



## 女子野球の立場から

### 橘田 恵

履正社スポーツ専門学校北大阪校 野球コース 専任教員  
履正社高等学校 女子硬式野球部 監督

兵庫県三木市出身。小学生から軟式野球を始め、仙台大学では硬式野球部に所属。その後オーストラリアに渡り全豪大会にて MVP となる。帰国後は花咲徳栄高校コーチ、南九州短期大学コーチ・監督を経て、2012 年より履正社医療スポーツ専門学校女子硬式野球部監督に就任。創部 2 年目にして全日本女子硬式野球選手権大会優勝に導く。2014 年より履正社高校女子硬式野球部監督を兼任。2017 年春の全国高校女子硬式野球選抜大会優勝、同年 5 月より侍 JAPAN 女子代表監督に就任。鹿屋体育大学大学院修士課程修了、修士（体育学）。2016 年女子野球ワールドカップ技術委員長。



### I 女子硬式野球の歴史と現状

#### 1. 「みるスポーツ」から「するスポーツ」へ

野球は日本において国民的スポーツとして多くの人々に親しまれてきた。長い歴史のなかで、女性にとって野球は「みるスポーツ」であったが、近年、「するスポーツ」へと急激に変化を遂げている。私が、小学生の頃は女性が野球を「する」こと自体が稀で、実際にプレーしていても女子だと気付かれないほどだった。中学、高校、大学と女子が野球を続ける環境は乏しく、多くがソフトボールなどの他競技へ転向せざるを得なかった。しかし、一部の強い熱意や信念を持った女子選手が少しずつ女子野球の道を切り開いていった。日本より女子野球が盛んで環境に恵まれているアメリカやオーストラリアに渡った選手もおり、私もその一人である。実際に日本チームとして初めてアメリカの大会に出場するきっかけを作ったのは日本人初のアメリカ女子プロ野球リーグでプレーした選手が中心となった。私は大学で男子硬式野球部に所属し、大学野球を引退してからオーストラリアの女子リーグでプレーした後、国内の高校に赴任、女子野球の指導者となった。

近年、女子プロ野球の発足や女子野球日本代表のワールドカップ5連覇などの輝かしい実績により女子野球にも注目が集まっているが、ここに至るまでの経緯には当然のように野球は女性が「みるスポーツ」だという社会・文化的背景のもと、「する」ことを諦めなかった、私より遥かに先に道を切り開いた先人たちの地道な努力があった。

#### 2. 高校女子硬式野球

2017 年 7 月、兵庫県丹波市にて第 21 回全国高等学校女子硬式野球選手権大会が開催され、多くの女子高校野球選手が熱闘を繰り広げた。この選手権大会は女子硬式野球において最も歴史のある大会であり、第 1 回大会（1997 年）当初は、女子硬式野球部を単独で活動している学校は僅か 2 校、ソフトボール部が都合を合わせて大会に出場していた（参加校は 5 校）。しかし、現在、参加校は、北は北海道から南は鹿児島県まで、神村学園、履正社、花咲徳栄、作新学院といった男子高校野球の強豪校も名を連ねた。この選手権大会に出場するチームは全国高等学校女子硬式野球連盟に加盟している。2011 年には 6 校であった加盟校はこの 6 年間で約 4

倍の 25 校にも増加しており、夏の選手権大会のみならずユース（U-18）選手権大会、春の選抜大会等多くの大会が開催されている。このように、高校女子硬式野球の競技人口は年々増加しているが、同時に小学生、中学生の競技人口も増加しており軟式・硬式ともに全国大会が盛んに行なわれている。2013 年には NPB と全日本軟式野球連盟が主催する学童トーナメント大会を開催し、小学生の女子野球選手が日本一を目指して戦う舞台が作られた。2015 年には女子硬式中学生大会、2016 年には女子中学軟式全国大会が開催されており、この大会に臨む多くの女子野球選手が高校女子硬式野球への進路を選択している。このように、女子野球の環境は著しく整備され、競技レベルも着実に向上している。今後も高校女子硬式野球ならびに小・中学生の競技人口とチーム数は増えていくのではないかと考えられ、同時に女子野球の指導者や、指導者のスキルアップも求められている。

#### 3. 日本代表チームと組織運営

高校女子硬式野球をはじめ小・中学生のみに焦点を当てても女子野球の盛り上がりが見えるが、世界における日本の



競技力も高い。WBSC (World Baseball Softball Confederation) 女子野球ワールドカップでは、2008年の第3回大会(日本・愛媛県松山市)から2016年の第7回大会(韓国・釜山)まで日本代表は5連覇を果たしており、現在世界ランキング1位である。日本代表チームの歴史は、1999年、任意団体「全日本女子硬式野球チーム実行委員会」によって組織された「チームエネルゲン」がアメリカのフロリダ大会へ参加したことに始まる。翌年には全国公募でのトライアウトが実施され「第1回日米女子野球大会」が埼玉県西武ドームにて開催された。その後2003年には特定非営利法人日本女子野球協会が発足、翌年には日本野球連盟への加盟が承認される等の経緯を辿り、2006年より日本代表統括組織より代表派遣事業として正式承認された。この正式承認により、男子代表同様に侍 JAPAN として国際大会に出場することが可能となった。2014年には一般社団法人全日本女子野球連盟が設立され、各地方および連盟で活動していた高校、大学、クラブチーム等国内におけるアマチュア的女子硬式野球を統括する役割を担い、女子硬式野球の更なる発展を目指している。このような、組織的な運営と組織自体の整理が学童から日本代表に至るまで全ての年代(カテゴリー)での活動や競技力向上に良い影響・循環を及ぼしており女子野球選手達の活躍と競技の拡大・活性化を支えている。

## II 女子野球の指導

私が女子野球に指導者として携わるようになり11年となるが、女子野球の競技レベルの向上スピードは年々加速しているように感じる。その中でも特に『高校』カテゴリーにおいては、成長が著しく、小中学生ら若年層

の競技人口の増加からもこのスピードは今後数年続くであろうと考える。

指導者をはじめた当初は、とにかく男子の指導と同じアプローチを考え、野球指導書を読みあさった。しかし、同世代の男子の指導を用いることは技術レベル・筋力レベルにおいても難しく、現実には程遠く感じた。その後、小学生向けの指導書を参考にするようになった。とにかく基本、ゴロ捕球ひとつをとっても簡単そうに見えても意外と難しく、基本の大切さと土台の重要性をいかに理解させ取り組むかー正面での捕球・逆シングル、シングル、フロントステップ等ター、プレーの基本ができるようになることが競技レベルアップの必須事項であることは明確であり、基本プレーそのものの質を上げていくことで、応用プレーの新たな発見がある。

例えば、守備の場合での走者1塁時の送りバントの処理(サードが捕球し1塁送球)もワンプレーを確実にすることで、次はツープレー(サードが捕球し1塁送球、捕球者が2塁ランナーのオーバーランを予測し2塁へ送球)といった次のステップが確実に踏めるのではないだろうか。そのようなプレーの一つ一つの質を向上させるためには、正確なボール回しと逆回りのボール回し、先を予測した考えが重要であり、この練習が何のために行われているのか、どのプレーにおいて必要な技術なのか、女子野球の指導においては、選手の経験値が少ない分、その辺りの丁寧な説明も必要不可欠であり、指導者側も練習内容と必要性を正しく理解し選手と向き合うことが重要であると感じる。また、男子と比べてすぐに説明してもできないプレーもあるが(例えば、バントシフトやランダウンプレー、1・3塁の守備のバリエーションなど)女子野球をはじめて指導される方々には、是非知ってもらいたい。彼女らは、できないのではなく、このプレーがどのような状況で、どのような場

面で、どう有効で、どうあるべきであるかなどが知識として不足しているだけで、正しい見本があれば見ても学べるし、正しく理解さえすればできるだろうし、できなくても練習する方法さえ明確であればすぐにできるようになる。技術的に女子だからできないというのは、全くないように思う。

また、女子野球が発展してきたとはいえ、男子の野球よりも歴史が浅い分、戦術などは年々変化が見受けられる。この先も新たな戦術が増えてくるのではないだろうか。今ではライト前の強い打球は全てライトから1塁送球でアウトとなり、ライトゴロとなってしまっているが、投手の球速が上がり、打者のスイングスピードもアップすれば守備位置も下がり、ライト前ヒットとなる。そして、オーバーフェンスのホームランも可能である。また、数年前と比べて、バッテリーのレベルアップから盗塁、安打数は減り、戦術では、エンドランやスクイズが増えたように感じる。今後の競技レベルの向上はこれまで以上の戦術の変化をもたらささう。指導者として、その変化に柔軟かつ適切に対応し、より高度な野球を導いていかなければならない責務を感じている。

## III 野球科学発展への期待

現在、私が監督をしている履正社高校女子硬式野球部、履正社スポーツ専門学校北大阪校の学生が主体である履正社レクティヴィナスでは、グラウンドでの練習のみならず、様々な科学的サポートを受けている。理学療法士やトレーナーによるコンディショニングや体力強化メニューや、管理栄養士による栄養指導など直接身体に関わることについての専門的な指導を受けている。さらに、心理面においてもスポーツ心理学の専門家による心理的スキルに関する講習を定期的







に開催し、より良いパフォーマンス発揮に必要な心・技・体のあらゆる要素に対して科学の恩恵を受けている。従前の野球の歴史で積み重ねられてきた様々な経験や知識に加えて、さらに競技力を向上させるためには、多岐にわたる分野・領域における科学的知

見を取り入れたトレーニング法が必要不可欠であると考えている。これまで、野球に特化した大規模な学会や研究会、学術的な専門雑誌が少なく、現場でノウハウを取り入れることに苦勞を感じていたが、「野球科学研究」はその問題に一石を投じてくれる存在と

なるのではないだろうか。今後、女子野球に関するデータや指導法、トレーニング法、ゲーム分析など様々な研究成果が報告され、さらなる競技力向上の力となることを大いに期待している。



写真 試合での攻守交替の様子。真剣な中にもポジティブな言葉と笑顔が飛び交う。

