



# 長野南高校野球部通信



第29号 2025年6月16日(月) 野球部監督 丸山智大

## 勝負の6月！

いよいよ6月に入り、選手権大会まで約1ヶ月を切った。3年生は泣いても笑っても終わりは近づいている。この6月をどう過ごすかで勝負は決まる。期末考査に文化祭準備と忙しい中で、どれだけ野球に向き合えるか。もちろん野球だけに全てを捧げろということではなく、メリハリをいかに持てるかが勝負のカギを握る。すべてのことに全力を費やしてほしい。

野球に関しては、6月はベストを作るためにまだ量を求めて欲しい。「あと1回」のスイング、スロー、トレーニング、ラン、キャッチをどん欲になって欲しい。調整期は7月に入ってからで良い。ましてや6月は梅雨に入り練習への制限があるからこそ出来るときにどれだけやれるかが大切。全体の練習は限りがある。土日は実戦になる。自分で時間を作れるか。全体練が終わってからの自主練や朝練、家に帰ってから。どこでもいいから時間を作って自分の「これだ」という形ができるまでやりきって欲しい。

3年生は特に強い意志を持って取り組んで欲しい。ヘトヘトになるまでやりきって最後まで可能性を探して、「これだけやって負けるわけない」と思えるまで。最後は3年生と俺は勝負する。

1・2年生はどう勝負する？新チームを考えてなんてありえない。目前の勝負を勝ちにいけない者に未来はない。「3年生の足を引っ張ってたまるか」「俺が3年生を勝たせてやる」必死になれ。覚悟を持とう。

最後に俺の好きな言葉を2つ。

「少しずつうまくなるのではなく、コツをつかむと一気にうまくなります。練習するのは、うまくなるきっかけをつかむため、そのチャンスは、100回練習するよりも1千回練習した方が多くなる。努力は、ひらくためにするんです」

現ロサンゼルス・エンゼルスの菊池雄星さんのインタビュー

一記事です。結局は成功している人間は量をやっているということです。量もやらずに質は語れない。

最後の最後に支えになるのは本番までにどこまでやったか、それ以外にない。

女子ソフトボール日本代表監督を務めた宇津木妙子さんの言葉です。

最後は精神論です。「こんだけやった俺らが負けるわけない」というメンタルまで持つていけたら、ようやく勝ちが見えるのだと思います。