

久留米市長旗争奪学童大会
高良内レッドタイガース優勝

「第47回久留米市長旗争奪学童軟式野球大会」の決勝戦が5月19日に久留米市野球場にてナイターで行われ、高良内レッドタイガースが優勝の栄冠を勝ち取った。久留米市35チームの頂点に立った高良内は、7月30日に開幕する「阿波おどりカップ全国学童軟式野球大会2016」に福岡県代表チームとして出場する。



- ▽準々決勝 鳥飼ジャガーズ2対0
- 南サウスタイガース、小森野ウイン
- グズ1対0長門石ロングストーンズ、高良内レッドタイガース4対3
- 北野少年野球クラブ、鳥飼クイン
- ビーズ4対1大善寺ホームマーズ
- ▽準決勝 小森野ウイングズ3対0
- 鳥飼ジャガーズ、高良内レッドタイ
- ガース1対0鳥飼クインビーズ
- ▽決勝戦 高良内レッドタイガース
- 4対1小森野ウイングズ

【福岡・佐賀少年野球大会情報】

第31回福岡県少年軟式野球大会(福岡県少年野球連盟県大会)那珂川町少年野球連盟予選
▽一回戦(4月24日)=片縄ビクトリー20対0那珂川マリナーズ、安徳北ジャガーズ9対2岩戸ファルコンズ
▽代表決定戦(4月24日)=片縄ビクトリー5対0安徳ヤングファイターズ、岩戸北ジュニアーズ14対0安徳北ジャガーズ
▽第三代表決定戦(5月1日)=安徳ヤングファイターズ15対1安徳北ジャガーズ
※片縄ビクトリー・岩戸北ジュニアーズ・安徳ヤングファイターズの上位3チームは那珂川町少年野球連盟代表チームとして、8月6~8日に開催される第31回福岡県少年軟式野球大会(福岡県少年野球連盟県大会)に出場する。

第38回北九州市スポーツ少年団春季軟式野球交流大会
▽準決勝(5月4日)=光貞ジェッターズ7対2浅川ベアーズ、竜ヶ丘クラブ13対1青山少年
▽三位決定戦(5月4日)=浅川ベアーズ5対3青山少年
▽決勝戦(5月4日)=光貞ジェッターズ4対1竜ヶ丘クラブ
★優勝=光貞ジェッターズ、★準優勝=竜ヶ丘クラブ、★第三位=浅川ベアーズ

第19回株式会社唐房米穀旗争奪少年軟式野球大会
▽準決勝(5月5日)=呼子シールズ11対1金田ジュニアクラブ、六角紅梅少年野球クラブ2対1西唐津ブルーウェーブ
▽決勝戦(5月5日)=六角紅梅少年野球クラブ4対2呼子シールズ
★優勝=六角紅梅少年野球クラブ、★準優勝=呼子シールズ、★第三位=西唐津ブルーウェーブ、金田ジュニアクラブ

福永杯争奪第12回学童軟式野球大会兼平成28年度第6回北九州市スポーツ少年団春季Jr軟式野球交流大会
▽準決勝(5月7日)=光貞ジェッターズ5対2折尾イーグルス、中井フェニックス11対1吉田レグルス
▽決勝戦(5月7日)=中井フェニックス13対2光貞ジェッターズ
★優勝=中井フェニックス、★準優勝=光貞ジェッターズ、★第三位=吉田レグルス、折尾イーグルス

第38回スポーツ少年団軟式野球筑紫支部大会
▽準決勝(5月21日)=平野リトルジャガーズ5対0筑紫野ファミリーズ、国分少年野球8対3片縄ビクトリー
▽決勝戦(5月21日)=平野リトルジャガーズ12対2国分少年野球
★優勝=平野リトルジャガーズ、★準優勝=国分少年野球、★第三位=筑紫野ファミリーズ、片縄ビクトリー

☆妻だから知っている！プロスポーツトレーナー「吉原剛」の虎の穴！ 【第3弾：メンタルは身体を支配する】

「メンタル」や「集中力」について何度かに渡りお話ししてきましたが、今回がメンタルについては最後のお話です。今日は、あるサッカー選手のお話です。

その選手の所属するチームは毎年県で1、2番を争う強豪チームで、以前県大会の決勝戦で延長になり、又戦にもつれ込んだことがありました。その選手の蹴る順番が一番最後。最後の選手の順番になるまで、サドンデスの状態は続きました。そして、ついにその選手の番になったのですが、その選手の蹴ったボールはゴールを揺らすことは無く、敢え無く試合終了。全国大会を逃す結果となってしまいました。

その試合のちょうど1年後、同じ全国大会予選で、その選手は去年と同じ状況になりました。まさしく「トラウマの再来」です。その選手は、途端に両足がすり、動けなくなり救護室に運ばれました。その時にメディカルケアとして待機していたのが主人である吉原でした。吉原は、その選手の足の具合をチェックしましたが、強い筋痙攣があった様子でもなく、動けなくなるほどの肉体的ダメージは確認出来なかつたと言います。その選手の痛み方と体のダメージが釣り合わないことになんとなく違和感を感じたものの、処置的な治療をしてフィールドに戻したといいます。試合終了後に、1年前のトラウマと同じ状態だったというのを聞き、吉原はなるほどと納得したそうです。「メンタルは身体を支配する」とも分かりやすい例だったと言います。

メンタル的な弱さは、実際に体の痛みを伴ったり、拒絶反応を起したりするものですが、メンタルを蔑ろにしてテクニカルばかりに気を取られることはナンセンスなのです。過去のトラウマを自分の力で打破することができれば、さらなる強靱なメンタルを形成することでしょう。それを克服する方法はただ一つだと主人は言います。「練習の為に練習をするか、試合で結果を出す為の練習をするか」簡単なようで意外と難しい課題だとのこと。このような経験をよりたくさんした人が、心身ともに本物のアスリートになっていくのだからと思います。

さて、今回は「トレーニング(ワークアウト)の考え方」です。オーソドックスなワークアウトでも、正しく行われていないことがたくさんあるようです。

(文・吉原剛)

お問い合わせ先 080-4311-0031

【吉原剛】国内外を飛び回るプロスポーツトレーナー。選手の「動き」に直結する「ムーブメントワークアウト」を指導し、基礎体力にかかわる正しいトレーニングの普及活動を行っている。また、テーピングやマッサージ、応急処置方法などスポーツ障害講習も幅広く展開中。幼児からプロ選手、トレーニングコーチといった指導者まで、講習対象者は幅広い。

物販チラシ「よかもん福岡」登場！！

株式会社西日本新聞福岡販売が発行する、「よかもん福岡」が大変に好評です。良い商品ができるだけ安くお客様へ提供するため販売元も編集担当者も奮闘しています。この機会に普段、食べられない『よかもん』をお買い求めください。毎月一回、弊社支店エリアの朝刊に折り込まれますよ。



株式会社西日本新聞福岡販売
TEL 092-726-2495 FAX 092-406-2766
〒810-0021 福岡市中央区今泉1-9-14

Bullpens ブルペンズやきゅうスクール
新入生募集中！！

年中さん～小学3年生の「最初の」野球スクール♪



★走る・跳ぶ・曲げるといった運動の基礎から行います。
★やわらかいボールを素手で捕ることから始め、ボールを「つかむ」感覚を養います。

西月隈校:サマータイム導入
10:00～ → 9:00～

- ①太宰府校(水城西小学校) 毎週火曜日/17:00~18:30
- ②福岡西校(吉岐小学校) 毎週金曜日/17:00~18:30
- ③西月隈校(FIB西月隈グラウンド) 毎週土曜日/9:00~10:30

※お申し込みやお問い合わせは、ホームページ(右のQRコード)もしくは、TEL:092-577-9163まで、お願いします♪

