

感動野球



2021年7月号 (Vol.8)

(2021年7月発行)

作成：硬式野球部 MG

必勝祈願

こんにちは。硬式野球部 MG です。今

回は 6 月号に続き「夏季大会に向けてどのような自主練をしているか」の調査結果 2 年生

版と関西大倉高校硬式野球部からプロ野球選手になられた OB の方をご紹介します。ま

た、公式戦の日程および公式戦に備えての練習試合の予定も合わせて掲載します。

名前	夏季大会に向けてどのような自主練をしていますか？
	素振り(朝に100回、夜に150回)、脚力を下げないように坂道ダッシュ、筋力を落とさないように筋トレ
	素振り、筋トレ
	素振り、腕立て伏せ、腹筋、体感トレ、ランニング、股関節の柔軟、キャッチボール、リスト(手首)
	素振り、腕立て伏せ、腹筋、体感トレ、ランニング、キャッチボール、羽打ち、逆立ちトレ、ノック、ティバティング、トスバティング、ピッチング、素振りチェック
	素振り
	回数だけでなく構えたときの膝の位置やトップの時の割れを細かく意識した素振り、スナップスローを意識したキャッチボール、トスバティング、投球フォームを忘れないようにと腕の振りの小ささ・肘の下がる癖を意識したシャドーピッチング
	素振り、筋トレ
	素振り(毎日)、上半身トレを多めにして筋トレ、5kmランニング、キャッチボール

関西大倉高校出身のプロ野球選手 ～ 第1弾 ～

小林 兵太郎 (こばやし ひょうたろう) 選手
1936年 12月 10日 生 (1954年度卒) 右投右打 捕手 168cm/77kg
関西大倉高等学校 - 青山学院大学を経て 大洋ホエールズ (現 横浜DeNAベイスターズ) に2年間在籍 通算成績 20試合 18打席 16打数 3安打 (内2本が2塁打) 2四球 8三振 打率 .188

2年生部員 (Position: 遊撃手)

こんにちは。関西大倉高校硬式野球部の森田隆斗です。練習は長かった緊急事態宣言下での部活停止を終え、怪我に気をつけながら徐々に実戦感覚を取り戻しつつあります。コロナウイルスの影響で、7月11日までは対外試合ができないため硬式野球部では紅白戦や実戦形式の練習を行い、57人の力を終結して公式戦で勝てるようにしていきたいと思います。応援よろしくお願いします!!!

名前	夏季大会に向けてどのような自主練をしていますか？
	スイングスピードをあげフォームを固めるための素振り、毎日鍛える部位を変えながらの筋トレ、柔軟性強化のストレッチ、打球への入り方・足の運びを意識したゴロ捕球
	素振り、筋トレ、ノック、ティバティング、ゴロ捕球
	素振り、筋トレ、キャッチボール、羽打ち、ノック
	素振り、体感トレーニング、インナーマッスルトレーニング、キャッチボール、シャドーピッチング
	素振り、筋トレ、キャッチボール、シャドーピッチング
	素振り、過去の試合の動画チェック
	素振り、ランニング、キャッチボール、壁当て練習
	素振り、キャッチボール、トスバティング
	素振り、羽打ち、プロ野球のプレーを見る
	部活禁止期間を利用して回数だけでなく一振りずつピッチャーのモーションを意識した素振り、スイングを撮影し理想のスイングに近づけるための工夫と微調整
	素振り、筋トレ
	素振り、筋トレ、ランニング

細谷コーチより

公式戦に挑む心の持ち方を伝えたいと思います。球場に入ったら、全員で、風を感じよう！全員で、土の匂いを感じよう！全員で、整備されたグラウンドで試合が出来ることに感謝しよう！今日もそれぞれの持ち場で任された役割があることに感謝して、その役割に全力で取り組もう！そして、今日の勝利を全員で掴みに行こう！

戸川コーチより

いよいよ、3年生最後の大会が始まります。後悔のないように本気で野球を楽しんでください。ベスト16に入れば関西大倉野球部として、快挙です。その力は充分にあると思います。そのために、メンバー外の選手や、ここまで支えてくれた保護者の方たちへの感謝を忘れないでください。泣いても笑ってもこれが最後。1回でも多く笑って過ごせる日を作りましょう。

松井先生より

最後まで努力しろ、そうすれば「野球の神様」が君たちを勝利へ導いてくれる！

第103回

全国高校野球選手権大会 大阪府大会

7月22日(木) 会場：豊中ローズ球場

初戦：大阪府立 箕面東高等学校

練習試合 結果

関西大倉 8-6 上宮高校

関西大倉 6-5 都島工業高校

関西大倉(降雨ノーゲーム)三島高校

関西大倉(降雨ノーゲーム)豊中高校