードを許す状況でした。私自身、投手交代のタイミングで何度も失敗をしています。そこで、甲子園で何度も采配をされている近江高校の多賀先生がどのようなタイミングで投手交代をするのかを観察していました。

二回、3点差をつけられた瞬間に背番号1の京山君へ交代指示を出されていました。私ならどういう指示をしていたのだろうと考えさせられました。

## 【星稜高校 v s 市和歌山】

序盤から得点が入る試合展開だったため、投手交代やタイム（伝令）をどのような状況、展開で行使用するのかを注目して観戦していました。3点取られた二回には、投手交代と伝令を送る場面がありました。投手交代やタイムのタイミングを逃さない勝負勘が監督には必要だと痛感いたしました。

この試合は野球の難しさ、面白さを感じた場面がありました。

### ○六回裏の星稜と七回表の市和の攻撃です。

六回裏、星稜は2点差を追うビハインドの中、先頭バッターがセンター前ヒットで出塁、続くバッターは送りバントのサインもミスで0-2、三球目バッターは空振り三振、スタートを切っていたランナーはタッチアウトで三振ゲッツーで結局無得点。

七回表、市和は先頭バッターがセンター前ヒットで出塁、続くバッターは初球送りバント成功、2アウト後3番バッター藪井君がセンター前へタイムリーヒットを打って1点追加。八回には3点を追加し試合を決定づけた。

自分たちがやりたい野球ができず、そのやりたい野球を相手にされてしまうことは多々ありますが、ここまで流れを変えてしまうほど大きなプレーになるとは思いもしませんでした。この試合では、バントでしたが、野球をする中での一球・1アウト・1つのプレーを大切にしたと感じました。

## 【富山第一 v s 中越】

1塁側ベンチのすぐ後ろで富山第一高校の監督黒田先生の動きに注目して観戦していました。

試合中、攻撃時に監督が選手にサインを送ることはありますが、黒田先生は守備の際に選手に事細かく指示を出されていました。甲子園特有の浜風の確認はもちろん、ポジションであったり、常にサインのようなものも出されていました。特にキャッチャーの選手は常にベンチを見ていて、黒田先生との“阿吽の呼吸”のようなものを感じました。

ピッチャーの中津原君のテンポの良い投球、コントロールの良さもポジショニングをしっかりとれる大きな要因だと感じました。

中越高校の今村君の粘り強い素晴らしいピッチングをしていました。甲子園球場で観戦させていただいた試合の中で唯一の投手戦でした。

研修最終日の試合であったため、最後まで観戦できなかったことが心残りです。

#### 【まとめ】

他にも数多くの試合を観戦しました。どの試合でも感じたことですが、各選手のスイングスピード、走力、打球に対する反応、送球、持ち換え、投手の球速、投球テンポ、イニング間の攻守交代など、すべてのプレーにおける“スピード感”の違いを痛感しました。

## 4 練習見学

2日目に、宮崎県代表の日南学園高校の練習を見学させていただきました。メンバーとサポートメンバーの40人ほどで練習をしていました。

シートノックでは、難しい打球ではなくしっかりと動きが確認できるような打球を打っていました。内野陣に対しては、正面へ緩いゴロを打ち、足さばき、動きをしっかりと確認させるような練習も行っていました。監督の金川先生がノックを打っていましたが、本当に丁寧なノックをされていて、私もマネしなければいけないと思いました。

フリーバッティングでは、マシン2台（ストレート、変化）・投手の3ヶ所×3分で打っていました。1回のフリーで9分しっかりと振り続けることに驚きましたが、選手は打ち上げることなく鋭いライナー性の打球を飛ばし続けていました。次の班は、その後ろで黙々とティーをしていました。（私も、研修後すぐにこの練習方法を取り入れました。）

翌日の八王子高校戦では、見事な集中打もありましたが、ランエンドヒットのような場面も多く、日頃の練習から徹底が大切など試合を観戦していて感じました。

また、練習中は部長先生、コーチの方が率先して雰囲気作りをされていました。選手とともに練習を作り上げていくことも指導者として大切なことだと教えられたように思います。到着後、部長先生、監督の金川先生がわざわざ挨拶にスタンドまで来て下さいました。お話をさせていただく時間はありませんでしたが、私たちのために練習中にも関わらず足を運んで下さった先生方に感謝いたします

## 5 最後に

この研修で感じたこと、学んだ多くの成果を今後の高校野球の指導に活かしていくためにも、貪欲に野球を勉強し、真摯に野球と関わっていきたいと思います。

改めて“甲子園”という場所は、高校球児にとってはもちろんですが、高校野球に携わる私たちのような人間にとっても目指すべき場所であると再認識させられました。

今回の研修に際し、ご尽力くださいました長野県高野連、甲子園で多くのことを教えて下さった小林善一先生、研修に引率して下さった巢山先生、山岡先生、そして一緒に研修をした三人の先生方に心から感謝いたします。ありがとうございました。