



2023年12月10日(日)に開催された「トヨタ自動車硬式野球部野球教室」の様子をご紹介します。



ピッチング・バッティング・内野守備・外野守備に分かれ、レッドクルーザーズの選手と野球部OB会の方に指導いただきました。子どもたちは、夢中になって白球を追いかけ、選手たちとの貴重な練習を体験しました。



トヨタ自動車硬式野球部
「レッドクルーザーズ」
コントロールに定評のある期待の投手 30 山内大輔投手
レッドクルーザーズの頼れる主将 4 北村祥治内野手
チームNo.1の俊足 0 八木健太郎外野手
東京ヤクルトスワローズに入団予定 16 松本健吾投手
鉄壁の守備でチームに貢献 6 佐藤勇基内野手
力強いスイングと打撃が自慢 32 五十嵐寛人捕手

トヨタ自動車硬式野球部 野球教室を開催しました！



参加した子どもたちから
憧れの選手へ質問してみました！

——見せてもらったティーバッティングの
ように遠くへ飛ばすコツは何ですか。
北村選手 自分の体を最大限に使って、
バットへ力を伝えることが大切です。その
ためには、まず体が大きくなければなり
ません。野菜をたくさん食べて、バランス
の良い食生活を心がけてください。強い体
ができれば強いスイングができ、強いスイ
ングができれば、必ずボールが遠くに飛び
ます。あと、体づくりのために睡眠も十分
にとってください。これが遠くへ飛ばすた
めの一番最初に大事になる土台部分だと
信じています。
——打席で力まないようにするにはどう
すれば良いですか。
佐藤選手 練習から試合を想定してバッ
ティング練習を行うことが大事だと思っ
ます。ヒットを打ちたい、ホームランを打ち
たいと考えてしまうからこそ、力みに繋が
ります。例えば、チャンスが回ってきた場
面の想定であれば、このバッティングをし
てみようという練習を重ねれば、同じ場
面になっても、「練習と一緒だ。じゃあ、あの
バッティングでいける」と、楽な気持ちで自
信を持ってバットを振れると思います。
——どのような心構えでバッターボックス
に入れば、打てるようになりますか。
五十嵐選手 どういう心構えで打席に
入るかというのはとても重要です。試合
になると、どうしても悪い結果を考えが
ちなんで、自分はネクストバッターズサー
クルやベンチの中から、「強い気持ちを持っ
て打席に入るんだ」ということを常に心
の中で意識しています。バッターボックスと

いうのは戦いの場なので、弱気にならない
ようにしてください。
——力強いボールを投げるには、どうすれ
ば良いですか。
松本選手 力強いボールを投げるには、
まず力を抜かないといけません。ついつい、
強いボールを投げたいと思って力んでしま
いがちですが、自分の投球フォームの中で、
力を入れる時と入れない時のメリハリを
つけることを意識してください。最後のリ
リースの瞬間だけに力を入れるようにし
て、それまでしっかり力を抜くことを試し
てみて。
——ピッチャーでコントロールが乱れた場
合、どのように立て直せば良いですか。
山内選手 まずは自分を知ってください。
良い時と悪い時は何が違うのかを見つけ
ると、今日はここがダメだから、ここを意
識して投げてみようということができま
す。日頃のキャッチボールから、良い投球が
できた時とできなかった時を比較してみ
てください。きっと、改善すべき点が見え
てきますよ。
——バックホームへ投げる場面で、フライ
をどのように取れば良いですか。
八木選手 目の前にボールが飛んでくる
場合は、後ろからしっかりと入って、ステッ
プをして投げれば、強いボールが投げられ
るので、その二連の動作を練習すると良いと
思います。
——ショートでの守備のコツは何ですか。
佐藤選手 守備のコツは1歩目を合わせ
ること、飛んでくる打球をイメージす
ることです。相手選手のバッターボックス
に入る前の素振りを確認して、打つなら
どういった打球が飛んできそうかをイメ
ジし、どう動けば良いかを頭の中で準備

していただき。準備していれば体が早く動
けるし、イメージ通りなら心に余裕ができ
ると思います。イメージと1歩目を合わせ
れば、上手になれるはずですよ。
——1日何時間ほど練習をしますか。ま
た、どのような練習をすればよいですか。
八木選手 自分の場合は朝7時から始
めて、夜は19時まで練習しています。いま
長所を伸ばす時期なのか、短所を見つめ
直す時期なのかによって練習内容を変え
ています。色々な練習メニューはあるかと
思いますが、日々課題を持って練習するこ
とが重要です。

澄み渡る晴天のもと、豊橋市民球場にてトヨタ自動車硬式野球部「レッドクルー
ザーズ」の現役選手を招いて野球教室を開催。スポーツ少年団に所属する豊橋
少年軟式野球連盟の35チームから230名の小学6年生が参加しました。
2023年度都市対抗野球にて優勝を果たした強豪チームの現役選手から直
接指導してもらえることあって、野球少年少女に人気のイベントです。今回は子
どもたちからの疑問や悩みに関し、選手が答える質問コーナーの様子をご紹介します。



質問コーナー
バック練習
外野守備
ピッチング
集合写真(午後の部)



PICK UP INFORMATION こちらでは豊橋の最新スポーツ情報をお届け！ぜひ、ご参加ください。

鈴木亜由子杯 穂の国・豊橋ハーフマラソン2024 参加ランナーの応援をお願いします！

3月24日(日)午前10時から穂の国・豊橋ハーフマラソン2024を開催し
ます。豊橋市陸上競技場から、4,400名余のランナーが市内を駆け抜けて
いきます。沿道から皆さまの温かい声援を、ぜひよろしくお願い致します。
また、グループでランナーを応援したい皆さまには「応援祭」として団体、
チーム単位で募集をさせていただきますので、2月15日(木)までに事務局ま
で申込みをお願いします。

【問合せ先】
穂の国・豊橋
ハーフマラソン 2024
〔(公財)豊橋市スポーツ協会内〕
☎(0532)63-3031
詳細は、ホームページをご覧ください。

詳細はこちら



スポーツ教室のご案内

スポーツ協会が行う
教室は、初心者でも
大丈夫！ぜひご参加
ください。詳細は、当
協会ホームページを
ご覧ください。

詳細はこちら

