



クラブチーム練習訪問③

群馬西毛ボーイズ

中学生年代の選手たちがスポーツに取り組む価値はどこにあるのか。到来した人生100年時代。スポーツを長く親しむことを目的に「中学生の育成」と向き合うクラブチームの運営に迫る。

取材・文・写真/長島啓太

スポーツを長く親しむ 将来を見据えた 「中学生の育成」

TEAM DATA

会 長：岩瀬正男
副 会 長：宮石卓哉
代 表：宮田 順
副 代 表：加藤 淳/大竹 淳/飯塚儀和
副代表コーチ：青木正男
総 監 督：早川恭司
監 督：園田潔孝
コ ー チ：西村優佑/小林良太郎/田中悠一/
坂本剛志/萩原 浩
グラウンド：富博記念野球場
創 部：1986年
部 員 数：43人(3年15人、2年10人、1年18人)
活 動 日：月・木=19:00~21:00
土・日=7:00~17:00
HP：<https://www.netto.jp/gunmaseimou-boys/>

高校野球に向けて 整える必要な準備

群馬西毛ボーイズは1986年に設立され、チーム名変更を経て

30年以上の歴史があるチームだ。近隣には、ほかのチームもある中で、「高校野球をやりたい」「このチームで野球をしたい」という意思を持って入団する選手が多く在籍している。

群馬西毛ボーイズで指導するのは、当然ながら野球だけではない。中学生は心が育つ大切な時期だからこそ、返事やあいさつなどが自然にできるよう、礼儀にも重きを置いている。群馬西毛ボーイズの

早川恭司監督は、チームの方針と絡めて語る。

「基本は野球の技術を指導しますが、合わせて人材育成の観点を意識しています。日本の野球環境を考えると、小学校3年生や4年生で野球を始めることが多いでしょう。その後、高校野球をやりたいとか、甲子園を目指したいという考え方がほとんどだと思います。高校野球というステージの前段として、中学3年間でいかに準備ができるかを意識しています」

プロ野球を目指す選手は多いが、上のレベルで活躍できる選手はひと握りと言える。早川監督は高校での過ごし方に関して「入団してくれる選手は、高校でも野球をやりたいと考える選手ばかりです。高校野球は3年間と言われますが、実際は2年と4カ月程度で終わります。あっという間ですので、時間を少しも無駄にせず入学の時から

トップギアでいけるように、準備をさせています」と真剣な眼差しを向け落ち着いた口調で話す。

高校野球の世界に足を踏み入れた途端、部内の人間関係や硬式球への適応など、さまざまな面で苦勞する選手が多いのも事実だ。この件について、早川監督は「環境が変わると、何かしらのストレスがありますよね。そのストレスを少しでも減らして、野球に集中できる準備をさせられるように意識しています。普段のあいさつもそうですが、受け答えや返事も大事ですよ。礼儀をしっかり身につけておけば、高校へ入学してからも、それほど大きなギャップがなく、すんなりと高校野球に打ち込めるのではと考えています」と、高校野球から先のステージを見据えた指導のポリシーを語る。

群馬西毛ボーイズは選手の数が43人と、さほど多いわけではな

い。人数が多いチームであれば、1学年で40人~50人ほどのチームもある。

「群馬西毛ボーイズの場合、1学年15人くらいがちょうど良いのではと考えています。日ごろから選手とは、コミュニケーションを取り、上辺だけのやり取りにならないようにしています。今の人数であれば選手はもちろん、選手の保護者の顔と名前も一致しますが、人数が多いと保護者の顔が一致しないこともありますので、それだと寂しいですね。家庭のことまで理解できていれば、選手が育ってきた環境も分かります。ですので、選手が壁にぶつかったとき、アプローチの仕

方を選手に合わせられ、保護者ともいろいろな相談ができると考えています。いろいろな事情があるにせよ、せつかく選んでいただけたなら、最後まで続けてもらいたいと考えています。もちろん、良い思い出もあれば悪い思い出もあるはずですが、卒団する時はみんな笑顔で成長したねと言いながら、送り出せるようにしたいです」

毎日半歩でもいいから 前に進んでほしい

群馬西毛ボーイズでは、選手を指導する際に伝えていることが大きく2つある。1つ目は、耳を傾けて素直に聞くことだ。早川監督はその理由をこう語る。

「伝えたことに対して素直な心を持っていれば、理解が早いです。もし、何も聞かないよという姿勢



「高校野球に向けた準備」を念頭に置いた取り組みを実践している

であれば、いくらこちらが指導しても、成長せず前に進めないことがあるはず。その選手のこと嫌いだから、厳しく言うわけはありません。少しでも前に進んでほしいからこそ、声を掛けています。だからこういうふうに乗ったほうが良い、こういうふうに乗ったほうが良いなどと指導をしているので、しっかりと耳を傾けなさいと伝えています」

2つ目は、何でも良いから、毎日1歩でも半歩でも前に進むことだ。野球の技術はもちろん、人としても今日より明日、明日より明後日と成長してほしい。1日の歩みが小さくても、積み重ねていけば1年後から2年後には大きな力となり、高校野球に向けて準備ができるという考えだ。早川監督の根底には、自身の経験も踏まえての思いがある。

「私自身も、いろいろなことを試して失敗し、後に反省して、次は同じ失敗をしないようにとやってきました。ですので、選手たちに1回でうまくやれとは言いません。まずは勇気を持って試してみよう」と伝えています。その結果、うまくできなくてもそれで良いと考えています。そのときは、なぜ失敗したのかを考えて次はこうしようと意欲をわき立ててもらえればそれでいい。それができれば、選手にとっては一つの成長です。中学生にもなると、自分で考える力をつけさせないといけません。自分がミスをして、周りに迷惑をかけたのであれば、どう挽回するかを考えてほしい。自分だけが良いのではなく、周りをしっかり見て、周りに支えてもらったら、今度は自分が周りを支える。野球を通じて、これらの経験を積むことで、

人間形成や人材育成の形になると考えています」

必要な声掛けが作り出す 長野からも通いたくなる雰囲気

技術面の指導においては、基礎を重要視している。基礎ができていないと、手先だけの打ち方や、上半身だけの投げ方などになってしまい、ケガにつながる。だからこそ、練習ではキャッチボールやトスバッティングなどに時間をかけている。加えて意識しているのが、必要な声を掛けることだ。「必要な声を自然と出せるようにと伝えています。声を掛けることにより、味方が気づくこともあります。例えば、『バントがあるよ』と声を出せば、バントがあるかもしれないから頭に入れておこうなどと、考えることがあるはず。出した声の間違ってても良く、まずは勇気を持って声を出すことが大事です。必要な声を自然と伝えられることで、それが相手への思いやりになり、自分に対しても勇気が持てるようになります。これまでに、声を掛けずに負けた試合もたくさん経験していますので、間違っても良いから声を出そうねと伝えています」

こういった失敗を恐れず、積極的なコミュニケーションが、群馬西毛ボーイズの雰囲気を

出している。過去には、長野県から通っていた選手がいた。その選手に入団した理由を聞くと、群馬西毛ボーイズの試合を見て雰囲気が良かったから決めたと言ったそう。その選手が小学生のころに、長野県で行われた大会に、群馬西毛ボーイズが出場していた。そこで試合をしているチームの雰囲気をみて、入団を決めたという。入団後は毎週、高速道路を利用して、1時間以上かけながら自宅から通っていた。試合の様子から1時間かけてでも通いたいと感じる雰囲気は一朝一夕でつくられるものではない。日ごろの早川監督を中心とした指導が、選手にも伝わり、遠くからでも通いたいと感じさせる空気感をつくり出したのだろう。

気付きを与える 育成トレーニング診断

群馬西毛ボーイズでは、約1年前から『育成トレーニング診断』を導入している。『育成トレーニング診断』とは、一般社団法人日本スポーツエンターテインメントが開発したプログラムで、バランスの良い体づくりや、ケガの予防、パフォーマンス向上に結び付けることを目的として、6種目の測定項目により柔軟性や俊敏性、筋力を診断、改善のためのエクササイズを処方するもの。

導入したのは、選手たちの運動

機能を多角的に診断し、専門家から個別のアドバイスをもらうことで、ケガを防止しつつ野球のパフォーマンス向上につなげるためだ。導入してからの期間は短いものの、効果を実感している。

早川監督は、育成トレーニング診断を導入してからの印象として「ケガ予防についての意識は、依然と比べたら変わってきていると感じています。数字として目に見える形で確認できるため、数値として足りていないから、この種目をやらなくてはいけないなどと意識が向くようになりました」と話す。

また、数値を目の当たりにすることで新しい発見もあった。「例えば、ケガをしにくい選手がいる中で、その選手の診断結果を見ると、この選手はこれほど体が柔らかいかと感じたことがあります。反対に、この選手はよくケガをするなど感じた際に、その選手の診断結果を見ると、想像以上に体が硬いことがあります。もちろん、それだけが要因ではないものの、体が出来ていないと良いパフォーマンスは出せないと考えています。自分の体のことは、自分にしか分かりません。育成トレーニング診断の結果や、そこでいただくアドバイスが体のケアにもつながり、気づきを与えるという面でも、役に立っています」

中学生期に身につけたケガ予防への意識や、パフォーマンスを伸

「育成トレーニング診断」では、指定の項目を定期的に計測、数値の変化を見ていく

ばすために身体機能を整える必要があるとの知識は、選手たちの今後にも良い影響を与えるに違いない。

「今までやってきたことは踏襲しつつ、いろいろな情報を吸収して時代に合わせた指導をしていきたいです。われわれ指導者も今の指導に決して満足していません。こういう練習に取り組んだほうがより効率的かもしれないなどと、日ごろから試行錯誤しています。毎日同じ練習だけではなく、少しでもプラスになるような練習や指導を意識していきたいですね」

野球の技術だけでなく、人間形成や育成トレーニング診断などの仕組みを利用し、高校野球への準備をできるのが、群馬西毛ボーイズの強みだ。



遠方からでも通いたいと思わせるほどの雰囲気の良さが魅力



「野球を通じて経験を積むことが、人間形成や人材育成の形になると考えています」(早川監督)