

金沢西 (石川)

情熱家の監督が“根っこ”を作る指導で心身ともに鍛え上げた金沢西高校野球部。経験豊富な“癖”のある好投手を中心とした守りでその歴史に新たな一步を刻む。



「週末にキスをしようぜ……」
「オーシー!」「シャー!」

屋内のトレーニングルームから聞こえてくるのは、最近のヒットナンバーをBGMにして気合いを入れてサーキットトレーニングに臨む金沢西高校の野球部員の元気な声。

金沢西高校は春の県大会で、08年に優勝、03・06年準優勝など星陵・金沢・遊学館の私学3校が甲子園切符をほぼ独占している石川県で近年好成績を残している公立高校。

この日は大雨でグラウンドでの練習が出来ないが、屋内でのトレーニング。しかしそれでも選手達のテンションは高い。

「冬場は打撃、守りなど野球で使う身体の動きをしっかり覚える。今でもそれを忘れないように週1回、近くのスポーツセンターに行つて確認する。この練習はチームの原点といえるほど重要なもの」そう語るのは就任9年目の井村茂雄監督。

練習時間は4時30分から7時まで。その後各自で自主練習を行うが決して多い訳ではない。

現在はノック、打撃の基本を見直しながら緩い球を打ち返すハーフバットティング、ボール回し、走り込みといった練習。他には前述の通りスポーツセンターで週1回トレーニングを行う。冬場は雪が積もることもあり、ボールを使った練習は困難になるため、サーキットトレーニングの他に、エアロビクス・ピラティス・プールなど様々なことを行い身体の使い方を覚える。

また新チーム発足当初やチームが上手く行かない時には、ソフトボールを練習に取り入れている。「ベース間が短いのでミスをしたらすぐに先の塁まで行かれてしまうため守備面でカバリング、走塁面で全力疾走といったことをする意味を思い出させる。打撃面ではしっかり上から叩かないと打てない。そういったこともあり良い練習になる」という。

金沢西の練習にはこのように野球をする上での正しい身体の使い方、ワンプレーの意味を大切にすることが多い。また色んなことをすることで選手のやる気も引き出している。

人としての良い根っこを作る指導

トレーニングルームで選手に手取り足とり指導している井村監督。就任9年目だが33歳と若く、選手一人ひとりに熱心に指導をする。トレーニングや野球における身体の使い方、相手チームの対策など様々なことをよく研究している。

そんな井村監督の指導目標は「やらされているのではなく、選手が自分で考えて野球をするためのやる気を引き出すこと。野球を通し人として大きな花を咲かせること」

そのため重要なのはまず人としての根っこをしっかり作ること。個人の考え方・取り組む姿勢・心の持ち方などの基本となる部分を指導してチームとしてのしっかりした根っこを作る。

普段の練習をしっかり行うのはもちろん、近所の清掃活動・雪かき・



右上 / 投球練習をする川勝投手。春の県大会で選抜出場の金沢高校を相手に好投した好投手。心身ともに成長を果たした、守る野球の中心選手となっている。

左上 / 選手に打つ時の身体の使い方を教える井村監督(写真左)選手の目線に立ち、彼らが理解できるように丁寧に指導する。選手は一言も聞き逃さないように話に耳を傾ける。

左 / サーキットトレーニングを行う選手達。冬場はこのように野球における身体の使い方を覚える練習が多い。



野球部のトイレ掃除など様々な行動、活動が根っこをしっかりと作る上で必要なこととなる。根っこをしっかりと作らないと、幹がすぐ折れてしまう。冬の間には色んな養分を吸収出来るような根っこをしっかりと作り、育てて最終的にはキレイな花を咲かせる。

そのため監督は「肥料をやり過ぎると腐ってしまうので、適度に水を遣る。選手達が自分で伸びていくように、上手くコントロールするのが仕事」だという。

これは現在国学院大学総監督をしている竹田利秋氏の考え方を手本にしている。「この話を聞いた時にこれだと思い、部活動の中だけでなく学校の中で教師としても行っている」

そして08年の春の県大会優勝時の主力メンバーの一人谷内亮太氏は、現在国学院大学の主力選手としてプレーしている。

よく練習に顔を出して先輩に色々教えてくれるという彼の存在が、チームにとって良い刺激になっている。

普段の練習や活動は野球選手として人間として成長するため間違いがない。それを代々先輩員達が後輩部員達に行動で示し伝えていく。

そつやって作り上げてきたチームは入部したばかりの一年生選手が「先輩達が意図を持って動いている。早く自分達もこうなりたい」と言うほど。このように受け継がれたものが、金沢西を好チームにしている。

柱は安定感抜群で癖のある投手

今年の金沢西高校は昨年から投げている川勝選手を中心にした守りのチーム。

川勝選手は球速はMAXで130キロほどだが、中日の山本昌投手のように両コーナーにボールを「落とす」抜群のコントロール、完投したら試合が1時間30分位で終わるというテンポの良さを持っている。以前は力を入れ過ぎカんで打たれていたが、7割位の力で投げるように心がけ安定感が増した。変化球はカーブ、スライダー、ツーシームを操る。バッテリーを組むのは2年生捕手の喜多選手。川勝選手と多くの時間をともに過ごし相手の考えが分かるようになり息のあったバッテリーに成長。

二人で配球を考えて、相手打者を翻弄しドツポに突き落とす。そんな打者の嫌な所を攻める投球はトリッキーで癖があり、守っている味方選手も「彼が味方で本当に良かった」と思うほど。

春の県大会の金沢戦では選抜の加古川北戦を参考にした攻めで9回まで0点に抑えた。

攻撃はバントやエンドランを駆使し、積極的な走塁で相手を揺さぶり1点ずつ積み重ねていく。昨年から試合に出ている。

このように受け継がれたものが、金沢西を好チームにしている。

柱は安定感抜群で癖のある投手

今年の金沢西高校は昨年から投げている川勝選手を中心にした守りのチーム。

川勝選手は球速はMAXで130キロほどだが、中日の山本昌投手のように両コーナーにボールを「落とす」抜群のコントロール、完投したら試合が1時間30分位で終わるというテンポの良さを持っている。以前は力を入れ過ぎカんで打たれていたが、7割位の力で投げるように心がけ安定感が増した。変化球はカーブ、スライダー、ツーシームを操る。バッテリーを組むのは2年生捕手の喜多選手。川勝選手と多くの時間をともに過ごし相手の考えが分かるようになり息のあったバッテリーに成長。

二人で配球を考えて、相手打者を翻弄しドツポに突き落とす。そんな打者の嫌な所を攻める投球はトリッキーで癖があり、守っている味方選手も「彼が味方で本当に良かった」と思うほど。

春の県大会の金沢戦では選抜の加古川北戦を参考にした攻めで9回まで0点に抑えた。

攻撃はバントやエンドランを駆使し、積極的な走塁で相手を揺さぶり1点ずつ積み重ねていく。昨年から試合に出ている。



上 / 身体の使い方について指摘する選手。練習中に他の選手を見て気付いたことがあったら積極的に声をかける。これは練習でよく見られた光景だ。自分のライバルや下級生に対して惜しげもなく自分の知識や経験を伝える姿は「自分一人が」ではなく「みんなでも良くなっていこう」という気持ちが表れている。

右 / 練習で着ている背中に『下剋上』という文字が書かれたユニホーム。「ガツガツしている」という2年生が、私学3校（星稜、金沢、遊学館）などの強豪チームを倒すことを普段から心がけるために作ったもの。彼らの気持ちの強さが表れている。



野球部のトイレ

金沢西高校野球部には一人ひとりに役職がある。主将、内野リーダー、倉庫係など様々。そしてその中のトイレ係が主にキレイに掃除をしている野球部部室横のトイレ。最近新しく作られたような清潔感を感じるのには、彼らが掃除を怠っておらず、取り組んでいる「根っこの部分の人間形成」の一環という考えがチームに染み込んでいる証拠。壁には「目につく」という理由で、各選手の目標が書かれた紙も貼ってある。また、毎年校舎内全てのトイレを掃除するという事も行っている。

番・佐々木選手、4番・竹井選手が軸。そして冬を越えて12キロ増量する（現在178センチ79キロ）など急成長を果たし、「攻める強い気持ちも出てきた。一番期待出来る打者」と1番を任せられるようになった主将の高田選手の打撃も注目だ。

目標は、「甲子園に行つて旋風を起こすこと。07年夏の優勝校・佐賀北高校のように戦いながら強くなり自信を付けて、見ている人が応援したいと思えるチームになるのが理想。そのためには星稜・金沢・遊学館は県を制する上で避けては通れないので、そこを倒したい。特に金沢には2回負けているので、夏は勝つてそのうっぴんを晴らしたい」

そんな金沢西高校の初戦は志賀高校との対戦。試合は7月17日11時30分、球場は石川県立野球場となっている。