

東大野球部メールマガジン Vol.182

ごあいさつ

今年も残すところわずかとなりましたが、皆様お変わりなくお過ごしでしょうか。

弊社では 23 日に練習納めを迎え、冬季オフに入りました。選手はこのオフで心身ともにリフレッシュし、身を引き締めて年明けからの練習に励んでまいります。

今後とも東大野球部をどうぞよろしくお願いいたします。

今回の特集「身体を Hot に」

今回の特集では、身体を温めるのにうってつけの、おすすめ・好きなトレーニングや身体の温め方などについて聞きました。

星川 陽次郎（3 年・外野手・開成）

寒い冬に身体を温めるためには、食事に特に気をつけることが大事だと僕は考えています。冬が旬、寒冷地で育つ、地中で育つ、暖色系、水分が少ない食べ物は身体を温めます。

僕たちが食べている寮食では、南国で育つバナナや、地上で育つナスなど様々な食材を使った料理を楽しむことができます。寮食を食べたあとにアツアツのお茶漬けをたくさん食べて、寒い冬を Hot に乗り越えていきたいと思います。



山下 大志（2 年・投手・豊田西）

みなさんこんにちは。今回お題は「身体を Hot に」という事ですが、その方法は勿論、筋トレしかありません。僕が筋トレで好きなトレーニングはダンベルやバーベル、もしくは自身の体重をおもりとして筋肉に高負荷をかけるトレーニングです。つまり筋トレが好きです。出来るだけ重いものを持ち上げて自分の限界を超える、これ以上にシンプル極まりない男らしい行為はあるでしょうか？筋トレは僕の闘志を燃やし、身体を Hot にする至高の行為です。



須川 隼（1 年・外野手・富山）

僕の身体を温める方法は友人と鍋を食べることです。栄養も摂れ、鍋を囲むと話も弾むのでおすすめです。オフ前日の夜には横山（1 年・投手・四日市）の家に集まって鍋パーティーを開催します。業務用スーパーに買い出しに行くのでリーズナブルです。食べた後はそのまま横山の家で寝るので寒い中家に帰る必要もありません。また先日は同期の応援部員との懇親会で鍋を食べに行きました。僕は幹事だったのでやや大変でしたが皆楽しんでくれたようで良かったです。



2017 年総まとめ

本号で 2017 年のメールマガジンの最終配信を迎えました。というわけで、今年の思い出深い試合や行事を振り返ってみたいと思います。

1 月～JAN～

毎年恒例の根津神社への参拝から 2017 年の東大野球部の活動が始まりました。厳しい寒さにも負けずに練習に励みました。



[ランメニューをこなす選手の様子]

2 月～FEB～ 3 月～MAR～

昨年同様沖縄でのバッテリー合宿と、続いて福岡での主力メンバーによる合宿が行われました。また、東京に帰ってきてからも、強豪大学とのオープン戦を数多く行い、春季リーグ戦に向けて力をつけていきました。



[沖縄合宿の様子]

4 月～APR～ 5 月～MAY～

春季リーグ戦が開幕。エース宮台投手(4 年・湘南)の不調もあり、大量失点での負けが続き 10 連敗に終わってしまいました。しかしリーグ戦と並行して行われた春季フレッシュリーグでは対明治大学戦において勝利を収めることができ、来季以降の活躍に期待が膨らみました。



[(上)春季リーグ戦で 8 試合に登板した濱崎投手]

[(下)フレッシュリーグ、対明治大学戦での勝利に歓喜する選手たちの様子]

6 月～JUN～

春季リーグ戦後のオフ期間を挟み、再び秋季リーグ戦に向けて練習を再開しました。しかし京大定期戦では敗退を喫し、下級生主体で臨んだ国公立戦でも 1 回戦での敗退と、悔しい結果が続きました。



[京大定期戦、閉会式の様子]

7 月～JUL～

春の雪辱を果たし秋季リーグ戦で勝ち点を獲得するために練習に励みました。また、夏季オープン戦も経験し、実戦的な経験も積むことができました。



[夏季オープン戦対亜細亜大学戦、整列の様子]

8 月～AUG～

夏季合宿は例年通り、室蘭新日鐵住金球場で開催され、涼しい気候のもとで練習に励みました。室蘭ではオープン戦も行い、さらに選手たちはそのまま名古屋に移動し、七大戦を戦い 5 位という結果に終わりました。また、下旬には宮崎で東京六大学オールスターゲームが開催され、楠田外野手(4 年・桐朋)が見事 MVP を

獲得しました。その他にも、例年よりも多くのオープン戦を行い、充実した 1 ヶ月を送ることができました。



[室蘭での合宿の様子]

9 月～SEP～ 10 月～OCT～

秋季リーグ戦が開幕。対法政大学戦では苦しみながらも激戦を制し見事 2 連勝を収め、15 年ぶりとなる念願の勝ち点奪取を達成しました！選手たちは投打に活躍しシーズン 3 勝を挙げましたが、最下位脱出は惜しくも逃し、来季以降に持ち越しとなりました。また、10 月下旬に行われたドラフト会議にて、宮台投手が北海道日本ハムファイターズより 7 巡目で指名を受けました。





[(上) 秋季リーグ戦にてベストナインを獲得した楠田外野手]

[(下) ドラフト会議の指名後の記者会見での宮台投手]

11月～NOV～

秋季フレッシュトーナメントが行われ、1回戦敗退と課題を残す結果となりました。オフ期間明けには新体制の発表、そして新チームでの練習も始まり、新たなスタートを切りました。



[新体制ミーティングの様子]

12月～DEC～

新体制がスタートしてから約2ヶ月、個々の課題と向き合い、練習に取り組む日々を送りました。12月23日には練習納めを迎え、これをもちまして2017年の東大野球部の活動は終了いたしました。



[練習の音が響く早朝の東大球場]

編集後記

今回の特集はいかがでしたでしょうか。

今回は「新年の抱負」と題し、主将・副将に2018年の意気込みや決意を語ってもらいます。どうぞお楽しみに！

また、本年も東大野球部メールマガジンをご愛読いただき誠にありがとうございました。来年も皆様に楽しんでいただける内容をお届けできるよう、励んでまいります。

皆様どうぞ良いお年をお迎えください。

お問い合わせ先

〒113-0023

東京都文京区向丘 1-5-9 一誠寮

Tel&Fax 03-3811-5100

メールアドレス office@tokyo-bbc.net

メルマガについてのご意見、配信停止のご希望等
ございましたら上記連絡先までご連絡下さい。