



☆2026年スタート！！ ～ チーム改革推進！ ～



(写真：田中瑛人主将に合わせて全員で参拝)

⇒2026年のスタートにあたり、恒例の花岡八幡宮への参拝を行いました。「一年の計は元旦にあり」と古くから言うように、何事も最初が肝心です。選手はそれぞれの想い、決意を地元の神様の前で誓いました。

縁あって下松工業に集まったこの1,2年生メンバーは、新チーム発足から「チーム改革」を目指してきました。普段のグラウンド内外から「勝つにふさわしいチームの土壌」を、2年生を中心に作ってくれています。練習への取り組み、雰囲気から新しい下松工業野球部の歴史を作ってくれると期待しています。冬の鍛錬期も後半戦に入り、目標の3本柱である「①捕る投げるの精度UP・②スイング力UP・③フィジカル・メンタル強化」に向け、チームとしてラストスパートをかけ、ベストの状態でシーズン開幕を迎えたいと思います。今年も本校野球部をよろしくお願いいたします。

☆恒例・花岡八幡宮 神前階段トレーニング！！



参拝の後は、さっそくトレーニングとして、恒例の花岡八幡様前の「神前階段トレーニング」を実施しました。1試合に取るべきアウト「27」が無事に取れるように願い、インターバル走、両足ジャンプ、おんぶ走、手押し車など27本に取り組みました。冬の鍛錬期の最初のころに比べると、多くの選手が筋力、体力、精神的な成長が少しずつ見られてきました。「フィジカル」の強化と合わせ、そのパフォーマンスをプレッシャーがかかる大事な場面で発揮するためには、「メンタル」強化も重要です。「体」と「心」をバランスよく鍛えることを意識して、苦しいトレーニングに立ち向かってほしいものです。

☆「冬の鍛錬期」のチームのようす

～①捕る投げるの精度UP・②スイング力UP・③フィジカル・メンタル強化 に向けて～

○「Weight UP Day」による体重増加プロジェクト

毎月0.80～1.0kg ずつ体重を増やし、「10月よりも体重を4.0～5.0kg 増やすこと」を目標とした取り組みを行っています。「Weight UP Day」と設定した日は、日頃より多く食事をとり、レポートの提出を課しています。また、マネージャーを中心とした補食(おにぎり)の提供、サプリの摂取も行っています。定期的に体重測定も実施し、体重管理に努めています。選手の体つきにも変化が見られてきました。この取り組みの実施にあたり、父兄の方からお米の差し入れもいただき、大変感謝しております。



○スイング力UP週間 Over.800!

「スイング力UP」に重点をおき、とにかく振り込みに特化する期間を設けました。この期間は「各種ティー」「ライナー打ち」「素振りメニュー」などで、全体練習の中で全員が最低でも800回/日以上スイングに向き合いました。寒さ厳しい日もありましたが、多くの選手が前向きで、1000スイングを越える選手も多くいました。この期間を自信のひとつにしてほしいです。



○他校と合同練習～強豪から学べ！～

これまでに2回、毎年強いチームを作る公立強豪校との合同練習に出向きました。練習への取り組み方、雰囲気、言動・表情などの違いを肌で感じ、多くの感銘を受けました。この経験を自分たちの練習に落とし込み、「強い下松工業の礎」のひとつにしてくれることを期待しています。

☆昨シーズン(R7新チーム発足以降～) 戦績

新人戦：三回戦(ブロック決勝)敗退 秋：二回戦敗退 1年生大会：二回戦敗退
全42試合 12勝 30敗 0分
チーム打率：.250 チーム防御率：6.22

(※この成績には、練習試合及び公式戦の成績を含んでいます)

この勝敗攻守の成績がひと冬越え飛躍し、集大成の夏に花開くように、3月以降は練習試合や県外への強化遠征を組み、強豪校との対戦経験も積めるようにしています。夏の選手権までの令和8年前期試合計画は、47号以降に掲載予定です。