

KATSUSHIKANO

~BASEBALL TEAM~

【指導方針】

令和6年7月17日、東東京大会3回戦で小山台高校に0-3で惜敗しました(詳細は別ページの「活動報告」をご覧ください)。その翌日、新チームの部員30名で話し合いを行いました。内容は、このチームの目標を決めることでした。そして、最終的に決定した目標は、

「令和7年の夏、都立高校として甲子園初勝利」

そのために

「人間力」 「技術力」 「精神力」

を鍛え向上させる、としました。

「人間力」…「人が嫌がる仕事を率先してやろう」をモットーに、自らが行動を起こす。野球のみならず、授業をはじめとした学校生活の質の向上、下校後の時間の使い方の質を上げる、野球日誌により自分と向き合い、心を成長させる。人とのかかわりも含めて心を成長させようと日々一生懸命に生きることを大切にしています。

「精神力」…メンタルトレーニングに日常的に取り組んでいます。が、それはさまざまな方法の1つであり、最も大切なことと考えているのは「できればやりたくない勉強だからこそ逃げずに取り組む」ことです。嫌なことだからこそ、それでも日々取り組むことで心も鍛えられます。我慢して取り組んでいるうちに、勉強でも自分自身にも新しい発見があります。それが自信となり、野球にも大きな影響を与えます。

「技術力」…やるからには勝利したい。勝利を得るためには技術力の向上がとても重要です。さまざまな理論を学び、研究し、試し、理解する。その繰り返しの中で自分なりの技術を会得する。技術の引き出しを増やして、今の自分に対してはもちろん、将来、何かの形で子どもたちと野球をするときに正しい技術を伝え、今後の野球界を支える一端となってほしいと考えています。

上記のような取り組みのすべてが順調に運ぶわけではありません。高校生としてそれぞれの葛藤もあります。指摘されたり、反省しなくてはならないこともあります。それも含めて日々成長していく姿は素晴らしいものです。このような経験を重ねて卒業し、信頼される、期待される、応援される社会人になってほしいと願っています。

【活動日】

週1～2回休養日（曜日は不定期）

3月～11月の土・日・祝日は練習試合

（土曜日は本校グラウンド又は遠征での練習試合、日曜日は遠征での練習試合）

【活動内容】

本校のグラウンドは23区内屈指の広さがあります。**授業後、外部に移動せずに、すぐに活動ができます！**

全面では、レフト90m、センター104m、ライト109mとることができます。

バッティングゲージ1か所、ブルペンは外野の奥に3つ、ゲージ内に2つの計5か所あります。

バッティングマシンは3台をフル活用しています。

- ①広いグラウンドを利用して、週2～3回は全面を使用して内外連係、フリーバッティング、実戦形式、紅白戦を行っています。
- ②バッティングマシンが3台あり、ゲージ内に設置してバッティングやバント練習などに取り組んでいます。
- ③体育館のウエイト器具を使用した筋力トレーニングに励みます。令和5年度、さらにバージョンアップしました。
継続して取り組むことで、夏を戦う体をつくります。
- ④専門企業と連携して、食事トレーニングに取り組み、日頃からケガを防止し、野球に適した体づくりを行っています。
体づくりには、食事が重要です。必要な食材を知り、筋力トレーニングと合わせて効果的に行います。
- ⑤トレーニングコーチと契約して、毎月、効率的な出力方法を中心としたトレーニング指導を受けています。
正しいフォームや意識すべき部位を確認して取り組んでいます。日頃のメニューにも取り入れ、継続して行っています。
- ⑥東海大学のメンタルトレーニング講習会に参加して、日常的にメンタルトレーニングに取り組んでいます。

⑦継続した勉強会。葛飾野野球部では、毎日の朝練のうち週1回は勉強会を開催しています。

また、定期考査前にも勉強会を開き、お互い教え合う中で学力を高めています。

実際に1年後の定期考査では、学年順位が100位以上上がった部員が複数います。3年次の進路決定につなげます。

【練習試合】

東京都内、隣県など幅広く、多くの練習試合を行っています。

◆東京都◆

小山台、修徳、片倉、高島、篠崎、紅葉川、総合工科、安田学園、文京、杉並、新宿、鷺宮、堀越、日大一、世田谷学園、国土館、関東一、岩倉、専修大付属、日野、片倉、足立西、板橋、足立新田、府中工科、日体大荏原、富士森、八王子北、田無、東海大高輪台、桐朋、桜美林、大森学園、足立学園、立志舎 など

◆東京都外◆

四街道、相模原弥栄、柏陵、東海大浦安、市立柏、昭和学院、千葉日大一、我孫子、千葉敬愛、川口市立、我孫子東、甲府城西、市立千葉、磯辺、蕨、拓大紅陵、敬愛学園、志学館、大宮南、茂原北陵、千葉商業、駿河総合、松戸馬橋、東京学館、取手松陽、山梨学院、都市大塩尻、松商学園、松本第一 など

【指導スタッフ】

責任教師：宇田川 正寛（江戸川高校などで顧問）

監督：松村 拓人（安田学園 出身）

助監督：横山 将太郎（常磐大高 出身）

副部長：古里 慎（足立新田高校などで顧問）

副部長：辻 朗（日比谷高校出身）

部活指導員：田河 清司（葛飾野高校出身、平成31年7月まで都立紅葉川高校監督）

トレーニングコーチ：須田 和人（ランパス、スポーツディレクター）

【令和4年度～令和7年度成績】

- ・令和4年 春季東京都高等学校野球大会1次予選 vs 雪谷 2-9
- ・令和4年 第104回全国高等学校野球選手権大会 東東京大会 5回戦進出【ベスト16】
2回戦 vs 淑徳巣鴨 11-4(7回) 3回戦 vs 日比谷 7-2 4回戦 vs 修徳 3-1 5回戦 vs 文京 2-3x
- ・令和5年 春季東京都高等学校野球大会1次予選突破 vs 西 8-1 vs 帝京八王子 13-3
都大会2回戦進出 1回戦 vs 豊島学院 8-2 2回戦 vs 世田谷学園 3-4x
- ・令和5年 第105回全国高等学校野球選手権大会 東東京大会 3回戦進出 vs 小山台 1-3で惜敗
- ・令和6年 春季東京都高等学校野球大会1次予選 vs 府中東 5-2 vs 国立 2-3
- ・令和6年 第106回全国高等学校野球選手権大会 東東京大会 3回戦進出 vs 小山台 0-3で惜敗
- ・令和7年 春季東京都高等学校野球大会1次予選 vs 上野学園 4-3 vs 広尾 2-6

(詳細は別ページの「活動報告」にて)

【部活動体験・見学などについて】

- ・夏休みに部活動体験を実施しています。申し込み制となっています。
本年度の実施日につきましては別ページ「部活動体験はこちら」からご確認ください。
- ・見学は随時可能ですので、以下へご連絡ください。

学校電話番号 03-3602-7131 顧問 横山（よこやま）





【令和2年秋季大会より 大会用ユニフォームが新デザインと なりました！】

素材も薄く、軽くなり、令和2年の酷暑でも颯爽と動けました！

帽子の「K」は大きく力強くなりました。袖には「葛飾区」と入っています。地域の方々に愛される、地域の方々に応援されるチームを目指す決意です。ストッキングは軽やかな爽やかなイメージになりました。

この新ユニフォームで目標を達成します！

部員数 [令和7年6月1日現在]

1年生 19名、女子マネージャー2名

2年生 15名、女子マネージャー1名

3年生 10名、女子マネージャー1名

合計 48名