

私	は	10	月	7	日	～	9	日	に	秩	父	別	で	行	わ	れ	た	北		
海	道	選	抜	一	次	合	宿	に	参	加	さ	せ	て	頂	き	ま	し	た	。	
初	め	は	知	ら	な	い	人	ば	か	り	で	緊	張	し	て	い	た	も		
の	の	、	時	間	が	経	つ	に	つ	れ	て	慣	れ	て	い	き	ま	し	た	。
練	習	を	始	め	る	前	に	必	ず	、	「	日	本	一	」	に	な	る	と	
い	う	目	的	、	「	ル	ー	ズ	・	リ	バ	ウ	ン	ド	・	ボ	イ	ス	・	
コ	ミ	ュ	ニ	ケ	ー	シ	ョ	ン	」	と	い	う	目	標	、	「	声	を	出	
せ	と	先	生	に	言	わ	れ	な	い	」	等	の	約	束	を	確	認	し	て	
か	ら	練	習	が	始	ま	り	ま	し	た	。									
練	習	内	容	は	フ	リ	ー	ア	ッ	プ	、	3	カ	所	シ	ュ	ー	ト	、	
ミ	ー	ト	シ	ュ	ー	ト	、	ド	リ	ブ	ル	ワ	ー	ク	、	ミ	ラ	ー	ド	
リ	ル	、	1	on	1	と	い	っ	た	基	礎	練	習	か	ら	始	ま	り	ま	
し	た	。	1	日	目	の	後	半	か	ら	は	カ	ッ	テ	ィ	ン	グ	を	メ	
ィ	ン	と	し	た	練	習	を	や	り	ま	し	た	。	2	日	目	の	後	半	
か	ら	は	ゲ	ー	ム	形	式	が	増	え	て	き	ま	し	た	。	3	日	目	
は	6	分	ゲ	ー	ム	を	や	り	ま	し	た	。	ゲ	ー	ム	を	し	て	い	
く	う	え	で	、	今	ま	で	練	習	し	て	き	た	カ	ッ	テ	ィ	ン	グ	
を	す	る	と	い	う	こ	と	や	、	自	分	の	プ	レ	ー	を	ど	う	ア	
ピ	ー	ル	す	る	か	と	い	う	事	を	考	え	て	行	い	ま	し	た	。	
先	生	は	ガ	ー	ド	で	も	セ	ン	タ	ー	の	動	き	を	し	て	くれ		

る	の	が	好	き	な	ど	、	全	員	が	全	部	の	ポ	ジ	シ	ョ	ン	を
で	き	る	よ	う	に	た	く	さ	ん	の	事	を	教	え	て	く	れ	ま	し
た	。																		
ま	た	、	仲	間	と	コ	ミ	ュ	ニ	ケ	ー	シ	ョ	ン	を	と	る	と	
い	う	こ	と	は	、	チ	ー	ム	と	し	て	の	団	結	力	が	高	ま	る
な	と	思	い	ま	し	た	。	そ	し	て	、	宿	舎	な	ど	で	の	他	の
選	手	の	態	度	も	勉	強	に	な	り	ま	し	た	。	あ	い	さ	つ	の
声	の	大	き	さ	、	み	ん	な	に	対	し	て	の	気	配	り	な	ど	が
し	っ	か	り	し	て	い	て	意	識	の	高	さ	が	と	て	も	感	じ	ら
れ	ま	し	た	。	こ	の	合	宿	で	学	ん	だ	事	は	忘	れ	ず	常	に
意	識	し	、	チ	ー	ム	に	貢	献	で	き	た	ら	な	と	思	っ	て	い
ま	す	。																	
こ	の	合	宿	で	指	導	し	て	く	だ	さ	っ	た	先	生	方	、	室	
蘭	地	区	か	ら	推	薦	し	て	く	だ	さ	っ	た	先	生	方	、	い	つ
も	支	え	て	く	だ	さ	っ	て	い	る	顧	問	の	先	生	方	、	そ	し
て	生	き	返	り	の	送	迎	を	し	て	く	れ	た	両	親	に	感	謝	し
て	い	ま	す	。	本	当	に	あ	り	が	と	う	ご	ざ	い	ま	し	た	。