

# BB通信

## 11月vol.35



3ヶ月間に及ぶフューチャーズリーグが終了となり、今年も残すところ、あと1ヶ月となりました。選手たちはこの1年間で悔しい経験がたくさんあったと思います。春季全国大会の予選リーグも残っていますが、この時期は冬季の基礎練習やトレーニング、エクササイズが増えてきます。この時期だからこそ、丁寧に取り組める事が多くあります。次の春、夏、またその先まで活躍する為にも、この時期を大切に過ごしてほしいと思います。

また、今年1年も終わりが近づいて来ています。今年の反省、来年度への目標を今のうちから考えてほしいと思います。

### 「無事之名馬」(ぶじこれめいば、無事是名馬とも)

シニアアドバイザー  
小林 敬一良

「無事之名馬」とは、怪我無く長い間第一線で活躍できる事こそが、競走馬として最も重要な条件であるという格言です。

野球などのスポーツにおいては、「超一流とまではいかなくても怪我せずにプレーし続けることのできる選手は名選手である」という意味で使われることがあります。(イチロー選手は超一流でかつ怪我や故障で離脱することはありませんでした)

一昨年引退した広島カープの黒田投手は、メジャーリーグ時代に勝利数だけでなく怪我や故障で離脱することもなく、一年間ローテーションを守りチームに貢献したことが、アメリカでは大いに評価されています。

日本では阪神の鳥谷選手がショートという野手で最も運動量が多い守りの中心でありながらも連続試合出場を記録できたのは、まさに「無事之名馬」と言えると思います。さて、ビッグボーイズの選手諸君、今君たちが体験していることの中で、「名馬」になるための条件が二つあります。

一つ目は、堺ビッグボーイズの方針でピークをもっと先において目先の勝利にこだわらず、心と身体に無理をさせないことで伸び伸びとプレーができ、野球を楽しめる。

二つ目は、現在行っているトレーニングや体操は、パフォーマンス向上だけでなく怪我や故障のしにくい身体を形成するために行っています。今すぐには結果は出なくても毎日コツコツ続けることです。

筋力トレーニングのように目に見えて腕や足が太くなったりしませんが、「身体の芯」を作ること、身体の柔軟性や動きの柔軟性をつけることを目標にしています。

「身体の芯」ができると、柔軟性をつけることで、手や足に頼らず怪我や故障のしにくい身体を作り、自分の持っている能力を最大限に発揮できるようになります。

その土台を作るのが小学生・中学生の今なのです。

君たちが将来「名馬」になって駆けまわる姿を見ることを楽しみにしています。

## 「読書感想文 優秀賞」

2年 岸 真輝

この本を読んで僕は、ドミニカの野球に対する姿勢や練習の取り組み方や、他国の練習の取り組み方が分かりました。

日本の選手は、ミスをした時には、下を向いて、コーチなどに怒られるけど、ドミニカの選手は日本の選手と違ってミスをしても堂々としているというところが、僕は一番印象に残っています。

でも、日本人でも、他国にはない、優れている所もいくつかあります。日本人はほとんどの人が、先を考えて行動すると思います。手先の器用さなども日本人の方が上だと思います。MLBで行われていた全15試合の中で全30球団の中で60人中半分がアメリカ人で、残り半分は、中南米出身。二遊間のレギュラー争いに食い込めてる外国人選手は、中南米しかいない現状だということ。

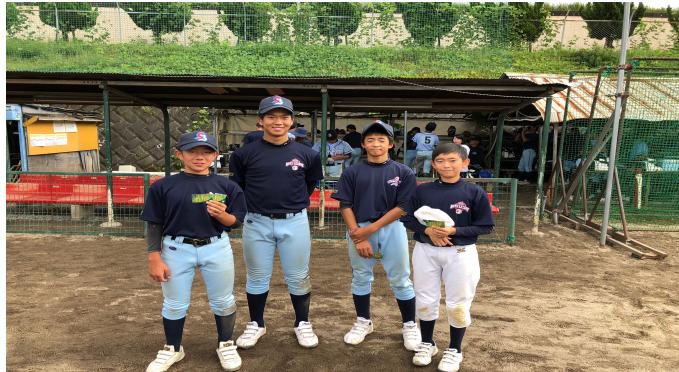
中南米の選手の守備の特徴は、グラブさばきが柔らかく、身体にバネがあり、打球に対する発想力が豊かでバックハンドスロー やベアハンドからのジャンピングスロー 軽々としている僕は思っていました。メキシコ出身のクルーズ選手は、二遊間を守る選手でこの選手もグラブさばきが柔らかく、バックハンドストスなどがうまく、それの事で、ファンを魅了できるところなどが、僕は見習いたいと思います。アストロズのホセ・アルトゥーベは小柄な体型ですが、アストロズでレギュラーです。この選手には、何かすごいものがあるのかといつも不思議に思います。

日本と他国との違いのもう一つは、グランドです。プロ野球のグランドは、人工芝がほぼだけど、アメリカなどは天然芝が多いので内野なども、処理の仕方が変わってくるので、日本人がMLBに入ってもすぐには活躍が出来ないと思います。

僕は、小学校の頃、グローブを横に向けてではなく、縦にしてと言われていました。でも中学に入ってから、先輩のボールのさばき方や、普段のメニューに入っている、コロコロなどをしていく内に、段々と柔らかい捕球の仕方に近づけているじゃないかと思います。

ドミニカの人の見習いたい所は、いろいろあるのですが、一番は何事にも恐れずに積極的になる所です。僕は、ミスを恐れ、ボールを捕るととも後ろに引き気味で捕り、引いて捕ってしまう分、送球も遅れて、焦ったりして暴投をほったりしてしまいます。だから普段からのキャッチボール、ノックからの一球一球を大切にしないといけないと思いました。

この本を読んで学ぶ事がたくさんありました。ビッグボーイズがなぜ他のチームと違うメニューをするのかなどはいつも教えてもらっていますし、この本を読んでも、もっとわかりました。これからも、自分で考えて、先に行動する事などから、自ら率先していきたいです。



### 各学年、11月のテーマ紹介

・3年生 「思考を止めない！」 何が自分にとって大事かを考えていきましょう！

・2年生「常に先を考える！」 日頃から常に先を考える習慣が大事です！！

・1年生「気づいて挨拶！」 人としての基本が挨拶です。気づいて挨拶しましょう！

\* グランドだけでなく、日頃から意識する事が大事です！！