

神奈川県立相模原高等学校野球部監督 佐相眞澄（さそうますみ）

激戦区と言われる甲子園の神奈川県大会で、県立進学校が強豪私学を破った———。

我が神奈川県立相模原高校野球部が一躍話題となったのは、2019年夏のことでした。

私が野球部監督を務める同校は県内屈指の進学校です。勉学との両立のため、平日の練習時間は2時間半程度。原則として全部員での朝練は禁止されています。さらに、スポーツクラスや推薦制度もないため、私たちが積極的に選手を勧誘することはありません。毎年、難関の受験を突破した生徒たちで、一からチームをつくっていくのが私の仕事です。

そんな我が校が、甲子園優勝校がひしめく神奈川県内で、創部初のベスト4進出という異例の実績を挙げられたのはなぜか。

—略—

・・・**限られた時間で、選手たちの打撃力をいかに伸ばしていくか。そのために練習内容にも様々な工夫を施してきました。**

例えば、直径10cm、長さ約9mの綱を駆使し、体幹や腕力を鍛える「パワーロープ」や、重さ10kgのハンマーを叩き、手首を徹底的に鍛える練習など、短時間でバッティングを強化するために考案した練習は様々です。

さらに、限られた時間を最大限有効に使うため、グラウンドの中で歩くのは禁止。3歩以上は必ずダッシュを徹底しました。

また、放課後の練習準備は昼休みに行い、トンボなどの整備道具はすぐ手に取れる場所にセッティングするなど、「時短」にもとことんこだわり、練習時間の密度を高めています。この10年間で少しずつチームも成長し、現在では部員も80名を超え、神奈川県内で一目置かれるまで成長することができました。

時折、他校から見学に来られた方に「公立高校をどのように強くしたのですか」と質問されることがありますが、私は公立・進学校ならではの強みに「素直さ」があると考えています。進学校に入学してくる生徒は小さい頃から努力を重ね、その努力が身になることを体で知っているため練習にも素直に取り組んでくれるのです。勉強で身についた学習する癖・習慣は、必ず野球にも生きてきます。

技術だけでなく、このような人間教育に力を入れるのは、高校野球を通して、人生の土台をつかってほしいという願いがあるからです。野球の技術だけを伸ばそうとしても駄目です。整理整頓、グラウンドの使い方、挨拶、礼儀など、社会に出てからも求められる、人間としての基本を3年間でつってあげることが、監督としての仕事です。

そうやって、彼らが卒業を迎える時に、必ず伝える言葉があります。

日本の底を支える、社会のレギュラーになれ

本当の人生は部活動を終えたその先の人生にこそあります。彼らが40代、50代になった時に、それぞれが社会を引っ張るキャプテンになってほしい。その願いを込めて、彼らと共に甲子園の夢に挑戦し続けます。

