

上田西 春の甲子園へ

メンタル整え創部以来初の快挙

千西一遇

号外

号外
発行
2021年
1月29日(金)
上田西高校
新聞委員会
編集
編集局長:堀内日菜子
新聞委員長:橋爪ここ菜
林 優衣
坂元 舞羽
金井 楓

1月29日(金)に第93回選抜高等学校野球大会(以下選抜)の出場校選考委員会が開かれ、第143回北信越地区高等学校野球大会準優勝の実績などが評価された硬式野球部が北信越地区の代表に選出された。選抜への出場は初めて(夏の甲子園には2013年、2015年に出場)。編集局では北信越大会の様子を追った。

集中力最後まで切らさず

何度も跳ね返されてきた秋季北信越大会準決勝を勝ち抜き、見事2015年夏以来の甲子園出場を決めた上田西高校。その躍進の理由の1つに、メンタル面での調整の成功があった。新型コロナウイルスの感染が拡大し、昨年の夏の甲子園は中止。吉崎琢朗監督は「去年は夏の甲子園がなくな

り、気持ちの部分での低下があった」と話す。感染状況の改善が見えず、選抜の開催も危ぶまれる中「選手達に目標を持たせることとモチベーションの維持が大変だった」と続けた。また、「このチームは気持ちの持ちようで力がかかり変わる」と話した吉崎監督は、甲子園常連校が集うブロッ

クに入った秋季北信越大会であえて「選抜に出場する」という高い目標を設定し選手たちを鼓舞した。試合前には「サイキングアップ」というメンタルトレーニングを行い、モチベーションの向上ややる気を引き出して試合で最大限のパフォーマンスを発揮できるように準備もする。

強力打線が爆発

上田西は全試合2桁安打と強力打線が躍動。1番笹原操希(進学2年)は「やるべきことを徹底することができた」と最後まで線が確実にランナーを

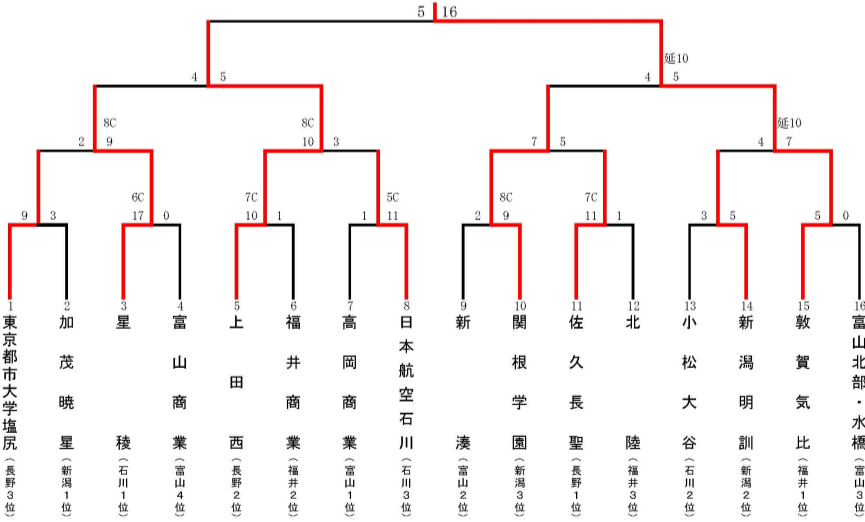
選抜高等学校野球大会
毎年3月下旬から4月にかけて阪神甲子園球場で行われる高校野球の大会。昨年度は新型コロナウイルスの影響により史上初めて中止。本年度は有観客で開催する準備を進めると発表があった。2月23日(火)に組み合わせ抽選会が行われる。本年度の出場枠は北海道1、東北2、関東・東京6、東海2、北信越2、近畿6、中国・四国5、九州4、21世紀枠4、近年北信越地区では北信越大会の決勝に進出した2校が代表に選出されている。(金井 楓)



相手打者を打ち取り雄叫びを上げる上田西のエース山口謙作 写真撮影=櫻林生成

第143回 北信越地区高等学校野球大会 (令和2年秋季) 組合せ表

優勝 敦賀気比 (10季ぶり8回目)



第143回北信越地区高等学校野球大会の結果 引用=長野県高野連ホームページ

第143回北信越地区高等学校野球大会 上田西高校ベンチ入りメンバー

- 1 山口 謙作 2年 (神奈川・泉)
- 2 小川 隼弥 1年 (春富)
- 3 杉浦 琉生 2年 (坂城)
- 4 飛鳥井 洸 2年 (神奈川・鶴巻)
- 5 藤牧 虹凱 2年 (佐久東)
- 6 柳澤 樹 2年 (丸子)
- 7 大藪 知隼 1年 (丸子)
- 8 笹原 操希 2年 (裾花)
- 9 梅香 拓海 2年 (臼田)
- 10 堀内 琢斗 2年 (青木)
- 11 片平 紫温 2年 (丸子北)
- 12 石川 智勝 2年 (愛知・南部)
- 13 室賀 太貴 2年 (塩田)
- 14 土岐 菜太 2年 (神奈川・国府)
- 15 青木 明憲 2年 (波田)
- 16 上島 永太 2年 (辰野)
- 17 花岡 瑠伊 1年 (望月)
- 18 高梨 匠 1年 (東京・浮間)

監督 吉崎 琢朗 部長 矢澤 龍一

帰すパターンが確立が大きかった。昨年4番に据わっていた笹原の1番起用について吉崎監督は「流れを作るため多く打席の回つてくる所に勢いのある選手を起用した」と話す。中学時代に1番を経験している笹原は「プレッシャーは全くやりやすかった。打順の変更は成功だった」と話した。準決勝星稜戦では同点打を含む2本の本塁打を放った飛鳥井洸

北信越大会準決勝で星稜を破り見事決勝進出を果たした上田西は、決勝では敦賀気比に大差で敗れた。うまくいかなかったことや反省点を質問した所、選手達は「チームの総合力、結束力、経験が足りなかった。北信越大会は勢いだけで勝った」と話した。また、「星稜に勝った後気持ちが緩み隙をつかれた。自分たちの中で気持ちが弱くなってしまう」とメンタル面での反省点も挙げていた。

総合力上げ初出場初勝利へ

北信越大会の反省を踏まえ、選抜では「たくさん練習をして自信をつけて甲子園に臨みたい。目標に向けて気を抜かず頑張りたい」と選手達は話した。チームのストロングポイントである打撃や足を絡めた打線が機能し、エース山口がゲームを作る事が出来れば勝利に近づけるだろう。2番手以降の投手の成長にも期待。

吉崎監督は「相手じゃなくて自分たちのやるべきことをいかに発揮するか。戦うのは相手じゃない」と話し、「勝利を収めて秋が勢いだけではない」と意気込みを語った。選抜初出場初勝利に期待がかかる。(橋爪ここ菜)