



2017年12月練習予定											
1	金			11	月			21	木	浜津ヶ池屋内運動場	17:00~21:00
2	土	B&G体育館	13:00~17:00	12	火			22	金		
3	日	B&G体育館	8:00~12:00	13	水	B&G体育館	17:00~19:30	23	土	B&G体育館	13:00~17:00
		浜津ヶ池屋内運動場	12:30~17:00	14	木	浜津ヶ池屋内運動場	17:00~21:00	24	日	浜津ヶ池屋内運動場	8:30~17:00
4	月			15	金			24	I	B&G体育館	8:00~17:00
5	火			16	土	B&G体育館	13:00~17:00	25	月		
6	水	B&G体育館	17:00~19:30	10		豊田球場	8:00~16:00	26	火		
7	木	浜津ヶ池屋内運動場	17:00~21:00	17		浜津ヶ池屋内運動場	8:30~12:30	27	水	B&G体育館	17:00~19:30
8	金			1 /		B&G体育館	8:00~17:00	28	木	浜津ヶ池屋内運動場	17:00~21:00
9	土	浜津ヶ池屋内運動場	前日予約	18	月			29	金		
9		豊田球場	8:00~16:00	19	火			30	土		
10	日	浜津ヶ池屋内運動場	8:30~15:00	20	水	B&G体育館	17:00~19:30	31	H		
		B&G体育館	13:00~17:00								



中野シニアリーグ役員(平成30年度)

会長	永沢 知之
副会長	戸島 正男
理事長(連盟理事)	小林 孝男
理事(事務局長)	阿藤 博之
理事(審判部長)	黒岩 勝廣
理事(広域・広報)	高山 祐一
監督	高橋 昭二
保護者会長	東澤 好正
保護者副会長	坂本 勝利
保護者会女性部長	和田 朋子
保護者会副女性部長	小嶋 真由美

3



豊富な野球経験を生かした情熱ある指 裏で、子供たちの信頼も厚い。



指導スタッフ

監督	高橋 昭二	(松商学園・NTT信越)
ヘッドコーチ	市川 和仁	(飯山北・日体大)
コーチ	臼井 隆徳	(長野商:2000年春甲子園出場)
コーチ	赤根 年樹	(九州国際大学付属高・東和大)
コーチ	竹元 光一	(長野商)
コーチ	小橋 洋介	(長野日大・明治大)





日本リトルシニア中学硬式野球協会

(リトルシニアリーグの紹介)

リトルシニアとは

一般財団法人日本リトルシニア中学硬式野球協会は、中学生を対象 とした硬式野球チームの組織です。

1972年に日本リトルシニア協会として発足。リトルリーグを終えた 選手たちがそのまま中学生になっても硬球を握れる場所、少年野球時 代に軟式野球をやってきた選手が、高校野球に向けて硬球を握って練 習できる場所としてスタートいたしました。

2005年にはリトルリーグと合併し、「全日本リトル野球協会」と して財団法人になりました。「野球を愛する中学生に、硬式野球を正 しく指導し、国際的スポーツマンとして強健な身体と健全な精神を涵 養すること」が委員会の理念です。

チームは年々増え、連盟も関東、関西(四国、中国を含む)から、 北海道、東北、信越(45チーム)、東海、九州に広がり、現在は沖縄 以外の42都道府県、7連盟(2015年1月1日現在)が活動、約 2万人の選手たちが所属しています。

5

リトルシニア信越連盟





一般財団法人日本リトルシニア中学硬 式野球協会 リトルシニア信越連盟には 2015年現在、長野県・新潟県下に45チー ムが登録されています。そして毎年春 季・夏季・秋季大会を行います。秋季大 会を勝ち抜いたチームは、翌春の全国選 抜大会へ、春季大会を勝ち抜いたチーム は林和男杯国際大会兼全国選抜大会へ、 夏季大会を勝ち抜いたチームは、8月に 明治神宮球場などで開催される日本選手 権大会・全日本中学野球選手権大会ジャ イアンツカップへ出場することができま す。









中野シニアリーグは、北信濃からひとりでも多くの野球好きな子供たちが、甲子園、プロ野球、又はメジャーリーグへと、夢の持てるようなチームを目指し、市営豊田球場を活動の中心として、中野市・山ノ内町・飯綱町および近郊の地域の野球のレベルアップと地域の活性化を目指しています。

子供たちの健全育成、常にスポーツマンシップ、正直、忠実、勇気、尊敬の念を植えつけることを目的とした、全日本リトル野球協会シニアリトル信越連盟東北信ブロックに所属している中学生の硬式野球クラブです。

平成29年度在籍選手:30名 3年生:11名、2年生:4名、

1年生:15名。

■ 2002年

中野シニアリーグ心得

- 1. いつも、全力疾走
- 1. いつも、大きな声を出せ
- 1. いつも、礼儀正しく
- 1. いっも、一球入魂
- 1. いつも、先を考える
- 1. いつも、チャレンジ
- 1. いつも、友を思いやれ

7

on the contract of the contrac

チーム紹介(2)



- 2005年 信越連盟春季大会 公式戦初勝利
- 2007年 信越連盟東北信ブロック新人大会 優勝 信越連盟第1位 (全国選抜大会出場の推薦権獲得)
- 2008年 ★全国リトルシニア選抜大会(大阪)出場 信越連盟新人大会(全国選抜大会出場の推薦権獲得)
- 2009年 ★全国リトルシニア選抜大会(大阪)出場 信越連盟新人大会(全国選抜大会出場の推薦権獲得)
- 2010年 信越連盟夏季大会 ベスト8
- 2011年 信越連盟秋季大会 ベスト4 信越連盟東北信ブロック新人大会 優勝 信越連盟第1位 (全国選抜大会出場の推薦権獲得) 中野シニアリーグ創立10周年記念式典

チーム紹介(3)





- 2012年 ★全国リトルシニア選抜大会(大阪)出場 信越連盟夏季大会 優勝
 - ★林和男杯国際大会養全国選抜野球大会 優勝
 - ★日本リトリシニア野球選手権大会(神宮球場) 出場
 - ★全日本中学野球選手権大会 ジャイアンツカップ 出場 信越連盟新人大会東北信ブロック ベスト4





....

チーム紹介(4)



■ 2013年 信越連盟春季大会 優勝 信越連盟夏季大会 優勝

- ★林和男杯国際大会兼全国選抜野球大会 出場
- ★日本リトリシニア野球選手権大会(神宮球場) 出場
- **★全日本中学野球選手権大会 ジャイアンツカップ出場**







٠,



チーム紹介(5)

2014年

信越連盟夏季大会 ベスト16 東日本選抜大会 ベスト16 信越連盟秋季大会 優勝 信越連盟東北信ブロック新人大会 優勝 信越連盟第2位 (全国選抜大会出場の推薦権獲得)





11



チーム紹介(6)

■ 2015年

第21回日本リトルシニア全国選抜野球大会出場 信越連盟夏季大会 ベスト8 信越連盟秋季大会 準優勝 信越連盟東北信ブロック新人大会 優勝 信越連盟第2位 (第22回全国選抜大会出場の推薦権獲得)





チーム紹介(7)

第22回日本リトルシニア全国選抜野球大会出場 = 2016年

> 信越連盟春季大会 優勝 信越連盟夏季大会 優勝

林和男杯国際大会兼全国選抜野球大会出場

日本リトルシニア野球選手権大会(神宮球場)出場

■ 2017年 信越連盟秋季大会 第3位

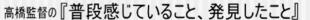




13

指導方針 (監督の窓参照)





- 01. 挨拶(あいさつ)に想う
- @2. 勝つために何が必要か
- ①3. 言葉のキャッチボール
- ○4. いろいろなチームワーク
- 0.5. 強くなるために 嫌われ者になる勇気を・・・
- 06. 声を出す勇気
- ○7. 長所をのばす
- ○8. バッティングに大切なこと
- ○9. 練習の意識づけをどうするか
- ○10. 監督はアドバイザー

- 11. 自分で考えないとうまくならない
- □ 12. なぜ厳しい練習に耐えなければ ならないのか
- ○13. 卒団する子どもたちに想う
- 14. 可能性を追求する
- 15. 謙虚さを大切に
- 16. 「先生」に想う
- 17. 貪欲な選手に
- 18. 捕手に大切なもの
- ○19. 誰でも悩み迷う一悔いのない野球を一
- 20. バッティングに大切なこと②

(詳しい内容はホームページをご覧ください)



卒団生の進路

長野日大

佐久長聖

東海第三

松商学園

1名

1名

1名

423

٠	平成25年	(19名)	٠	平成26年	(10名)	平成27年	(13名) ■	平成28年	(12名)
	飯山	3名		飯山	4名	中野西	3名	飯山	2名
	中野西	2名		須坂	1名	長野	1名	長野	2名
	中野立志館	2名		長野西	1名	長野商業	1名	須坂	1名
	須坂	1名		長野商業	2名	長野日大	2名	長野商業	4名
	長野商業	3名		佐久長聖	1名	松商学園	1名	松商学園	2名
	長野北部	1名		酒田南	1名	関根学園	1名	八王子	1名

15

活動内容

- 練習について
 - ・水曜日・木曜日:ナイター練習(主に豊田野球場) (学校下校後集合〜終了時間は季節により変動)
 - ・土曜日・日曜日・祝日:練習または練習試合
- その他
 - ・本会総会、保護者総会、歓迎会、卒団式
 - ・ボランティア活動:豊田野球場の草刈、グランド整備等
 - ・規約・事業計画・年間予算など詳細は入団時保護者 説明会にて説明します。

R

OBの活躍

中野シニアリーグのOBは158名で、30名が現役で活躍しております。

創立当時の選手は既に社会人として、それぞれの分野で活躍しておりますが、野球に関しては、2011年卒団の中島澪さん(埼玉栄高校卒)が佐川急便女子硬式野球部で活躍しておりました。2012年卒団の船崎星矢さん(松商学園卒)は信濃グランセローズで活躍をしております。

高校では、長野日大高校、松商学園高校で多くのOBが甲子園出場を果たしております。今秋の北信越大会では松商学園のエースとして直江大輔さん、4番ショートで山本健斗さんが活躍されました。また、芋川貴皓さん(長野高校)、佐藤大豊さん(長野日大高校)、小林虹輝さん(中野西高校)がそれぞれ主将として活躍されています。

大学では黒岩駿さん(長野日大卒)が早稲田大学で、菊地駿平さん(松商学園卒)が東京国際大学でそれぞれ活躍されております。菊地さんは今年、リーグベストナインに選ばれました。また、2009年卒団の市川大輔さん(飯山北高校、日本体育大学卒)が丸子修学館高校のコーチとして活躍されております。



- チーム活動支援
- 公式戦運営当番
- 大会応援
- 試合審判
- 試合アナウンス
- 親子レクリレーション
- 各行事準備
- 会計:保護者会費・ 遠征費など徴収









17



入団について

■ 提出書類

入団申込書、誓約書 住民票(連盟登録時の年齢確認に使用)

■ 入会金:10.000円

■ 会費:年会費:60.000円 前期(3月末)30.000円 後期(9月末)30,000円

*3学年の後期会費は15.000円。

*年度途中の入団時の会費は、役員会の決定による。

*役員会の決定により臨時徴収をすることができる。

*納付された会費は原則として返還しない。

中野シニアリーグQ&A(1)

本日は中野シニアリーグ野球教室にご参加頂き、有難うございました。 【中野シニアリーグについてよくあるご質問】

Q,練習はどのようにやっていますか?

A.主にナイター設備のある豊田野球場で練習を行います。 バッティングマシーンも活用します。 その他、中野市営野球場、浜津ヶ池屋内運動場、豊田B&G体育館などでも練習します。

土、日、祝日の全体練習は8:00~17:00です。

水、木の平日練習は17:00~21:00(冬季20:00)ですが、強制ではありません。

①、勉強と両立できますか?

A.両立するよう指導しています。テスト前の練習は自主練習としています。

OBは難関学校へも進学しています。大会以外は学校行事を優先することにしています。

0.体が小さくても大丈夫ですか?

A.成長期に合わせた指導をしています。体の小さなたくさんの選手がレギュラーとして活躍しています。

お金はどれくらいかかりますか?

A.中野シニアリーグは中野市のスポーツ少年団に所属していますので、市の体育施設、ナイター設備 など無料で使用しています。

21



体験入団について

- 体験練習参加
 - ・いつでも参加大歓迎です。 練習の日程、練習会場などはホームページでご確認の上、 お越しください。 (「中野シニアリーグ」で検索)
- 入団に関する問い合わせ、申し込み

 事務局長 阿藤 博之 TEL: 080-1187-4356 ・事務局補佐 山口 光雄 TEL:090-1619-9249

東澤 好正 TEL: 090-1543-4679 ・保護者会長

·保護者副会長 坂本 勝利 TEL: 090-2202-3282



19

中野シニアリーグQ&A(2)

- ・皆で使う物(ボール、バット、ヘルメット、ファーストミット、キャッチャーミットなど)はチームで用意してい ます。
- グローブ、スパイク(黒)、アップシューズ(大会用白)は個人でご用意下さい。
- 帽子、ユニフォーム、グランドコート、リュック、ジャージはチームで統一のため斡旋します。
- ・入団金10,000円(入団時)、会費5,000円(月額、半期毎にまとめて)
- 遠征費(交通費、宿泊費、食事代)は参加人数割りで徴収致します。
- ・全国大会出場の際は、中野市より10万円の助成金(年度別)があります。また、他にも後接会からの 助成金もあります。
- 0.遠征費はどのくらい行きますか?
- A.最近では県外を含め、沢山のチームより練習試合の申し込みがあり、自グラウンドで試合をしており ます。他の団体がグラウンドを使用したり、積雪などでグラウンドが使用できないときに練習試合が 必要な場合は遠征としています。練習試合では年に数回程度です。

公式戦(春、夏、秋)は、大会会場により日帰り、又は、宿泊の遠征となります。

(中野シニアは信越連盟の東北信ブロックに所属しています。信越連盟は他に中南信ブロック、新 鴻プロックがあります。信献連盟の代表になると全国大会に3泊4日の遠征となります。

20 22



23

中野シニアリーグQ&A(3)

0.全国大会は行けるのですか?

A.チーム発足から6年目で全国出場し、今までに選抜大会5回(大阪)、春の林和男杯大会3回、夏の日本選手権大会(神宮)3回の全国大会に出場しています。そのうち全国制覇1回、秋は信越リーグで2回優勝(全国大会なし)しています。中学硬式野球の統一大会「ジャイアンツカップ(東京ドーム)」には2回出場しています。

※今年度の新チームは来春の選抜大会出場権を逃しました。

Q,硬式と軟式どちらが良いですか?

A.どちらとも言えませんが、硬式には世界大会があり、現グランセローズの船崎星矢遷手は中野シニア リーグからUI5サムライJAPANの代表になり活躍しました。中野シニアは個々の体格、性格に合わせ 指導し、高枚野球で通用する選手の育成を目標にしています。

今夏の甲子園では中野シニアリーグ出身の直江大輔さんが松商学園の投手として活躍されました。 他のOBにも甲子園出場選手がおります。また、現在の高校1年生から活躍している選手が多数おります。

Q,いつから入団できますか?

A.すでに練習参加を受け付けております。(3月末まで会費無料) 冬場の練習でライバルに差をつけましょう。

入団をお待ちしています!









http://www3.plala.or.jp/nakano-senior/

中野シニアリーグ

24

空間は使うがない。 マープラン