

<真剣味>①9

2015.1.16

安全祈願祭・新年会

新年のスタートに当たり、恒例になっている新潟市内のリトルリーグ・リトルシニアの各チームのメンバーが白山神社に集まり、今年1年の安全と健康を祈願いたしました。選手は寒い中にも関わらず早くから集まり、真剣な表情で取り組んでいました。きっと良いことが我がチームに起こる、そんな気がしました。またその夜には新年会も開催され、その中で選手ひとりひとりが「自分の決意を書いたため」全体の前で堂々とした態度で発表していました。毎年行われていることでも、選手にとってはとても緊張の場面、でもそのように見えなかったのは腹が座っているからなのか少し頼もしく思えました。

年の初めですので、私も決意をより具体的に書きます。<真剣味>①7にも書いていますが、まずは、「大会で、1日2勝すること」これを目標に日々の練習に向かいたいと思います。昨年は春季も夏季も2つ目の試合で、接戦をしながらも惜しいところで敗れています。悔しくて仕方ありません。また申し訳なく思っております。特に投手の育成がうまく行かず、イニング制限という迷路にはまった感じです。今年は今いる3人の投手の成長が前提ですが、接戦に持ち込みいつの間には勝っていた、という試合が出来ればと考えています。目標を達成するために「試合状況を把握しながら投手交代をスムーズに行う」「タイム・選手交代を迷わない」

「堅実な守りと瞬時の判断力を磨く」「得点パターンの確立」などを高め、まずは春季大会に臨みたいと考えています。

賽ノ神への参加（五泉市笹堀）

小正月行事の「賽ノ神」あるいは「どんど焼き」と呼ばれる行事が我が部落でも12日（日）に行われました。子供会で竹などの道具を運び、地域の大人がそれを使って賽ノ神を作り、（竹・わら・豆がら・杉など）その中には各家庭から運び込まれた正月飾りや古いお札などを入れて火を付け、豊作や集落の無病息災を祈る行事です。また、大きく燃え上がった火でまゆだまやスルメなどを焼いて食します。我が家では普段は全く食べない子供たちも年に一度のスルメだけはかたくても口の中へ入れます。スルメはかたいけども噛めば噛むほどに口の中に旨味がしみ出てくる感じです。外で食べるとなんとも美味しい。人は経験があるから次はこうやろうと発展的になったりもする、やらなければ何も始まらない。だから私は来年も地域の行事に参加したいと考えています。レッツビギンですね。

数字がすべて（BMI：体重÷身長²乗：25以下標準）

野球以外で最近気になっているのが尿酸と体重です。どちらも食生活に関係しています。ここでは体重について書きます。12月の人間ドッグでお医者さんからは「太りすぎ」の判定を下されました。あなたの身長で74.1kgは重いのでBMI判定が25位になるまで痩せてください。そのために1日30分程度の運動が必要ということでした。何となく軽く。

（≒6kgのダウン）自分では良いと思っている生活習慣でも本当はマイナスということもあるんで、再度自分の生活を見直して、夢の25にトライしたいと考えております。