

国際交流基金アジアセンター アジア・文化創造協働助成事業

ASEAN 国際野球プログラム2019 報告書

ASEAN INTERNATIONAL BASEBALL PROGRAM 2019



主催:東都大学準硬式野球連盟







ASEAN INTERNATIONAL BASEBALL PROGRAM 2019

2019 THE BASEBALL COACHES TO THE TRAINING PROGRAM FOR ASEAN COUNTRIES

2019.8.3 Sat – 8.11 Sun Indonesia, Jakarta

THE 2ND ASEAN INTERNATIONAL BASEBALL PROGRAM 2019

2019.11.12 Tue – 11.24 Sun Indonesia, Jakarta, Bali, Philippin, Manila, Calamba

 Japan,  Indonesia,  Philippines,  Vietnam,  Brunei  Sri Lanka,

2019 ASEAN国際野球プログラムは、日本とASEAN諸国を中心とするアジアの人々のアイデンティティと多様性を尊重しあい、
ともにアジアの新たな文化を創造していくことを目指す「国際交流基金アジアセンターアジア文化創造協働助成」に本事業が認定され、
国際交流基金アジアセンターから経費の一部が助成されている。

ASEAN International baseball program the Japanese government has recognized the occasion with a certificate.
In addition Japan and other ASEAN countries have been central to maintaining respect for the diversity and identities of Asians.
Now to aid in making new Asian culture, The Japan Foundation Asia Center,
Asian Cultural Cooperation section has gifted money towards the running of this program.



目次 Table of Contents

プロローグ Prologue

～プログラムのはじまり～ Beginning of the Program ————— 03P

①2019年ASEAN諸国野球指導者養成プログラム

2019 THE BASEBALL COACHES
TO THE TRAINING PROGRAM FOR ASEAN COUNTRIES ————— 06P

- ・実施要項（日程表含む） Guideline (including schedule) ————— 07P
- ・ご挨拶 Greeting ————— 08P
- ・参加者名簿 List of Participants ————— 09P
- ・スケジュール Schedule ————— 11P
- ・参加者日誌 Diary ————— 15P

②第2回 ASEAN国際野球プログラム 2019

THE 2ND ASEAN INTERNATIONAL BASEBALL PROGRAM 2019 ————— 70P

- ・実施要項（日程表含む） Guideline (including schedule) ————— 71P
- ・ご挨拶 Greeting ————— 72P
- ・メッセージ Message ————— 73P
- ・参加者名簿 List of Partict pants ————— 79P
- ・大会レポート Tournament Reports ————— 81P
- ・参加者レポート Reports ————— 91P

これまでの活動 Achievements ————— 118P

これまでの成果 Results ————— 123P

編集後記 PostScript ————— 127P

PROLOGUE プロローグ ～プログラムのはじまり～

■事業実施のきっかけ

始まりは、2人の出会いからだった。日本の高校野球を通じて知り合った2人は、インドネシア代表総監督と全日本大学準硬式野球日本代表監督という立場で、インドネシアと日本という遠く離れた地で、愛する野球の灯を絶やさないため、そして野球というスポーツが持つ魅力を十分に知っているからこそ、その魅力を知ってもらうにはどうしたらいいか、そしてどうしたら素晴らしい野球というスポーツを広め、普及させることができるか考えた結果、インドネシアと日本が協力し得ることとして、本取り組みが生まれた。

はじめは、日本がインドネシアの選手に野球の基本を教え、それを試合という形で確認することから始まった本事業は、2年の時を経てインドネシア国の国家機関を動かし、インドネシア国家青年スポーツ省との野球提携に関する協定へと発展し、さらに2018年、「国際交流基金アジアセンターアジア・文化創造協働助成」の助成金を受けたことで、「ASEAN国際野球プログラム2018」というプログラムへと発展した。そのプログラムの内容は、「インドネシア国での第3回ASEAN国際親善野球大会2018及び野球教室（用具寄付含む）」及び「日本国及びインドネシア国における野球指導者等人材養成プログラム」の2つであり、この2つのプログラムが密接に連結することにより、野球指導者等人材養成プログラムを受講した選手が、国際親善野球大会及び野球教室において実際に指導に当たる機会を与えることができ、野球指導者を養成することによる野球人口の拡大という事業を生み出したのである。この成果は、更なる思いもかけない反響を呼び起こすことになる。

「日本国及びインドネシア国における野球指導者等人材養成プログラム」を8月に日本で実施し、インドネシア国から、投手2名、野手1名、計3名の選手を受け入れ、日本式野球の基礎知識、ルール、野球における体のつくり方や動かし方とともに、野球途上国であるインドネシア国においても指導できるように、2人1組の器具をつかわないトレーニング方法等も教授し、実戦形式の中でその成果の確認を行った。本プログラムの最大の目的は、インドネシア国において将来指導者として野球を教える人材を育成することにあることから、日本国側で用意した日誌を毎日記入させることにより、その日の練習メニューや学んだ事項をきちんと頭で認識し、その認識を踏まえたうえで翌日の練習で取り組むべき目標を設定させる仕組みを取り入れたことが特徴となっている。当然指導者側からは、日誌の内容に対しアドバイスやときには修正を行うなどしてフィードバックを図ることで、指導者と受講選手間における指導内容の認識の違いをなくし、実際に指導に当たる際に、本日誌が指導するうえで基準となる狙いがある。また、もう一つの特徴としては、本年度のプログラム内容を撮影した動画、約300本をSNS（グーグルドライブ）上で共有することにより、日本に来日することのできないインドネシア国の選手に対し、実際に学んだ選手と同様のトレーニングや練習が行えるようにしたことである。これらのプログラムを実際に受講した選手たちは、その感想の中で、非常に大きな経験ができたことや将来日本の大学で学んでみたいなど、野球そのものだけでなく、日本の文化や教育に触れてみたいという意識を涵養でき、また、日本の選手からは野球に対するインドネシア国の選手の真摯な姿勢を見て刺激になったという感想がなされ、野球に取り組む姿勢を改めて見つめなおす良い機会になった。実際に受講した3名は、後述する「インドネシア国での第3回ASEAN国際親善野球大会2018及び野球教室（用具寄付含む）」の野球教室等で実際に指導に当たることにより、学んだことを実践の場で試すことで、プログラムの継続性と実効性を確立することができた。

この取り組みを日本で開催されたU-18アジア大会において、他のアジア大会参加国に広めたところ、スリランカ国をはじめとして複数の国が、この取り組みに参加したいとの意思を示したのである。

アジア圏においては、日本、韓国、台湾及び中国は野球先進国であり、その他の国は、この4か国と試合をしても、全く歯が立たない。参加国や他のASEAN諸国からは、「U18アジア大会をみても、日本、韓国及び台湾とそれ以外の国では、レベルの違いが明らかであり、試合するだけの遠征は意味がない。そこに高額な遠征費をかける必要があるのか」というレベルの議論が自国

で行われている。」との意見が挙がっている。これらのことから、野球というスポーツに関して言えば、お金をかけて国際大会に参加しても、何のメリットもないのが現状である。同じお金をかけるのであれば、「日本国及びインドネシア国における野球指導者等人材養成プログラム」に参加し、そこで野球の基本動作や指導方法等をきちんと学ぶことで、自国に帰って、次につなげることができる。また、試合ともなると9人以上を派遣しなければならないが、本プログラムであれば、3名程度の派遣で済み、少ない費用で大きな成果を期待することができることも大きなメリットとなっている。本事業の最大の目的が、野球の普及と野球人口の拡大及び野球を通じた文化交流であることを鑑みると、野球後進国の国々にとっても、そして私たちにとってもお互いにメリットの高い取り組みであることが明白となった。さらに、インドネシア国では、次年度において10名程度の参加希望が出されており、ASEAN諸国への拡大も明らかことから、2019年度も「日本国及びインドネシア国における野球指導者等人材養成プログラム」事業を、「インドネシア国でのASEAN諸国野球指導者養成プログラム」として継続実施する。

また、11月にインドネシア国で開催した「インドネシア国での第3回ASEAN国際親善野球大会2018及び野球教室（用具寄付含む）」について、当初、日本、インドネシア、フィリピン、シンガポールの4か国8チーム（インドネシア国5チーム、他国各1チーム）で実施予定であったが、フィリピンについては経済的な事情等で5名の参加に留まり、シンガポールに至っては、政府等の意向により不参加となった。一方で、スリランカ国が本プログラムにおける試合後の野球教室等の実施に興味を抱き、是非とも本プログラムに参加したいとの要望があったことにより、最終的には、日本、インドネシア（5チーム）、スリランカ及びフィリピン・インドネシア混成チームの8チームで大会を開催した。参加人数が減少したフィリピンの理由からも、前述したように、試合に参加するだけで高額な遠征費を出すことができないことは明らかである一方、急速スリランカ国が参加したことからもわかるのとおり、野球教室、つまり野球を教えてもらえるということについては、各国の興味や評価は高く、フィリピンやシンガポールは、「9人参加することは難しいが、指導者養成を視野に入れた野球教室等に対して3名程度であれば前向きに検討したい」との意見も聞かれる。これらのことから、インドネシア以外のASEAN諸国は、野球を学ぶことについて非常に高い興味があることは明白である。インドネシアと日本の指導者2人が始めたことは、わずか3年という短い期間で、国際交流基金アジアセンターの助成金を受けたことにより、確実に大きな広がりを見せ、ASEAN10か国にも及ぼうとしている。もちろん、来年はそのうちの数か国の参加の可能性もあるが、少なくとも意思表示は、過半数以上の国が示していることを考慮すると、野球を通じた新たな文化交流、ネットワークの形成等を構築することが見込まれる。

インドネシア国の気候を考慮し、準硬式球というボール（PO5参照）を用いることで、野球の普及と発展のために始めた交流は、本基金の助成を受けて、ASEAN諸国の参加に始まる、アジアという大きなつながりへの第1歩を踏み出すこととなる。

事業の最大の目的は、ASEAN諸国における野球の普及と、そのための指導者の育成を実施することにより、その成果をもって、この取り組みを世界へも広めることにつなげ、将来的に、日本にあるような職業野球を構築することで、スポーツの持つ力と雇用の拡大を実現することである。また、日本と各国が野球を通じて友好的な繋がりへと結びつくことを期待する。

その実現に向けて、主に2つの事業を軸に展開する。1つは、「ASEAN諸国野球指導者養成プログラム」、他の1つは「インドネシア国・フィリピン国の野球強化試合及び野球教室（用具寄付含む）」である。

なお、2019ASEAN諸国野球指導者養成プログラムは日本とASEAN諸国を中心とするアジアの人々のアイデンティティと多様性を尊重しあい、ともにアジアの新たな文化を創造していくことを目指す「国際交流基金アジアセンターアジア文化創造協働助成」に本事業が認定され、国際交流基金アジアセンターから経費の一部が助成されている。

■How Did the Project Get Started?

Everything got started when two men met. A Japanese high school baseball event brought the two together; as one being the Indonesia National Baseball Team Manager and the other being the Japan National Junko Baseball Team Manager, the two men, who love baseball and fully recognize how attractive the sport is, had a lot of discussions about what they could do to keep the torch of the sport lit and hand down it to posterity and to let its attraction be known to them and to spread and popularize this wonderful sport, in each of their home countries, which are very far away geographically. As a result, they got one idea as part of how two countries could work together, leading to this project.

It got started as a program in such a manner that Japanese representatives taught the basics of baseball to Indonesian players and subsequently confirmed if they might have learned sufficiently what they were taught. In its second year, the program interested an Indonesian government organization, being evolved into a baseball partnership agreement signed by the Ministry of Youth and Sports Affairs in Indonesia. Furthermore, in 2018, the program won a subsidy from the "Japan Foundation Asia Center - Grand Program for Promotion of Cultural Collaboration" to be further developed into the "ASEAN International Baseball Program 2018" project, which comprised two programs of the "3rd Indonesia-Japan Friendship Tournament 2018 and Baseball Lessons (baseball equipment contribution included)" and the "Baseball Coach and Other Human Resource Development in Japan and Indonesia". These two programs, when were closely connected to each other, led to the creation of an international project designed to provide an opportunity for participants in the Baseball Coach and Other Human Resource Development program to actually teach how to play to participants in an international friendly baseball tournament and baseball sessions, so that developing baseball coaches would help broaden the base for baseball playing population. These efforts and achievements later drew unexpected reactions across the region.

The program for "Baseball Coach and Other Human Resource Development in Japan and Indonesia" was held in Japan in August 2018 by accepting three players, consisting of 2 pitchers and one fielders, from Indonesia, as they were taught the basic knowledge and rules about the Japanese style of baseball, how to train their bodies physically and how to move them to play baseball better, and training methods in pairs without using any tools and other things they might find useful for teaching in Indonesia, a developing country in baseball, and then it was confirmed if they might have acquired the skills at practical games. The primary objective of this program was to develop future coaches capable of teaching how to play baseball in Indonesia, so that it had a feature of introducing such a scheme that each of the participants was told to fill out the diary form, as provided by the Japan team of coaches, by filling in what they did during the sessions on the current day to organize the items practiced and learned in their minds and to set goals of skills to practice and acquire during the sessions on the day that followed. The Japanese coaches read the diaries to feed their comments, such as advice and sometimes corrections, back to them in order to eliminate gaps in recognition of the practice items between the coaches and participants and for the coaches in particular to use the diaries as the guidelines in actually teaching them.

Another feature the program offered was video sharing allowing the participants to view about 300 videos shot about the current year's program content on the SNS (on the Google drive) so that other Indonesian players who could not visit Japan could also train and practice on their own in the same ways the program participants actually did. Those who actually participated in the program in Japan gave impressions by saying that they had great experiences or they wanted to study at universities in Japan; the experiences obviously raised their interests not only in baseball but also in culture and education in Japan. The Japanese participants in the program, on the other hand, said that they were inspired by the serious attitudes of the Indonesian participants toward practicing baseball or had a good opportunity to renew their own commitments to playing baseball. The three Indonesian participants tried to put what they were supposed to have learned into practice at the practical games by actually teaching the local youth in the program for the "3rd Indonesia-Japan Friendship Tournament 2018 and Baseball Lessons (including baseball equipment contribution) in Indonesia," thereby be able to establish the program's continuity and effectiveness.

When the U18 Asian Baseball Championship was held in Japan, these efforts were communicated to other participating countries in the tournament, so that Sri Lanka and other countries expressed their intentions to join the aforementioned program.

In Asian region, Japan, South Korea, Taiwan and China are advanced countries in baseball and the rest of the countries are too weak to play games with them. Representatives from some participating countries and other ASEAN member countries said, "The U18 Asian Baseball Championship shows that the Japanese, South Korean and Taiwanese teams have their skill levels significantly higher than the rest of the teams do, so that it does not make sense if we go away only to play games. We have discussions at home at such a level of whether or not we should spend a lot of money on sending our team out there." As far as the sport of baseball is concerned, it currently brings them no benefit if they dare to spend a lot of money to send their teams to an international tournament. If they spend the money, they would rather spend it on having them participate in the program for the "Baseball Coach and Other Human Resource Development in Japan and Indonesia" so that they can learn the basic body movements to play baseball, methods to teach how to play baseball and other techniques in the right way and take these assets back to their home countries where they can use them to nurture those who follow them. They have to send nine or more people to an international game but can save money to reduce the number of people to send down to three or so to the "Baseball Coach and Other Human Resource Development in Japan and Indonesia" program, likely to be expected to provide relatively great results, which is another benefit the program has to offer. By taking it into consideration that the greater objectives of this project are to popularize baseball, to broaden the baseball

playing population and to promote cultural changes through baseball, the human resource development program has turned out to be one mutually beneficial to both the baseball developing countries and Japan. Furthermore, Indonesia wants to send about ten participants to the 2019 program, which is also planned to be extended to include participants from ASEAN member countries. So, the FY2019 will see the "Baseball Coach and Other Human Resource Development in Japan and Indonesia" program be continued to be held under the name of the program for the "ASEAN Baseball Coach and Other Human Resource Development in Indonesia".

In Asian region, Japan, South Korea, Taiwan and China are advanced countries in baseball and the rest of the countries are too weak to play games with them. Representatives from some participating countries and other ASEAN member countries said, "The U18 Asian Baseball Championship shows that the Japanese, South Korean and Taiwanese teams have their skill levels significantly higher than the rest of the teams do, so that it does not make sense if we go away only to play games. We have discussions at home at such a level of whether or not we should spend a lot of money on sending our team out there." As far as the sport of baseball is concerned, it currently brings them no benefit if they dare to spend a lot of money to send their teams to an international tournament. If they spend the money, they would rather spend it on having them participate in the program for the "Baseball Coach and Other Human Resource Development in Japan and Indonesia" so that they can learn the basic body movements to play baseball, methods to teach how to play baseball and other techniques in the right way and take these assets back to their home countries where they can use them to nurture those who follow them. They have to send nine or more people to an international game but can save money to reduce the number of people to send down to three or so to the "Baseball Coach and Other Human Resource Development in Japan and Indonesia" program, likely to be expected to provide relatively great results, which is another benefit the program has to offer. By taking it into consideration that the greater objectives of this project are to popularize baseball, to broaden the baseball playing population and to promote cultural changes through baseball, the human resource development program has turned out to be one mutually beneficial to both the baseball developing countries and Japan. Furthermore, Indonesia wants to send about ten participants to the 2019 program, which is also planned to be extended to include participants from ASEAN member countries. So, the FY2019 will see the "Baseball Coach and Other Human Resource Development in Japan and Indonesia" program be continued to be held under the name of the program for the "ASEAN Baseball Coach and Other Human Resource Development in Indonesia".

In November 2018, was held the "3rd ASEAN International Friendship Baseball Tournament and Baseball Lesson (including baseball equipment contribution)" program. Originally, the program was joined by eight teams from four countries of Japan, Indonesia, the Philippines and Singapore (five teams from Indonesia, one team from each of the three countries); however, the number of participants from the Philippines was reduced to five due to economic and other reasons and there was no participant from Singapore reflecting their government intention. On the other hand, Sri Lanka showed its interest in the baseball lessons, etc. followed by the game as part of the program, and made an ardent request to send some players to the program. Eventually, the tournament was held with eight teams comprising one team from Japan, 5 teams from Indonesia and two teams combined with players from Sri Lanka, the Philippines and Indonesia. As described earlier, like the financial reason required the Philippines to reduce the number of participants to send, it is obvious on one hand that they cannot afford to pay a lot of travel expenses to send their teams to simply play games. On the other hand, as it compelled Sri Lanka to make haste to join the program, holding baseball lessons, or allowing participants to learn how to play baseball, raises the interest of or is rated high by each country. Representatives from the Philippines and Singapore say, "We find it very difficult to send one team of nine participants but we are willing to consider sending a small party of 3 participants to the baseball lessons for coach training in view."

These facts clearly indicate the strong interests of ASEAN member counties, except Indonesia, in learning how to play baseball. What the two leaders in Japan and Indonesia began on their own initiatives took only 3 years before winning a subsidy from the Japan Foundation Asia Center, which has helped it steadily and significantly grow into a project to almost involve ten ASEAN member countries. Some of these countries are highly likely to join the project for next year and more importantly, a majority of them show their willingness to join it, which is expected to establish new cultural exchange, network building and the like through baseball in the region. A bilateral exchange, designed to popularize and develop baseball by using the junko type of baseball (see an Attachment 1 for more information) by taking Indonesia's climatic features into consideration, partly thanks to financial support by the Japan Foundation Asia Center, is taking the first step forward to lay a bridge across Asia by starting with ASEAN nations' joining our efforts.

The ultimate goal of this project is to popularize baseball among the ASEAN nations and to develop coaches therefor to help it grow worldwide to establish professional baseball systems, like one established in Japan, thereby realizing the potential power of the sport and job creation and expansion involving it in the future. We also sincerely expect our efforts to help establish friendship between Japan and each of these countries involved in the future.

To this end, we will roll out our efforts centering on two programs; one is the "ASEAN Baseball Coach Training Program" and the other is the program for "Baseball Games for Enhancement and Baseball Lessons (including baseball equipment contribution) in Indonesia and the Philippines".

For information, the "2019 ASEAN Baseball Coach Training Program" was certified by the "Japan Foundation Asia Center - Grand Program for Promotion of Cultural Collaboration" that respects the identity and diversity of Asian people mainly those in Japan and ASEAN nations and aimed at creating new culture in Asia, and was partly funded by a subsidy provided by the foundation.

■準硬式球の特徴

準硬式球は、表面・見た目は軟式球のゴムで、中身は硬式球、というボールです（右記画像のとおり）。

準硬式球の歴史は非常に深く、1949年に完成しています。

軟式H号ボール、別名トップボールとも呼ばれます。外は軟式、中身は硬式、それが準硬式球です。

- ・硬球がサイズ直径71.9～74.8mm・重さ141.7～148.8g
 - ・軟球M号がサイズ直径71.5～72.5mm・重さ136.2～139.8g
 - ・準硬式球のサイズ直径は軟式M号と同じ・重さ141.2～144.8g
- 握った感覚や大きさは軟式のM号と同じで、打った感覚や跳ね方は硬式に同等です（重さも硬式と同程度）。

使用用具については、バットは硬式用で、木製(大学硬式で使用)でも金属製(高校硬式で使用)でも構いません。その他、グローブ、ミット、両耳ヘルメット、捕手の使用するマスク、プロテクター等その他全ての用具は硬式用のものを使用します。

また、適用されているルールについても硬式野球と変わりません。

つまり、硬式野球と同じ用具を使用し、ボールの感覚としても、硬式球と同程度の感覚でプレーでき、ボールについては、ゴム製で水を吸収しにくく、皮の硬式球に比べて長期間の使用が可能になります。

これまでは、日本独自の競技として行われてきましたが、雨季の長い国でありながら野球を強化していきたいという国々としては、最適の球となり得ます。

Junko ball=semi hard(rigid) baseball ball
Quality of semi-hard baseball ball (Junko ball)

Junko ball is made the same likes hardball but outside is covered with rubber.
Junko ball has a long history, made in 1949.
Inside is the same with a hardball, outside is the same with a rubber ball, this is the Junko ball.

Regular baseball ball: 71.9~74.8mm across, 141.7 ~ 148.8g
Rubber ball: 71.5~72.5mm across,136.2~139.8g
Junko ball: 71.5~72.5mm across, 141.2~144.8g

Feeling in our hands and size are the same as Softball, feel when hit and the way the bounces of the ground ball are the same with Hardball.

We can choose the bat made of wood or metal. Almost high school players use the bat made of metal. We use other types of equipment is for a hardball. Junko baseball is a common rule too.

So, we can play baseball the same as usual. And Junko ball is strongly resistant to water because outside is covered with rubber.
Junko baseball has played in Japan for a long time. This ball will become on the side with countries that developing baseball skills and has rainy season.



2019年ASEAN諸国 野球指導者養成プログラム

2019 THE BASEBALL COACHES
TO THE TRAINING PROGRAM FOR
ASEAN COUNTRIES



2019 THE BASEBALL COACHES TO THE TRAINING PROGRAM FOR ASEAN COUNTRIES

2019年 ASEAN諸国野球指導者養成プログラム



PURPOSE :

To train baseball players the presence of a leader who sees, polishes, and develops individual abilities such as aptitude and physical ability of the players is an important factor. the training of instructors is a pressing issue as it is essential for the promotion of, and improving the level of, baseball in developing countries. We will take about 30 candidates for coaching training in Indonesia from several ASEAN countries (Indonesia, Philippines, Singapore, Vietnam, Malaysia, Brunei, Sri Lanka, and East Timor). We are aiming to expand the training of national leaders in their home countries by teaching the methods of Japanese baseball in the style of a training camp.

GOALS OF OVERSEAS PLAYERS ; PROGRAM CONTENT :

①Attainment Goals

It is hoped that, through the teaching of advanced baseball players from Japan, overseas players will learn how to develop human resources through coaching, to help them become baseball leaders, and connect them with leaders in the baseball field in their own country.

②Action goals

- (1) Be able to explain the rules of baseball
- (2) Be able to explain basic throwing action, catching action, and hitting action.
- (3) Be able to explain the basic psychology of baseball.
- (4) Be able to explain about the basic mindset in baseball instruction.
- (5) Be able to explain the cycle of PDCA teaching methods.
- (6) Understand the Japanese teaching style by using themselves as models as they receive instruction.
- (7) Be able to implement the teaching method you learned from Japan in your own country and think about how to carry it out, evaluate and improve it.

PLACE :

Indonesia, Jakarta Rawamangun Stadium

Jl. Rawamangun Muka, RT.11/RW.14, Rawamangun, Pulo Gadung, Kota Jakarta Timur, Daerah Khusus Ibukota Jakarta 13220 INDONESIA

SCHEDULE :

2019.8.3 Sat – 2019.8.11 Sun ※Training day: 2019.8.4 Sun – 2019.8.10 Sat

8.3 Sat	First meeting in Hotel	8.7 Wed	Actual battle format (result confirmation)
8.4 Sun	Meeting, Ability measurement	8.8 Thu	Important point lesson - cooperation of defense and batting
8.5 Mon	Important point lesson - defense and batting	8.9 Fri	Cooperation of defense and batting and simulated game
8.6 Tue	Important point lesson - base run and batting	8.10 Sat	Follow up training

SPONSOR・COOPERATING ORGANIZATIONS :

ISponsor: Toto University Junkoshiki Baseball Association(JAPAN)

In cooperation with: BIC Indonesia (INDONESIA)

REMARKS :

This training program the Japanese government have recognized the occasion with a certificate. In addition Japan and other ASEAN countries have been central to maintaining respect for the diversity and identities of Asians. Now to aid in making new Asian culture, The Japan Foundation Asia Center, Asian Cultural Cooperation section has gifted money towards the running of this training program.

GREETING

私たちとともに、アジア野球の成長を。

Join Us in Growing Baseball in Asia

東都大学準硬式野球連盟選抜チーム監督

Manager of Tohto University Junko Baseball League

杉山 智広

Tomohiro Sugiyama



昨年、国際交流基金アジアセンター アジア・文化創造協働助成の助成金を受けたことで始めた「日本国及びインドネシア国における野球指導者等人材養成プログラム」は、思わぬ反響を呼んだ。BFAU-18アジア選手権2018(宮崎)において、この取り組みを紹介したところ、スリランカ国を始めとした複数の国々が参加の意思を示したのである。アジア圏では野球先進国と後進国との力の差はあまりに大きい。試合だけのために高額な遠征費をかけられない後進国にとって、本プログラムは少ない派遣人数で費用を抑える一方、野球の基本動作や指導方法等をしっかり学べ、自国に帰って次につなげることができる。アジア諸国の思いと、野球人口の拡大を目指す我々の思いとが合致するものだった。

もちろん、我々は認識している。まだスタートラインに立ったばかりだということ。その内容が重要であり、どれだけ多くのことを限られた時間の中で伝えていけるかが鍵となることを。また、学んだことをきちんと自分の中で理解し、選手たちに何度も繰り返し指導できるようにすることが重要だということ。そのために、我々もミーティングを重ね、このプログラムに臨む全員が指導する上での意思の統一を図っている。

もちろん、我々は知っている。人を育てることの難しさ、人に伝えることのもどかしさ、継続することの大切さを。本年度はより実践を意識したカリキュラムにした。その大部分は昨年と同様に基礎的な技術の教授で占めている。ただ、基礎がなぜ必要なのか、その目的をきちんと理解する上で、実際の場面を経験することも重要だということである。

8ヶ国から約30名程度が参加する本年度のプログラムの成果が現れるには、何年もかかる。しかし、その成果は必ずやアジア諸国の野球の普及、野球人口の拡大となって示されると信じており、それを実現する指導者を育成できるプログラムであると自負している。参加者の熱意と、我々指導者の熱意が合わさって、そう遠くない日にアジアが野球で一体となることを信じて疑わない。

結びに、本事業にご協力いただいたインドネシア国を始めとした参加国の関係者及び共鳴していただいたスポンサー各位に、この場をお借りして御礼を申し上げる。

By taking the opportunity of receiving a financial grant from The Grant Program for Promotion of Cultural Collaboration of the Japan Foundation Asia Center, we in 2018 launched the "Baseball Coach and Other Human Resource Training Program in Japan and Indonesia" and the program received more favorable responses than we had expected. We announced this program during the 2018 BFA U18 Asian Championship (in Miyazaki, Japan) and Sri Lanka and other several countries showed their intentions to join the program. There is a huge gap between the baseball advanced countries and developing countries in the Asian region. The latter countries cannot afford to finance a high cost to send their teams only to play away games. So, this program benefits them in two ways; they can keep the number of people to dispatch minimal, bringing down the cost, while it provides an opportunity for participants to learn the basic skills about how to play baseball or to learn how to teach it to others so that they can tell what they have learned to others when they return home. The program can meet the purposes of Asian people's desires and our ambition to grow the number of people playing baseball in the region.

We of course know that we have just got started, that the content is important and that how much we can tell them within a limited period of time holds the key. Furthermore, we understand that it is important to build such a system that players can understand what they are told and practice it repeatedly in the exact manner. To this end, we had rounds of meetings to build an agreement among all the coaches joining the program for teaching program participants. We of course know how difficult it is to grow people, how much patience is required when they cannot understand what we tell them, and how important it is to continue our efforts. The 2019 program focuses on a curriculum with something more practical in mind but a majority of its content is to continue to teach basic skills as we did in 2018. However, we say that to have players understand why it is necessary to acquire the basic skills, or the purpose of mastering these skills, it is important for them to have practical experiences.

This year's program is joined by about 30 participants from 8 countries and it may take many years to bears fruits. However, we believe that the fruits will be borne in the forms of the wider acceptance of baseball in Asia and the increased population of people playing baseball across the region and we are proud to say that this is the program to nurture such coaches who can put them into reality. We believe that one day will come, not in a very distant future, when baseball will unite Asia into one when the passion of participants in the program and our enthusiasm as coaches are blended together. There is no doubt about that.

In closing, we would like to take this opportunity to express our sincere appreciation to all people concerned to make this program possible, including people concerned in the Republic of Indonesia and other participating countries, the Tohto University Junko Baseball League and sponsors sympathizing with the program.

スタッフ STAFF

①生年月日/年齢 Date of birth ②大学名(学年) University ③出身高校 Alma mater (High school) ④社会人 (Industrial League) ⑤抱負



30 監督
MANAGER **杉山 智広**
TOMOHIRO SUGIYAMA

東都連盟副理事長
Tohto Univ. League Vice Chief Director

①1983.10.4 / 35歳
②日本大学OB Nihon Univ. Graduate
③日本大学第三 The Third of Nihon Univ.



29 コーチ
COACH **浅野 修平**
SHUHEI ASANO

東都連盟理事
Tohto Univ. League Director

①1990.5.14 / 29歳
②帝京大学OB Teikyo Univ. Graduate
③県立新屋 Akita Prefectural Araya



サポートメンバー
SUPPORT MEMBER **福原 佑二**
YUJI FUKUHARA

クレッシェンド 代表
Crescendo Representative

①1983.4.10 / 36歳
②立命館大学OB Ritsumeikan Univ. Graduate
③東福岡 Higashifukuoka
④熊本ゴールデンラークス Kumamoto Golden Larks / 松山フェニックス Matsuyama Phoenix



サポートメンバー
SUPPORT MEMBER **星加 逸人**
HOSHIKA HAYATO

星晃設備工業株式会社
Seikou-sestubi Limited company

①1978.12.26 / 40歳
③松山商業 Ehime Prefectural Matsuyama Commercial
④NTT四国 NTT Shikoku / 松山フェニックス Matsuyama Phoenix



輸送担当
TRANSPORT CHARGE **飯田 将太**
MASAHIRO IIDA


株式会社トリプル
Triple Co., Ltd.

①1985.4.26 / 33歳



総務
AFFAIRS **杉原 滉斗**
HIROTO SUGIHARA

①1997.4.26 / 22歳
②東洋大学(4年) Toyo Univ.
③広陵 Koryo
⑤日本の選手だけでなく、各国の選手の環境を変えられる様に頑張ります。



サポートメンバー
SUPPORT MEMBER **井上 俊秀**
TOSHIHIDE INOUE

株式会社グローバルリンク 代表取締役
Global Link Co., Ltd. CEO

①1987.6.16 / 32歳
②獨協大学OB Dokkyo Univ. Graduate
③東邦 Toho
④BCL 福井ミラクルエレファント BCL Fukui Miracle Elephants



サポートメンバー
SUPPORT MEMBER **大瀧 海愛**
HIROYA OHTAKI

株式会社グローバルリンク
Global Link Co., Ltd.

①1989.4.25 / 30歳
②慶應義塾大学OB Keio Univ. Graduate
③慶應義塾高 Keio



トレーナー
ATHLETIC TRAINER **笛田 翼**
TSUBASA FUETA


①1997.5.7 / 22歳
②帝京大学(4年) Teikyo Univ.
③成田 Narita
⑤選出頂いたことを誇りに思い、トレーナーとしてのできる限りを伝えていきます。



トレーナー
ATHLETIC TRAINER **渡部 真吉**
SHINKICHI WATANABE

全米ストレンクス&コンディショニング協会(NSCA) 認定パーソナルトレーナー(NSCA-CPT)

①1979.11.6 / 39歳
③県立湯沢商工(現・県立湯沢翔北) Akita Prefectural Yuzawa Commerce and Industry (Akita Prefectural Yuzawa Shouhoku)



サポートメンバー
SUPPORT MEMBER **島本 隆史**
TAKAFUMI SHIMAMOTO

合同会社ACE
ACE LLC

①1983.4.12 / 36歳
②青山学院大学OB Aoyama Gakuin Univ. Graduate
③浦和市立 Urawa Municipal



サポートメンバー
SUPPORT MEMBER **萩原 駿**
SHUN HAGIWARA

日本大学職員
Nihon Univ. Staff

①1996.3.10 / 23歳
②日本大学OB Nihon Univ. Graduate
③日本大学第二 The Second of Nihon Univ.

選手 PLAYERS

①生年月日/年齢 Date of birth ②身長・体重 Height・Weight ③投・打 Throw・Bat ④大学名(学年) University ⑤出身高校 Alma mater (High school) ⑥抱負



1 **西田 響**
HIBIKI NISHIDA

①1999.3.30 / 20歳
②163cm・62kg
③右投・右打 Right・Right
④日本体育大学(3年) Nippon Sport Science Univ.
⑤都立青梅総合 Tokyo Metropolitan Ome Sogo
⑥野球を通じて交流を深めていくとともに、日本代表として社会貢献していきます。



7 **小嶋 大輝**
DAIKI KOJIMA

①1998.9.7 / 20歳
②177cm・78kg
③右投・右打 Right・Right
④東京農業大学(3年) Tokyo Univ. of Agriculture
⑤県立石岡第一 Ibaraki prefectural Ishioka First
⑥日本の代表として、その名に恥じぬプレーをします。自分の持てる知識すべてを伝えます。



18 **川崎 悠太**
YUTA KAWASAKI

①1998.3.18 / 21歳
②173cm・75kg
③左投・左打 Left・Left
④学習院大学(3年) Gakushuin Univ.
⑤つくば国際大学東風 Tsukuba International University Harukaze
⑥自己成長に繋がるような有意義な遠征にします。



24 **島田 佳宜**
YOSHINOBU SHIMADA

①1998.6.6 / 21歳
②167cm・73kg
③右投・左打 Right・Left
④日本体育大学(3年) Nippon Sport Science Univ.
⑤熊本北 Kumamoto prefectural Kumamoto Kita
⑥野球の発展に貢献し、自らもレベルアップできるように精進します。



9 **岡村 健司**
KENJI OKAMURA

①1998.1.24 / 21歳
②167cm・70kg
③右投・右打 Right・Right
④法政大学(2年) Hosei Univ.
⑤東京都市大学付属 Tokyo City Univ.
⑥日本の野球を世界に発信します。誇りと責任を感じてプレーします。



11 **増井 優**
YU MASUI

①1998.4.29 / 21歳
②176cm・66kg
③右投・左打 Right・Left
④日本体育大学(3年) Nippon Sport Science Univ.
⑤埼玉平成 Saitama Heisei
⑥今回の遠征を通じて、自分自身の成長と海外選手と交流して貢献できるように頑張ります。



33 **井上 颯太**
SOUTA INOUE

①1999.3.12 / 20歳
②175cm・66kg
③右投・左打 Right・Left
④法政大学(3年) Hosei Univ.
⑤早稲田佐賀 Waseda Saga
⑥自覚と責任を伴った振る舞いを心掛け、自身の成長に繋がられるよう頑張ります。



46 **長堀 巧**
TAKUMI NAGAHORI

①1999.6.5 / 20歳
②180cm・80kg
③左投・左打 Left・Left
④獨協大学(2年) Dokkyo Univ.
⑤麗澤 Reitaku
⑥今回のプログラムを通じて参加者の笑顔を増やせるように一生懸命、頑張ります。

DETAILED SCHEDULE

3/8/2019 (Sat)

TIME	PROGRAM
21:00 ~	First meeting in Hotel Purpose of the program meeting

4/8/2019 (Sun) ability measurement

TIME	PROGRAM
10:00 ~ 10:30	Warm-up・stretch
10:30 ~ 11:00	Catch ball
11:15 ~ 11:20	Break time
11:20 ~ 12:00	Infielder and Outfielder Defense Work
12:00 ~ 12:15	Break time
12:15 ~ 13:00	Pitcher work
13:00 ~ 13:15	Break time
13:15 ~ 14:00	Catcher work
14:00 ~	Moving to hotel Break time Lunch
16:30 ~ 17:30	Strength & condition class by NSCA Japan
18:00 ~ 20:30	Important point lesson (batting) ※The practice was called off because of the black out
19:00 ~	Dinner
20:00 ~ 21:00	Look-back on the day and write a diary and presents for each position
21:00 ~ 21:30	Conversation
	End

5/8/2019 (Mon) Important point lesson defense and batting

TIME	PROGRAM
9:00 ~ 9:30	Gather on the ground・warm-up・stretch
9:30 ~ 10:00	How to do base running ①run through the first base
10:30 ~ 12:00	Important point lesson① (Defense) to review yesterday's lesson 【fielder】 ①How to catch ball is effective “basic training” ②various basic training, teach about [this is the most important] 【pitcher】 ①pitching・fielding・pickoff throw ②basic skills of pitcher
12:00 ~ 13:00	Break time Lunch



5/8/2019 (Mon) Important point lesson defense and batting

TIME	PROGRAM
13:00 ~ 16:00	Important point lesson② (batting) ”using Line Drive Pro” change in the way of batting ※swing pass・inside front ⇒3points of batting ①good swing ②timing ③prediction
16:00 ~	Moving to hotel
18:00 ~	Dinner
19:00 ~ 20:00	Strength & condition class by NSCA Japan
20:00 ~ 20:30	Look-back on the day and write a diary
20:30 ~ 21:00	Conversation
	End

6/8/2019 (Tue) Important point lesson base run and batting

TIME	PROGRAM
9:30 ~	Gather on the ground・warm-up・base running・basic training [base running] new menu Case, single hit base running
10:30 ~ 12:00	Important point lesson③ (defence) How to practice in the each positions (mainly basic training)
11:00 ~ 12:00	Important point lesson④ (fielding of pitcher)
12:00 ~ 13:00	Break time Lunch
13:00 ~ 16:00	Important point lesson② (batting) ①change in the way of batting ※swing pass・inside front ②How to get in a timing Check own problems of batting with Japanese support member time to time
16:00 ~	Moving to hotel
18:00 ~	Dinner
19:00 ~ 20:00	Strength & condition class by NSCA Japan Today, lecture some stretching to avoid injuries
20:00 ~ 20:30	Look-back on the day and write a diary
20:30 ~ 21:00	Conversation
	End



7/8/2019 (Wed) demonstration game

TIME	PROGRAM
9:30 ~	Gather on the ground・warm-up・base running・basic training
10:30 ~ 12:30	[pitcher] at hotel Analysis pitching motion, [batting] at ground Today, conscious of timing that one of the important points About 0.4sec …
12:30 ~ 12:45	The maintenance on the grounds
12:45 ~	Moving to hotel
14:30 ~ 15:00	Strength & condition class by NSCA Japan
15:00 ~ 15:15	Look-back on the day and write a diary
15:15 ~ 15:45	Conversation
	End



8/8/2019 (Thu) Important point lesson cooperation of defense and batting

TIME	PROGRAM
9:30 ~	Gather on the ground・warm-up・base running・basic training
11:00 ~ 13:30	A team vs B team by game ① quickly change of batting and fielding sides ② pitcher take throwing motion quickly because fielder can focus ③ batter and next batter can be a runner's coacher
13:30 ~ 14:30	Break time Lunch
14:40 ~ 16:00	Important point lesson (base running – take lead・steal) ① stand not straight on the line of 1st base and 2nd base so right foot go back a half step because can urn easy ② base running of 1st to 3rd base by hit
16:00 ~	Moving to hotel
18:00 ~	Dinner
19:00 ~ 20:00	Strength & condition class by NSCA Japan
20:00 ~ 20:30	Look-back on the day and write a diary
20:30 ~ 21:00	Conversation (commented about game from Japanese players)
	End



9/8/2019 (Fri) Cooperation of defense and batting and simulated game

TIME	PROGRAM
9:30 ~	Gather on the ground・warm-up・base running・basic training
10:30 ~ 12:00	Important point lesson① (base running) ①case of 1st runner and 2nd runner, 0 or 1 or 2 outs, each situation ※first, check the position of outfielder ※get a sign from 3rd base coacher before turn the 2nd base but if you cannot judge yourself



9/8/2019 (Fri) Cooperation of defense and batting and simulated game

TIME	PROGRAM
12:00 ~ 13:00	Pitcher , pick off
12:00 ~ 13:00	fielding practice
13:00 ~ 14:00	Break time Lunch
14:15 ~ 16:15	Situation batting practice
16:15 ~	Moving to hotel
18:00 ~	Dinner
19:00 ~ 20:00	Strength & condition class by NSCA Japan
20:00 ~ 20:30	Look-back on the day and write a diary
20:30 ~ 21:00	Conversation
	End



10/8/2019 (Sat) Follow - up training

TIME	PROGRAM
9:30 ~	Gather on the ground・warm-up・stretch・base running
10:00 ~ 13:00	The last game in this program, play likes tryouts in front of the director of “Shikoku independent professional league in japan”
13:00 ~ 13:30	Take a photo
13:30 ~	Moving to hotel
17:00	Moving to airport
21:25	Take off for japan



That's all…!!!





2019年ASEAN諸国野球指導者養成プログラムを終えて

After the 2019 Baseball Training Program for ASEAN Countries Coaches

東都大学準硬式野球連盟選抜チーム監督
Manager of Tohto University Junko Baseball League All Japan Team

杉山 智広 Tomohiro Sugiyama

東都連盟副理事長 Tohto Univ. Vice Chief Director

① 1983.10.4 / 35歳
② 日本大学OB Nihon Univ. Graduate
③ 日本大学第三 The Third of Nihon Univ.



2019年ASEAN諸国野球指導者養成プログラムを終えて

After the 2019 Baseball Training Program for ASEAN Countries Coaches

コーチ
Coach

浅野 修平 Shuhei Asano

東都連盟理事
Tohto Univ. League Director

① 1990.5.14 / 29歳

② 帝京大学OB Teikyo Univ. Graduate
③ 県立新屋 Akita Prefectural Araya

日本選手団の情熱と、東南アジアからの参加者の熱意が調和し、参加者のスキルが日に日に増していき、それに伴い双方の友好性も高まり、想像以上の手ごたえを感じることでできたプログラムであった。最終日に、全員で記念撮影をしたときに各々が感じた、寂しさや別れ惜しさにその成果が十分に表されている。

本プログラムは、当初から大切にしているコンセプトとして、①教える側本位のものではなく、教えられる側に寄り添う内容とすること、②教えっぱなし、やりっぱなしという一度限りの交流とせず、継続することで共に成長していくこと、この二つを大切にすることで、インドネシア国との交流から、4年目にしてインドネシア国を含む5か国の参加へと発展したことは、私たちのコンセプトが十分浸透し、理解と共鳴を得た結果だと感じている。とはいえ、まだまだスタートラインに立ったばかりで、継続していくことが非常に重要であり、継続することで私たちの情熱が参加者に伝わり、結果として本プログラムで得た技術等を母国に伝えてくれることで、野球というスポーツが広まり、発展し、スポーツを通じてアジア各国との交流を図ることができれば、まさにそれが私たちの目指している成果の大きな一つであると考えている。

また、本年は、野中様を通じて、四国アイランドリーグの理事長等がインドネシア国を訪問いただき、最終日に日本の独立リーグ

へのトライアウトを兼ねた紅白試合を実施することができた。これは大変大きな意味を持つ。東南アジアに野球を広め、さらなる発展を成し遂げるためには、最終的に職業としての野球組織、制度を作り上げることができるかが重要である。そのためには企業チーム、ひいてはプロリーグなどが不可欠であるが、当然ながらすぐにそのような組織ができるはずもなく、国や企業の協力、人材の育成など様々な準備が必要となってくる。今回、四国アイランドリーグの理事長をはじめとした関係者にお越しいただき、日本におけるプロ野球という「夢」への懸け橋の機会を作っていたことは、職業としての野球への希望が高まると同時に、夢ではなく現実として手につかむことができるという意識が芽生えるきっかけとなり、野球というスポーツがより発展し、普及していく大きな一助となると確信している。同リーグの理事長である坂口様からは、本プログラムを高く評価していただき、「アジア野球の発展を共にしていきましょう」とのお言葉を頂戴し、大変感銘を受けた。私たちも本プログラムをさらに充実させ、「夢」への歩みを一步一步着実に進め、その夢を実現できるようサポートしていく決意を新たにした。

今後も野球のさらなる発展、充実を図るプログラムを関係機関と調整のうえ、実現していく。

The Baseball Coaches to the Training Program proved to be more successful and encouraging than expected, thanks to the keen enthusiasm of the All Japan Team and related delegates combined with that of participants from ASEAN countries. The latter's skill improved day by day during the event, and this deepened friendship between both parties even further. On the last day of the event when all participants gathered to have a commemorative photograph taken, we all felt that it was difficult to say good-bye to one another. This sentiment well represented the success of the event. This Baseball Coaches to the Training Program has been based from its outset on two important concepts: (1) those from Japan to provide training must not assume a one-way, trainer-oriented position but, instead, must always put themselves in the shoes of the trainees; and (2) they must remain aware that no single visit to ASEAN countries completes the training task but, instead, that the subprogram is for the long haul during which for both parties to continue growing. That the initial relations only with Indonesia have now grown to include participation by four other ASEAN countries in the subprogram's fourth year is proof, I believe, that these concepts have taken root, resonating with all concerned. Nevertheless, the subprogram is still in its infancy. It is crucially vital to carry it on for the long haul. By doing so, our passion will be conveyed to ASEAN participants, which in turn will encourage them to bring the skill and other related knowledge back to their home countries. This will further lead to a greater spread and development of baseball in the region, as well as greater interaction with ASEAN countries through the sport. This is one of our major goals and other ASEAN programs of ours. During this year's Baseball Coaches to the Training Program, President

of the Shikoku Island League and some others visited Indonesia thanks to the assistance of Mr. Kazuto Nonaka, Indonesia National Youth Sports Adviser for Baseball. This allowed us to do an intrasquad game on the last day of the event, to serve the dual purpose of a tryout with a view to an independent junko baseball league in Japan. This was extremely significant. To spread baseball in ASEAN countries and further develop it there, it will eventually be important to establish an organization(s) and system (s) for professional junko baseball. While corporate teams and eventually professional leagues will be vital to this end, it will be impossible to create such organizations right away, needless to say. We will therefore need the cooperation of national governments and corporations, as well as all kinds of preparations including human resources development. Mr. Sakaguchi of the Shikoku Island League and others were present at our event in Indonesia and created an opportunity to build a bridge toward our dream of establishing professional junko baseball in Japan. This fact raised our hope for junko baseball as a profession, encouraging us to believe that it will no longer be a mere dream but will be real. It will without doubt also be some help to develop and spread the sport of baseball even further. It was a great honor for me that Mr. Sakaguchi rated our Baseball Coaches to the Training Program very highly and said, "Let us work together to develop baseball in Asia." I have made a fresh resolve to provide my best possible support as we work hard to further strengthen this subprogram and forge ahead toward our final goal. I am all set to continue working closely with concerned parties to prepare and execute the ASEAN Baseball Coaches to the Training Program to help develop and build baseball further in Asia.

I thought about various things while being concerned with the baseball including the ASEAN countries of Southeast Asia for four years, and being active with the local player, staff. The thought that I held from the beginning of activity, "I want to do which "I want to have the program contents which do not focus on a side to tell, and snuggled up to a participant" in the program contents which can raise it year by year every day continuously without keeping on telling you, and a spear keeping on". I incorporated a baseball classroom right after a game that there was such thought and could teach it after having understood the level of the person of object and a necessary thing from the first-year activity, and the instruction menu did change correspondence on seeing the situation of a game and the player flexibly, too. In addition, I confirmed it and went on a partner bench if I had noticed it during the game and I taught it each time and did how what I told turned out in the next game. Besides, that can carry out a baseball lesson remotely by sending a video and comment after returning home through SNS; suggested it. With thought as a form, I pushed forward a program, but was reminded of it by a big problem in this way while I talked with a Japanese leader concerned with each country for many years. It is "independence". While a Japanese is concerned as a leader, it is good, but while ... Japanese whom the results of the international meeting fall into as soon as I was not concerned performs supplies support and education support, it is good, but, as for the problem including ... that baseball itself declines as soon as it disappeared, each country varies. It does not only have bad local side that cannot become independent and thinks that I have a problem with a leader, a supporter on the Japan side which I cannot educate to be able to make independence into it. Therefore it is "the leader training program" that is this program that we thought. As for the best ideal, a Japanese does not continue doing initiative, and a local leader is brought up, and a team is run only in national staffs and is to develop. A leader and the player of the national team level that would become a leader in future participated this time from Indonesia, Philippines, Sri Lanka, Vietnam, Brunei. As for each country, level of the technique, thought and the readiness that I strengthened baseball to withstand in own country reached at all the spread of baseball degree each.

ぼすべての実技メニューに参加されました。他にもコーチという立場からコーチャーの基礎的な動きや知識を自国に持ち帰ろうと必死に勉強している姿が印象的でした。

当連盟から参加した学生においても、他国の積極的な姿に負けじと頑張る姿勢が素晴らしいかったです。はじめは、「教える」ということを意識しすぎていて、言葉の壁もあり消極的でしたが、いつの間にか、まずは「一緒に楽しむ」ことをしていました。一緒にやることで自然と身振り手振りのコミュニケーションも増え、日本人も含めた6か国の輪が自然にできていました。

今回、ストレングス&コンディショニングコーチとして参加をしていただいた渡部真吉氏の指導により、大切な考え方である「なぜ」という視点をもって取り組めたのはとても大きいことでした。この考え方は日本にも欠如している部分であり、本来であれば、例えばウォーミングアップにおいてもすべてのメニューの本数や距離にも理由がなければいけません。「なぜ10本なのか」、「なぜ20mなのか」など...渡部氏にはグラウンドで実践したことを夜の講義でしっかりと理論的に落とし込んでいただきました。東南アジアの選手においては、科学的なトレーニングはまだまだ後進的であるので、この「なぜ」という考え方が、今後の発展に関わってきます。少し前の日本がそうであったように、今後東南アジアにさまざまなトレーニングが入ってくるでしょう。そのとき、判断をする物差しが必要になります。

今回のプログラムでは野球の技術的な部分、そして基礎的動作部分といずれも各国の将来を見据えたアプローチができたと思います。また、6か国の参加者同士が情報交換をし合い、互いに高めあえる国際交流の場にもできたと感じています。

これからも各国の野球発展に向けた道のりを互いに模索しながら進めて参ります。そしてこの指導者養成プログラムの場がASEANを中心とした野球のプラットフォーム的な役割りを担えるよう、継続、進化させていきたいと考えております。

There is not baseball in Brunei in particular. Two people of the leader who participated are players of the softball, and the age exceeded 50 years old, too, but at first tries to do it! In this, he/she participated in almost all practical skill menus. Besides, the figure which I studied desperately to take the basic movement and knowledge of the coach home with it at home from the situation called the coach was impressive. I sympathized with the positive figure of other countries in the student who participated from our league, and a posture to try hard was splendid. The beginning was too much aware of "telling you" and there was the language barrier and I was negative, but at first "enjoyed it together" all too soon. Nature and the communication of the gesture gesture increased by doing it together, and there was the bond of six countries which the Japanese included naturally. It was big at all to have been able to wrestle with a viewpoint called "why" which was an important way of thinking by instruction of Shinkichi Watanabe who had you participate as strength & conditioning coach this time. This way of thinking is the part which Japan lacks and, properly speaking, cannot go, for example, without a reason to the number and the distance of all menus in the warm-up either. "Why is the number to run ten?" "why is the distance to run 20 meters?"... I had Watanabe explain what I practiced at a ground by a night lecture theoretically well. As the scientific training is like the next generation more, in the Southeast Asian player, this way of thinking to "be why" is concerned with future development. As Japan before a little was so, various training will enter Southeast Asia in future. A ruler judging is necessary then. Fixed all the eyes on the future of each country with a technical part of the baseball and a basic movement part by this program; think that was able to approach it. In addition, the participants of six countries exchange information and feel that there was it in the international place of exchange raising each other. I may go ahead from now on while exploring the distance for the baseball development of each country each other. And I want to evolve it continuously so that the place of this leader training program can carry a platform-like position quota of the baseball led by ASEAN.

15

16



2019年ASEAN諸国野球指導者養成プログラムを終えて

After the 2019 Baseball Training Program for ASEAN Countries Coaches

輸送担当
Transport charge
飯田将太
Masahiro Iida

株式会社トリプル
Triple Co., Ltd
●1985.4.26 / 33歳





2019年ASEAN諸国野球指導者養成プログラムを終えて

After the 2019 Baseball Training Program for ASEAN Countries Coaches

トレーナー兼 S&C 教育担当
Physical Trainer, S&C Coach
渡部 真吉
Shinkichi Watanabe

全米ストレングス&コンディショニング協会 (NSCA) 認定パーソナルトレーナー (NSCA-CPT)
●1979.11.6 / 39歳 ●県立湯沢商工 Akita Prefectural Yuzawa Commerce and Industry
(現・県立湯沢翔北) (Akita Prefectural Yuzawa Shouhoku)



今回で4回目の東都大学準硬式野球連盟主催事業への参加となりました。

毎年、新しい取り組みや目的を新たに設定して実行している連盟指導者と選手の方々の熱意と姿勢には多くのことを勉強させていただきました。

指導者養成プログラムについては、今までは野球先進国のアメリカ、日本、韓国、台湾が一都市で行い、開催国の選手や指導者を呼び寄せて行う一般的なプログラムではなく、ASEANを中心とした様々な国を呼び寄せて行う新しい指導者育成プログラムでした。

プログラムの内容については、初回ということと各国のレベルの差を考慮し、参加する日本の選手及び連盟指導者との事前の打ち合わせで決定されました。

また今回は、形式的なプログラムではなく、初日の参加者のスキルや理解度を各担当の連盟選手が、把握し毎晩行われるミーティングで、翌日行う内容を細かく確認をして実施していました。この方法では、テキストはあくまでも復習・予習の道具となり、グラウンドで行われる実践に重きを置いた、実践型のプログラムになっていました。

その中でも、この難しい課題も現場で参加者を熱く指導している連盟選手、連盟指導者、サポートメンバーで一丸となり、無事プログラムを終了しました。

プログラム終了後には、今まで同じASEAN地区でも交流の無かった国同士での大会の参加やオープン戦など交流の予定が話されていました。同じチームの様に毎日課題を一緒にクリアしてきたからこそ、プログラム終了後も繋がって行く関係になってくれたと思います。

終了後の数日で、いくつかの国から次回のプログラム開催の問い合わせが入って来ていることも今回のプログラムの成功を語っていると思います。

最後に、今回のプログラムに参加させていただきまして本当にありがとうございました。

This is the fourth time that I participated in a project sponsored by the Toto University Junko Baseball Federation. Every year, I learned a lot about the enthusiasm and attitude from the Federation coaches and athletes who set and implement new initiatives and objectives.

As for the leader training program, the United States, Japan, Korea, and Taiwan, which have developed baseball countries, have been held in one city so far, and it is not a general program that invites athletes and coaches from the host country. It was a new leader training program that invited various countries.

The contents of the program were decided in advance meetings with participating Japanese athletes and federation coaches, considering the first time and differences in the level of each country. In addition, this time, it was a new style program, the players in charge of each day grasped the skills and comprehension of the participants on the first day, and the next day program detail was talked the meeting at the meeting held every night.

In this method, the text was only a tool for review and preparation, and it was a practical program that emphasized the

practice performed in the ground.

Among them, all the difficult players, the Federation players, Federation coaches, and support members who are instructing the participants on the spot, came together to successfully finish the program.

After the end of the program, talks were held about participation in competitions and open tournament and games between countries that had never played in the same ASEAN region. I think that it was a relationship that continued after the program ended because the same team cleared the tasks together every day.

I think that the success of this program is due to the fact that inquiries about the next program are received from several countries.

Finally, thank you very much for participating in this program.

①生年月日／年齢 Date of birth ②大学名（学年） University ③出身高校 Alma mater (High school) ④社会人（Industrial League） ⑤抱負

7日間に渡ってジャカルタで行われた本プログラムに於いて、グラントベースでのコンディショニング指導と、練習後ホテルにて知識レベルを向上させるためのS&C (Strength & Conditioning) の教育を担当した。教育のベースは「NSCA (National Strength & Conditioning Association) の教本から抜粋し、DVDやTシャツ等の配布物は、NSCAジャパンより提供頂いた。

当初は、フィジカルコンディショニングに関して、全7回それぞれ異なるテーマを設定して講義を行う予定であったが、ストレッチの実技やグラウンドベースでのエクササイズ指導等、日中の練習や選手の身体状況等を鑑み、選手が興味を持ち、能動的に参加出来る様、柔軟に内容を調整しながら実施した。

競技力の向上には、競技そのものの練習を重ねる事は勿論であるが、体力、技術を下支えする「コンディショニング」の理解と実践が必要不可欠である。

日本に於いても未だ整備されているとは言い難い分野ではあるが、今後急速な発展を遂げるであろうASEAN諸国に関しても、知っておくべき重要な要素である。

ウォーミングアップやクールダウン、筋力トレーニングや競技特

異動作のドリルなど、敢えて各国でも日頃練習の中で行っているであろう種目をピックアップし、行っている意図や根拠を明確にしながら、「何をやっているか」よりも「なぜ行うのか?」という視点を持ち、ただ与えられる事をこなすのではなく、練習やトレーニングを「自分事」として能動的に行う思考を植え付ける様に構成した。

これは、私が指導の中で常に意識しているものであり、今回のプログラムでも特に強調して伝えたポイントである。

本プログラムに参加した国々は、所謂「野球後進国」と言われる地域ではあるが、今後日本の野球を脅かす存在となる日は遠くない様に感じている。

今回のプログラムが、各国の野球、コンディショニングの発展に寄与するものであったのであれば嬉しく思う。

日本も現在の位置に安住せず、グローバルな視点と活動を通して、他国と競い合いながら「日本の野球」を更に昇華させてくれる事を願う。

株式会社e-MOTIONS代表取締役 ワタナベ整骨院 院長

NSCAジャパン 東北地域ディレクター

渡部 真吉

I was in charge of the program for educating baseball instructors in Jakarta for a week. I have taught the methods of conditioning in the field base and lectured the academic of S&C (Strength & Conditioning) in the hotel after the training. Fundamentals of the training come from the “NSCA (National Strength & Condition Association)” textbook. Materials distributed during the program including DVDs and T-shirts were donated by the NSCA Japan. At first, I planned to do a lecture about physical conditioning by setting seven different themes. However, my plan was adjusted after observing the physical condition and daily training. I have arranged the content into a more spontaneous one which requires participants’ active participation such as demonstrating the stretches and instructions of exercises. Empowerment of performances not only requires constant training but also the understanding and the action of the “conditioning” as well.

This field is still on the process of developing in Japan as well, but it is certainly a significant topic for the ASEAN countries which are expected to grow soon.

I had intentionally picked up training menus which are done daily baes all around the world. For instance, warming ups, cool down, weightlifting, and special exercise menu to name a few. I have clearly stated the purpose and grounds of these movements to make participants ask themselves “Why we are doing this?” rather than “What we are doing this.” By doing so, it will lead

them to do the training spontaneously and not doing it because they are told to do so. This is what I always keep in my mind during my training sessions, and what I have emphasized the most throughout this program. Participants of this program were mainly from the so-called “underdeveloped of baseball” but I have this feeling that these countries will be a threat to Japan soon. I am pleased if this program has contributed to the development of the baseball and conditioning of each country.

I hope that Japan will not be satisfied with the current status and continually promoting “Japanese baseball” by possessing the global viewpoint and action through competitions with other countries.

Chief Executive Officer of e-MOTIONS CO., LTD.

Director of Watanabe Chiropractic Clinic

Regional Director of NSCA Japan

Shinkichi Watanabe

17

18



2019年ASEAN諸国野球指導者養成プログラムを終えて

After the 2019 Baseball Training Program for ASEAN Countries Coaches

サポートメンバー
Support Member
福原 佑二 Yuji Fukuhara

クレッシェンド 代表
Crescendo Representative
📅1983.4.10 / 36歳

📍立命館大学OB Ritsumeikan Univ. Graduate
📍東福岡 Higashifukuoka
📍熊本ゴールデンラークス Kumamoto Golden Larks / 松山フェニックス Matsuyama Phoenix



📅生年月日／年齢 Date of birth 📍大学名（学年） University 📍出身高校 Alma mater (High school) 📍社会人（Industrial League） 📍抱負



2019年ASEAN諸国野球指導者養成プログラムを終えて

After the 2019 Baseball Training Program for ASEAN Countries Coaches

サポートメンバー
Support Member
星加 逸人 Hayato Hoshika

星見設備工業有限公司
Seikou-sestubi Limited company
📅1978.12.26 / 40歳

📍松山商業 Ehime Prefectural Matsuyama Commercial
📍NTT四国 NTT Shikoku / 松山フェニックス Matsuyama Phoenix



2019年8月4日～ 8月10日

初日から30℃を超える気温の中ではありませんでしたが、選手達も疲れた表情を見せず懸命に練習やトレーニングに励んでいる姿に一番心を打たれました。乾いたスポンジのように一つでも多く吸収して帰るという意味がすごく伝わりました。分からないことがあればすぐに質問が飛んでくるし、常に貪欲で本当に野球が大好きなのだという気持ちが伝わりました。今の日本に足りないものがそこにはありました。こちらも野球を始めたばかりの気持ちがよくみがえりアドバイスをおくる気持ち、行動がなお一層上がったと思います。朝から晩までのとてもハードなスケジュールではありませんでしたが、効率の良い練習やミーティングが行われ、日を追うごとに選手達も目で見えてわかるくらい技術面が向上していったと思います。

また、みんながコミュニケーションもしっかり取れだし、友情関係も芽生えてきました。最終日には四国独立リーグの坂口さんと北古味さんがスカウト兼視察に訪れてくれました。お二方も心を打たれ「何か私達も協力したい」と前向きな話をされていた時にようやくこの活動が4年経ちここまで報われてきたのだと実感しました。そのサポートメンバーにいれることが私自身も非常に嬉し

く、誇りに思います。日程が無事に終了し、解散の時間になっても名残惜しい選手達はなかなか球場を出ようとしなかった光景を目にした時、私はとても感動しました。国や文化も違う中でも野球というスポーツでみんなが一つになった気がします。大きなことを言うように聞こえるかもしれないが、野球を通じて世界が平和になってくれたらと素直に思えました。私は野球を通じてたくさんのチームメイト、指導者、対戦相手の選手達、その全ての方々に会い、成長させていただきました。私たちの活動にゴールはありません。この素晴らしい野球というスポーツをまだまだ普及されていない国々に一人でも多くの人達に伝えていけるよう今後もこのような活動を続けていきたいと思います。今回も貴重な経験をさせていただき本当にありがとうございます。

4/8/2019 - 10/8/2019

I was astonishingly impressed and touched by all the player’s attitudes towards every practice and training throughout the week the even though the temperature was over 30℃ from the first day and the very player was eager to soak every information up like a sponge.

The players asked many questions which showed their interest and love towards the sport.

This experience reminded me of when I first started baseball and made me want to give more advice and support, and I believe this is what is needed in the Japanese society.

It was a very hard schedule from morning to night, however, we planned meetings and practices efficiently and managed to make the most out of the time we had. As a result, the player’s techniques improved significantly day by day and had lots of conversation which lead to greater friendships.

On the last day, Mr.Sakaguchi and Mr.Kitagomi form the Shikoku League visited as a scout and an examiner.

I felt this activity has been rewarded after 4 years of hard work when they were having conversations on how they

can contribute to this community, and I am extremely proud and honored to be a support member of this program.

I was also touched when the players did not want to leave the field after the last day of the program.

Even though the culture and the countries are different, I believe we all became one through baseball.

It may sound like I am talking too big but I hope and truly believe the would be a better and peaceful place.

I have grown greatly throughout the sport Baseball in many ways from teammates, players from other teams, and coaches.

I feel blessed being a part of this community. There are no goals in our activities.

I would like to continue this kind of activity so that we can deliver and teach this wonderful sport to as many people and countries as possible around the world.

Thank you very much again for letting me be a part of this wonderful program.

最初に、本事業を通じ、大変貴重な体験をさせていただきましたこと、深く御礼申し上げます。

本事業に参加させていただいたことで、日本がいかに関わりを持とうと恵まれた環境であるかを再認識できたとともに、野球途上国といわれるアジア諸国の指導者・選手達との関わりの中で、たとえ恵まれない環境にあっても、野球の知識・技術向上に向け、ひたむきに取組む姿勢には感銘を受けた。

当然、各選手が持つフィジカル、技術には個人差はあるが、技術向上に向けた積極性・貪欲さは、共通して高いものがあり、そういった自発的に野球に取組む姿勢があるからこそ、我々のアドバイスを素直に取り入れ、それを実践することができるのだと強く感じた。

わずか数日間のプログラムであるにも関わらず、選手達が水を含んだスポンジの如く、アドバイスを吸収し、パフォーマンスを向上させていく姿には正直驚きを隠せなかった。

また、彼らの野球に対する熱い情熱、そして野球に真摯に取組む姿勢は、我々日本人が年を重ねることに薄れてしまいがちな「野球を純粋に楽しむ」・「少しでも上手になりたい」といった幼少

Through this project, it gives thanks to having had a very valuable experience.

I realized it again whether you were in a comfortable environment when Japan played baseball by having participated in this project.

In the underprivileged environment, I was impressed with a posture to work on single-mindedly toward knowledge of baseball and technical improvement.

Naturally, there is a difference in physical, the technique that each player has each.

However, the posture that is going to improve a technique is very active.

They adopt our advice obediently simply because there is such a posture to work on baseball voluntarily and feel that I can practice it.

Though it was the program of only several days, players took in advice like a sponge containing the water.

I was surprised at the figure which improved performance.

It was sincere, and the posture to work on the reminded hot passion for their baseball and baseball of the thing which I forgot whenever we Japanese repeated age.

期の頃の気持ちを思い出させるものであり、指導する側の我々日本人スタッフにとっても、最高の学びの場となった。

上述したとおり、このような効果が見込める本事業に、今後もより多くの野球途上国の指導者・選手に参加していただくことが、その国々の野球人口の拡大に寄与できると思われる。

また、そういった国々の野球レベルが向上することにより、アジア諸国はもとより、世界全体の野球レベルの向上・野球人口の拡大にも繋がることを信じて疑わない。

最後に、今後も本事業が永続的に開催され、より多くのアジア諸国の選手達が参加される事業へと発展することを祈念いたします。

本事業に参加させていただいたこと、改めて御礼申し上げます。

"I enjoy baseball purely" is "to want to become even slightly good".

For we Japanese staff of the side that instructed it, it became the place of the best learning.

It is connected to the expansion of the baseball population of the countries to have you participate in a leader, the player of more baseball developing countries in the future in this business in the prospect of such an effect.

In addition, it is connected to Asian countries, expansion of improvement, the baseball population of the baseball level of the whole world because the baseball level of such countries improves.

This project is permanently held and will pray to the project that the players of more Asian countries participate in for developing in the future.

It gives thanks some other time to have participated in this project.



2019年ASEAN諸国野球指導者養成プログラムを終えて

After the 2019 Baseball Training Program for ASEAN Countries Coaches

サポートメンバー
Support Member

井上 俊秀 Toshihide Inoue

株式会社グローバルリンク 代表取締役
Global Link Co., Ltd. CEO

📅 1987.6.16 / 32歳

🎓 獨協大学OB Dokkyo Univ. Graduate
📍 東邦 Toho
🏆 BCL 福井ミラクルエレファント
BCL Fukui Miracle Elephants





2019年ASEAN諸国野球指導者養成プログラムを終えて

After the 2019 Baseball Training Program for ASEAN Countries Coaches

サポートメンバー
Support Member

大瀧 海愛 Hiroya Ohtaki

株式会社グローバルリンク
Global Link Co., Ltd.

📅 1989.4.25 / 30歳

🎓 慶應義塾大学OB Keio Univ. Graduate
📍 慶應義塾高 Keio



私は日本語学校の運営や国際交流事業を行なっています。今回は、杉山さんとのご縁でこのジャカルタの事業にサポートメンバーとして参加させていただきました。

私自身も小学校から大学、独立リーグまで野球をやり、大学卒業後はプロアスリートのサポートや少年野球大会の企画、アセアン野球教室のサポートなどを行なってきました。そこで海外の野球少年と触れ合う機会があり、野球先進国と言われる日本が野球交流を通して海外の青少年育成に貢献することができていると感じていました。

今回のジャカルタでの事業は「野球を通して交流する」という大前提はありますが、中身を見ると「アジアの野球指導者を育成するための研修事業」でした。これは本当に価値のあることだと考えます。日本のノウハウを指導者研修することにより身につけてもらう。それを自国に持ち帰り、それぞれの指導者が自国の選手たちに指導する。それを定期的に行うというのがこの事業です。

数日間でしたが、前向き前のめりで参加する各国の指導者、選手たちの目の輝きの奥に将来の可能性をまざまざと感じました。

今後、この事業に関わった彼らがどのような歴史を作っていくのか大変ワクワクします。また、その歴史を作る根源を私たち日本が主導し、可能性のきっかけづくりに貢献できることを誇りに思います。

今後またお手伝いさせてもらえるチャンスがいただけるなら、微力ながらどんなことでも協力いたします。

彼らの今後の成長、成功を心から祈念するとともに、この素晴らしい事業が継続していくことを願っています。

非常にいい機会をありがとうございました。

I usually work to conduct a Japanese school and I do International business.

Mr.Sugiyama invited me to this program as a support member.

I have played baseball since elementary school students until an independent league. After graduating from university, I have been supporting for professional athletes and kid's baseball player. At that time, I could opportunity to contact other country kids player. I feel that Japan is said to advance baseball country can contribute to other country development.

On the premise that this program is "international relations through baseball "but actually "develop coach of all Asia". I think this program is worth doing. Other countries players can get mane knowledge about baseball from Japanese players. They bring their own countries for teaching. This is the purpose of this program, and that hold regularly.

I was feeling all players and coaches from other countries can be a good player and coach in the future. I'm looking

forward to making a new history by them and I'm proud of this program that triggers their history.

I want to support them again if I have a chance.

I pray for the success and development and this program.

Thank you.

2019年8月3日～11日までの間、インドネシア・ジャカルタにて東都大学公式野球連盟の主催で指導者育成プログラムを実施した。

今回はインドネシア、スリランカ、ベトナム、ブルネイ、フィリピンから32名の選手や指導者が参加した。日本からは、準硬式野球連盟に加入する大学チームの選手やコーチ、スタッフなど20名ほかが参加した。

本プログラムでは、一番の課題である、野球における正しい体の使い方を理解してもらうため、野球の基本動作（打つ、走る、守る）を実際に日本人がレクチャーし、なぜその動きになるのかを説明しながら行った。

特に、ボールを捕る・投げる・走るという基本動作に関しては、毎日時間を設け、反復練習することで参加者たちがその動きを理解し、自分でできる、他の選手ができていないか判断できるところまで徹底して指導を行った。

また、(NSCAジャパンによる)座学でのストレングス&コンディショニング講座を毎日行い、スポーツをする上での身体の使い方やケア方法を理論的に学び、ウォーミングアップや練習後のストレッチの重要性を学んでもらった。

Tohto Junko baseball league held on ASEAN baseball program to grow up for players in Indonesia Jakarta in Aug 2019.

All 32 players and coaches from Indonesia, Sri Lanka Philippine Vietnam Brunei joined this program.

Japan team is organized by support members and twenty players of Tohto Junko Baseball League.

In this program, Japanese players lecture on the basic movements of baseball (hitting, running, and fielding) to help them understand how to use the correct body in baseball.

In particular, lecture to the basic actions of catching, throwing and running, set aside daily time and practice iteratively until the participants understand the movement and can explain how to do it themselves and judge whether other players can be made We instructed thoroughly.

Also, daily strength and conditioning lectures in a classroom (by NSCA Japan) were conducted to theoretically learn how to use and care for the body in sports(baseball) and to learn the importance of warm-up and stretching after practice.

今後は、実際に本プログラムで指導したことが母国で生かされているか検証する必要があると感じている。ASEAN諸国の野球指導者育成の発展に向け引き続きこのような機会を継続して設けていく必要がある。ひいてはそこで育成された少年たちがたくましく成長し、自国やアジアの発展に貢献する人材になることを心から願っている。

I feel it is necessary to verify that we thought things are being viewed in own countries. It is necessary to continue to provide to develop ASEAN countries baseball. I hope that the players will grow up and become a person who contributes to developing own countries.



2019年ASEAN諸国野球指導者養成プログラムを終えて

After the 2019 Baseball Training Program for ASEAN Countries Coaches

サポートメンバー
Support Member

島本 隆史
Takafumi Shimamoto

合同会社 ACE
ACE LLC

●1983.4.12 / 36歳

②青山学院大学OB Aoyama Gakuin Univ. Graduate
③浦和市長 Urawa Municipal





2019年ASEAN諸国野球指導者養成プログラムを終えて

After the 2019 Baseball Training Program for ASEAN Countries Coaches

サポートメンバー
Support Member

萩原 駿
Shun Hagiwara

日本大学職員
Nihon Univ. Staff

●1996.3.10 / 23歳

②日本大学OB Nihon Univ. Graduate
③日本大学第二 The Second of Nihon Univ.



東南アジア指導者養成プロジェクトに参加させてもらい、自分は改めて次の3つを強く感じました。

まず一つ目は、どの国のどの選手・指導者も野球が好きで好きでたまらない。野球がもっと上手くなるために貪欲に吸収したいという強い思いでした。

日本からの選手指導者が伝える一挙手一投足を見逃さず、やってみて体で覚える。初めのうちはなかなかできないこともつづけているうちにできるようになる。まさに教わる側の「貪欲さ」が本当に大事であることを痛感しました。また、参加者がみな同じ思いを持っていたのは「自分の国に学んだことを還元する」ということ。野球の普及があまり進んでいないと思われた東南アジアの中でもこうした気概を持って活動をしている人々がたくさんいて、これから野球をする子供たちに伝えていこうとしていることに感動しました。こうした人々がいる限り、野球は少しずつ普及していくだろうし、日本のようになるにはかなりの時間はかかるが、今後数十年でマーケットとしての市場が出来上がっていくだろう可能性を感じました。

二点目は「一緒に学び、成長していく」ということ。一点目に通ずるものであるが、教わる側の貪欲さに加えて、教える側も教えながら学び、一緒に成長していくという姿勢が随所に感じられ、参加者全ての人でこのプロジェクトを作り上げている感覚が非常

I just feel that I joined the project of the ASEAN baseball coaching clinic.

First of all, all of the participants like baseball so much. And they had wanted to learn the knowledge of baseball. They had played by themselves at first. It's more important that coaches and players were greedy. Everyone thought that their tasks are to teach and take for their country.

I was surprised by its strong mission.

At the second point, all of the members wanted to build up together. They had learned and brought up through this project. Japan team, players and coaches, communicated with on Japanese baseball lovers through their heart.

Finally, I was just impressed Japan's baseball method could be accepted all over the ASEAN. They could learn How sports is it baseball? What is it baseball basics?? Japan's baseball is more basic. That is much more necessary for

に心地よかった。教える日本人も一方通行の指導ではなく、相手の気持ちや動向、思考を考えながら、どう教えたら一番通じるのかを模索しながら指導している様子が見えました。言葉が十分に通じないながらも、相手のことを考えて伝えようとする姿勢が素晴らしかった。そしてその姿勢を感じ取って、相手が歩み寄って来てくれていたので、「野球を通じたコミュニケーション」とはまさにこのことを言うのだな、と感じました。

最後はこのプロジェクトの根幹でもある、「日本の野球」を海外の選手や指導者に伝える、伝え続けるという素晴らしさ。参加した指導者はベースランニングや守備、走塁など日本の細かな野球に感銘を受けた方が多かったが、そもそもの「野球というスポーツはどういうスポーツなのか?」という普段学ぶことができないことをこのプログラムから学び、野球の成り立ち、基礎の土台を学ぶ機会だったのではないか。その上で日本の野球の良さである「細やかな野球」を理解していたように思う。小手先の技術や戦術ではなく、そうした土台（基礎）を外すことなくしっかりと伝え続けていることの素晴らしさを実感しました。単に野球の楽しさを発信するだけでなく、こうした不変の重要なポイントを伝え続けていくことにこのプロジェクトの意義が感じられましたし、今後也大いに発展していくことを期待しています。

this project. I sincerely hope this ASEAN project is going concern.

「日本の選手と野球の練習をすることで色々なことを学ぶことができた、またやりたい」昨年、インドネシアから3名の選手を招いて行われた本プログラム。正直、昨年は成功だったのかどうか、が明確にはわからなかった。ただ、昨年があったからこそ今回は、大成功で終わったと心から思える内容であったかと思う。もっとも感銘を受けたものは、各選手に書いてもらった「日誌」である。昨年のプログラムの時点で作成していたが、その日の練習内容と教わったこと、明日の目標を毎日書いてもらった昨年とは違い、完全フリースタイルで思ったことでも学んだことでも質問でも好きなことを書いてもらうようにした。

(毎日の振り返りで日誌を書く選手)

ある選手の日誌に「it's amazing. Because I learned that thing first time!」「すごい!こんな練習があるんだ!初めてのことばかりでびっくりした!」と書いてくれた選手がいた。正に自分が聞きたかった言葉を目にすることができた瞬間、涙が出そうなくらい嬉しい思いをした。ただ、日誌の中に書いていなかったとはいえ、各選手の顔つきや態度を見ていればかなり伝わってくる。練習中も、一つ教えれば返事が返ってくる「Thank you!!」。バツ

「We were so happy to practice with Japanese players in Japan、we want to do again」

The last year、we invited 3 players to Nihon univ Japan from Indonesia for baseball coaches to the training program. But I couldn't be sure of that was success or not. So I really want to be sure in this year、and I could touch beyond words. I think that the last year lead to success of this year. I was deeply impressed with "Baseball diary" what players wrote down from others countries. It changes the style from last year because 3 players wrote down that today's menu and today's learning ... only、I wanted them to write what they feel(impressions).

One players in this program wrote down this、[It's amazing. Because I learned that thing first time!]. This is what I want to hear. I was so glad to hear from him it brought me to tears. So all players always ask us about fielding batting base running pitching. They serious work hard in baseball and them seriousness get through to us. I deeply surprise every year by their aspirations and motivation so we can get something like their heart from them. I think this year too

トを振っている選手を見ていると、動きを止め「I ask you ...」と質問をしてくる。毎年のことながら、選手たちの練習意欲、向上心には驚かされてばかりで、こちらも学ぶことはたくさんある。野球に対しての真剣さ、野球が大好きだというオーラが言わざるとも伝わってくる。

そして改めて日本で野球をやることに不便がないということを感じた。今回参加したスリランカの選手は、乾いてカサカサになったグローブを使っていた。オイルなどは売っていないため、手入れなどをしたこともない。プログラム最終日、オイルを渡し、手入れをするように伝えた。道具を大切にすること、当たり前だができていない日本の選手にもっと伝えていきたいと思う。

同じ野球人として多くのことを学んだ、と日本の学生選手も口を揃えて言っていた。日本側にとっても、他国の選手にとっても大成功で終えることができた今プログラム。日本選手、サポートメンバーの準備と、それ以上に応えてくれた各国の選手のおかげで1+1が3にも4にもなった。この成功を無駄にはせず、必ず来年にも繋げていく。昨年より今年、今年より来年、ASEAN諸国の発展のために尽力していきたいと思う。

that they really love baseball not just us.

We Japanese players must feel that we can play baseball is not natural. Players in Sri Lanka doesn't know how to care the glove themselves. Because they can't get easy equipment to care in Sri Lanka sure also baseball equipment. I gave my glove oils and shirts and baseball equipment to them. I want them take good care of baseball equipment as same baseball player.

Japanese student players all said in a breath that we can also learn something from them. From this I could think this program is nice program than I thought. One plus one is two but I think this is 3 also 4 because we can experience that was far beyond our imagination. We take an oath we will continue this program better than this year for ASEAN countries for ASEAN countries play loving baseball. Thank you for your helps toward this program.

Thank you Philippine、Brunei、Sri-Lanka、Vietnam、Indonesia players and coaches.

That's all....!!

このASEAN諸国野球指導者養成プログラムに参加するにあたり少ない時間ながら準備をしてきた。指導者として同じ考え方を持って指導することが大切であるため話し合いを重ねた。そこ話し合いが良い方向に進んだケースも大いにあるが、やはりこの少ない準備の中でやはり賄えないケースもあった。野球というスポーツは多くのケースがあるためそのことは仕方がない部分ではあると思うが、これからもっと指導の質を上げるためには指導者間でのさらなるコミュニケーションの発展、意思の疎通を図るべきであると感じた。

今回私は、内野守備をメインに指導したが、海外選手はリズムカルな動きに難があると思った。それは内野の動きだけでなく、アップの動きからもリズムカルなステップができないように見られた。そこで、笛を鳴らしたり、手拍子をしたりする事でなんとかリズムカルな動きの獲得を図り、海外選手達のぎこちない動きがなくなっていった。

また、守備練習に関しては基本的動作を重点的に指導した。ボールの入り方やハンドリングなどを指導していく中で海外選手のポテンシャルの高さが目立った。しかし、一つ一つの動作の質は高いものの、その動作が一連の流れの中で出ていないことが課題であることに気づいた。そこで一連の流れで行うことに限らず、基本的な動き、基礎を身に付けることが大切であることを伝えた。これまでのレベルがどの程度か確認する事が出来なかったがこの指導の中で選手達は成長をしているように見えた。

指導をしていく中で感じたことは、我々がお手本となる時に、手を抜

くことや、お手本としてはふさわしくないプレーや動作をしてしまうと指導される側の成長を妨げてしまうということがあった。これらのことから、指導する際にはお手本となる人が大げさにわかりやすく動きを見せていくことが大切であることをこのプログラムを通じて学んだ。

また、英語が話せない中コミュニケーションを取ることに不安があったが、伝えたいという思いと相手が理解してくれようとしてくれる気持ちがあれば少なからず伝わるということがわかった。

しかし、やはり指導する上ではある程度の英語のスキルが必要になってくることも感じた。これからさらに英語の力をつけていきたいと思うきっかけになった。

このプログラムを通して多くの出会いがあった。

このプログラムに参加しなければ出会えなかった人たちと出会う
ことができたことは、今後の自分自身の人生に大きな影響を与えてく
れることと思う。

この素晴らしい出会いをこれからも大切に、今まで以上に野球とスポーツを通じて、多くの人と関わっていければと思う。

ASEAN諸国野球指導者養成プログラムを立ち上げ、我々の先陣を切ってくださった杉山監督、浅野コーチをはじめとする多くの人サポートメンバーの力でこのプログラムが成功したことに感謝の意を込めて今後のさらなる発展に貢献できるようにしていく。

I have been preparing in a little time to participate in this ASEAN baseball leader training program. Since it is important to teach with the same way of thinking as a leader, we discussed. There were many cases where discussions proceeded in a good direction, but there were also cases where it was not possible to cover this small amount of preparation. There are many cases of baseball sport, so I think that is an unavoidable part, but in order to improve the quality of teaching from now on, further communication development and communication between leaders should be attempted I felt that.

This time, I instructed Maine to defend Uchino, but I thought that overseas players had difficulty in rhythmic movements. It seemed that rhythmical steps could not be done not only from the movement of the infield but also from the movement of the up.

So, by playing a whistle and clapping, I managed to acquire rhythmic movements, and the awkward movements of overseas players disappeared.

In addition, with regard to defensive practice, we focused on basic actions. The high potential of overseas players was conspicuous while teaching how to enter the ball and handling. However, although the quality of each action was high, I realized that the problem was that the actions were not made in a series of flows.

Therefore, I explained that it is important to acquire basic movements and basics, not just a series of steps. I couldn't confirm how much level I had so far, but the players seemed to have grown up in this guidance. What I felt in the course of

teaching is that when we play as a model, if we take a hand on play or do not act as a model, we will hinder the growth of the side being taught. It was.

From these things, I learned through this program that it is important for a model person to be able to act in an easy-to-understand manner when teaching.

Also, I was worried about taking communication while I couldn't speak English, but I knew that if I wanted to convey it and if the other party wanted to understand it, it would convey a little.

However, I also felt that a certain level of English skills would be necessary for teaching. It was an opportunity to further improve my English skills.

There were many encounters through this program. I think that being able to meet people who could not meet without participating in this program will have a great impact on my future life. I would like to continue to cherish this wonderful encounter and to engage with more people through the sport of baseball than ever before.

In the future, we would like to express our appreciation for the success of this program with the support of many Sugiyama and Asano coaches who started our ASEAN baseball leader training program and led us. We will be able to contribute to further development.

Day 1st
(4/Aug)

昨日の夜をたもととして、7時30分に入るまで、
 挨拶回りをした。ウォーミングアップの集いに参
 加して「挨拶」をする機会が生じた。また、49の
 歌を正確に入れた内容であった。
 キャッチボールでは、変な音がカクカク響いて来た。
 竹野が練習で、1/2ミカシなことを教えるまで、
 笛とあった。
 リズムがわかる歌は、歌を聴く、聴いて歌う、
 歌う、という流れと、歌う。
 歌で最初からキャッチボールの歌を歌う。
 歌を聴いた所は、キャッチボールの歌と見て同じ
 日本人の歌といえる。
 英語で「うなづかぬ」ことと、99の歌のことと、
 自分自身の歌を歌う。
 しかし、英語を聴きながら、歌を聴くことと、
 自分自身の歌を聴くこと、明日以降も、
 入れている。

Day 3rd
(6/Aug)

[illegible]

Day 5th
(8/Aug)

・相方は強面筋の選手で、足が速い。た
びカーブに関しては、投球側のランバが良くなかつた
ので、自分のペースで投げることも出来た。おかげさまで、
左腕のリズムが急に(??)遅いので「良いリズムを
キープして」と言われていた。

内野手兼投手。打球がクロスアップやミートは、要
求されているところであつたので、毎日練習改善していた。
外野手兼捕手。ヤナギサツチはよく直撃したため、
ランナーがいるのに長い距離から投げてしまうので、
ベースに近づくには良いことであるかもしれないが、
ランナーもいるときに、ヤナギサツチになるとかなり苦しいので、
注意している。

セカンドバックアップ。練習していたものを覚えていたが、
試合ではなかった。一番の二塁を初めて三塁バック
パスランニングが出来るようになった。外国語として、ベース
ランニングとあるべき部分で減速してしまっていた。
バリエーションはホームランが出来た。練習の成果が出た。

Day 2nd
(5/Aug)

[illegible]

Day 4th
(7/Aug)

船のメニューは、バッキングをやる。天。
 ず、ウォーミングアップについては、ストロークの
 動作を90°取り入れ、また、バッキングのつなぐと
 パツィスト動作のメニューを取り入れた。た
 留田田とかがボートに乗っていたので、群衆が
 来ていたと思う。
 また、バッキングに関しては、昨日よりボールを遠くへ
 飛ばしている選手がいた。
 1人だけバッキング指導に、改善点とあるのは
 選手が弱くおられたので、次は、バックパスに選
 ばれた、群衆が「あやうや」というようなバレーボール
 があるのかと切てあると考える。
 外国人選手は、ボールをバカにふる人が遠くへ飛ばす
 パワーがあるが、実力なので、その技術と身体能力
 はあるとは思った。

Day 6th
(9/Aug)

本日は、ウーエンプアッパの隣に、日曜選考も
 グレシヤの隣にサレ抜いて行つておんだのて？
 おおずとはる選考もサレ抜いてしょうねはなてな、
 なんてなのて？ おおずとはる、この時大抵さう？
 当たり前のことと。当たり前でてふふとふふとわめて
 あると考へた。
 さて、(ワグネル)ノマは、内野手のサントか。
 真。直に、^{あか}疾風おもしろい。横にいてホームに
 蹴りあふたり、外野手のボニシの語、ミオ利用して
 抜けることをしておもしろいとおった。
 今回ミオの戦術に悩んでるべからずなのて？とおった。
 さて、ネットバ、アウターバツては、外野手の選考
 パートも抜けていたし、次の星に狙う攻撃も
 おんだのておった。
 本日は最後の練習であつたより、良い練習であつた。
 行つてしまつてしまつて明日の試合に必死であつて
 いくつかに参加して入つていく。
 選手
 選手練習ではユウキヤ、ボールの打ち方、ベーススライ
 ディングなどいろいろと。



今回私は、このインドネシア遠征に参加し学んだことは、野球を通して言葉が通じなくても様々な国の人と気持ちは通じ会えるということです。正直今回の遠征では不安しかありませんでした。しかし、野球を真剣にやり、うまくなりたい、楽しみたいという気持ちはどこの国の人も変わりませんでした。そのため、不安はすぐに消え結果、とても充実した遠征となりました。また、海外選手の良いところとして、素直で向上心がとても高いと言うところです。そのため、教えている私達自身もとてもやりがいがあり、どんどん上手くなる彼らに喜びを感じていました。そして、私自身も素直な気持ちというものをいつの間にか忘れてしまっていた所があり、見習わないといけないと学ぶことができました。

次に、インドネシア遠征では海外選手と一緒にプレーするという機会をいただき、将来私の夢である高校教員になり硬式野球部の監督になるためのよりよい経験となりました。選手一人一人の特徴や良いところ、直したほうがいいところ、また直し方やその教え方など沢山勉強でき、実績することでより優れた教え方を学べました。今回の遠征に参加しなければ私の知識や経験は日本で学んだことしかなかったと思います。なので、日本だけでなく世

What I learned from participating in this Indonesian expedition this time is that I can communicate with people from various countries even if I don't speak through baseball. To be honest, I was only worried about this expedition. However, people from all over the world did not change their feelings of seriously playing baseball, wanting to improve, and enjoying themselves. As a result, the anxiety quickly disappeared, resulting in a very fulfilling expedition. In addition, as a good point of overseas players, it is said that they are honest and highly motivated. So, the teachers we were teaching were very rewarding and we were delighted by them getting better and better. And I myself had forgotten the obedient feelings, and I learned that I had to follow them.

Next, during the Indonesian expedition, I had the opportunity to play with an overseas player, and it was a better experience for me to become a high school teacher who became my dream in the future and to become a manager of the rigid baseball club. I learned a lot about the characteristics and good points of each player, where I

界の考え方や物の見方を学べて良かったです。

今回の、インドネシア遠征で私は今までの野球の考え方が変わり、もっと色々な考え方や物の見方を身につけることができました。また、多くの方と出会い対話することで私自身の知識も増え、意識改革の機会となりました。本気で野球と向き合い、多くの選手と向き合いやっぱり野球が好きだと、野球を続けていて良かったと改めて感じられた濃い遠征だったと思います。ありがとうございました。

should correct them, how to correct them, how to teach them, and how to teach them. If I didn't participate in this expedition, my knowledge and experience would have only been learned in Japan. So it was good to learn not only Japan but also the way of thinking and the world.

With this expedition to Indonesia, I changed the way of thinking of baseball so far, and I was able to learn more ways of thinking and seeing things. Also, meeting and interacting with many people increased my own knowledge and provided an opportunity for awareness change. I think that it was a deep expedition that I felt that it was good to continue playing baseball if I really faced baseball and faced many players. Thank you very much.

[illegible]

Day 3rd
(6/Aug)

良い点

- ・アップ時。もう上がりもよし。その中でレハリポイントも感じるニーでできた。
- ・ジャンプオーバーでは、胸がつおれ木やシロを意識する事やスイングも良くなった。

悪い点

- ・外野ノックでバテタ。→マナサンクグは心なげもフー練習しなさい。

↓

あきふせ見るなかでスクリューを思い出す。

- ・バッティングが苦痛の時。多分小じな。レハリに

↓

明日からは、もっと元気を出してバスターが打ち出せるようにしたい。

その他

全体的には解けた。海へ遊ぶ日。身体感覚が
高く練習した。マリヤは仲わる自分自身の
刺激とセム。一ツアキアアップもする。(一緒に)

Day 5th
 (8/Aug)

[illegible]

Day 4th
(7/Aug)

良いよ

・バッティング中への練習で同じコース
繰り返しては昨日よりお股の重さもスイング
も変わってきて成長を感じることができた。

悪いところ

・海外遠征より高サックスが全体均等に
な気がせず、また、外野のバウンドボールは
守ることができず、~~●~~低カウリングインがスイングの外
にバウンドするのを防ぐことができなかった。

・お股の重さも日本人と違い、スイングを重くお股
が重くなる。選手間の差が感じられる。

・パワーがあるのはもちろんですが、バウンドボールを
繰り返しては、お股のバウンドをコントロールし
難い。

・トレーニングはハードな面

Day 6th
(9/Aug)

外野者ッ者リは、練習でもカバツチや
ネッストアレツチや、一本選手か
言うレウニを任シ失敗セテ、

昨日の反省点は、しめりおき身にて。

何日の奉ジレテおて他国ッ人モ
たにこに話せるおツチに●し、自為をおツ
ワはおツてもムー感激に付た。

吾ッ自為に付、今の自為はわけておき下さ
ばに結果レバ、うまくなりにい。ちと練習
し、自為を更にい。

●●



「野球が僕らを一にする。」私が非常に好きな言葉だ。今回の遠征はこの意味を再確認させられるものとなった。育った国が違っても野球が上手でも下手でも、野球をする上ではみんな同じだった。今回のプロジェクトを成功させようとみんなが団結した。野球をして面白ければみんな笑顔になった。一つになって野球に打ち込んでいた。私の好きな言葉通り野球は僕らを一にした。そこに国境はなかった。

インドネシアでの最後の夜、私は日本選手団代表としてスピーチをさせてもらった。そのときに一番伝えたかった点が「野球が僕らを一つにする」という点だった。今回のプロジェクトでは野球を通じてみんなが一つになっていた。いろんな人が混じりそれぞれの選手が異なった光を放つ中、その色が一つになる光景は私には非常に輝いて見えた。そしてその光は今後も我々が野球をやめたとしても輝くのではないのかなと思った。野球が僕らを一つにする。その言葉に違いはなかった。

今回の遠征で私が感心させられたことがある。それは海外選手団の学ぼうとする姿勢。我々の英語力や指導力には限りがある。加えて今回のプロジェクトは初めての試みでもあり、我々が手探りであった部分もあった。そんな中の我々の指導であつても重

要なことは選手団によく伝わっていた。初日私はキャッチボールをする前の準備運動を3つ紹介した。そして二日目に選手団に主体的にやってもらった。私は非常に驚かされた。みんな目的を理解して取り組んでいるのだ。私自身の指導力に自信を持つとともに、海外選手団の学ぼうとする姿勢には感心させられた。今回のプロジェクト成功の裏には海外選手団の主体的な学ぼうとする姿勢があった。非常に感謝している。

海外の選手団との野球を通じて、いかに私が今まで狭いコミュニティでしか野球をしてこなかったかを思い知らされた。いろんな選手と出会い、いろんな野球の仕方を見させてもらった。それが私自身にとっても糧となった。その糧は私の将来にとっても大きなものになると信じている。私は将来野球の指導者という立場になりたいと考えている。私自身野球を通じて多くのことを学んできた。野球をしていたがために気が付けた大切なことは多くある。今回の遠征で学んだことを含めて私が培ってきたことを広く発信していきたい。

Baseball make us together. “I like this sentence very much. This expedition reaffirmed this meaning. Regardless of the country where we grew up, everyone was the same in playing baseball, whether you were good at baseball or not. Everyone united to make this project a success. Everyone was smiling when playing baseball. According to my favorite words, baseball united us. There was no border there.

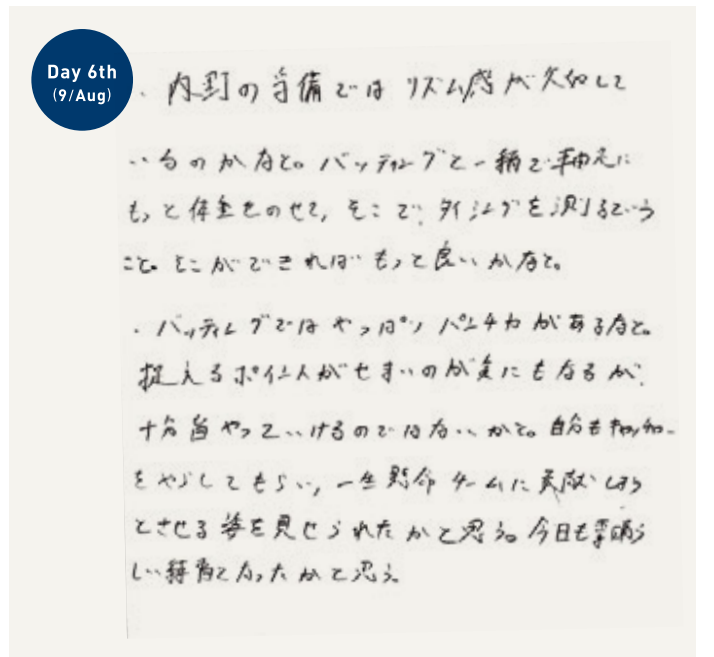
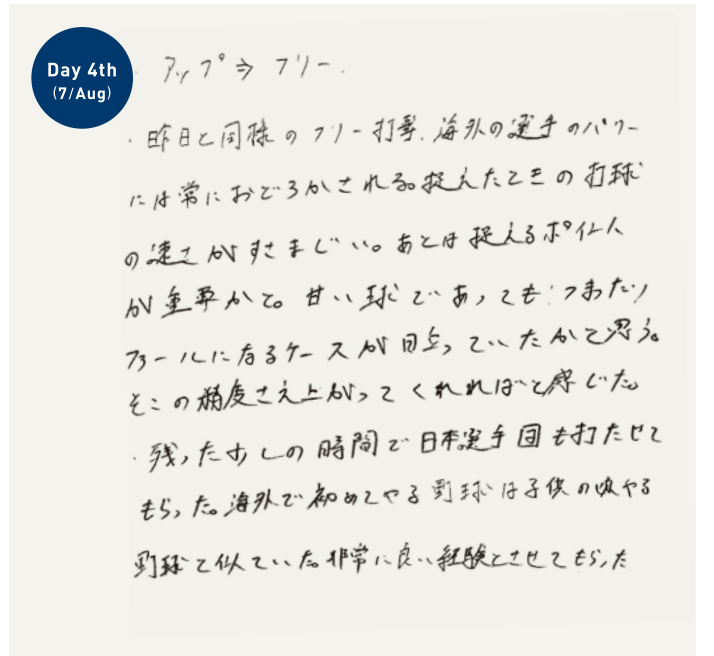
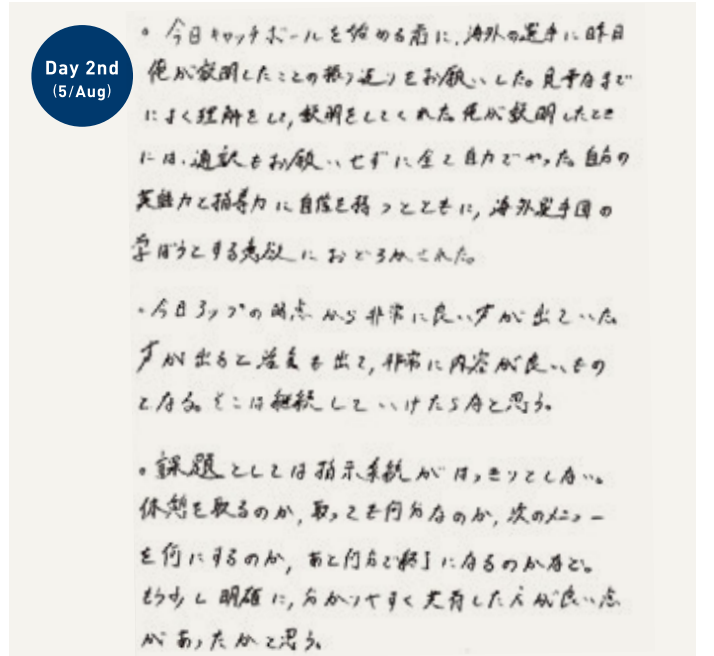
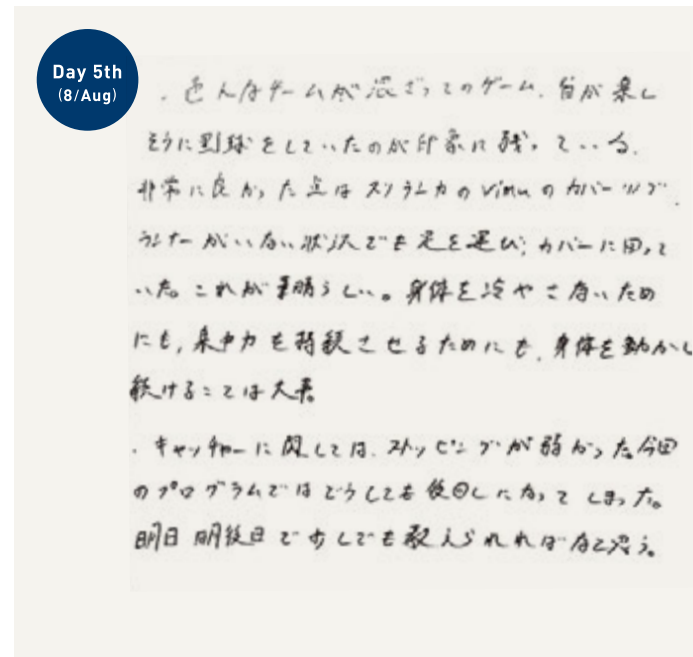
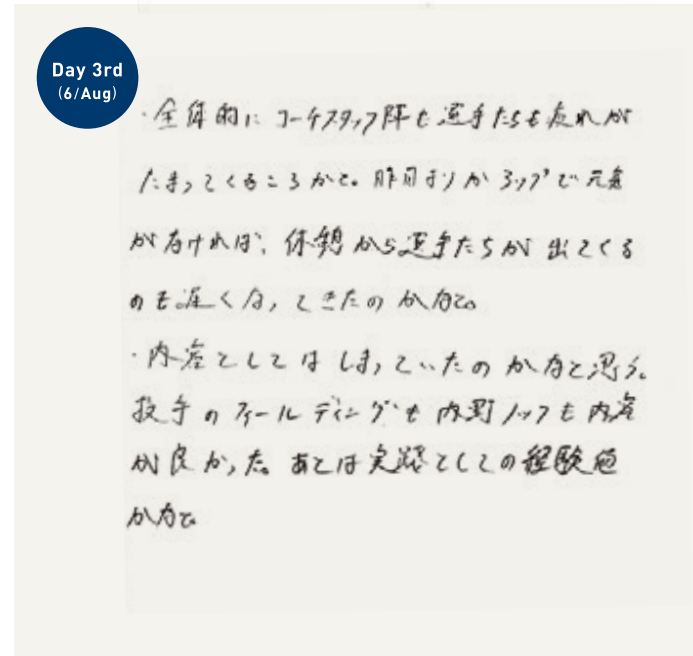
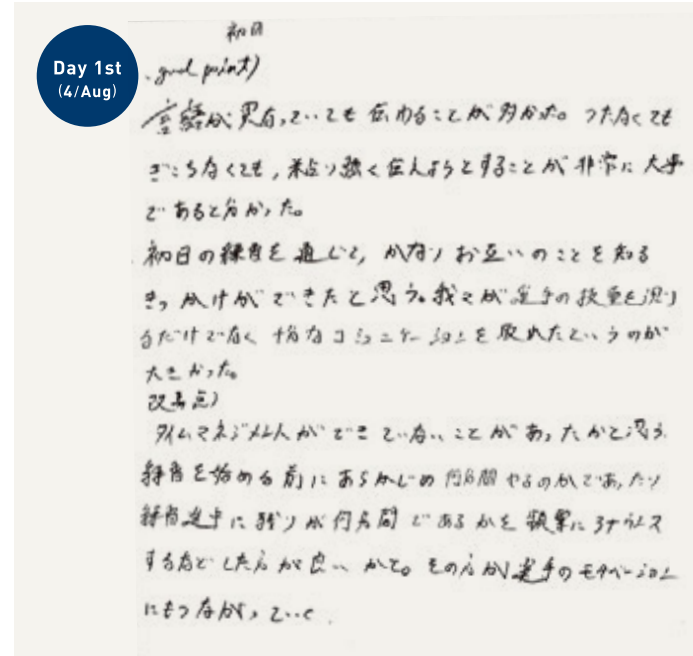
" Last night in Indonesia, I gave a speech as the representative of the Japanese team. At that time the point I wanted to convey the most was that baseball unite us one. In this project, everyone was united through baseball. The scene where the colors which various players gave off a different light were united seemed very shining to me. And I thought that the light would shine even if we doesn' t playing baseball in the future. Baseball make us together. There was no difference in the meaning.

I have been impressed by the attitude of the overseas team players. Our English and teaching skills are not good enough.

In addition, this project was the first attempt, therefore there were parts that we couldn't do good. However even in our guidance, the important things were well communicated to the foreign players.

On the first day, I introduced three preparatory activities before catching a ball. And on the second day, I ordered do such activity by yourselves . I was very surprised. Everyone was doing with an understanding of purpose. I was confident in my own teaching skills and I was impressed with the attitude of overseas players to learn. This project succeed with foreign players cooperation. Very grateful.

Through baseball with overseas players, I was reminded of how I played baseball only in a small community. I met various players and watched various ways of playing baseball through this project. I could learn a lot and I believe that the learning will be great for my future. I want to be a baseball mentor in the future. I have learned a lot through baseball myself. There are many important things that I noticed because I have played baseball. I would like to publicize what I have cultivated, including what I learned during this expedition.





2019年ASEAN諸国野球指導者養成プログラムを終えて

After the 2019 Baseball Training Program for ASEAN Countries Coaches



増井 優

Yu Masui

①1998.4.29 / 21歳

②176cm・66kg

③右投・左打 Right・Left

④日本体育大学(3年) Nippon Sport Science Univ.

⑤埼玉平成 Saitama Heisei

⑥今回の遠征を通じて、自分自身の成長と海外選手と交流して貢献できるように頑張ります。

まず初めに今回インドネシア遠征というプロジェクトに参加して野球の素晴らしさを改めて感じる事ができました。指導をする中で多くの海外の選手・スタッフと交流し、コミュニケーションを取れた事で、帰国してからSNSなどを通じて繋がりを持てた事が嬉しく思います。

初めて東南アジアの選手達と共に野球をしてみて、自分の野球に対する考え方、東南アジアの選手達の野球に対するハングリー精神を感じて野球普及活動により関心を持ちました。野球が行われている環境や道具、野球の認知度の話をも東南アジアの選手から聞く中で何か支援がしたい、力になりたいそんな気持ちにさせられる日々でした。

選手に指導をする時の難しさや東南アジアの選手達の野球に対する貪欲な姿勢を見て、実際に現地に行かないと感じる事が出来ない経験を積む事が出来たと思いました。日本が恵まれた環境の中で野球が出来ているということや自分が伝えたい事を伝え理解してもらう事の難しさを身に染みて感じる遠征となりました。

First, I noticed what is great about baseball again by participating in an Indonesian expedition. I was glad that I was able to communicate with many overseas players and staffs through instruction. I could get in contact with them even after coming back home.

Second, when I played baseball with players from Southeast Asia for the first time, I was interested in baseball promotion activities. The reason is because I thought about how the players has a very hungry spirit. That's why I thought that I want to help them by taking about the environment, equipment and awareness of baseball with them.

Next, I could have many precious experiences there. If I didn't go there, I didn't notice many things. I felt that I was able to play baseball in an ideal environment in Japan.

Then, I should improve English to instruct Southeast Asian baseball players. It was very difficult for me to

また、東南アジアの選手の力になる為にも指導する際に必要となる英会話の能力を磨かなくてはならないと思いました。今回の貴重な経験を将来何処かで活かしていきたいと思います。

この先、東南アジアの野球活動の力となれるように成長して行きたいと思います。

このインドネシア遠征は貴重な経験となりました。ありがとうございました。

tell them what I wanted to tell.

Finally, I would like develop to be useful for Southeast Asian baseball in the future. This was a valuable experience.

Thank you.

Day 5th
(8 / Aug)

・今日は初日だったので、これから毎日作り上げて
いただいた環境なか、様々な選手と話すことや
交流ができた。

・伝えたい事をプレーに刻める事を話すことや
コミュニケーションをする事でできなかったことが
勉強課題。

Day 6th
(9 / Aug)

・今日はシートバッティングの中で、打球をする
機会があって、選手達とパワーセ打球の
スゴロドを感じました。

・投手軸へ、牽制練習では、早いパターン
を指導した際に、ファシリコンではボールを
取られると言われ、遅いを感じました。

・ストレッチやアップを行う中で、股関節
の可動性や柔軟性が低いと改めて
感じました。

・英語力があれば伝えたい事も伝わる
ことであったり個人的な課題です。



2019年ASEAN諸国野球指導者養成プログラムを終えて

After the 2019 Baseball Training Program for ASEAN Countries Coaches



川崎 悠太

Yuta Kawasaki

①1998.3.18 / 21歳

②173cm・75kg

③左投・左打 Left・Left

④学習院大学(3年) Gakushuin Univ.

⑤つくば国際大学東風 Tsukuba International University Harukaze

⑥自己成長に繋がるような有意義な遠征にします。

今回日本人含め各国の方々とは出会えたことにとても感謝したいです。とても充実した自分の人生にとって価値のある9日間だったと思います。

私は投手として今回このプログラムに参加したのですが、最初は彼らの並外れた体系や筋肉にただただ圧倒されていた一方、でたらしめな体の使い方、ボールの握り、私が如何に恵まれた環境で野球をできていたのかを身に染みて感じていました。しかし、コーチ陣の教える真剣に学ぶ姿を見て自分もそんなことを言っている場合じゃないとすぐに気づかされました。彼らの学ぶ姿勢はとても前向きで教える側の私も前のめりになり、深く思考を凝らすことができたと思います。今度は同じチーム、あるいは敵チームとして彼らと一緒に野球をできたらいいなと思います。そして、私自身もコーチ陣の方々から沢山学ぶことがあり、インドネシアで教えていただいたトレーニングや体の使い方をこれから実践していき、自己成長に繋げたいと思います。

また、コミュニケーションの面においても最初はぎこちなく伝わっているか伝わっていないのかもよくわからなかった状況だったのに対し、日が経つにつれて彼らとも仲良くなり、名前で呼んだり新しい単語を覚えたりすることで、お互いみるみる成長すること

I would like to thank you for meeting people from a person of each country. I think it was nine days worth for a fulfilling in my life.

I participated in this program as a pitcher. At first they were simply overwhelmed by their extraordinary system and muscles. On the other hand, I was impressed with how to use the body, gripping the ball, and how I was able to play baseball in a privileged environment. However, I quickly realized that it wasn't when I was thinking about it when they saw their coaches seriously learn. Their learning attitude is very positive, and the teaching side of me has also been forward-thinking and I have been able to deeply think. I hope someday I can play baseball with them as the same team or as an enemy team. And I myself have learned a lot from my coaches, and I would like to practice the training and how to use my body that I have taught in Indonesia, so that I can develop myself.

Also, in terms of communication, I wasn't sure if it was transmitted awkwardly or not at first. By doing so, I was able to grow to see each other. I was especially happy that I explained what I taught in the daytime at a night meeting.

ができました。中でも嬉しかった点は、昼間に私が教えたことを夜のミーティングで実際にみんなの前で説明してくれたことでした。今まで全く異なる環境で育った人たちが、万国共通の野球というツールを介すことで通じ合え、野球の偉大さを再認識できました。

少し私の個人的な話をする、冒頭にも書いた通り今回の遠征は私の人生においてとても大きな決断のきっかけになりました。これまではNPBを目指すか一般就職をするかで迷っていたところ、色んな人と話すことでリスクがあるのかなどが明確になり、やはり大学を卒業してからはNPB一本に絞り、そこを目標に自分の限界に挑戦してみたいと思いました。


中々厳しいスケジュールの中でしたが、そのおかげで私たち学生陣含め海外諸国の方々、全員が成長に繋がったインドネシア遠征だったと思います。本当にありがとうございました。

People who have grown up in completely different environments have come to know each other through the universal baseball tool and have reaffirmed the greatness of baseball.

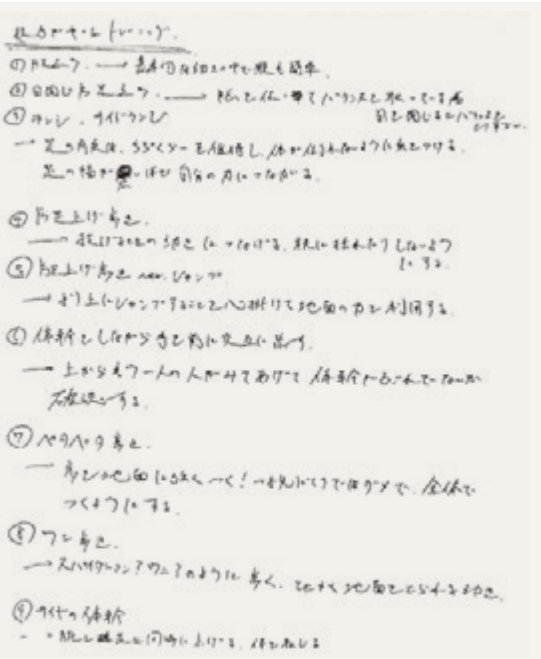
In my personal story, as I wrote at the beginning of this sentence, this expedition triggered a very big decision in my life. Previously, I was wondering whether I wanted to work for NPB or general employment, but it became clear whether there were risks by talking with various people. I wanted to challenge my limits to the goal.

Although it was a hard schedule, I think that it was an Indonesian expedition that led to the growth of all of our students and other overseas countries. I'm really thankful to you.

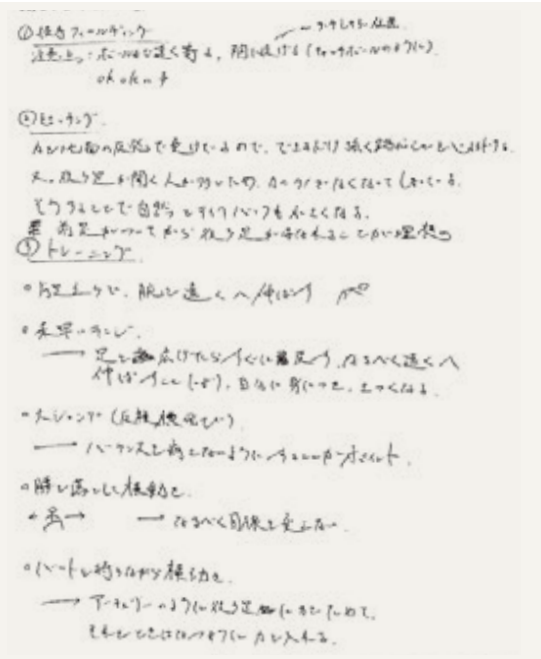
Day 1st
(4/Aug)



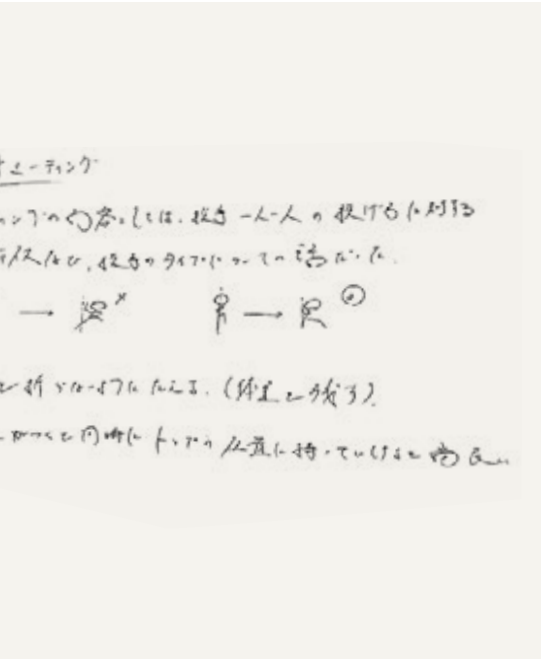
Day 2nd
(5/Aug)



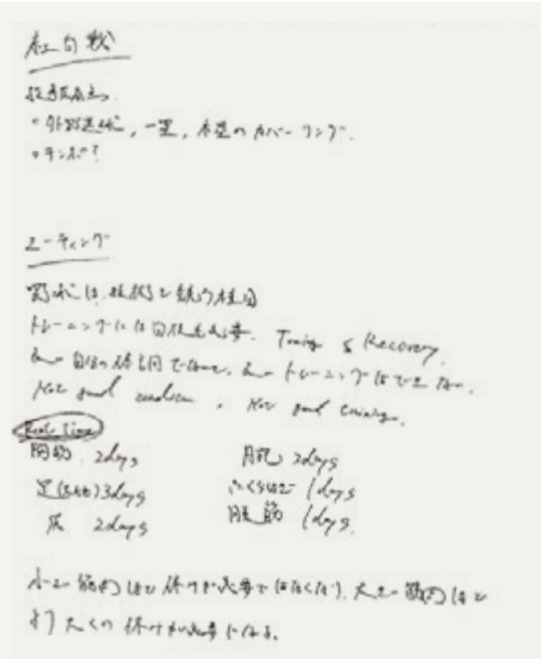
Day 3rd
(6/Aug)



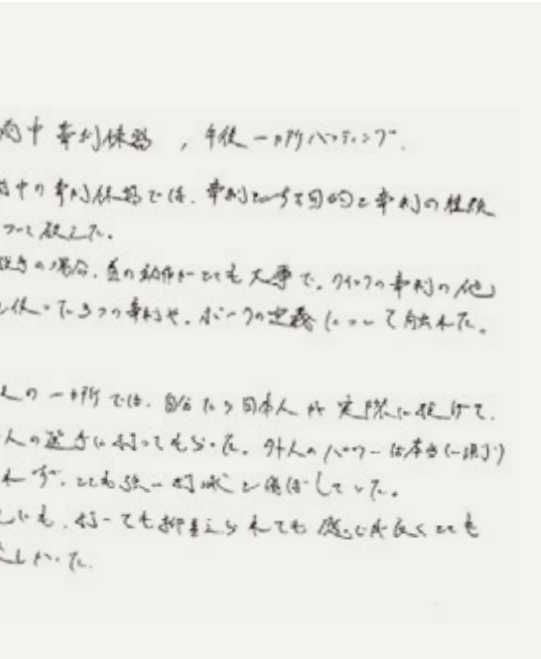
Day 4th
(7/Aug)



Day 5th
(8/Aug)



Day 6th
(9/Aug)





2019年ASEAN諸国野球指導者養成プログラムを終えて

After the 2019 Baseball Training Program for ASEAN Countries Coaches



島田 佳宜
Yoshinobu Shimada

①1998.6.6 / 21歳
②167cm・73kg
③右投・左打 Right・Left

④日本体育大学(3年) Nippon Sport Science Univ.
⑤熊本県 Kumamoto prefectural Kumamoto Kita
⑥野球の発展に貢献し、自らもレベルアップできるように精進します。

今回のプログラムを通して海外選手や日本人のコーチ陣の方々から多くのことを学ぶことができました。初めて海外の選手と一緒に野球をプレーしたり深くコミュニケーションをとることによってとても貴重な経験を積むことができました。

海外の選手から学ぶべき部分は多く、その中でも野球に対する探究心、熱意というものは私の想像を遥かに超え素晴らしいものでした。必死にメモを取ったり疑問に思ったことを積極的に質問したりする姿勢は自分も見習わなければいけないと感じました。

私自身なかなか伝えたい事が伝わらずに苦労するということは多々あったのですが、体全体を使って伝えたり野球は多くの道具を使って行うスポーツなので道具を使ったりとあの手この手でコミュニケーションをとるように工夫しました。海外の選手と会話していく中でいかに自分が野球をできる環境に恵まれているかということを改めて考えさせられました。

Through this program, I learned a lot from overseas players and Japanese coaches. I was able to gain valuable experience by playing baseball with foreign players for the first time and communicating deeply.

There are many things to learn from overseas players. Among them, the inquisitiveness and enthusiasm for baseball was far beyond my imagination. I felt that I had to follow the attitude of desperately taking notes and actively asking questions. I often had a hard time telling myself what I wanted to convey, but I communicated with this hand because I used the whole body and baseball is a sport that uses many tools. It was devised as follows. I was reminded of how I am blessed with the environment where I can play baseball while talking with overseas players.

ASEAN players and instructors who participated in this program will return their knowledge and skills in their home countries, and if they continue this program in the future, the level of baseball in ASEAN countries

今回のプログラムに参加して下さったASEAN諸国の選手や指導者の方々が母国で知識や技能を還元したり、今後も今回のようなプログラムを続けて行けばASEAN諸国の野球のレベルも上がり、野球先進国と呼ばれる国々と肩を並べるレベルまで来る日はそう遠くないのではないかと今回のプログラムを通して感じました。

私自身も今回のプログラムで得た経験をチームメイトに還元し、今後はさらに野球界の発展に貢献していきたいです。

will increase. Through this program, I felt that it wouldn't be long before we came to a level that was on par with other countries called baseball-developed countries. I would like to share the experience gained from this program with my teammates and contribute to the development of the baseball world in the future.

Day 1st
(4/Aug)

初日は多くの選手とコミュニケーションを取ることができたことと不安だった。しかし、おもしろいもので野球という一つの共通点で多くの選手とコミュニケーションを取ることができた。自分は英語を話すことはできないが、今回のプログラムにより良いものにするために全ての選手とコミュニケーションを取って野球の発展に貢献したい。

Day 2nd
(5/Aug)

午前の守備では昨日の基礎のステップの復習から入り重要事項をおさらいしてきていてとても良かった。しかし、いざノックになるとなかなか難しい部分もあったが、グラブで捕らず足の下をボールと通すようにする練習を行ったことにより、スムーズに打球に入る感覚が身に付くことができたのではないかと考えた。この練習法は是非日本の若い世代の練習に取り入れることでできれば良いなと思った。

午後の打撃練習ではライトライナープロで使った練習が主だった。パッと見...スイング...しているなと思った選手は、実はセンター方向中心にボールが飛んでいた。なかなかセンターに飛ぶことのできた選手も何れはゴロを一つ打つと打撃力が大きく向上することができるのではないかと考えた。

Day 3rd
(6/Aug)

午前の内野ノックではサード、セカンド、ファーストのゲッツーの練習を行った。星加波が中心となり指導を行っていたが、大事なことは基礎が**最も**重要であるということだった。しかし、~~非~~基礎にとらわれるのではなく、適応心を持ってプレーすることが重要だとおっしゃっていた。基礎である土台がないと適応心を持てられないと思う。改めて基礎、基本が重要であると感じた練習だった。

Day 4th
(7/Aug)

今日は午前のみの練習だった。昨日の午後のバッティング練習では柵越えは数えるほどしかなかったが、今日は多くの柵越えが出ていた。コーチの方々の指導、プラス選手たちの向上心であり吸収力の高さが今日の打球に出ていたと思う。選手の方々は昨日より今日、今日より明日とレベルアップしているので自分も多くのことを学ぶことができるように、高い意識をもってやっていきたい。

Day 5th
(8/Aug)

今日は紅白戦だった。海外選手の目立ったプレーといえばバッティングであろう。打球の強さ、速さは恐怖する感じた。日本の野球界の発展には東南アジアの野球の発展が必要になってくると思うので、更なるレベルアップに貢献したい。

Day 6th
(9/Aug)

本日が最後の1日練習だった。午前は走塁と守備をおさらいした。ベースを回る際にもまだ傾きが弱く、大回りになる選手が多いが、是非理解していただいてもいい。母国に帰って練習を重ねて上達してもらいたい。午後はシートバッティングだった。日に日に選手の振りが良くなっていてこのプロジェクトに参加してよかったと感じた。飛ぶ打球の力があり、もっと練習を重ねていけば日本野球の脅威になっていくのだろうかと思う。



2019年ASEAN諸国野球指導者養成プログラムを終えて

After the 2019 Baseball Training Program for ASEAN Countries Coaches



井上 颯太

Souta Inoue

① 1999.3.12 / 20歳
② 175cm・66kg
③ 右投・左打 Right・Left

④ 法政大学(3年) Hosei Univ.
⑤ 早稲田佐賀 Waseda Saga
⑥ 自覚と責任を伴った振る舞いを心掛け、自身の成長につなげられるよう頑張ります。

今回の遠征はインドネシア、スリランカ、ベトナム、ブルネイ、フィリピン、日本の6カ国が集まり、日本チームが他のチームに指導を施すことを目的としたものでした。このプロジェクトを通して最も印象に残っているものは、彼らが持ち合わせている野球への情熱です。彼らの野球が上手になりたいという気持ちが話を聞くときの眼差し、納得のいくまでノックを受け続ける姿勢などからひしひしと伝わってきました。幼い頃から始め、大学まで野球を続ける内にありがたみを忘れつつあった自分にとって、その姿は非常に心に刺さるものでした。現地の球場は足元が悪かったり、ホテルから移動する際もインフラ整備が不十分であるように見受けられました。日本の中だけで生活している内は自分達がいかに恵まれた環境にいるのか、本当の意味で理解することはできないであろうと思います。一度外に出て、自分の目で見ると、体で感じることでとても重要だと改めて感じました。また、不安に思っていたコミュニケーションも概ね問題なくこなせました。伝えたいことが100パーセント言語化できたわけではありませんでしたが、練習後のミーティングで自分達が教えたことを完璧に説明する選手を見たときは少し感動しました。コミュニケーションは心でするものだとよく言われますが、本当にその通りだなと身をもって感じました。

There are 6 countries gather from Japan, Indonesia, Sri Lanka, Vietnam, Brunei, the Philippines. The purpose of this expedition is to provide guidance by Japan team. What impressed me most through this project is their passion for baseball. The desire to improve their baseball has been transmitted through the eyes when listening to the story, and the attitude of receiving knocks until satisfactory. For me who started from a young age and continued to play baseball to college and forgot to appreciate it, it was a very stunning figure. The local stadium seemed inadequate, and the infrastructure was insufficient when moving from the hotel. If you live in Japan alone, you will not be able to really understand how blessed you are. I once again felt that it was very important to go outside and see it with my own eyes. In addition, I was able to manage the communication I was worried about without any problems. What I wanted to convey wasn't 100% verbalized, but I was a little impressed when I saw players who perfectly explained what they taught at a post-practice meeting. It is often said that communication is something that you do with your heart, but I felt that it was true.

野球以外にも貴重な経験ができたと思います。インドネシアは日本では存在しない宗教の雰囲気が漂っていました。練習中もお祈りの声が聞こえてきて、慣れてない自分からしたら少し不気味に感じました。インドネシアでもテロ事件が発生しているようなので、そういった問題について考えさせられました。

今回の遠征に参加できたことは自分にとって大きな財産となりました。プロジェクトを主催して下さった東都準硬式野球連盟、及び関係者の方々に心より感謝いたします。今後も野球を通しての国際貢献に精進することを誓うとともに、ASEAN諸国の野球文化のさらなる発展を願います。ありがとうございました。

I think I had a valuable experience outside of baseball. Indonesia had a religious atmosphere that did not exist in Japan. While practicing, I heard a prayer and felt a bit creepy from myself who was not used to it. It seems that there are terrorist incidents in Indonesia, and that made me think about those problems.

Being able to participate in this expedition was a great asset for me. I would like to express my heartfelt thanks to the Toto Semi-Rigid Baseball Federation and the people involved for organizing the project. I pledge that I will continue to devote myself to international contributions through baseball and hope for further development of baseball culture in ASEAN countries. Thank you very much.

Day 1st
(4/Aug)

良い点

- ・この国の選手も、声を出したり、楽しんだり、いー雰囲気はつくれていると思う。
- ・言葉の面では難しいところはある。しかし、お互いに仲良くして、コミュニケーションが橋になる。いい。
- ・技術的な指導も、いかに聞いて実行しようとしているから、現時点では問題ない。

改善点

- ・教人は肩力を持たず、最後の方は流し流し状態で見受けられた。バ、体感を増やすための対策は必要。
- ・時間が上手く使えていなかったように感じる。臨機応変に対応する必要がある。もう少しスキル通り、時間を把握できるようにしたい。

Day 2nd
(5/Aug)

良い点

- ・この国の選手も、声を出したり、楽しんだり、いー雰囲気はつくれていると思う。
- ・言葉の面では難しいところはある。しかし、お互いに仲良くして、コミュニケーションが橋になる。いい。
- ・技術的な指導も、いかに聞いて実行しようとしているから、現時点では問題ない。

改善点

- ・疲れた見えてると思う。スロウダウン。

復讐ミーティング時、今日教えたことを先やりに説明してくれたのがすごく嬉しかった。このようにやり準備して、気合を入れてやるように改めて思った。

Day 3rd
(6/Aug)

良い点

- ・引く親で、いー雰囲気が出ている。
- ・フリー、後援ボール拾いなども、みんな率先にやってくれている。
- ・分らないところ、疑問点があれば質問してくる。今日は何々、な気がする。

改善点

- ・アップが重すぎた。アップ、時に苦しそうにしていて、フェンスに寄りかかっている。教人を見受けられる。
- ・隙間時間や、少し休むように思える。フリー、隙間時間にフットワークをしたり、素振りをしてあげるといいと思う。

Day 4th
(7/Aug)

今日は午前中、フリー打撃のみだった。昨日よりも打球が飛んできて、向上した部分が見えて、すごく良かったと思う。練習後には自分たちも少しフリー打撃をする時間をいたたけて、リフレッシュできた。また明日もフルで頑張りたい。

Day 5th
(8/Aug)

野球がミスも少なく、綺麗な試合になっていて、とても良かった限り。攻守交代のスピードが、テンポも部分で、ホー40分などのチーム、いーところミスはあったものの、それなりにいいゲームができていた。個人的には思っています。言葉の問題も、あーたと思うか声かけ、ベースミスの確認事項、天候も少ない。たことは課題。

Day 6th
(9/Aug)

初日と比べて、全員で成長した。という、率直な感想。

1ヶ月の時、初陣する中でボールを要求し、競った選手が印象的。

・吸収しよう、向上しようとする姿勢が、感ぜられて、自分と初代も思っていたような感覚。全日程を通して、日本人へのリスや、トも感じることができた。フレンドリーな接し方、いー。日本にいては絶対に得る経験が、いー。いい経験が、いー。

おかげさまで、いー。



2019年ASEAN諸国野球指導者養成プログラムを終えて

After the 2019 Baseball Training Program for ASEAN Countries Coaches



長堀 巧

Takumi Nagahori

①1999.6.5 / 20歳
②180cm・80kg
③左投・左打 Left・Left

④獨協大学(2年) Dokkyo Univ.
⑤麗澤 Reitaku
⑥今回のプログラムを通じて参加者の笑顔を増やせるように一生懸命、頑張ります。

Day 1st
(4/Aug)

- ・自分から言いたいこと、伝えたいことがあるのに上手に伝えることができていないと感じた。
- ・また、英語というものの重要性も感じた。
- ・アジア各国の選手は日本の選手よりも体か、しかりしていてパワーがあると感じた。
- ・アジア各国の選手は、フレンドリーに接してくれてとても安心した。

Day 2nd
(5/Aug)

- ・昨日の声を聞いて雰囲気を感じた。
- ・投球動作において下半身の重要性と科学的な面で説明を受け、今まで何となくというものがしかりに理解することができた。
- ・よりよい投球をするためには、~~より~~効率的に地面から受ける力を使うことが大切だと感じた。
- ・開幕はあきらめ、パワー、力をつけるという思い。
- ・今まで自分から言いたかったトレーニングを教えてもらい、とても勉強になった。

Day 3rd
(6/Aug)

- ・今日のアプローチから声を聞いて雰囲気が変わった。
- ・ピッチャーフルディングは投げたい方向にしっかりと足を出してから投げる。
- ・ピッチャーの時は、体重を右足から地面に着地するまでしっかりと左足に残すイメージを持つ。
- ・右足と地面に着地する時は「つく」という感覚ではなく、「しっかりと受け止める」という感覚を持つ。
- ・ピッチングでボールを投げる時は、ボールを前にたおしすぎない。
- ・今日は新しい事とたくさん学んだが、全てが自分に足りないものを補ってくれるものなのでしっかりと自分のものにしたい。

Day 4th
(7/Aug)

- ・新吉さんにとていたいた自分投球動画を使われ、動作解析をしていただいた。
- ・やはり、前から注意していたポイントである、左足の始動が早いという所から見ていけた。
- ・一週間には、習得できるものではないことはわかっていて、リーグ戦に~~準備~~までにできるように調整したい。

Day 5th
(8/Aug)

- ・今日の練習メニューが面白かったから、早く雰囲気がよく、~~活気~~楽しかった。
- ・ようやく、自分から伝えたい内容を真吉さんや~~他の~~他の人の英語で聞いて学習し、英語で伝えられるようになった。
- ・自分から伝えたいことを英語で話して変わった時はとてもうれしい、英語の学習意欲が上がった。
- ・初日と比べて海外選手レベルが上がったと感じた。
- ・特にピッチャー陣はコントロール、スピードともに真吉さんをはじめとする指導者のおかげで成長したと思う。

Day 6th
(9/Aug)

- ・シートバッティングで~~投球~~空振りした。
- ・ストリート自陣に勢いもなく、変化球もまったくいってはいけなかった、とても苦しい投球となった。
- ・苦しい中でも投球と練習を続けられ、少しずつリズムよく投げるようになってきた。
- ・また、自分のストリートが調子で悪い時に外国人選手に対して通用したものは、とても自信になった。
- ・このプログラムを通じて精神的にも肉体的にも成長できたことを確信している。にかきとて、特に外国人選手、コーチ陣に感謝したい。ありがとうございました。

今回の遠征を通じて自分の野球観、語学力を客観的に見ることができた。今回の遠征での印象に残っていることが主に3つある。

一つ目は海外選手の野球の技術が高いということだ。率直に言うと、日本とASEAN諸国の間には大きな技術力の差があると考えていた。しかし、今回の遠征を通じてこの考えは180度変わった。野手陣はシートバッティングでは日本人投手からホームランを放ち、投手陣も140キロ近くのストレートを投げれる投手もいた。そしてどの選手においても身体能力が高く、また、野球の技術を向上させたいという気持ちを持ち、意欲的に取り組んでいた。今日、日本がアジアで一番、野球のレベルは高いが、日本がASEAN諸国に負ける日もそう遠くないと感じた。

二つ目は貧しい人々にも貧困層の人々にも野球教室などを開いていくことが野球というスポーツの認知度を上げるというものだ。スカルの空港からホテルに向かうとき、は裸足でサッカーをする少年たちを見たり、ホテルから球場に向かうときに貧しい人々を見た。しかし、今回の遠征に参加していた海外選手は基本的に裕福な人が多い。明らかに富裕層よりもこのような人たちが多いのである。実際に、生活に困窮している人たちは野球よりも生活だ

I could recognized my baseball and English skills objective though this program. I would like to tell you the three things which is impressed for me.

First, the baseball skill of foreign players is very high. Honestly speaking, I thought that there is a big gap of baseball skills between Japan and ASEAN countries. However, such idea was change in this program. Some people hit homerun, others could throw fast ball, near 140 kilometer. Also all player have good physical abilities and played baseball very hard. Today, it is true that Japan is the strongest in Asia in term of baseball, but I think that Japan will lost ASEAN countries in the near future.

Second, we should organize baseball schools for the poor to gain recognition of baseball.

Most of people who joined this program are well off. When I go from Soekarno airport to hotel, I watched the boys which played soccer without shoes. Also, when I go to baseball stadium, I looked many poor people. In short, the number of the poor is larger than that of the rich. In fact, the poor may be not likely to have interest in baseball because it is more important for them than playing baseball to earn money.

大事でなかなか、興味を持たない。しかし、貧しい人々にも野球教室などを開いていくことが野球というスポーツの認知度を上げると私は確信している。

三つ目はボディーランゲージの大切さだ。私が今回の遠征心配していたことの一つは英語であった。私は普段から英語を大学で勉強しているが、発音、文法などが原因でしっかりとつたわるかどうか不安だった。そのため、身振手振りを多用した。その結果、基本的に言いたいことを英語で伝えることができた。とてもうれしかったし、私にとって意味ある発見であった。

以上が私が主に今回の遠征で感じた事である。この遠征はとても大きな意味があると確信しており、継続してこの遠征が行われることを心から願っている。また、来年、私はこの遠征に参加したいと強く思っている。

たくさんの貴重な体験をすることができたこの遠征にご尽力していただいた、杉山さんをはじめとする方々に感謝申し上げます。ありがとうございました。

However, I believe that secure activities such as holding baseball schools are only ways to rise the recognition of baseball.

Finally, I learned the importance of body language in this program. English skill is one of the most worrying things. I study English in Dokkyo university, but it was very anxious whether foreign people can understand what I say in English so that I used a lot of body language. Therefore, fundamentally, foreign people could what I said in English. I was very happy. Also, such thing was very meaningful for me

In conclusion, I wrote three points about what I felt in this program. I believe that it is very beneficial for us to join this program and we should continue to hold this program. If I have a chance, I will join this program again. Thank you for reading.



今回、二回目のインドネシア遠征に選ばしていただき、光栄に思っております。指導者養育プログラムの一回目の遠征に帯同させていただいて、総務という形ではあるというものの、どの様にすればこの活動に少しでも貢献ができるのか自分なりに考えました。総務として、日本チームの円滑な運営はもちろんのこと、今回は海外チーム団の環境まで変えていきたいという目標の基、いつもより広い視野で野球というものを見ることができました。これまで選手という目線でしか見てこなかったのが、様々な業務をこなしていくうちに選手プレー以上に陰で支えている人の上で野球ができているんだということ。それだけでなくそういったサポートの人々の活躍がプレーヤーの活躍にも繋がっていることの改めて知ることができました。

手探りの状態の今回のプログラムの中で自分自身、成長ができたと思えるのは多くあるが、もっとも思うのは野球だけではないと思うが、必死に技術を吸収するもの、教えるものが集まれば、期間や言葉は関係なくおおいな成

I am honored to have been selected for this second expedition to Indonesia.

With last year's expedition, we thought about how we could contribute to this activity even if it was in the form of general affairs. In terms of general affairs, in addition to the smooth operation of the Japanese team, this time we were able to watch baseball from a wider perspective with the goal of changing the environment of the overseas team. So far, the only thing we have seen from the player's perspective is that baseball is being made by people who are behind the scenes rather than playing the player while performing various tasks. Not only that, I was able to know once again that such supporter activities led to the success of the players.

There are many things that I think have grown through this groping program, but I don't think it's just about baseball. The gathering of people who desperately absorb technology and teach people leads to tremendous growth, regardless of time and language.

長に繋がるということ。海外選手の一つでも多く学ぼうとする姿勢には、指導者である日本チーム団も学ぶものはあった。また異国の地にもかかわらず、ホテル内でもお互いでコミュニケーションを取るなど、野球を通じた国際関係の発展にも寄与できていると感じた。

最後に、こうして普通の大学生には経験のできない体験をさせていただいたことに、スポンサーの方々、連盟、親に感謝し、4年生である自分にとっては最後の遠征となるが、将来、東都大学準硬式野球連盟のこういった活動に少しでも協力ができればと思っています。

The Japanese team, the instructor, also learned from the attitude of studying multiple overseas players. I felt that I was able to contribute to the development of international relations through baseball, such as in-hotel communication, even in a foreign country.

Finally, thanks to the sponsors, federations, and parents for providing an experience that ordinary college students cannot afford. This is the last expedition for my fourth grader, but I hope to be able to cooperate with the Toto University semi-rigid baseball league activities in the future. Thank you.

本日(日)は、指導が初め、自分以外、初の参加ということもあり、なかなか流れに乗りが難しいのかと思います。ただ、大勢で各国の選手と引合張りして、帰路には、バウバウに笑いながら、各国の人と話して、言葉はとても通じ合っているように思いました。これから7日間、成長が著しい時ではないかと、日本が一番の見本となるために、常に前を走る「ライオン」と、これらの練習に取り組んでいきたいと思います。

3日目ですが、了し、日本人選手に「け」なく、海外選手達
が、時間を理解の上で行動が出来ていたのが、日本人選手が
手になら、行動がそれいう行動が見え、今回の遠征として、
野球に「け」なく、~~野球~~野球を取りまく環境をも
変えることが出来ているのは良いことだと思う。
行動に関しては、スリランカは一番スロウで、自分と高め
意識があり、おかしな所はすぐに聞いてくるところだと思った。
3日目になり、ケガが見えきているが選手達は水でも
字が「読」解が見えたりのは自分の弱さがある。

Day 5th
(8/Aug)

今回の遠征で初の紅白戦と行ない、アンパイアの
日旗で思えたことは、一番は多国籍チームなのに、
しっかりとしたチームワークが出来ていた事が驚きだった。
一つ一つの動きに対して、皆で声掛け合っている姿が
見えた。
動作に関しては、一部の選手は、これまでの反省が、
課題に対して、ワーク意識を高め、試合に取り
込み、出来たものにもよっては、続けていけばと考える
ようになった。
特に、ワイルドの選手は、意識が高く、ラインドライブで
学んだセンター方向への打球を放てず、成長を感じて
いると出来た。

まず、全体として良かった点として、日本人選手が各国の選手のことを2日目にして理解していたところが良かった。その結果的に、練習の間に、選手の特徴を踏まえた指導が出来ていた様に感じる。

1日目は、日本人1人に対して、海外選手1人という、マンツーマンの指導となっていたが、一人でそのボクシングの全体を見ることが出来た。余裕ができて、各持ち場沙汰の選手がいなかったら、今後の指導に期待ができる。

改善点としては、教えた際のHowは伝わっているが、学生が教えた際は、whyの部分が弱く、特に感じる結局、サポートメントのちがwhyの部分を伝えていないので、そこを改善していければと思う。

Day 4th
(7/Aug)

11月も通りの朝だった。今日は主陣が球場
に来てなくても日本選手が率先に準備を行ない、
それに伴い外国人選手達も手伝ってくれる様にな
っていった。

今回の遠征では自分の中の目標として、海外選手
に野球をとりまく環境と日本同様に行い、
それを有難みではなくして頂くことが当面に
思っている。そこを皆でやるのがチームワークになる
のだという事を伝えたいと思っております。

その目標が少しずつ広がっているのが良く
感じている様になってきているので、総務として
より高い目標に近づけていきたいと思います。

Day 6th
(9/Aug)

本日で一日練習は最後となった。
一番思ったことは、バッチングの違いで、~~スラッ~~
ラインドライブや、福原さん、杉山さんからの誘いのかげで
全強手のスイングや走塁が大きく変化し、チーム全体の底上
げになったと思う。

それだけでなく、全強手が国関係なく仲良くなって
いるのは、日本選手がいつでもフレンドリーな接合でい
るから、日本選手も常に野球の話を聞いて、その結果、練習中에서도
あがらない声は、いい声聞いている。とても全体的に良くなったと
思う。

明日で最後なので、知れている情報は全て教えてあげたいと
思う。



2019年ASEAN諸国野球指導者養成プログラムを終えて

After the 2019 Baseball Training Program for ASEAN Countries Coaches



トレーナー
Athletic trainer
笛田 翼 Tsubasa Fueta

①1997.5.7 / 22歳
②帝京大学(4年) Teikyo Univ.
③成田 Narita

⑤選出頂いたことを誇りに思い、トレーナーとしての
できる限りを伝えていきます。

・本遠征を通じて

スポーツトレーナーとして、本遠征に帯同させていただき、その中で得られた知識や価値観、最終日を終わての感想などを下記にまとめさせていただきます。

まず、トレーナーとして帯同させていただいた中で、得られたことは大きくあげて2つあります。1つ目は「語学力」です。海外の選手（インドネシア/ブルネイ/フィリピン/ベトナム/スリランカ）に対してウォーミングアップ、クールダウン、ケガの評価などの全てを英語で伝えることが非常に語学力を磨くトレーニングになりました。日本の野球やスポーツトレーナーから伝えられる身体の動かし方等を教えに行っていたましたが、選手から教わることも多くあったと感じています。1つ目は「日本選手と海外選手の身体的違い」です。スポーツトレーナーとして見るべきポイントとして、身体の使い方を見ることは多くあります。その中で、日本人選手に比べ海外の選手のほうがやはり上半身の力を使った動作が目立っていたことがわかり、フィリピンの選手を除いた他の国の選手はセルフケアに方法も知らず、柔軟性に欠けていたことも目の当たりにしたからこそ感じたことでした。

・Through this expedition

As a sports trainer, I will accompany you on this expedition, and I will summarize the knowledge and values gained in it and the impressions after the last day.

First of all, there are two things that I gained as a trainer. The first is "language skills". It was a training to improve my language skills by telling overseas players (Indonesia / Brunei / Philippines / Vietnam / Sri Lanka) in English, such as warm-up, cool-down, injury evaluation, etc. I went to teach how to move my body as reported by Japanese baseball and sports trainers, but I feel that there were many things that athletes taught me. The second is "physical differences between Japanese players and overseas players". As a sport trainer, there are many things to see how to use the body. Among them, it can be seen that overseas players were more prominent in using the upper body than Japanese players, and the players in other countries except the Philippines players did not know the self-care method and were flexible. I felt it because I also witnessed what I lacked.

・Support and cooperation for future activities

It was a week that I felt very positive about the significance of going to the Indonesian expedition and the continuation of future activities, and I also wanted to support this activity in the future.

・今後の活動への支援と協力について

インドネシア遠征へ行くことの意義と今後の活動に継続に対し、非常に好感を持ったとともに、私自身も今後ともこの活動を支援していきたいと感じた1週間となりました。やはり多くの国の方々が参加するだけあり、それぞれの母国での文化に触れることができたのはこれとない経験であったと感じています。それとともに文化の違いがある中で、野球という1つの共通項により心が通じ合っていくことも日に日に感じる事ができました。

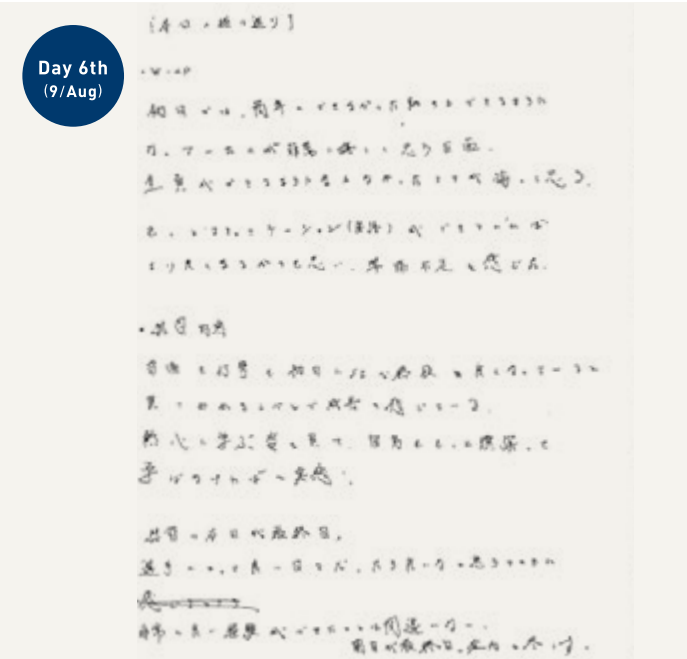
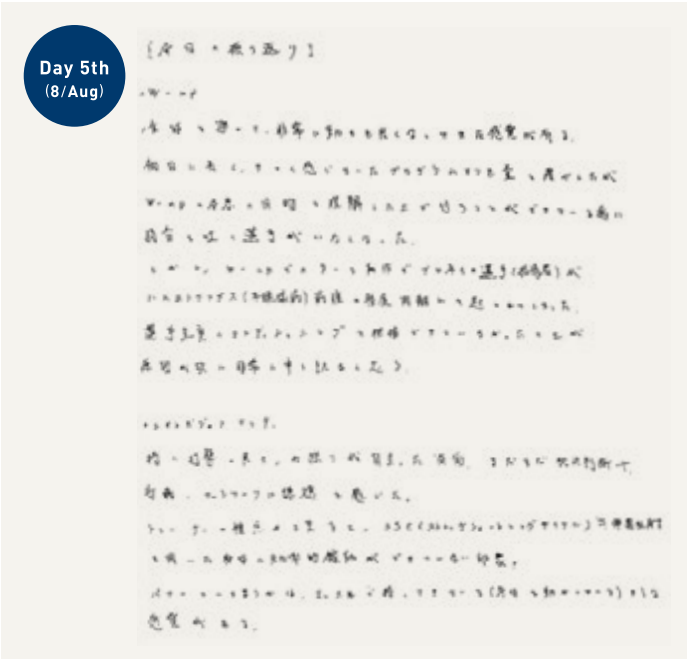
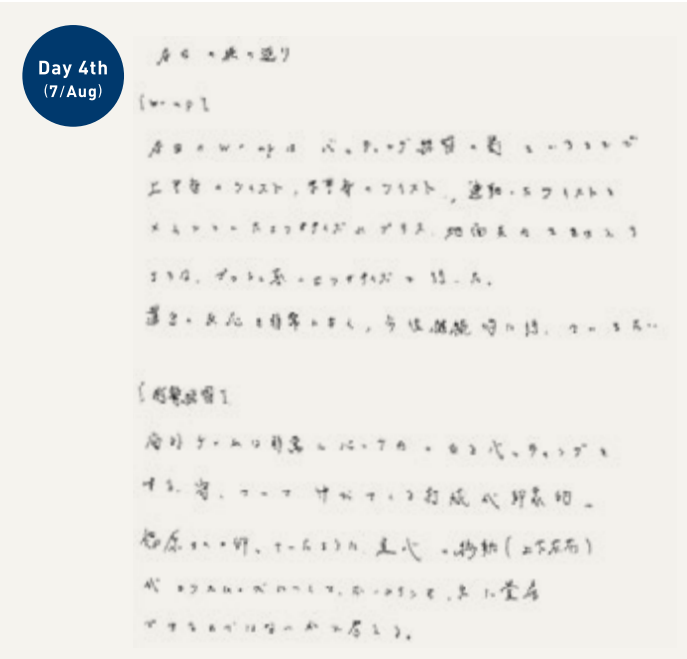
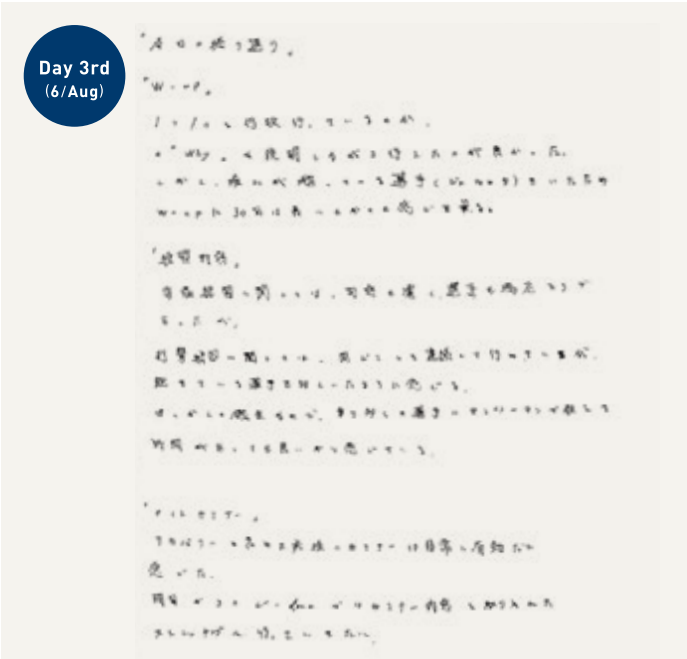
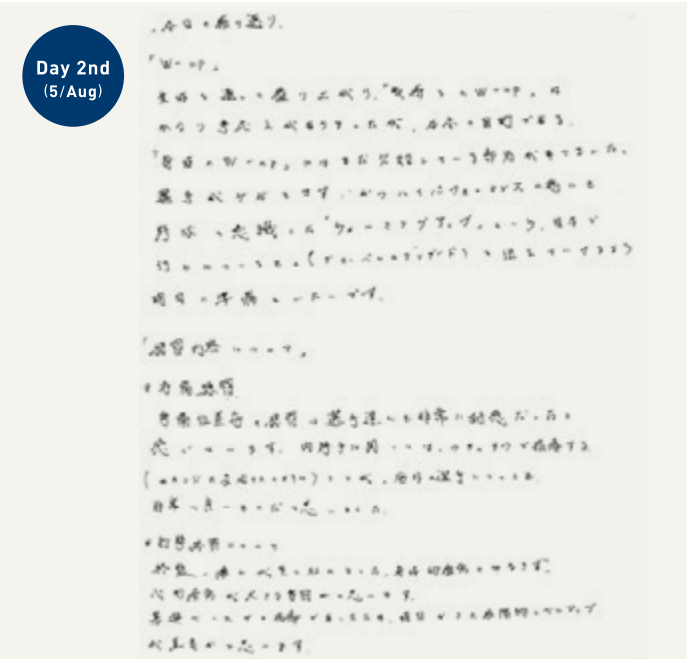
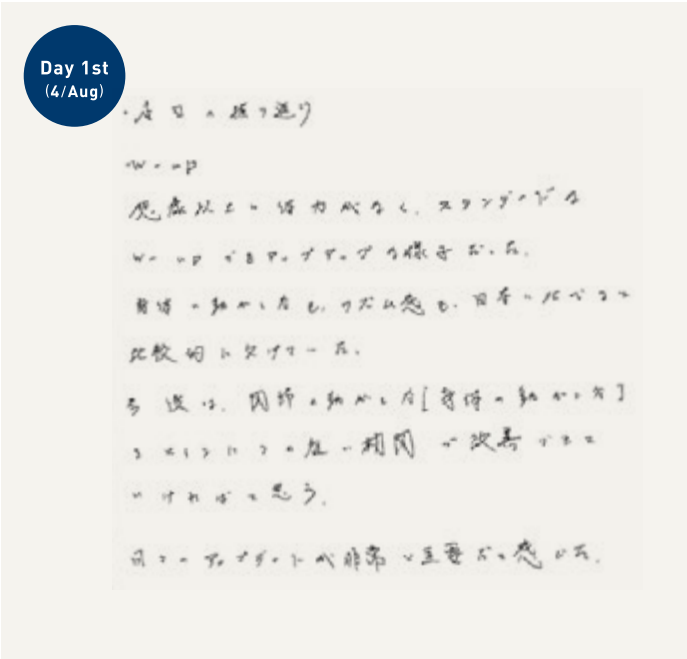
今後の東都準硬式野球連盟のインドネシア遠征「野球指導プログラム」は、将来日本のプロリーグへの介入などを含め非常に希望のあるプログラムだと感じております。今後はお金の問題で野球ができない子どもへのアプローチも兼ねて、日本で使わなくなった用具などの寄付も含め、各国の野球の発展に東都準硬式野球連連盟が強く関わりを持つことを期待するとともに、多少ながらにご協力をさせていただきたく思う遠征でした。

つたない文章なりますが、以上東都準硬式野球連盟 インドネシア遠征レポートとさせていただきます。

After all, many people from various countries participated, and I felt that it was an unprecedented experience to get to know the culture in their home countries. Along with the cultural differences, I was able to feel that my heart was able to communicate with each other through one common term called baseball.

I feel that the future "Baseball Guidance Program" of the Toto Semi-Hardball Baseball Federation in Indonesia is a very promising program, including intervention in the Japanese professional league in the future. In the future, I hope that the Tokyo Metropolitan Semi-rigid Baseball Federation will be strongly involved in the development of baseball in each country, including donating tools that are no longer used in Japan, as well as approaching children who cannot play baseball due to money issues. It was an expedition that I would like to cooperate with.

This is a disappointing sentence, but the above is the report of the Toto Semi-Baseball Federation Indonesia Expedition.





2019年ASEAN諸国野球指導者養成プログラムを終えて

After the 2019 Baseball Training Program for ASEAN Countries Coaches



野球フィリピン代表 コンサルタント
Philippines National Baseball Team Consultant
板倉 国文 Kunifumi Itakura



Diary



PHILIPPINES
YENSON JEROME

Day 1st
(4/Aug)

I learned many things from proper warm-up and catch and throw. And I learned the real the specific basic fundamentals in baseball especially in pitching. The coaches of Japan that with teaching us them what we wrong in pitching.

And tonight they explained about the strength and conditioning, and I learned that the percentage of physical training is much higher than other training because we are not physically fit as of our body and mind from physically.

This is the first day of training with different country and especially from the Japanese coaches, we learned a lot in them.

Day 2nd
(5/Aug)

Today I learned important things in hitting that we need very long swing to get more power and not to stand straight just make the bat away from the body and when they say don't lift elbow a bit going up and not right elbow should cross the swing not to much back.

One thing that I like it is all about the batting. I already learned that after I hit the ball we should not to use elbows. He has become if I use elbows the line and the catcher will hit I was not used easily with it.

And one important thing is we should stop my left foot at the corner of the base to avoid injury.

And warming is very important to change the motion of our body and to coordinate the hand flow very well. And do not ever forget the condition after the training in games.

Day 3rd
(6/Aug)

Today we learn again new things in baseball. First we do the same thing from warm up to last running. From running we do run through to first base. And not to imagine that hit to left left foot from outside you are running so you must need to look at the ball if it is hit. Second is some drills for catch and throw. Infor about the signal, catch and then you must need to do the 3 kinds drills for catch and throw.

Second thing that I learned is all about the all field training. We do four types of drills in outfield. This is very important to get the rhythm and timing to catch the ball. Then there is the cut man quickly. Catching in outfield is always our goal to get the timing.

We also do the fielding. Coaches of Japan teach us the basic, proper and better hitting skills of how to hit the ball correctly and stronger.

Especially Mr. Nakamoto teach us how important the condition is. We must do the whole condition. It contains so to be inside our condition that is very important to enter the rhythm of the whole.

Day 4th
(7/Aug)

Today we start doing warming up. The specialized doing just a twisting warming up only because we only do hitting. We begin from field hitting I apply what the coaches of Japan teach us and the basic technique of hitting is very effective to hit correctly and stronger.

Then we change to the second group we do also the good product of Japan which is line drive hit product that is good to strengthen the arms and to correct the swing of the batter.

Day 5th
(8/Aug)

Today we start doing warming up especially to activate the muscle before doing in practice game. We do practice game for the morning. All of the practice was given for the morning.

In my first at bat I got out on ground out to third and I got behind of my performance so I don't give I must do more and find so I will adjust quickly to my offense so in my second at bat I get a drive hit to right field and my second hit was a third base and my third hit is two because the coach said that is the relaxation of myself during the game and find it very important and also we do some training first before the game will started.

Day 6th
(9/Aug)

Feedback:

I start from day one I'm very happy to part of this program because I learn a lot of things in baseball. Coaches of Japan teach us how important is the basic training in baseball very tell us that this is good to correct our move in baseball. Each day they found different things that they tell us indicate is very effective. Especially to correct my batting and pitching. I know what of things that I learned from them.

Day 7th
(10/Aug)

Today training we focus on fielding, base running and hitting. In fielding you must not to make when you are getting the ball and also know not to high to the catcher and always lower. In the catcher catching in outfield he must throw the ball quickly.

In base running we do know to steal when the pitcher has left the mound on right handed and when you are on the base always check the outfielder so you can always already when the batter hit the ball.

In hitting we look to the different position so we can quickly adjust our batting.

東都準硬式連盟の本プロジェクトへは、フィリピンから投手、内野手、外野手の3名が参加しました。3名の選手はフィリピン代表選手でフィリピン国内では若手の有望選手となりますが、体格面では日本選手を含めたアジアでは戦えるレベルではあるものの技術面、精神面ではまだまだ未熟でありました。

基本動作と言われる野球の基本になる部分を、指導できる指導者がまだまだフィリピン国内では少なく、伸び悩んでいました。

今回本プログラムにて基本動作や、ストレングス&コンディショニングを学び、今までの練習やアフターケアの大切さを学ぶことが出来ました。

フィリピン国内では、基本的な動作が分からない、アフターケアをしっかり行わないことで多くの選手が肩や肘を故障して引退する選手がいます。プログラムで学んだことで自分の体、コンディショニングを整えることへの理解が深まった機会でした。

今後は彼らが学んだことを、フィリピンへ持ち帰り自チームや代表へ学んだ知識を伝達していくことでフィリピン国内のレベルの向上に役立つものである感じる事が出来ました。

また、基本を学ぶことで今後彼らが近い将来に指導者という立場で、この経験はフィリピンの野球の基本になってくれるものだと

思います。

東南アジアでは、フィリピンは勝つことが出来ますが依然として日本を初めとする3カ国とのレベルの差はあります。スキルとフィジカルをレベルアップしていくことで今後、日本、韓国や台湾と戦えるレベルまで指導者、選手が他国の良い点を学ぶことで一歩ずつ近づいていくことに期待したいと考えています。

このような素晴らしい機会を提供してくれた東都大学準硬式野球連盟には大変感謝しております。ありがとうございました。

In the future, I felt that they learned was useful for raising their level in the Philippines by bringing them back to the Philippines and transferring their knowledge to their teams and representative teams.

In Southeast Asia, the Philippines can win, but there is still a difference in level with Japan and three other countries. By improving their skills and physical skills, we hope that instructors and athletes will approach each other step by step by learning the good points of other countries to the level where they can compete with Japan, Korea and Taiwan.

We are very grateful to the Toto University Junko Baseball Federation for providing such a wonderful opportunity. Thank you very much.

Pitchers, infielders, and outfielders from the Philippines participated in this project of the Tohto University Junko League. The three athletes are the Philippine national team, who are young promising players in the Philippines. However, in terms of physique, they are at a level where they can compete in Asia including Japanese players, but they are still immature in terms of skill and spirit.

There are still few instructors who can teach the basic part of baseball, which is said to be basic movement, in the Philippines, and it has been sluggish.

In this program, I learned basic move, strength & conditioning, and learned the importance of practice and aftercare until now.

In the Philippines, there are some athletes who do not understand the basic movements and retire due to the failure of their aftercare if they do not properly perform aftercare. It was an opportunity to gain a deeper understanding of what I learned in the program and how to prepare my body and condition.



Diary

PHILIPPINES
MACASAET JUAN PAULO



Day 1st
(4/Aug)

Feedback:

- emphasizes how important the basic practices of baseball are. (ie. throwing to chest target)
- coaches are very encouraging to help baseball players even when they players are committing mistakes.
- all players are given equal attention from the coaches
- coach to player relationship/ very good interaction
- I am very thankful for this training program and I will promote this to young baseball players in the Philippines as a form of gratitude.

Day 2nd
(5/Aug)

Things we learned today was proper meaning to get base other hit. Which means we 4 important points namely (1) straight up middle line (2) top speed (3) lead on left foot and lower right corner to base. (4) arm and torso right in case of lead throw.

We also discussed the skills of the previous days. Catcher's throw, weight shift, straight body & separation for arm power and target throw.

For pitching we learned the proper joint movement and how important they are to pitching performance. We need strong and stable core and also body separation to generate arm power and generate better mechanics.

At the end of the day we discussed about arm up and arm down. When up the pitcher & some rotation better movement & maintenance. This also will come back. Core work is also important for body strong and muscles in order to avoid overuse day.

I really hope it is a good & practice where we're always learning for my body. I want my own body that I wish to make the best body I can do. To do well not only in baseball but also other daily activities all with my body is a goal.

My ultimate goal is to pitch 100 mph in my dream (although, right now my speed is 137 mph but with this program maybe help me achieve this goal.

Day 3rd
(6/Aug)

Today we practiced baserunning after a base hit. Running the base properly to always be ready to advance to the next base.

Moreover, we practiced pitchers fielding. Proper fielding technique and throwing to the base. This is an application of the basic exercises taught in the previous days that being very important.

Pitching training day 2 was more about body balance, stabilization & mobility. With proper execution results to more power. More mobility means more power.

Every day is a learning experience and a reminder to myself that I get better everyday. And I really enjoy it. Hopefully this helps me achieve my dream of playing professional baseball. Sugigama sensei and coaches are very helpful.

Day 4th
(7/Aug)

Today was a short day for pitchers as we just had a video analysis of our pitching motion. I got to learn about my deficiencies and mistakes from my motion such as early torso rotation on my back knee also my elbow dropping before pitch release. I admit there are common mistakes I make all the time so hopefully I got to revise my mistakes for a healthier pitching delivery and better performance. Wakabayashi sensei is very knowledgeable and attentive to everyone.

Day 5th
(8/Aug)

Today is finally game day! Yehy Happy! But practice game only. I got to pitch 2 innings and allowed 2 hits but still needs room for improvement. I need a better fastball, more speed so I can do better next game.

We also learned about strength training and the importance of recovery. More recovery and intense training means better development the next day.

Overall I was happy with today's result and I hope this carries over the next day.

Day 6th
(9/Aug)

Today was not at a recovery day for the pitchers as we were advised to not throw due to yesterday's game. We only practiced the different types of pickoff throws to bases. Thanks to Yuta, and Shun Takanaka.

Moreover we learned various situations of proper baserunning such as when there is runner at 1st base & runner at second base. For example I'm a runner at 1st base and hit to 2B. Only look at coach signal before touching 2B to know whether to stop or run to 3B. What's important is to run at full speed and always be alert. Afterwards we applied these tendencies into game situations to see if the player learned well.

There may be little details but very important at the end of the day and could be a factor to game result. We enjoyed today and all the good everyone's happy at the end.



Diary

PHILIPPINES
BOSITO ERWIN



Day 1st
(4/Aug)

I LEARNED THE 3 STOPS FOR THROWING, BEHIND THE BACK, FORWARD, AND SIDE. AND HOW TO MOVE MY FEETING AND BODY TO THE CORNER. AND HOW TO MOVE MY BODY.

AND I LEARNED THE CATCHING STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE CATCHING STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS.

AND THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS.

AND THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS.

AND THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS.

AND THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS.

AND THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS.

AND THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS.

AND THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS.

AND THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS.

AND THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS.

AND THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS.

AND THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS.

AND THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS.

AND THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS.

AND THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS.

AND THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS.

AND THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS.

AND THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS.

AND THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS.

AND THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS.

AND THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS.

AND THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS.

AND THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS.

AND THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS.

AND THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS.

AND THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS.

AND THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS.

AND THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS.

AND THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS.

AND THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS.

AND THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS.

AND THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS.

AND THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS.

AND THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS.

AND THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS.

AND THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS, THE STOPPED STOPS AND THE STOPPED STOPS.

Day 3rd
(6/Aug)

Today I learned some things but we now know the stops.

First of all, I learned about the stops. I learned about the stops.

First of all, I learned about the stops. I learned about the stops.

First of all, I learned about the stops. I learned about the stops.

First of all, I learned about the stops. I learned about the stops.

First of all, I learned about the stops. I learned about the stops.

First of all, I learned about the stops. I learned about the stops.

First of all, I learned about the stops. I learned about the stops.

First of all, I learned about the stops. I learned about the stops.

First of all, I learned about the stops. I learned about the stops.

First of all, I learned about the stops. I learned about the stops.

First of all, I learned about the stops. I learned about the stops.

First of all, I learned about the stops. I learned about the stops.

First of all, I learned about the stops. I learned about the stops.

First of all, I learned about the stops. I learned about the stops.

First of all, I learned about the stops. I learned about the stops.

First of all, I learned about the stops. I learned about the stops.

First of all, I learned about the stops. I learned about the stops.

First of all, I learned about the stops. I learned about the stops.

First of all, I learned about the stops. I learned about the stops.

First of all, I learned about the stops. I learned about the stops.

First of all, I learned about the stops. I learned about the stops.

First of all, I learned about the stops. I learned about the stops.

First of all, I learned about the stops. I learned about the stops.

First of all, I learned about the stops. I learned about the stops.

First of all, I learned about the stops. I learned about the stops.

Day 4th
(7/Aug)

Today I learned some things but we now know the stops.

First of all, I learned about the stops. I learned about the stops.

First of all, I learned about the stops. I learned about the stops.

First of all, I learned about the stops. I learned about the stops.

First of all, I learned about the stops. I learned about the stops.

First of all, I learned about the stops. I learned about the stops.

First of all, I learned about the stops. I learned about the stops.

First of all, I learned about the stops. I learned about the stops.

First of all, I learned about the stops. I learned about the stops.

First of all, I learned about the stops. I learned about the stops.

First of all, I learned about the stops. I learned about the stops.

First of all, I learned about the stops. I learned about the stops.

First of all, I learned about the stops. I learned about the stops.

First of all, I learned about the stops. I learned about the stops.

First of all, I learned about the stops. I learned about the stops.

First of all, I learned about the stops. I learned about the stops.

First of all, I learned about the stops. I learned about the stops.

First of all, I learned about the stops. I learned about the stops.

First of all, I learned about the stops. I learned about the stops.

First of all, I learned about the stops. I learned about the stops.

First of all, I learned about the stops. I learned about the stops.

First of all, I learned about the stops. I learned about the stops.

First of all, I learned about the stops. I learned about the stops.

First of all, I learned about the stops. I learned about the stops.

First of all, I learned about the stops. I learned about the stops.

First of all, I learned about the stops. I learned about the stops.



Diary

BRUNEI
MOHAMED IDRIS



Day 1st
(4/Aug)

1. Dynamic stretching with trainer.
2. Basic catch & throw - 3 steps
3. "Egg" (Soft catch)
4. Foot work & catch rolled ball
5. Snap throw for initiators.
6. Catch eye level/straight/low, throw & follow through

Why I like baseball?

Baseball puts your body through so many movements
Running, throwing, catching, moving from side to side.
Even the warm up & cooling down
are specific.

- * Dynamic stretching -
- * Foot work - Left/right/left/catch → throw.
- * Ball catch & throw.

Day 2nd
(5/Aug)

1. Warm up dynamic stretching
2. Basic running to 1st base
Left foot at corner of 1st base. Right foot
run then step from arm raised to back over throw.
Ready to run 20 and home.

3. Basic catch fly ball at fielder.
2 steps of movement.
4. Batting practice more of basic which in
practice & very difficult but hitting at
the point of contact.

* Batting because you really need to see.

* Good swing makes you hit correctly.
Make your hitting.

* Timing

- to adjust timing to pitch/pitcher.

* You have only 0.4s to hit after
pitcher throws pitcher.

* Post-pitcher -

- to predict what pitcher will do
throw by each situation.

- you need to see many type
of balls and pitcher.

Day 3rd
(6/Aug)

1. Warmup (dynamic stretching)
2. Catch & throw.
3. Outfielder training/drill.
a) ground catch.
b) Ground ball (catch throw back to diamond for).
4. American catch ball drill.
5. Team batting timing, live hit.
6. Night dynamic stretching practical cooling down.

Day 4th
(7/Aug)

1. Warm up stretching
a) groin
b) leg
c) hamstring stretching
d) shoulder.
e) wrist.

2. Batting stretching
a) twist leg left/right.
b) shoulder
c) hip.

3. Live pitch batting practice.

Day 5th
(8/Aug)

1. (Infielder)
a) Batting check (line drive)
2. Catch ground ball.
3. Pitcher
4. Throwing
5. Variation Selection.
6. How to use time.

(Outfielder)
outfielders drill
infielder drill
catcher drill.

- Game stimulation

- Basic base running.
- Lead off from 1st base.
- Lead body length + 1 step.
- Dive back to first base.

- Cooling down.

Day 6th
(9/Aug)

1. Warm up
2. Dynamic stretching
3. Base running to 1st base.
4. Base running on 1st base with batter runner
check/eye contact always with the
batted ball.
while runner eye contact with 1st base
coach/the batted ball.

5. Batting Practice/Stimulate game case.

6. Base Coaching/Technic
How to communicate with runner on base
How to advance them to home.



Diary

BRUNEI
PG AMAT PG HJ OMAR



Day 1st
(4/Aug)

1. Arriving 9.30 am
3 point warm up
2. Warm up
3. Stretching, Tugging, Dynamic, Stretching
4. Catch and Throw Basic skill
5. Catch and throw for infield throw (Basic).
6. Long distance throw for outfield
7. Foot work
8. Learning throw shot and long distance
9. Soft Catch (Egg catch) on the left and right
catch
10. Straight Body Catch for ground ball. Strong
lower (Body lower)
11. Snap throw
12. Why like Baseball: I like Baseball because
I want to share my knowledge
to all my Bruneian friends
especially my country and I love
this sports.

Day 2nd
(5/Aug)

1. Warm up
 2. Dynamic stretching with different movement and
technic
Example: Head movement and action
: Body Twist and leg
: Foot step
: Jogging
: Sprint.
This dynamic stretching is avoid injured and body
safe.
 3. Base running:
stealing to 1st base must be at left foot and step to
nearest base (1st base) with full and top speed.
After reach 1st base runner must see at the right.
4. Infield player will throw summer get advance
to 2nd base.
5. Runner must push the 1st base by left leg to
increase with full energy.
 6. Basic Catch ground ball (Side left or right when
ball become bigger than body straight to catch the ball).
 7. Batting Technic: Must target to Center field
hold bat smooth and relax.
 8. Cooling Down: with low speed to recovery
muscle
: Relax muscle
- Note:
Basic training is important to improve skill with
this is boring.

Day 3rd
(6/Aug)

1. Warm up
2. Dynamic stretching (Global standard).
Standard 20 to 30 minute depends on weather.
a) Cool weather 40 to 45 min
b) Hot weather 20 to 30 min
3. Single hit Base runner (stealing)
a) with top speed
b) Runner must step on the corner (base)
c) When reached to 1st base shoulder
must bend down (left shoulder)
4. Ground ball catch without - without glove
for tempo and motion.
5. Batting Technic
a) Timing
b) Pitcher release than foot step
c) Foot power
d) Body relax
Cooling down every movement
30 second to 60 second.
a) Big muscle 60 min sec
b) Small muscle 30 second.

Day 4th
(7/Aug)

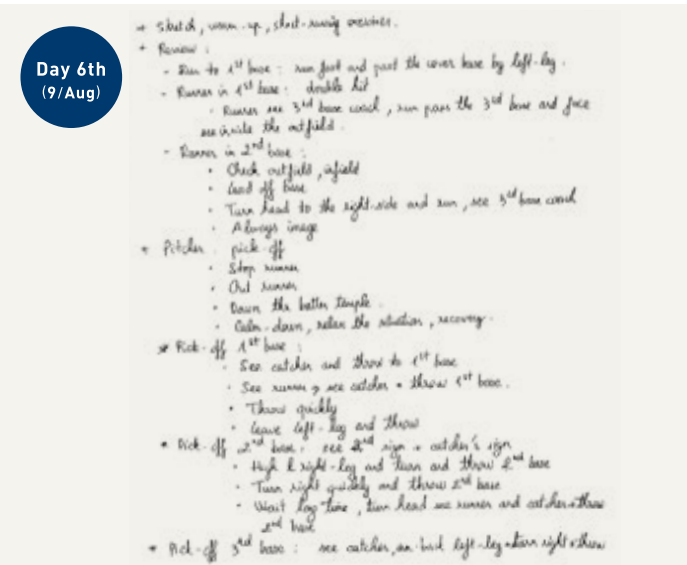
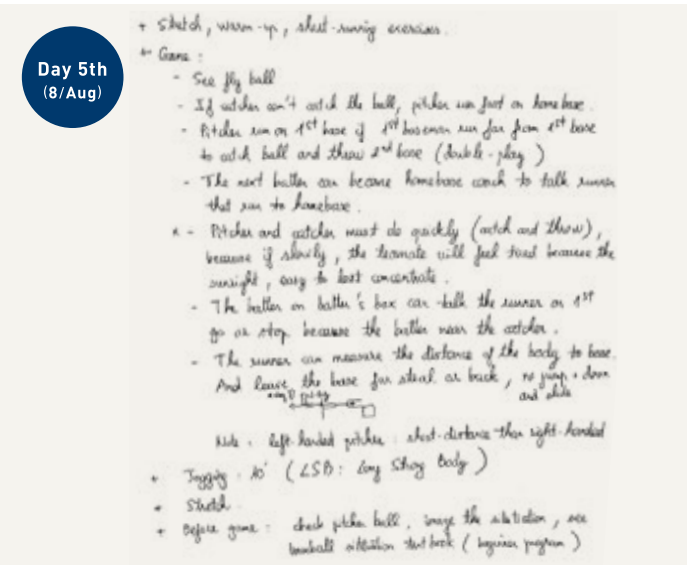
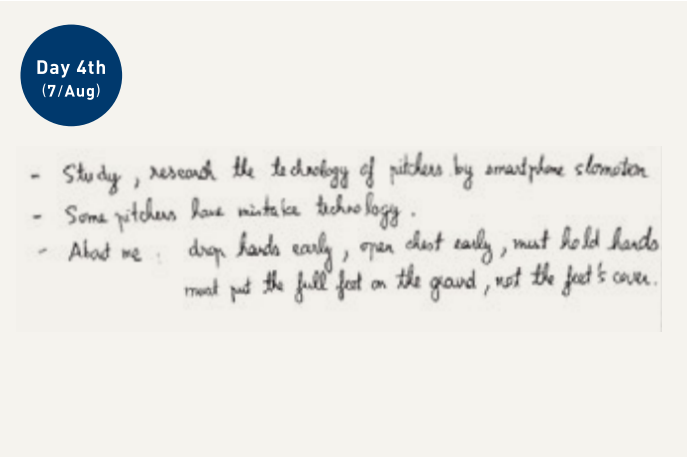
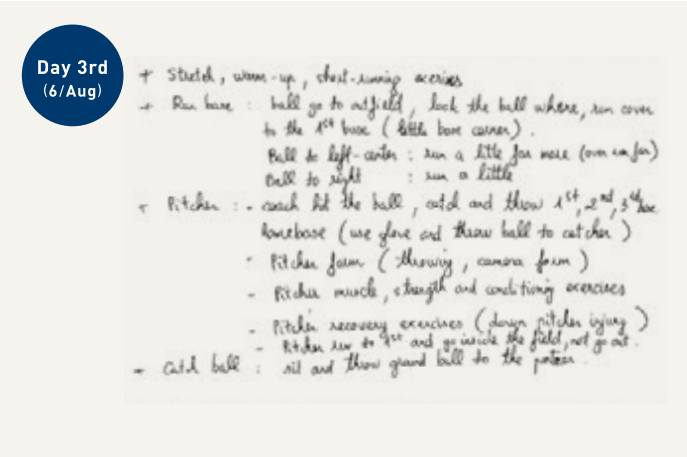
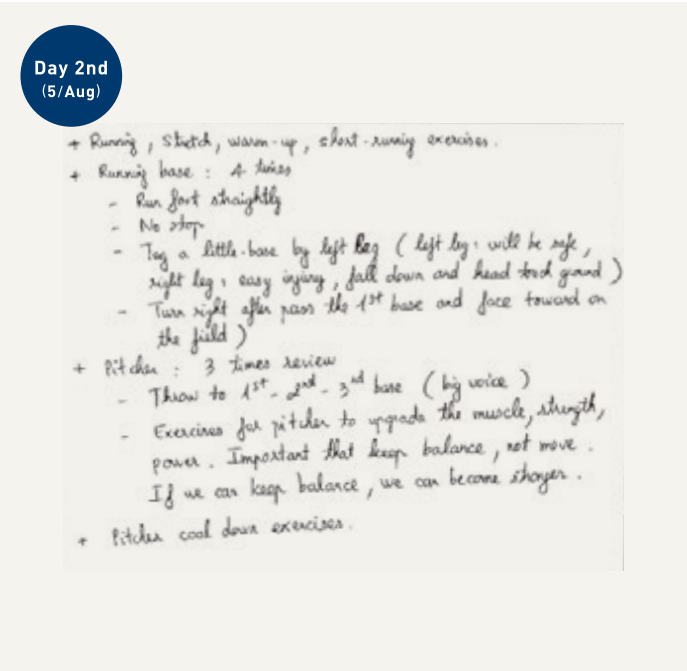
1. Warm up stretching
a) leg
b) groin
c) hamstring stretching
d) shoulder
e) wrist
2. Batting Warm up and stretching
a) Twist leg left and right
b) Twist leg left and right.
c) hip
3. Batting practice with pitcher
(live hit)
4. Burnt.

Day 5th
(8/Aug)

1. Warm up
2. Dynamic stretching by group
3. Base Case
a) Ground ball (catch and technic).
b) Batting line drill
c) Pitcher (no motion for batter).
d) Throwing
4. Timing for Batting
a) Outfield drill
b) Infield drill
c) Catcher drill
5. Batter at the box be automatic because the 3rd base
coach especially runner on the 1st base.
6. Basic base running
step + step
step straight to base but must back off to base
always must or dive at the corner bases.
7. Stand 180° at any to stealing to base
with slow movement for blood
oxygenate calculation and avoid injured
8. Cooling down
a) If a take a lead that should straight to home must
stand outside to avoid be finger for base stealing.
9. Note: Pitcher must not catch must throw faster
to each other to avoid infield and outfield waiting too long
especially when hot weather.

Day 6th
(9/Aug)

1. Warm up
 2. Dynamic stretching
 3. Batting Warm up stretching
 4. Base running to 1st base
 5. Base running: Runner on 1st base batter
hit runner on 1st base check
the fly ball or ground ball, runner
on 1st half way check throw
runner and look at the 3rd base coach
for stealing.
 6. Base running at the 2nd base must check
the ball if safe to run then can stealing
to 3rd base (check with 3rd base coach).
 7. Base Case (For Session) 2.30 to 4.30.
a) Out Play
- Note: Today I learn new technic (Japanese technic) for
3rd base coach. Base runner.



まず、この素晴らしいプログラムにお声がけいただいた事に感謝いたします。

ベトナムではまだまだ野球はマイナースポーツであり、個人的な調べで恐らく100名ほどしか大人で野球をやっている選手がいません。野球場も全ベトナムで3箇所ほどです。目標は東南アジア各国と戦えるナショナルチームの作成ですが、人口と比例し、レベルは未だ低い状態で、野球というスポーツの知名度もまだまだです。

そんな中、今回はASEANの「野球指導者を作るプログラム」ということで、これはまさに我々日本ベトナム野球協会と同じ考えでした。

野球を普及するにはまず良い指導者がいなければならない。しかし現状日本人の手だけでは必ず限界があります。

今回はベトナム人コーチDungが日本の大学生達、また他各国の選手達と一緒にプレイをした経験、そして指導者としての技術、練習法などを「ベトナム人がベトナム人に伝えていく」という流れができたらベトナムの野球も大きく前進できるのではと期待しております。

First of all, thanks for participating in this wonderful program.

In Vietnam, baseball is still a minor sport, and there are probably only about 100 adults who play baseball in personal studies. There are about only three baseball fields in all Vietnam. The future goal is to create a national team that can compete with Southeast Asian countries, but it is proportionate to the population, the level is still low, and the sport of baseball is still not well known.

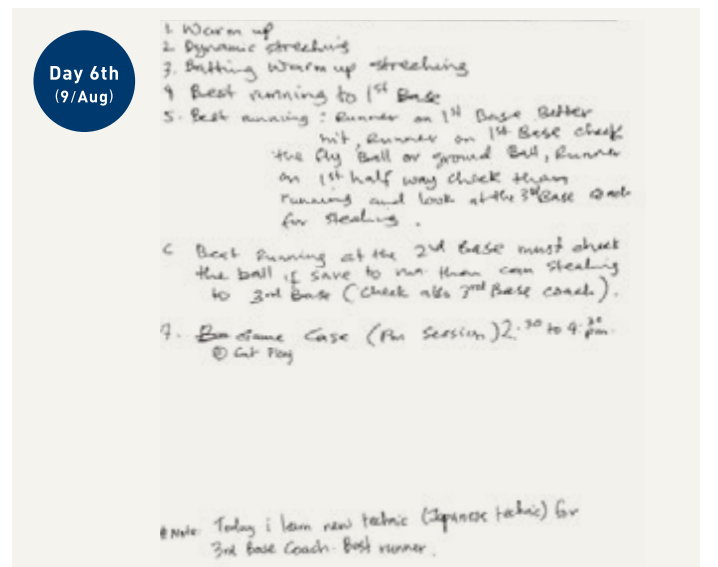
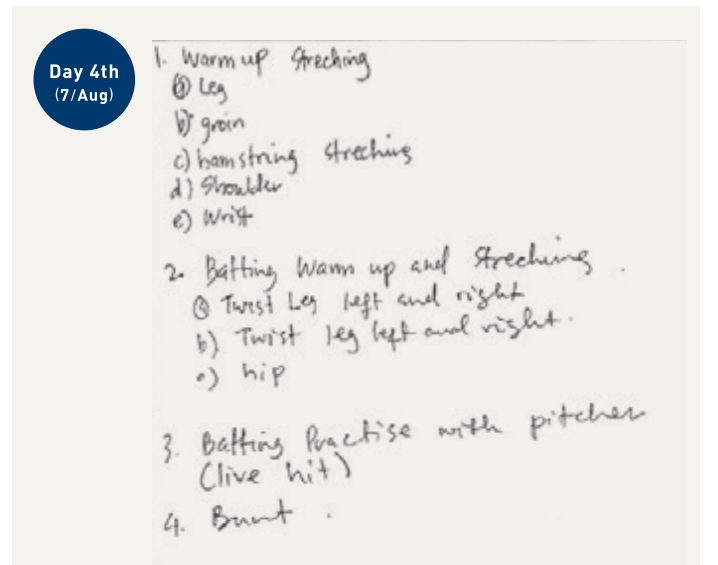
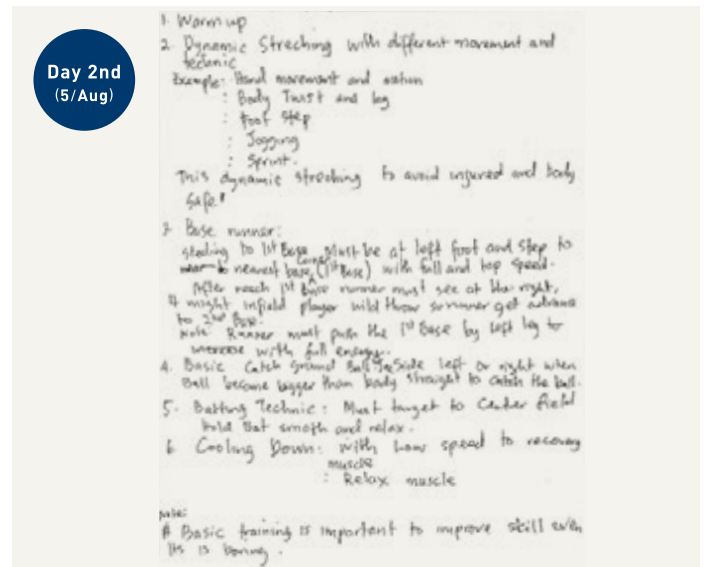
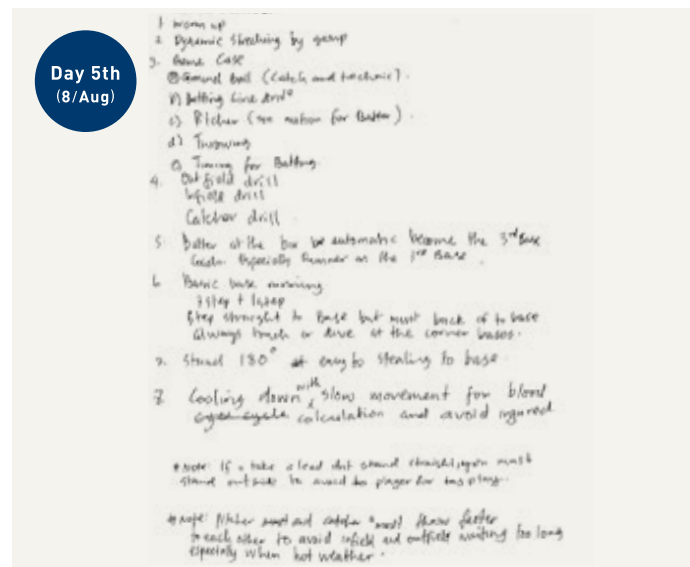
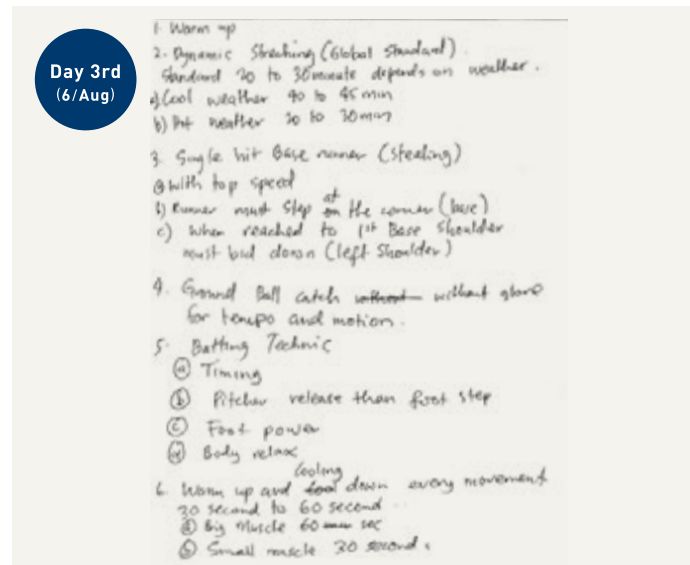
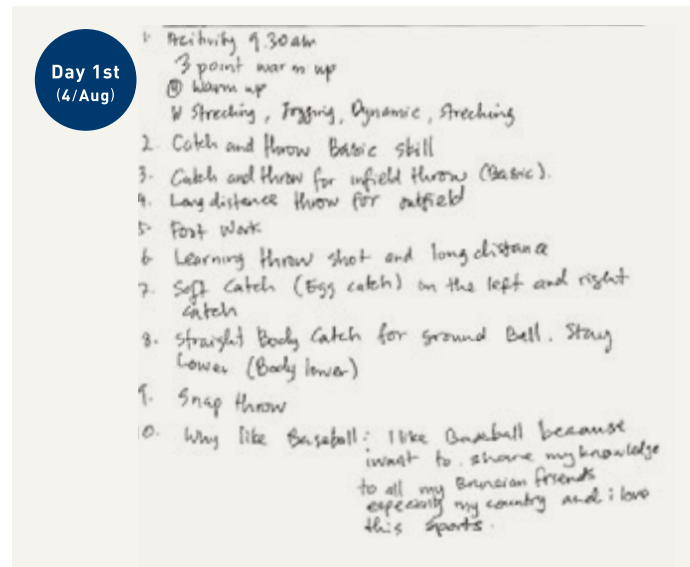
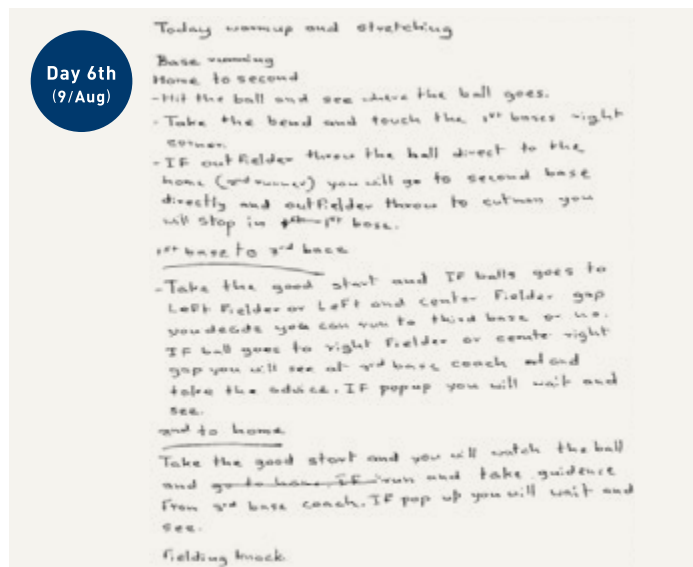
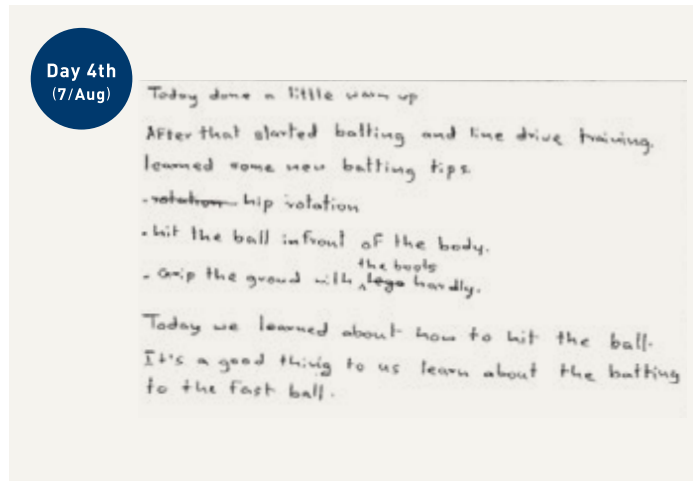
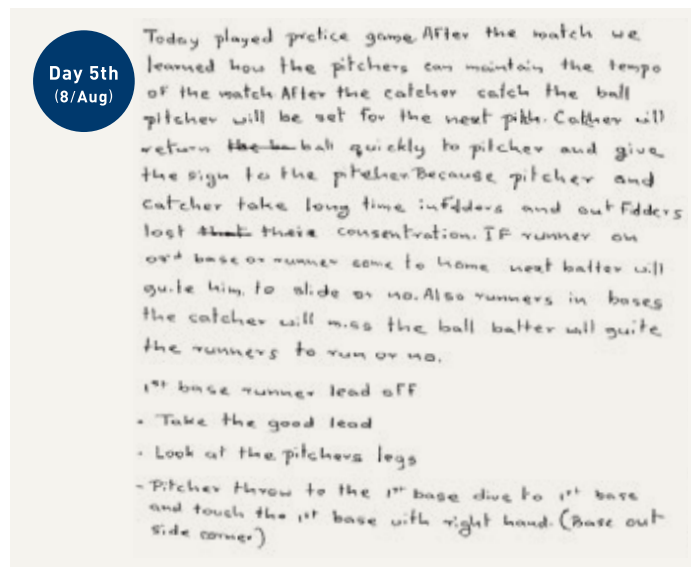
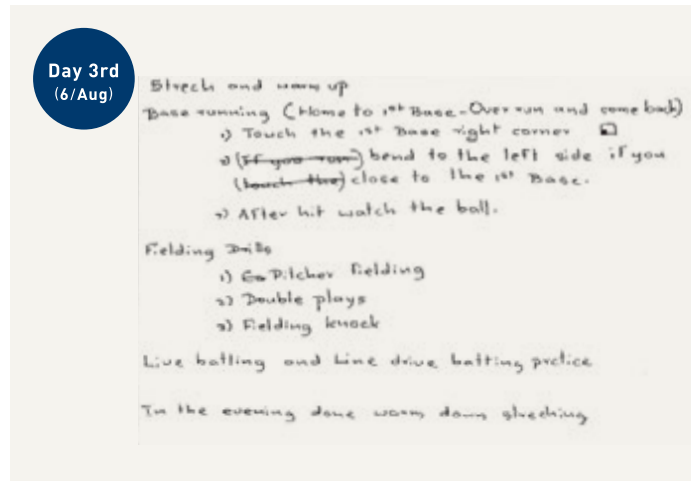
In this context, this time it was ASEAN's "baseball coaching program", which was exactly the same idea as the Japan Vietnam Baseball Association. To spread baseball, we must first have a good leader. However, at present, there is always a limit with only Japanese hands. This time, the Vietnamese coach Dung played with Japanese college students and players from other countries, and the flow of "Vietnamese to Vietnamese" about skills and practice as a coach We hope that Vietnamese baseball will be able to make a big step forward.

多くの日本人監督、学生にサポートいただき、ほぼマンツーマンでの指導を1週間という時間受講できる環境はベトナム人の彼にとって、とても贅沢で素晴らしい時間になったかと思います。私個人としても、他国の指導者たちの方々から様々な情報やアドバイスをいただけたことは大きな財産となりました。今後もベトナムが国際大会に参加できるように皆様のお話を胸に精進いたします。

終わりに、今回のプログラムを企画、運営、サポートして下さった関係者の皆様、本当に貴重な経験をありがとうございました。是非、このプログラムを継続していただき、我々もより多くのベトナム人コーチにこのプログラムを経験してもらえるように準備していきたいと思っております。

With the support of many Japanese coaches and students and one-on-one tutoring for almost one week, it was a luxurious and wonderful time for him. I received a lot of information and advice from leaders from other countries, and it was a great asset. We will continue to talk about your story so that Vietnam can participate in international competitions.

In closing, thank you to all the people involved in planning, running and supporting this program, for their truly valuable experiences. By all means, we hope that you continue this program and we will prepare more Vietnamese coaches to experience this program.





Diary

SRILANKA

VIMUKTHI SENAVIRATHNA



Diary

SRILANKA

SASHIKA DULSHAN



Day 1st
(4/Aug)

Today we do a proper warmup. It's good for the muscles and fitness. And we do also specific drills for baseball. And after that we start catchball. the basic 3 types of catchball.
* spread leg down position catchball.
* spread arm catchball using right foot
* under arm catchball * left foot

And also we do glove handling exercises. left side, middle line, right side. It's all are very good for the glove handling.

And also we do how to catch the ground ball with using proper techniques. It's very good for the infielders. Because it can easily take the ball and do plays.

It's the full day. Thankyou for the day!

Day 2nd
(5/Aug)

Today we learned of various base mobility exercises, more stretching techniques, good coordination movements are we learned.

And after that we learned about base running. It's more important thing. Because baserunning is the most important thing in baseball. we learned how to run and how to touch the base on foot and how to change our motion to miles throw. It's fantastic.

After that we catchball. And we catch some ground ball. And we practiced how to take ground ball in proper techniques. We catch the ball without glove. And I learned how to catch the ball. It's amazing. Because I learned that thing very fast time.

And last I learned how to swing properly. There is a very good equipment. It helps to hit a proper ball swing.

And today is a very good day. I learned different things and it's good very good for me to develop my techniques.

Thankyou!

Day 1st
(4/Aug)

අද දින අප මහලු ලීඩ්ස් ඉගෙනෙමින්. අපිට ට්‍රේන් එතුනු කඩක් අඩවෙලි එකේදී දක්වා: එකේ. එකේ. දෙවන එකේදී දක්වා තිබේ.

දින 1st (4/Aug)
bunting (funt 2 side)
bunting (funt)
Coordination exercises
Stretching launches.

මුහුණු Catch ball කරන දුමාරය දින 2වන දිනේ දිනෙකි.
Downen Kneel
Just on right leg
Just on left leg.

මුහුණු Infield drills,
* Glove handling
* Ball don දුමාරය දින 1st.

මුහුණු මහලු ලීඩ්ස් දින 2වන දිනේ දක්වා. එදිනේදී දින 2වන දිනේ දිනේ දිනේ.

ඔබේදී.

Day 2nd
(5/Aug)

අද දින අප මහලු ලීඩ්ස් ඉගෙනෙමින්. අපිට ට්‍රේන් එතුනු කඩක් අඩවෙලි එකේදී දක්වා: එකේ. එකේ. දෙවන එකේදී දක්වා තිබේ.

දින 2nd (5/Aug)
bunting (funt 2 side)
bunting (funt)
Coordination exercises
Stretching launches.

මුහුණු Catch ball කරන දුමාරය දින 2වන දිනේ දිනෙකි.
Downen Kneel
Just on right leg
Just on left leg.

මුහුණු Infield drills,
* Glove handling
* Ball don දුමාරය දින 1st.

මුහුණු මහලු ලීඩ්ස් දින 2වන දිනේ දක්වා. එදිනේදී දින 2වන දිනේ දිනේ දිනේ.

ඔබේදී.

Day 3rd
(6/Aug)

Today we learn how to batman in the outfield hit. We should see watch the ball first in the running start. And after that we bend the knee the first base and we should touch the right corner of the base on foot. And we pass the first base and run the little hit on the 1st and 2nd base. And catch the ball and back in the 1st base.

And Evening session we learn about timing of the batting. It's good. We learn how to connect the hit properly and how to swing the bat. It's good for the hit properly.

Today is the good day for us to fielding. Because we learn how to double play. How to toss the ball, how to go to the ball line and how to step when catch the ball. It's more effective to play quickly.

Thankyou for the day!

Day 4th
(7/Aug)

Today I learn about how to swing the bat properly. There is very good techniques. about twist the body. It's I learn how to transfer the body weight back to front. It's good for hitting. Everytime. And I learn how to do a well timed swing.

Thankyou for the day!

Day 3rd
(6/Aug)

අද දින අප මහලු ලීඩ්ස් ඉගෙනෙමින්. අපිට ට්‍රේන් එතුනු කඩක් අඩවෙලි එකේදී දක්වා: එකේ. එකේ. දෙවන එකේදී දක්වා තිබේ.

දින 3rd (6/Aug)
bunting (funt 2 side)
bunting (funt)
Coordination exercises
Stretching launches.

මුහුණු Catch ball කරන දුමාරය දින 2වන දිනේ දිනෙකි.
Downen Kneel
Just on right leg
Just on left leg.

මුහුණු Infield drills,
* Glove handling
* Ball don දුමාරය දින 1st.

මුහුණු මහලු ලීඩ්ස් දින 2වන දිනේ දක්වා. එදිනේදී දින 2වන දිනේ දිනේ දිනේ.

ඔබේදී.

Day 4th
(7/Aug)

අද දින අප මහලු ලීඩ්ස් ඉගෙනෙමින්. අපිට ට්‍රේන් එතුනු කඩක් අඩවෙලි එකේදී දක්වා: එකේ. එකේ. දෙවන එකේදී දක්වා තිබේ.

දින 4th (7/Aug)
bunting (funt 2 side)
bunting (funt)
Coordination exercises
Stretching launches.

මුහුණු Catch ball කරන දුමාරය දින 2වන දිනේ දිනෙකි.
Downen Kneel
Just on right leg
Just on left leg.

මුහුණු Infield drills,
* Glove handling
* Ball don දුමාරය දින 1st.

මුහුණු මහලු ලීඩ්ස් දින 2වන දිනේ දක්වා. එදිනේදී දින 2වන දිනේ දිනේ දිනේ.

ඔබේදී.

Day 5th
(8/Aug)

Today I learn how to lead a base. Height + Arm length + 1 step. This is our lead of the base. And always touch the left corner of the base using right palm. And Right hand pitcher we should lead more. (our maximum leading steps) A left arm pitcher we should lead short distance.

And Also I learned when the 3rd base runner on the ground, batter hit the outfield hit. Next batter would be the coach of homeplate. He told the runner slide or normal run.

Thankyou!

Day 6th
(9/Aug)

Today we learn about how to base running in the fly hit and gap hit. In 1st base runner and batter in the ground. 1st runner see the hit LF and CF only. He can identify can advanced 3rd or not. When the near to the second base 8-7m watch the 3rd base coach and get sign. run 3rd or stay 3rd.

And after that we learned about In the 2nd runner in base, He always get more lead and look the ball. And after running watch the 3rd base coach and get sign. run home or stay 3rd.

Thankyou for the day!

Day 5th
(8/Aug)

අද දින අප මහලු ලීඩ්ස් ඉගෙනෙමින්. අපිට ට්‍රේන් එතුනු කඩක් අඩවෙලි එකේදී දක්වා: එකේ. එකේ. දෙවන එකේදී දක්වා තිබේ.

දින 5th (8/Aug)
bunting (funt 2 side)
bunting (funt)
Coordination exercises
Stretching launches.

මුහුණු Catch ball කරන දුමාරය දින 2වන දිනේ දිනෙකි.
Downen Kneel
Just on right leg
Just on left leg.

මුහුණු Infield drills,
* Glove handling
* Ball don දුමාරය දින 1st.

මුහුණු මහලු ලීඩ්ස් දින 2වන දිනේ දක්වා. එදිනේදී දින 2වන දිනේ දිනේ දිනේ.

ඔබේදී.

Day 6th
(9/Aug)

අද දින අප මහලු ලීඩ්ස් ඉගෙනෙමින්. අපිට ට්‍රේන් එතුනු කඩක් අඩවෙලි එකේදී දක්වා: එකේ. එකේ. දෙවන එකේදී දක්වා තිබේ.

දින 6th (9/Aug)
bunting (funt 2 side)
bunting (funt)
Coordination exercises
Stretching launches.

මුහුණු Catch ball කරන දුමාරය දින 2වන දිනේ දිනෙකි.
Downen Kneel
Just on right leg
Just on left leg.

මුහුණු Infield drills,
* Glove handling
* Ball don දුමාරය දින 1st.

මුහුණු මහලු ලීඩ්ස් දින 2වන දිනේ දක්වා. එදිනේදී දින 2වන දිනේ දිනේ දිනේ.

ඔබේදී.



Diary

SRILANKA

ISURU DHANANJYA



Diary

SRILANKA

SAMPATH RUWAN KUMARA



Day 1st
(4/Aug)

1994 දී මහා ප්‍රාදේශීය මට්ටමේ සහ. කොටුපිටි 10.00 ව.
 මිලට පොරොන් ප්‍රමාණයෙන් සහ ප්‍රධානියෙකු ප්‍රතිර්
 භාගයෙන් පොරොන් ම. ගුරු කිසිවක් තවමත් නොමැත.

இவ்வாறு fishing கிடைக்க வழிதான். பிதாவர் கூட
Fisher and Catcher எனும் பெயரைப் பற்றித் தந்த
விஷயம் உண்டு. ஏனெனில் fishing and Fisher
சொல் இரண்டு சொல்லாக இருந்து போனிருக்கிறது
என்பது.

over 4 pitches 1st then 4 base tuning.
x 2nd x run
x 3rd x run top speed.

ଏ ଫଳ ନା କାଟିବୁ ଓହ୍ଲ ସେ କରଣେ.

தான் எங்கேயும் ரூபிள்கள் போனது பற்றி
எந்த தகவலும் இல்லை. இது பற்றி
உறுதி.

Day 3rd
(6/Aug)

[illegible]

බෙල් ජාති Pickers ප්‍රදර්ශය තිබී 18 තරුණ.
 ඉලිම නම Pickers කෙසේ 20 බාහිර පි.පි.
 තර. Pick නම තුනේ තර. ප්‍රදර්ශනයයි
 තර. බෙල් කෙසේ බාහිර කෙසේ තර.වි
 ඉපිට කෙසේද කෙසේ තර.වි
 කෙසේ කෙසේ තර.වි
 පි.පි.වි කෙසේ තර.වි

എന്നാൽ അത് നല്ലതല്ല. കാരണം അത്
കാണാൻ നല്ല ഒരു മാർഗ്ഗം അല്ല. അത്
അല്ല. അത്.

[illegible]

Day 4th
(7/Aug)

[illegible]

২৯শে আগস্ট ১৯৮৫ সালে
 ঢাকার পি.এ.স. রাস্তায়
 ১৯৮৫ সালের ১৯শে আগস্ট
 ১৯৮৫ সালের ১৯শে আগস্ট

ਜੀਵੀ ਵਿਖੇ ਦੇਖੇ ਗਏ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੇ ਸੂਰਮੇ ਸਨ
ਤੁਹਾਡੇ।

එයින් පැහැදිලි විය.

Day 5th
(8/Aug)

ମୂଳ ପ୍ରାଣ ପ୍ରାଣେ ମୂଳ ୧.୩୦ hotel ପ୍ରାଣେ
ଦିନେ ୧୦୦

25.02.2020 W. U. P. කිසිදු විෂය කිසිදු
 විෂය කිසිදු. වැඩි වැඩි වැඩි වැඩි
 වැඩි වැඩි වැඩි වැඩි. විෂය 30 වැනි
 වැඩි වැඩි වැඩි වැඩි. W. U. P. කිසිදු විෂය. වැඩි වැඩි
 W. U. P. වැඩි වැඩි වැඩි වැඩි. විෂය 5 වැනි වැඩි
 විෂය වැඩි වැඩි වැඩි.

ಕೆಳವಿ Catch ball ಮಾಡಿ ಹೊರಹಿಡಿದು. ಮೇಲೆ 6
 ಒಳಗಡೆ 100m Out fielder, in fielder ಕೂಡ 30
 ಅಂತರ 30m ಕೂಡ ಮಾಡಬೇಕು.

இந்த மூலக்கூறு திரவம் என குறிக்கப்படும்.
W. மெய்ஸ் குறிப்புகள்.

Day 1st
(4/Aug)

- first we dove down up and after leaved many many shells.
- first we turned three shells before catch ball.
 - 1) we down on knees
 - 2) just in left leg
 - 3) just in right leg
- after we reached glide handling
- we learned how to catch ground ball in three
 - 1) left → right → left → right → catch
 - 2) right → left → right → catch
- catch hot thing
 - 1) first bend the back leg - hold the bar and throw
 - 2) get in front of the front leg on back the leg and go back and throw
 - 3) three jump and throw long distance
- catching drink
 - 1) use the good sand against the bar and drop the ball (catch you)
 - 2) quick hand - then the ball to the bar (catch again)
 - 3) catch the bar and drop to often hand

Day 3rd
(6/Aug)

- * First today we learned basic base running skills for base hit.
- * we study main 3 point in base running.
 - 1) Good left side and top stepped running.
 - 2) touch the right corner in base.
 - 3) watch the ball
- * And next we learned fielding skills and remember last day fielding skills.
- * After ~~Running~~ we practiced American knock.
- * After American knock we drive the balls hit the fence and come back we ^{throw} back the balls and then back to out room.
- * After lunch we practised batting skills to make out timing.
- * In 20 minutes we had the live ^{after} Dickling and 20 minutes we practise live drive batting.

Day 2nd
(5/Aug)

- * Digging 4 ft in at several points with up 2 inch gravel from 10.00 to 25.00 depth 4-6-64
V.P.O.
- * Lowest material was fielding debris
found below 25 ft. down.
- * At out field ground flat and out
field catch material found very close
to 25 ft.
- * Each ground flat material a left leg &
right leg 1 was found in left
leg 1 & right side material very close.
- * out field catch material about
25 ft down into 25 ft.
- 1) out 25 ft into 25 ft
2) out 25 ft into 25 ft
3) out 25 ft into 25 ft
- * Level 10 ft line drag found 25 ft
material flat surface about 25 ft
down.
- * examined cut down field 25 ft
down.

Day 4th
(7/Aug)

- * Today we done only batting practise.
- * ~~For~~ first we done a little warm up
- * After we practiced line drive bat swing.
- * After we learned live ~~p~~ batting and rotate that 2 batting practise.

Day 5th
(8/Aug)

- * Today first was up session and after remember the last day fishing skills.
- * Next we started a game and we played grid game.
- * After the game we put a lunch and learned some skills.
- * I went batter too
 - 1) How to next batter Coached the 3rd base runner and how to hold touch the home slide or normal running.
 - 2) After we learned how to Dock first base in pickoff play.
- * Last we done cool down

Day 6th
(9/Aug)

- * First we done Normal warm up and after we learned how to running in to the base w after hitting.
- * ~~After started a match for batting~~ ~~shield~~ ~~practice~~ in field and out field
- * After lunch started a match for batting practice.
- * In last we learned special cool down drills and Normal cool down post.



Diary

INDONESIA

HALOMOAN YEHEZKIEL SIHOMBING



Day 1st
(4/Aug)

- What I learned today is about ability measurement
- * 2 method in throwing & catching: 1. Catch softly like "egg" 2. use little steps if close to ball
 - * 3 things to warm up arm: 1. Crouch throw 2. Side throw 3. Under throw
 - * 4 method in fielding: 1. Always stay low 2. Always basic! 3. timing in fielding 4. backhand & forehand
 - * Strength & conditioning
 - Baseball is a "Technical Sport" that requires a lot of practice
 - Pitching method: - Back body transfer - Front body transfer - 5 Step pitch
 - Catching/fielding: - make a big sound/call is very important so the player will know - Don't catch the ball - let the rhythm of the ball follow through the glove and right into the throwing hand

Day 2nd
(5/Aug)

- What I learned today?
- I learned there are 3 steps to baserunning
1. run with your full speed
 2. run straight to the base
 3. Always step that base with the left foot
- and always turn right after ^{crossing the base} so if error you can still maintain balance.
- why left foot? because if the player tries to pull you off the base you can still maintain balance.
- and I learned 3 things in pitching
1. always yell if you wanna get the ball. So there is no collision between the player
 2. Run through the ball with your speed and ^{not} effort
 3. when throwing to 2nd base always throw a little through the right so the player easily tags the runner
- After that I learned why pitcher's need a lot of stretch
- because we need the proper warm up to prevent injury's

Day 3rd
(6/Aug)

- What I learned today?
- * I learned how to base running = single hit and ~~base~~ to always look after you for the ball and
 - * Pitcher fielding
 - throw to 1st base: relax and run to the ball if you get the chance. If not, run to 1st base while asking for the ball. Yell is always important so the pitcher's know where to throw
 - throw to 2nd base: push to the ball and get the ball softly let the ball come to you and when you get the ball push it to your chest so it doesn't fall. And make one step then throw the ball. Remember to always have your throwing stance straight to the base that you wanna throw
 - throw to 3rd base: use the under throw to throw to 3rd base but efficiently. While under throwing just use your snap don't use your whole body
 - throw to home base: use the glove for catching and for throwing the ball.

Day 4th
(7/Aug)

- What I learned today?
- Pitching review:
1. arm rotation in pitching has to be straight
 2. chest while in pitching motion has to be always wide to make more power push on the ball
 3. body have to twist because more twist means more power to throw
 4. back leg always stay in the ground because back foot is only to stance pitching not for power

Day 5th
(8/Aug)

- What I learned today?
- Today we had a Sparring game and I learned about base running. About how to recover from pick off:
- 1st is to always measure your own height so you know how many steps you should take in leading
 - 2nd is to always run back to the base
 - 3rd is to always after hand reaches to base put your foot on the base so if the fielder tries to push your hand you still have the grip of the base with your foot.
- and I learned for pitcher's is to always speed up your tempo. Unless you have any runner on base then you slow your pitching tempo. To ruin the batter's rhythm
- and last is about telling when to slide/dive or not. When the batter hit the ball and there is a runner in 3rd base the on-deck player have to give him the call to slide or not. Because the on-deck player sees the ball better than the runner to home

Day 6th
(9/Aug)

- What I learned today
- I learned about baserunning in 2nd base
- First, you have to see the outfielder's so you can judge when the ball hit's to outfield you can run to 3rd base or run to home
- Second, when running to 2nd base always look to your base coach at 3rd base because he can give you command you to stop at 2nd base or run to 3rd



Diary

INDONESIA

HADI NUR MUHAMMAD



Day 1st
(4/Aug)

- day one.
- We learn how to throw base.
- throwing from over hand, feet parallel and bent.
 - throwing from the bottom, with right foot in front facing right (right throw)
 - same thing but with left foot facing right (right throw)

Day 2nd
(5/Aug)

pitcher

learn how to exercise physically with Mr. Watanabe-San

Day 3rd
(6/Aug)

pitcher

learn to fielding with the infield

throw to base, second, ~~three~~ three and home.

after that pitcher pitching and corrected by Mr. Watanabe-San

Day 4th
(7/Aug)

pitcher

stay in class and learn ~~about~~ about pitching movement. With Mr. Watanabe-San

Day 5th
(8/Aug)

pitcher game Max 2 inning

and corrected by Coach ~~about~~ that pitching must be quick and shouldn't be slow move to the first or to the ball !!!

Day 6th
(9/Aug)

today pitcher learn about pick off

there are three kind of pick off.

- pick off slowly to the ~~first~~ first.
- fast move to the first.
- and circular motion to first base but must to throw
- ~~a~~ and learn pick off to the second base ~~and~~ and third base.

Day 7th
(10/Aug)

game !!!

pitching full inning! (kalo hokok di pukulin)



Diary

INDONESIA

FALDY AKHMAD ZULFIKAR



Day 1st
(4/Aug)

It starts the second day of training with the Japanese team. So today was the first day we practicing with other countries like Japan, PHILIPINE, Vietnam, Brunei, and Sri Lanka. Made a new friends from Japan and others countries they're all friendly.
Got some new different kind of warm ups.
Another method of throwing and catching like underarms and others. Some unique drills for fielding and catching using a cone.
The Japanese players also said grab the ball like you're gonna catch eggs.
It feel awesome to play with these Japanese player. I hope someday i can go to Japan playing among these guys

Day 2nd
(5/Aug)

So today we practicing about fielding and batting.
I learned a new lesson about baserunning from home toward the first base, so i learned if you running toward the first base, you have to stomp the base bag or kicking it with your left foot and then you have to quickly see the right part on the field in case the opponent's fielder throw an error. Then i learned how to catch the ball with firm a body in catching frame, and if you're catching a pitch don't extend your left arm. Also, i learned the movement to throw to second base like a Japanese player, it was very useful and good.
The batting practice is also a little bit complicated, we used a line drive for a bouncer to drive the ball to center field but i'm a pull hitter, so it's kinda difficult for me.
The last thing for today the cooling down is very relaxing. Simple and relaxing

Day 3rd
(6/Aug)

So today was the third day of this training camp. I learned a new lesson how to tag the baserunner at home plate and this is the first time i caught an 87 mph 2-seam fastball by my Philippines friend. It was so thrilling and excited

Day 4th
(7/Aug)

This is the first time i practice a full time Batting only maybe the first and the last :) last night i learned the new method of stretching and it was really useful and in the morning my body feel really fresh

Day 5th
(8/Aug)

Today were having game of 6 inning and 3 outs. I got 3 out and 5 hit and it was fun to playing among my new friends from other countries.
After the game we learned about the position of being a runner on first base about a new style of lead in first base

Day 6th
(9/Aug)

Today i learn about Baserunning about running from the home plate advancing to the second base and running from the second base to home plate. Then we had a minigame of batting and baserunning with the Japanese players pitching against us. I still struggling to hitting their pitches even though i only got 1 hit



Diary

INDONESIA

RIZKI JODIANSYAH



Day 1st
(4/Aug)

The first day, we walked to the athletic field. Introduction meet, for the players then it there play catch game. Squat throw, one leg under throw and crutch under throw. There all this we have to do a long dynamic stretch.
After playing catch, we fielder are ~~assigned~~ told to do ~~long~~ fielding base 3 steps, left right left and then catch. We have to catch the ground ball in a very low position.
Next, we were told to pitch. There is also 3 basic pitching training but we not a ~~proper~~ pitcher so it is not really important even and then ~~begin~~ on focused as the base of catching a ball we have to make a lead hand from the glove without closing the glove and then drop the ball to the ground

Day 2nd
(5/Aug)

Second day. First time we finally get to the baseball field. The warm up is kind of simple. But my legs feels like it already warm out but i still able to use it normally.
The fielding session with the Japan team, they showed me a proper way to field. the quickness of their feet, the softness of their hands, and the way they get. It is something i could learn about. What a great sight to see.
Next up the batting session. Sun ran showed me how to do a good swing with some hand up device that i stick on the bat with the heat ball.
One other thing is some basic swing. The photo of the batting swing. Teach the base of swing as you can and get the correct form of the bat with legs back

Day 3rd
(6/Aug)

Third day, it start with warming up like the other day but today the program is more thing. And then the usual play catch, warm run to get a ground ball with no other from drilling position.
The next is impulse program, double play. I learn how to do double play all the way across. Third, short stop. And my ~~best~~ friend, Sun has. It is a pretty good program where ~~there~~ Sun show me to do basic step and there is opportunity to do you pick in and when we can do jumping throw or my advance more. Last skills, there is important.
After that, free hitting. I feel like a little bit awkward all the players ~~have~~ power. I can even swing right, but it doesn't stay me to learn. Process. I swing so much my back hands is hurting. But i hope i learned something after this program

Day 4th
(7/Aug)

Fourth day, Free batting and lead drive training. I'm still trying to lead to get a perfect hit, there is a little change in my swing. A new technique to transfer the weight for the swing. I hope i will get used to it soon.

Day 5th
(8/Aug)

Fifth day, to try the point knowledge and new skills. At the first it was the coach tell me to use my shoulder for the swing, it ends up difficultly. My left arm so i will keep in mind what the ~~Sun~~ Sun told me and try to learn it in another time. But ~~when~~ when the morning before, entering the batter box and face the pitcher. For the defensive, it's better than the last time in the tournament. Still having the doubt to see the underthrow to the first. But it kind of a bit relaxed when it come time to get to the ball

Day 6th
(9/Aug)

There is not long match on this day. I injured my arm so i spent my whole practice session sitting on the dug out. While everyone is playing a skunk game



AKMAL MIZAN DATAMA BAKRI



For the 1st day I learn about making
meatballs. We learn about things & what
we need to catch fish and use little
steps to get the meat. We also
learn about ways of throwing things.
There are three types of throw: overhand,
underhand and sidearm. We also learn about
pitching. We also learn about pitching to the
left, right, forward, backward and sidearm.
I also learn about pitching
to the left, right, forward, backward and sidearm.
I also learn about pitching
to the left, right, forward, backward and sidearm.
I also learn about pitching
to the left, right, forward, backward and sidearm.



What I learn today is the power stroke.

Ist I have about knee range. There are 4 things that is important in swinging. What do you swing? Not the hip speed and step or the legs. Walking left side of the bag & far more to look longer run.

Step with the last half and don't go too right if the ball goes, if so you might be to late.

For the second section I learn about position before.

For the output position if there ~~is~~ no right for us that we can set our feet forward with right foot first and then left foot as they change in going back.

1. Long back with the along with your head to the back.
2. Long back with long the head kept out right - then one remains that we can set the back, but these changes is new power.

- Putting
- Swing inside finish -
- Swing with both long and put the ball to the flag. Then swing the golf swing.

In the practice we use the hole to make the wheel lower wheel get you to hit the ball to the middle.



ADITYA MUFLIH MAHMUD



So today was the first day we practicing with other countries, Japan, Phillip, Vietnam, Brunei & Brunka.


6 or some new different kind of warm up.

Basic throw with B type underthrow, side throw, Basic throw.

and basic drill freeling and soft hand and egg ball. with cones




Basic drill freeling.



~~First~~ Place ~~the~~ Small Stretch and Dynamic
Stretch Sprint Jog - slow - slow speed.
and Base Running. Have 3 method. First, ~~Run~~
Straight TO The base sprint 100% Run with
your Max Speed and always set The base
with Left foot and kick The Base.
 Then start with left foot and see the
right side to check if wind throw.
and after base running we Practice throwing.
with 3 basic same like yesterday and after
that basic fielding with no mask and we
fielding position, But for fielding Sojawa San
said it hard TO Strength more to catch the
ball and fielding with no mask for make the
training let the ball through between hitless.
and batting practice with ~~no~~ Line Drive Pro
Make Bunting Nine 100 and after that
we cooling down with jog and stretch.



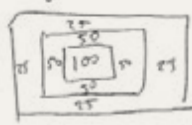
- 1st lesson learning of both my parents
 - ~~the~~ ^{the} ~~first~~ ^{first} ~~time~~ ^{time} ~~to~~ ^{to} ~~use~~ ^{use} ~~the~~ ^{the} ~~output~~ ^{output} ~~device~~ ^{device} ~~to~~ ^{to} ~~use~~ ^{use}
 - And then is the output device to use
 - Center the ~~the~~ thing we did yesterday, and
 - Color pictures and for the cases shown in
 - the site, and then we have to put the ball.
 - The second thing is the square ball.
 - We use the needle to put it.


 - We use to give the ball and catch it on
 - the needle so our government can't
 - Other thing that I know is the Japanese style
 - of output


 - The paper is so we can use the
 - ball straight not up and down.

 - In the body picture, we let the ball hand hold the
 - the ball with a chain of 5 small balls. The Japanese
 - can't make us to give my ball because of making
 - in the needle my ball is now further away.



We learn about battling today, divided
into two groups. First group battling
with fools and aim the shell to sized
the target is like:




The last name is
"Live Live pro".

We should aim it to the 100.
The second group is from battling
the battles fury the shell done it with
power.



Base running hit single run Base balance
TO LEFT and kick The base LEFT corner side.



If hit LEFT field more space from base
IF Centerfield. medium space from base.
IS RIGHT field. half way around field from base.
and basic training for Fielding New member.

and for Fielding Double Play Still Catch
in the middle and ~~step~~ STEP TO FRONT AND Throw
Second base. and for Shortstop have Two
Feet, first TOS and Show the ball and
if Ball Go to RIGHT Side Cap ~~the~~ in the
middle and Side throw. and for second
base IF Ball front side TOS and show the
ball, if Left Side Bad balance.
Twice to Second. and Side throw.
and batting timing ~~so~~ no golf.
sometime too early and too late. and.
I must of swing.



Today is ~~the~~ Free batting practice, ~~and~~ and
LineDrive Pro with Target and coach sag.
Batting to Center and Right field For
more Challenge and make Good batting.



For other day
First we did all the houses before
we got divided into two groups to
do a team spring. But I got
the chance to be in the team A
basketball. It was an amazing experience
for me of playing with the professionals,
Japanese and American players. Everyone
has a European style of play.
In the second season he then came about
last as first base. I know that the
width of the lead is one step plus
our height and height of our arms.
and then we spread our legs with the
right foot slightly behind the left foot.
But we have to get out our body and
bottom part as the push box by and do it
with one and part.



Today I learn about baserunning
from 1st base to 3rd base, from
2nd base to home. And then
we learn about throw & catch with
B style. We then we learn
about knock you infield & outfield.
In the second session we also ~~learn~~
do the game activities with
different base runs.



task ~~the~~ ~~the~~ ~~the~~ we played a 6 innings, and our
Team win. ~~the~~ we learn about ~~how to~~
almost Your position as a runner on first base
~~and~~ if you in outer circle and in inner base.
you must be coach third to first sign slide
or no in home plate



Today we learn a new menu is Double Base and Double hit. and after that we Barring with Runner outfirst. and I get 4 arbit. Barring with Japan Pitcher, ~~the~~ and Practice with Shinkichi about how to Good hip.



Diary

INDONESIA

NAZREY LAZUARDI



Day 1st
(4/Aug)

• Throw and Catch → Basic

↳ Throw

- Under Throw
- Side Throw

• Fielder / Defense Work

- - Basic
- Timing
- Feet

• Pitcher / Catcher → ~~Basic~~

Day 2nd
(5/Aug)

• How to be base running

→ run through the first base look right if there any error



always step with left leg in the western corner side of the base

• Fielder Defense

How to catch ball is effective

↳ Catcher 3 → if higher than use should can put and then put the ball

with right leg

→ if low in going back turn the head right leg and with left / right

• Batting

Swing free → in batting & learn how to hit the ball straight to middle

- Try good swing

- Timing

- Prediction

Basic batting improve point

Day 3rd
(6/Aug)

• Base Run



Jika pemain single maka pemain lain menggeser dan menggeser base hingga usung base menggeser ke arah / ke arah kanan.

• Fielding / Outfield

→ Jika bola single maka outfield menggeser dengan kaki kiri di belakang dan kaki kanan di depan badan agar menggeser cepat bisa geserkan ke arah kanan.

- Pemain bola akan mencari lapangan dan pemain dalam maka pemain menggeser diarah

- lari secepat mungkin untuk menggeser bola
Batting → mencari / ~~menunggu~~ speaker batting

Day 4th
(7/Aug)

Batting

→ Free batting

- Land Drive } Batting

• Menentukan waktu yang kurang bagus

• Timing

Day 5th
(8/Aug)

Base batting

→ how many steps you should take in landing

Sparring Game

• Fielder is - Jagan dan harus stop-stop untuk menangkap / menangkap

- Selesai stop waktu menangkap menangkap
- Selesai menangkap selesai saat
- Selesai menangkap selesai jika picking

Day 6th
(9/Aug)

Base batting → Jika jadi pemain maka bisa kapan pemain melihat pitcher

- Jika pemain melihat pitcher maka akan bisa dan melihat catch dari pitcher (kiri / kanan)

- Jika pitcher melihat 7 / 3 maka pemain menunggu dari pitcher

Batting is - Timing

- Structure



Diary

INDONESIA

ACHMAD NOWAL AVERDL



Day 1st
(4/Aug)

today is about ability measurement

* 3 method in throwing & catching: catch softly like "egg" use little story include

- * 3 things to warm up game: 1. catch throw
- 2. side throw
- 3. under throw

- * 4 method in fielding: 1. always stay low
- 2. always basic
- 3. timing in fielding

* Straight & Conditioning

→ Baseball is a "technical sport" that requires a lot of practice

• Pitching Method → back body tension

→ front body tension

→ 3 step pitch

* Catching / fielding → make a big sound / call is important

Day 2nd
(5/Aug)

So this is my second day in training with my friend and I learn so many to be a professional baseball player

First day

1. we learn about base running and then we understand about how to execute base running from home to first

2. we go back about throwing, please how to catch ball is effective and how to receive

3. and we learn back to basic about fielding and catching

4. and this very important I learn quick throw from the catcher to throw to first base, second base, third base with your body

and batting practice

- try good swing. Good swing make you hit correctly and raise your hitting average

- Timing ~~predict~~ to adjust your timing to pitcher

- Prediction to predict what pitcher want to throw by each situation

Day 3rd
(6/Aug)

today I learn many point lesson about base running and batting

- So I learn about ~~base running~~ how to base running is effective

- I learned how to base running: single hit and also to always look after you hit the ball

Day 4th
(7/Aug)

I learned about base running in 2nd base first. You have to see the out fielders so you can judge when the ball hits to out fielders. You can run 3rd base or go home

Day 5th
(8/Aug)

I learned how to base running single base and also to always look after your hit the ball

and we practice simulation game

Day 6th
(9/Aug)

today we had a sparring game and I learned about base running how to recover from pick off

and I learned for pitcher is always speed up your tempo. unless you have any runner on base then you slow your pitching tempo to run the batters rhythm



2019 THE BASEBALL COACHES TO THE TRAINING PROGRAM FOR ASEAN COUNTRIES



INDONESIA

HAMKA HENDRA NOER

Baseball in Indonesia has been increasingly developed and shown significant progress at the moment.

City of Jakarta is the benchmark to measure baseball development as it is not only contributing great athletes but also has the best coaches for the Indonesian national team. Jakarta has also become the training center that gives birth to many coaches and baseball athletes who coach and play for other provinces outside Jakarta.

The selection of the city of Jakarta to hold the 2019 ASEAN Friendly Baseball Training Camp is definitely appropriate as it has supporting facilities that are quite good i.e. an international standard baseball field that has been used for the past 2018 Asian Games.

The development of baseball in Asia has been evenly more spread out outside countries like Japan, Korea, Taiwan and China which have managed this sport professionally and made this baseball sport as an industry, so that the implementation of this activity will also increasingly make this sport favored by the public as well strengthen the brotherhood of the baseball community between countries in Asia.

Participation of 30 (thirty) athletes from various countries in Asia including Indonesia, Philippines, Vietnam, Brunei, Sri Lanka, along with athletes and coaches from Japan who serve as trainers will certainly make this training as one of the most awaited program that will deliver many graduated athletes with better ability to improve the achievements of respective participating country.

The culture of baseball in Japan is a tradition from generation to generations and will definitely bring great impacts to the development of this sport in Asian countries, especially in Indonesia.

This training programs are not only teaching baseball techniques but it also teaches the philosophy of sports itself which will certainly broaden every athlete's knowledge on baseball games.

The results of the DKI Jakarta baseball team's try-out to Taiwan some time ago are evidence whereas athletes playing techniques are significantly improved while the character of each individual has become more matured and confident which, of course, is greatly affected the outcome of the game

Becoming the Champions of PON Pre-qualification National Championships last July in Jakarta is evidence of the

training results which are the expected achievement target for the champions of PON 2020 National Championships in Papua.

It is expected that the training are to be held regularly thus be able to develop technically reliable athletes with good character who understand this sport with its philosophy which will turn athletes and former athletes to become better human beings and be the backbone of the Indonesian national team in the future.

Last but not least, We highly appreciated to Asean Centre Japan Foundation (JAPAN), Mr. Sugiyama Tomohiro from Tohto University Junkoshiki Baseball Association (JAPAN) and Mr. Nonaka Kazuto from Bina Indonesia Ciptakarya (BIC Foundation – Jakarta) who helped and organized this training camp very well and also thank you so much for all Japanese Trainers and players.

Warmest Regards,

Prof. DR. Hamka Hendra Noer, M.SI

Chairman of Pengprov Perbasasi DKI Jakarta - Indonesia



2019 THE BASEBALL COACHES TO THE TRAINING PROGRAM FOR ASEAN COUNTRIES



INDONESIA

GIBERTO R SAJOGO

First of all I would like to thank you to Tohto University Junkoshiki Baseball Association (JAPAN) or Mr. Tomohiro Sugiyama to make a great program for ASEAN countries. The program is going to develop good baseball in ASEAN countries and of course for DKI JAKARTA baseball team or INDONESIAN players.

Second, thank you to all participants from Sri Lanka, Vietnam, Philippine, Brunei and Indonesia. From these players and coaches we can training together and sharing the good basic technique in baseball. In Jakarta or Indonesia many young kids and adult plays baseball but they don't really know the important things about basic technique, this program helps us to see and learn more about basic technique.

During the program for the last 1 week, me and my players really enjoyed and learned about strength and conditioning from Mr. Shinkichi Watanabe and basic technique for batting, throwing, catching and base running and also the mental toughness from the Japanese coaches. I'm glad my players are growing with their technique because this program, they are so happy for the progress.

From the first day I think it is going to be hard program, until a few days later I realize this is a happy week to learn more about baseball. The Japanese coaches and the members also helps us on the field to improve my player's technique and also to have more knowledge about Japanese baseball for myself as the coach. One of the good things is every night we have meeting to review the training session that day and the players need to take a note every important advice from the coaches, this is a new lesson for me about coaching a players in Japanese way.

From the batting training I learn about timing (to make the step), barrel bat angle, do not twist the waist but push the waist to the front, both hands relax and if the batter facing the left handed pitcher, the right handed batter need to adjust the front foot near to the home plate (it is like close stands) and close the shoulder little bit. Imagine all the time the pitcher's pitch and also the batter's swing.

The basic catching is timing or rhythm and acceleration, either in ground balls or fly balls and the important is soft hands. I see the Japanese member catch the ground balls in the infield by side ways, there for to look the ball smaller and easier to catch it. For catcher must to make a big sound from the glove when catch the ball and catch the

ball in front of the chest (framing).

The most important in base running is always running in top speed (sprint). When the batter runner hit ground ball in the infield, the batter runner must sprint, reach the first base in the right front corner with the left foot and kick it to the right side and look for the throwing error.

If the batter runner hits single to the outfield. The batter runner must make over run after reach the first base and before that as soon as the batter runner hits, the batter runner must make a short curve line to the first base. There are 3 types of over run. First if the batter runner hits single to the left field, the batter runner must make long over run and look at the ball. Second if the batter runner hits single to the center field, the batter runner must make medium over run and look at the ball. The third if the batter runner hits single to the right field, the batter runner must make short over run and look at the ball. Why the batter runner always look at the ball, if there is a fumble or an error in the outfield, the batter runner must take to the next base. The batter runner or the runner on base must sprint all the time especially two outs situation. Why, we look for an error. Stealing condition. For all runners on base, they need to look carefully the pitch from the pitcher if the pitch start low and makes a bounce to the catcher, the runner must steal the next base.

From the lesson of Mr. Shinkichi, I learn about more how to do the proper warming up, cooling down, stretching the muscle, strength training, endurance training and recovery. I have some good notes from him such as, 'Training = Recovery', 'Good Practice Needs Good Body & Mental Condition' and the last is Baseball is Technical Sport Requires A Lot of Practice. He teach us well and easy to understand.

Finally, thank you for the good time and the lesson that you guys give to my players. I'm looking forward for the next program from Mr. Tomohiro Sugiyama.

Regards,

Gilberto Riesanto Sajogo

HEAD COACH, DKI JAKARTA BASEBALL TEAM



2019年ASEAN諸国野球指導者養成プログラムを終えて

After the 2019 Baseball Training Program for ASEAN Countries Coaches



インドネシア国家青年スポーツ省 野球アドバイザー

Minister of Youth and Sports of the Republic of Indonesia for Baseball Sector

野中 寿人 Kazuto Nonaka

2019年8月、インドネシアのジャカルタで開催された「ASEAN諸国野球指導者育成プログラム」はインドネシア、スリランカ、フィリピン、ブルネイ、ベトナムから選手及び指導者を招聘し開催されました。

この「ASEAN諸国野球指導者育成プログラム」には「実技指導」「アスレティック研修」「日本の独立リーグとのコネクティング」「日本の大学生のグローバル化」という4つのファクターを含んだプログラムとなり、まず「実技指導」から述べてみたいと思います。

プログラムの主旨でありタイトルにも明記しているように、ASEAN及びアジアの野球途上国における野球の発展と向上は、現地人指導者の育成というものがポイントとなっており、同時に大きな壁となっています。これはどういうことかと申しますと、野球における投げる、打つ、捕る、走るといった動作の要点をしっかりと把握・理解をした現地人指導者を育てることが必要不可欠ですが、これまでその実現は困難を極めておりました。しかし、今回の指導体制が構築されたことで、この意味を最大限に含ませたプログラム内容の実施が出来たと確信しております。基本を学び現場での経験によって指導力が培われるという認識も薄いのがASEAN及びアジアの野球途上国の実情であり、今後、単なる野球教室ではなく、各要点を学習する場の提供や実施が重要となってくるでしょう。

次に「アスレティック研修」は現状、ASEAN及びアジアの野球途上国には導入されていないものです。しかし、今回の研修において、上記記載の技術指導と野球の向上に大きく連動するストレッチ、トレーニング、セラピー、リハビリテーション等を含むアスレティックの重要性を深く広められたと確信します。

The ASEAN Baseball Leader Training Program was held with players and leaders from Indonesia, Sri Lanka, the Philippines, Brunei, and Vietnam in Jakarta Indonesia in August 2019,

The ASEAN Baseball Leadership Development Program is a program that includes the four factors of "practical instruction," "athletic training," "connecting with the Japanese independent league," and "globalization of Japanese university students." I would like to start with "Guidance".

The development and improvement of baseball in ASEAN and Asian developing countries is based on the training of local leaders, and at the same time, is a major obstacle.

It is essential to train local instructors who have a firm grasp and understanding of the key points of baseball throwing, hitting, catching, and running. Until now, this has been extremely difficult. However, I am convinced that the establishment of this guidance system has enabled the implementation of the program contents that maximize this meaning. It is the fact that ASEAN and Asian baseball developing nations are less aware that they learn the basics and develop their leadership through field experience. In the future, it will be necessary to provide and implement a place to learn each point, not just baseball clinics. Secondly, athletic training has not been introduced in ASEAN and Asian baseball developing countries at present. However, I am convinced that this training deepened the importance of athletic, including stretching, training, therapy, rehabilitation, etc., which is greatly linked to the technical guidance described above and the improvement of baseball. Due to differences in biomechanics in ASEAN and Asian baseball developing countries, many competent players will break down and retire. In light of this situation, we would like to urgently

ASEAN及びアジアの野球途上国において、バイオメカニズムの相違によって有能な選手たちの多数が潰れて行っています。この実情も踏まえ国家の貴重な財産である有能な選手達を正しく育成できるよう、ASEAN及びアジアの野球途上国へこの研修の導入を急ぎたいものです。

そして「日本の独立リーグとのコネクティング」についてですが、ASEAN及びアジアの野球途上国への扉の開放、すなわち、有能な選手は可能な限り野球先進国で野球をプレーし学習しなくてはいけないということです。今回は四国アイランドプラス様がジャカルタにご来訪下さいました。野球の技術、心体の向上はもちろんですが、ASEAN及びアジアの野球途上国内での野球活性化において、野球による付加価値の提供をしていかななくてはなりません。今回、初めて、ASEAN及びアジアの野球途上国の選手達を1つの場所に招聘し入団テストを開催しましたが、このような場の提供は、今まで遠い場所や存在であった日本の独立リーグへの挑戦というものを近距離で感じられ更なる意欲が湧いてくるものだと思信します。

最後に「日本の大学生のグローバル化」として大学生の年代に色々な海外の野球仲間と触れ合い、日本で習得してきた思考性だけでなく柔軟で国際的視野を学ぶこと、そして、その為の将来の人材作りの場を提供することが大切だと思います。経済事情も、野球事情も、全て異なる国々を直視し、現状への感謝と今後の行動範囲の拡大に役に立ててもらいたいと願います。

更に、我々主催者側の目線から見ても、上記のファクターは多くの「気付き」を得る機会であり、それぞれ異なる参加者の立場において、多種多様なプラスの要素を含む素晴らしいプログラムであったと思います。

introduce this training to ASEAN and Asian developing countries in baseball so that competent players who are valuable assets of the nation can be properly trained.

And about "connecting with the Japanese independent league", opening doors to ASEAN and Asian baseball developing countries, it is said that competent players must play and study baseball in advanced baseball countries as much as possible. This time, Shikoku Island Plus visited Jakarta. In addition to improving baseball skills, mind and physical strength, baseball must be provided with added value in activating baseball in ASEAN and Asian developing countries. For the first time, we invited players from ASEAN and Asian baseball developing nations to one place and held a Try-outs test. I am convinced that such a provision of a place will give a sense of reality to the challenge of the Japanese independent league, which has been a distant place and existence so far and will stimulate further motivation.

Finally, as a "globalization of Japanese university students," you can meet various overseas baseball colleagues in the age of university students and learn not only the thinking ability that you have learned in Japan but also a flexible and international perspective, and the future of that. I think it is important to provide a place for human resource development.

Regardless of the economic situation and baseball situation, I would like to see all the different countries directly and appreciate their current situation and help them expand their range of action in the future.

Furthermore, from the perspective of our organizers, the above factors are an opportunity to gain a lot of "awareness".

I think it was a great program with a wide variety of positives, from different perspectives.

第2回 ASEAN 国際野球プログラム 2019

THE 2ND ASEAN INTERNATIONAL
BASEBALL PROGRAM 2019



THE 2ND ASEAN INTERNATIONAL BASEBALL PROGRAM 2019

第2回 ASEAN国際野球プログラム

THE 4TH JAPAN AND INDONESIA FRIENDSHIP BASEBALL PROJECT

第4回 日本・インドネシア友好親善野球プロジェクト

THE 1ST JAPAN AND PHILIPPINE FRIENDSHIP BASEBALL PROJECT

第1回 日本・フィリピン友好親善野球プロジェクト

PURPOSE :

1. Gain feedbacks from coaches and players who participated in the leadership training program held in August 2019;
2. Build a new bilateral human exchange base between a baseball advanced country of Japan and each of two baseball developing countries of Indonesia and the Philippines by holding baseball games and training sessions for skill enhancement for young adults and by visiting local elementary and junior high schools to hold baseball lessons and by organizing baseball roadshows and other events to promote the sport among children who have never played it, in the three respective countries;
3. Learn the culture and historical background of each of Indonesia and the Philippines through communication by using SNSs and other media and build a scheme, based on cultural/historical differences between each country and Japan, that allows each country to improve baseball skills under a different environment to actually promote local payers' skill improvements;
4. Provide opportunities to actually play games to learn how to make motions during the game and to develop a physical sense to play that players cannot acquire only by being taught the theory, thereby further improving the proficiency of their skills; and
5. Japan will win the gold medal in the baseball event at the 2019 SEA Games to further promote the popularity of baseball in the region.

PLACE :

INDONESIA, JAKARTA RAWAMANGUN STADIUM

Jl. Rawamangun Muka, RT.11/RW.14, Rawamangun, Pulo Gadung, Kota Jakarta Timur, Daerah Khusus Ibukota Jakarta 13220 INDONESIA

PHILIPPINE, ALABANG STUDIUM

Ayala Alabang, Muntinlupa, 1780 Metoro Manila Philippine

SCHEDULE : 2019.11.13 WED — 11.23 SAT

11.13 Wed	Jakarta / Game and Training	11.17 Sun	Bali / Baseball Caravan	11.21 Thu	Manira / Game and Training
11.14 Thu	Jakarta / Game and Training	11.18 Mon	Bali / Baseball Caravan	11.22 Fri	Manira / Game and Training
11.15 Fri	Jakarta / Game and Training	11.20 Wed	Manira / Game and Training	11.23 Sat	Manira / Baseball Clinic and Caravan

SPONSOR・COOPERATING ORGANIZATIONS

Sponsor : Tohto University Junko Baseball League (JAPAN)

In cooperation with : BIC Indonesia (INDONESIA).

In cooperation with : Itakura Parts Philippine Corporation (Philippine)

REMARKS :

This training program the Japanese government have recognized the occasion with a certificate. In addition Japan and other ASEAN countries have been central to maintaining respect for the diversity and identities of Asians. Now to aid in making new Asian culture, The Japan Foundation Asia Center, Asian Cultural Cooperation section has gifted money towards the running of this training program.

2019 EXPEDITION IN INDONESIA AND PHILIPPINE

ALL JAPAN TEAM

2019年 インドネシア遠征 東都大学準硬式野球連盟選抜チーム

GREETING

ご挨拶



東都大学準硬式野球連盟選抜チーム監督

Manager of Tohto University Junko Baseball League

杉山 智広 Tomohiro Sugiyama

“野球の力”を信じて、アジアの国際文化交流へ。

直径が7センチメートルほどの白いボールを、投げて、打って、捕るという、野球というスポーツが持つ力を信じて、インドネシア国と始めた国際文化交流も、早いもので今年で4回目を迎えることとなりました。その間には、インドネシア国家スポーツ省と東都大学準硬式野球連盟との野球普及に関する提携を結び、指導者養成プログラムは、今やアジア5か国の参加を得られるようになりました。インドネシア国公認アドバイザーである野中寿氏、東都大学準硬式野球連盟理事長五味敏雄氏をはじめとして、関係各国の関係者、協賛していただきました企業の関係者の皆様、そしてマネジャー、トレーナー、選手の諸君にこの場をお借りして心より厚く御礼申し上げます。

野球が持つ力は、着実に広がりを見せていると実感しています。東南アジアをはじめとしてASEAN諸国を巻き込み、いずれアジア全域に広がり、野球を通じた国際交流、文化交流へと発展していくことを願っています。

さて、本プログラムの目的の一つは、8月に実施した指導者養成プログラムのフィードバックを図ることにあります。参加者の理解がきちんと継続しているかを確認するとともに、我々と参加者のその後のコミュニケーションを通じて、文化的、環境的に異なった中で、競技力が向上されているかを確認する場ともなります。強化試合や強化練習だけでなく、この取り組み全体を確認するプログラムであり、我々が望む成果が必ずや出ていると信じています。

もう一方で、小中学校への野球教室の開催や、公園などでの野球キャラバンも継続して行います。野球とはどういうものか、ボールを投げたり、打ったりすることがどれくらい楽しいものなのか、我々が経験したわくわくした気持ちを、現地の子供たちに伝えることで、野球の普及に結び付けていきます。

わずか2週間ではありますが、その2週間で体験したすべてのことは、必ずや今後の人生の大いなる糧になることを願ってやみません。

さあ、野球を始めようではありませんか!

Follow What We Believe in “Power of Baseball” for International Cultural Exchange in Asia

Following our belief that the power of baseball, a sport that is played basically by throwing, hitting and catching a white ball in a diameter of about seven cm, will benefit our bilateral relations, we ventured to launch an international cultural exchange project with Indonesia, which, as time flies, already celebrates the fourth year in 2019. During these years, the Ministry of Youth and Sports of Indonesia and the Tohto University Junko Baseball League of Japan formed a partnership to popularize baseball in both Indonesia and Asia, making the baseball leadership training program grow to the extent that it is now attended by the teams sent by five Asian countries.

I would like to take this writing opportunity to express our sincere appreciations to Mr. Kazuto Nonaka, baseball advisor to the Indonesian Ministry of Youth and Sports, Mr. Toshio Gomi, chief director of the Tohto University Junko Baseball League and those concerned in each of the countries involved, and those concerned in the corporate sponsors, as well as the managers, trainers and players of the baseball teams.

We realize that the power baseball has to offer has been steadily spreading its positive influence across the region. We sincerely hope that it will involve not only ASEAN countries but also the rest of Asian countries and eventually the entire Asian region, ultimately being evolved into international exchange and cultural exchange through baseball.

One of the purposes of this program is to gain feedbacks from the participants in the baseball leadership training program held in this August. This provides an opportunity for us to check if the participants may keep what they have understood in the program in the right way, as well as to check if their competitiveness has been improved even under different circumstances, both culturally and environmentally, through communication we keep with the participants after the program. This program is also designed to review if not only the games and drills for skill improvement but also the entire initiative may be going well, and we believe that the review will show we will have good results as we expect.

On the other hand, as part of the program, we do and will continue to visit local elementary and junior high schools to provide baseball lessons and to hold baseball roadshows at public parks, etc., to teach children how to play baseball. Through these efforts, we communicate what baseball is all about, how fun it is to throw and hit a ball and how excited we have felt in playing the sport as children, to local children, leading to the popularization of baseball in the countries. The program runs only two weeks but we sincerely hope that for participating children, all their two-week experiences will provide food for life in the future. Now, join us, let's play baseball!





MALACAÑAN PALACE
MANILA



MESSAGE

My warmest greetings to the organizers, players, coaches and guests of the 1st Japan-Philippines Friendship Baseball Project.

The teamsport of baseball is an effective and engaging platform to foster determination, discipline and teamwork—values that are essential for nation-building. I thus commend the **Philippine Amateur Baseball Association** for spearheading this project. This timely collaborative effort is vital in nurturing the growth not only of the sport, but also of the friendship and cooperation between our countries.

I enjoin our international partners to remain committed in our shared goal of producing well-rounded players who are also positive role models for the youth. May this endeavor also serve as an opportunity to promote baseball and forge lasting bonds of friendship and sportsmanship among competitors.

With your help, I am confident that we can achieve a prosperous and progressive future for our country.

Congratulations and I wish you a successful event.

RODRIGO ROA DUTERTE

MANILA
19 November 2019

THE PRESIDENT OF THE PHILIPPINES



REPUBLIC OF THE PHILIPPINES

Senate
Emmanuel D. Pacquiao
Senator

Greetings to the Philippine Amateur Baseball Association as you celebrate the 1st Japan-Philippines Friendship Baseball Game.

Sport of any kind has the power to teach individuals discipline camaraderie and instill important values. Keep your eye on the ball and always swing hard!

May you compete with integrity and fairness so that you become the upright conscientious citizen that our country needs. Allow the Lord to stretch your faith and cause you to trust Him in a great measure.

God bless you more and more in every way!

Sincerely yours,
Mabuhay!

Yours Truly,

SEN. EMMANUEL D. PACQUIAO



Room 526 Senate of the Philippines, GSIS Building, Financial Center, Roxas Blvd, Pasay City, Metro Manila
Tel: 552-66-85/86 E-mail Address: sen.edpacquiao@gmail.com

MESSAGE

It is with great pride that I join the nation in welcoming the players and participants to the 1st Japan-Philippines Friendship Baseball Game.

Much has been said about the ability of sports to bring people together. It transcends our difference and fosters tolerance and strengthens networks as we embark on a collective experience. In sports, we are able to set our differences aside and embark on a meaningful activity that allows us to build deeper relationships.

To our delegates, I wish you all the best of luck. May you be sterling examples of what true champions should be and stand for peace and international cooperation. Through you, we take another step towards unity on a global platform.

I would also like to extend my congratulations to the Philippine Amateur Baseball Association (PABA) for having set up a truly meaningful project. May you find similar success in all your endeavors.

Rise High PABA!

Gov. Ramil L. Hernandez
Province of Laguna

Gov
RAMIL
HERNANDEZ

Serbisyong
Tama

RiseHigh
Laguna



f t i GovRamil



Republic of the Philippines
Province of Laguna
CITY GOVERNMENT OF CALAMBA
Office of the Mayor



MESSAGE

On behalf of the **City Government of Calamba**, I am happy to extend our warmest greetings to the people behind the **1st Japan-Philippines Friendship Baseball Games**.

Coming from the town which used to be known as the **Home of Philippine Baseball**, we are pleased with your partnership as the city launched a Grassroots Sports Development Program in baseball for children 15 years old and under. Together with the KIDS, we envision a group of young players who will not only bring medals from the national and international arena, but more importantly, possess the qualities of active and healthy members of the community.

Congratulations and more power.

JUSTIN MARC S.B. CHIPECO
City Mayor

New City Hall Complex, Bacnotan Road, Brgy. Real, Calamba City, 4027 Laguna, Philippines
Telephone No's. : (049) 545-6789 loc. 8304 - 8305 - 8306 - 8307
Tel/Fax No's. : (049) 545-7887 ; 545-0529



PHILIPPINE AMATEUR BASEBALL ASSOCIATION



28October 2019

MABUHAY!

Welcome to the Philippines!

Greetings from the Philippine Amateur Baseball Association!

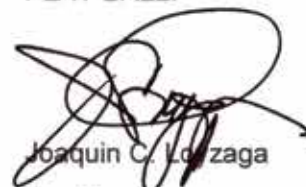


It is with great pleasure to welcome the delegation from the Tohto University Junko Baseball League to the 1st Japan – Philippines Friendship Baseball Project scheduled on November 19 – 23, 2019 in Manila. We like to express our appreciation to the Baseball teams from Adamson University, Ateneo de Manila University, De La Salle University and IPPC Philippines for supporting the Friendship Project by participating on this commendable program.

The program aims to continuously provide support in the development and improvement of baseball among the Filipino youth at the same time strengthening the baseball partnership between the Philippines and Japan. We would like to show our gratitude to the organizing committee of the Friendship Baseball Program headed by Mr. Kunifumi Itakura, PABA Senior Adviser for Youth Baseball Development, whose continuous support is admired by the Philippine baseball community.

We look forward to establishing the Japan – Philippines Friendship Baseball Project on a regular basis. Our best of luck to all participating teams! We encourage the baseball community to join us in supporting this honorable project. Have an enjoyable time at the games.

PLAY BALL!


Joaquin C. Lozaga

President

Philippine Amateur Baseball Association

RIZAL MEMORIAL BASEBALL STADIUM
Pablo Ocampo Sr. St., Malate, Metro Manila, Philippines

第1回日本・フィリピン友好親善野球大会が開催されますことを心よりお慶び申し上げます。今回の大会の準備に当たられた皆さまのこれまでのご尽力に深い敬意を表します。

日本とフィリピンとの二国間関係は「黄金時代」と評されるほど強固なものとなっています。日本とフィリピンとのスポーツを通じた友好親善は、日本人とフィリピン人の両親をもつ力士である高安関や御嶽海関の活躍の他、日本人コーチのもとで東京オリンピックでの表彰台を目指すカルロス・ユーロ選手のひたむきな姿など、近年、多くの場面で目にするようになりました。今回の大会もこうした日本とフィリピンとの友好の促進につながるものとなることを心より祈念しております。

フィリピンでは2019年11月30日から第30回 SEA GAMESが開催されます。野球も正式種目として採用されており、ASEAN各国の代表による熱戦を楽しみにしています。さらに、2020年東京オリンピック競技大会では久々に野球が正式種目として復活することとなっています。こういったイベントや今回の親善大会を通じて当地でも野球への関心がますます高まるものと思います。

選手の皆様の活躍を祈念するとともに、日・フィリピン間の野球交流がますます活発化することを願っております。

It is my honor to welcome the 1st Japan-Philippine Friendship Baseball Project. I would like to extend my deep respect to all the people involved in the organization of this event.

The relationship between Japan and the Philippines is in its “Golden Age.” The friendship between the two countries has recently become more evident even in the sporting world. There are Japanese-Filipino sumo wrestlers Takayasu and Mitakeumi, and Filipino gymnast Carlos Yulo is earnestly aiming for an Olympic medal with the mentorship of his Japanese coach. It is my hope that this Friendship Baseball Game will further encourage friendly ties between Japan and the Philippines.

The Philippines will be hosting the 30th South East Asian Games from November 30th, 2019. Baseball is included in the lineup of sports, and I am excited for the games between the different ASEAN baseball players. Furthermore, baseball is included in the official sports for the Olympic Games Tokyo 2020 after some years of absence. I believe that these events, together with this friendship project, will generate more interest in baseball.

I wish all the best to the players and I look forward to seeing further expansion of baseball exchanges between Japan and the Philippines.

駐フィリピン日本国特命全権大使

Ambassador of Japan to the Philippines

羽田 浩二 Koji Haneda



OFFICERS AND STAFF

役員・スタッフ

①生年月日/年齢 Date of birth ②大学名(学年) University ③出身高校 Alma mater (High school) ④抱負



30

監督
MANAGER

杉山 智広
TOMOHIRO SUGIYAMA

東都連盟副理事長
Tohto Univ. League Vice Chief Director
①1983.10.4 / 36歳
②日本大学OB Nihon Univ. Graduate
③日本大学第三 The Third of Nihon Univ.




29

コーチ
HEAD COACH

浅野 修平
SHUHEI ASANO

東都連盟理事
Tohto Univ. League Director
①1990.5.14 / 29歳
②帝京大学OB Teikyo Univ. Graduate
③県立新屋 Akita Prefectural Araya




28

学生コーチ
STUDENT COACH

大嶋 航平
KOHEI OSHIMA

①1997.2.12 / 22歳
②東海大学(4年) Tokai Univ.
③県立桐生 Gumma Prefectural Kiryu
④学生野球の集大成としてチームをサポートできるように頑張ります。




27

ストレングスコーチ
STRENGTH COACH

鈴木 啓大
KEITA SUZUKI


①1998.2.23 / 21歳
②日本体育大学(4年) Nippon Sport Science Univ.
③都立江戸川 Tokyo Metropolitan Edogawa
④アジアの野球のレベルを肌で感じ、チームに貢献できるように頑張ります。



コンディショニングトレーナー
CONDITIONING TRAINER

生田 菜那
NANA IKUTA


①1998.8.18 / 21歳
②帝京大学(3年) Teikyo Univ.
③東京純心女子 Tokyo Junshin
④皆さんがベストな状態でパフォーマンス発揮ができるよう全力でサポートします。



コンディショニングトレーナー
CONDITIONING TRAINER

安島 達斗
TATSUTO AJIMA

①1998.11.26 / 20歳
②帝京大学(3年) Teikyo Univ.
③麻布大学附属 Azabu Univ.
④選手が毎日全力でプレーができるようにサポートしていきます。



総務
AFFAIRS

篠原 正子
SHOKO SHINOHARA

①1998.6.8 / 21歳
②中央大学(3年) Chuo Univ.
③高崎健康福祉大高崎 Takasaki Univ. of Health and Welfare
④選手の方々が素晴らしい経験だったと思えるよう、気配りしていきたいです。



マネージャー
GENERAL AFFAIRS

吉田 直矢
NADYA YOSHIDA


①1998.12.9 / 20歳
②帝京大学(3年) Teikyo Univ.
③上越 Joetsu
④この遠征を通して、いろいろなことを学び、チームを第1に考え全力でサポートします。



マネージャー
GENERAL AFFAIRS

当麻 知里
CHISATO TOMA

①1999.4.7 / 20歳
②亜細亜大学(2年) Asia Univ.
③市立川越 Kawagoe City
④皆さんの力になれるよう自分のできることを精一杯頑張ります！



輸送担当
TRANSPORT CHARGE

飯田 将太
MASAHIRO IIDA

株式会社 トリプル
Triple Co., Ltd.
①1985.4.26 / 34歳

PLAYERS

選手

①生年月日/年齢 Date of birth ②身長・体重 Height・Weight ③投・打 Throw・Bat ④大学名(学年) University ⑤出身高校 Alma mater (High school) ⑥抱負



10

内野手
IF

五十嵐 健
KEN IGARASHI

①1997.10.31 / 22歳 ②172cm・78kg
③右投・左打 Right・Left
④専修大学(4年) Senshu Univ.
⑤常総学院 Joso Gakuin
⑥ケガせず、チームに貢献できるように一生懸命キャプテンとして頑張ります。



11

投手
P

黒川 勝輝
KAZUKI KUROKAWA

①1998.6.10 / 21歳 ②176cm・66kg
③右投・右打 Right・Right
④帝京大学(3年) Teikyo Univ.
⑤浦和学院 Urawa Gakuin
⑥2度目の遠征なので、経験を活かして全力で頑張ります。




17

投手
P

山崎 章雄
AKIO YAMAZAKI

①1998.8.17 / 21歳 ②174m・71kg
③右投・右打 Right・Right
④日本大学(3年) Nihon Univ.
⑤日大鶴ヶ丘 Nihon Univ. Tsurugaoka
⑥昨年の経験を活かし、積極的に参加して野球を広めていきたい。



18

投手
P

川崎 悠太
YUTA KAWASAKI

①1998.3.18 / 21歳 ②173cm・75kg
③左投・左打 Left・Left
④学習院大学(3年) Gakushuin Univ.
⑤つくば国際大学東風 Tsukuba International Univ. Harukaze
⑥自己成長に繋げられる遠征を目指し、精一杯楽しみます。



19

投手
P

高田 准哉
JUNYA TAKADA

①1997.9.26 / 22歳 ②174cm・72kg
③右投・右打 Right・Right
④国士館大学(4年) Kokushikan Univ.
⑤平塚学園 Hiratsuka Gakuen
⑥一球一球、全力で投げます。今年も、熱く・熱く吠える。ALL・OK!!




21

投手
P

浅海 大輝
DAIKI ASAUMI

①2000.11.21 / 18歳 ②174cm・76kg
③左投・左打 Left・Left
④東海大学(1年) Tokai Univ.
⑤東海大相模 Tokai Univ. Sagami
⑥気合入れて頑張ります。



41

投手
P

菅谷 祐太
YUTA SUGAYA

①1999.9.11 / 20歳 ②174cm・76kg
③左投・左打 Left・Left
④青山学院大学(2年) Aoyama Gakuin Univ.
⑤国学院久我山 Kokugakuin Kugayama
⑥選抜された事を誇りに思い、自信を持って楽しく全力でプレーします。



5

捕手
C

松本 航輝
KOKI MATSUMOTO

①1999.8.28 / 20歳 ②174cm・75kg
③右投・左打 Right・Left
④東海大学(2年) Tokai Univ.
⑤東海大相模 Tokai Univ. Sagami
⑥今回の活動を通して、様々な経験をし、今後の生活に活かしていきます。




6

捕手
C

櫻井 健
SUKOYA SAKURAI

①1997.7.26 / 22歳 ②168cm・72kg
③右投・右打 Right・Right
④国士館大学(4年) Kokushikan Univ.
⑤花咲徳栄 Hanasaki Tokuharu
⑥野球の素晴らしさを一人でも多くの人に伝え、感謝の気持ちを持ってプレーします。



23

捕手
C

岩崎 文哉
FUMIYA IWASAKI

①1997.4.16 / 22歳 ②177cm・90kg
③右投・右打 Right・Right
④駒澤大学(4年) Komazawa Univ.
⑤市川学園 Ichikawa Gakuen
⑥3度目の遠征なので経験を活かし、よりよいものになるよう全力を尽くします。



0

内野手
IF

石野田 颯馬
SOMA ISHINODA

①1998.5.1 / 21歳 ②176cm・72kg
③右投・右打 Right・Right
④青山学院大学(3年) Aoyama Gakuin Univ.
⑤青山学院 Aoyama Gakuin
⑥インドネシアとフィリピンの気温に負けない程アツい気持ちで頑張ります！



3

内野手
IF

田中 修平
SHUHEI TANAKA

①1999.10.8 / 20歳 ②174cm・67kg
③右投・左打 Right・Left
④日本体育大学(2年) Nippon Sport Science Univ.
⑤都立昭和 Tokyo Metropolitan Showa
⑥チームに貢献できるように、自信を持って全力でプレーします。



4

内野手
IF

中谷 功大
KODAI NAKATANI

①1998.6.13 / 21歳 ②171cm・60kg
③右投・左打 Right・Left
④専修大学(3年) Senshu Univ.
⑤広陵 Koryo
⑥1つでも多くのことを吸収し、成長できる遠征にします！



8

内野手
IF

木上 雄成
YUSEI KIGAMI

①1998.5.13 / 21歳 ②180cm・75kg
③右投・左打 Right・Left
④日本大学(3年) Nihon Univ.
⑤日大鶴ヶ丘 Nihon Univ. Tsurugaoka
⑥東南アジアを肌で感じてきます!!!



9

内野手
IF

武内 公佑
KOSUKE TAKEUCHI

①1999.8.6 / 20歳 ②172cm・71kg
③右投・右打 Right・Right
④専修大学(2年) Senshu Univ.
⑤常総学院 Joso Gakuin
⑥遠征を通して野球の魅力を広げると共に、チームに貢献できるように頑張ります。



1

外野手
OF

水野 貴士
TAKASHI MIZUNO

①1997.11.3 / 21歳 ②179cm・83kg
③右投・右打 Right・Right
④亜細亜大学(4年) Asia Univ.
⑤岩倉 Iwakura
⑥四年目なので、明るく楽しく元気良くプレーします。ALL・OK!!



2

外野手
OF

斎木 駿也
SHUNYA SAKI

①2000.1.27 / 19歳 ②178cm・75kg
③右投・左打 Right・Left
④帝京大学(2年) Teikyo Univ.
⑤帝京第三 Teikyo Daisan
⑥野球選手としても人間としても大きく成長できる遠征にしたいです。



7

外野手
OF

長澤 貴裕
TAKAHIRO NAGASAWA

①1997.9.23 / 22歳 ②177cm・75kg
③右投・右打 Right・Right
④日本体育大学(4年) Nippon Sport Science Univ.
⑤都立富士森 Tokyo Metropolitan Fujimori
⑥最高のチームで最高の野球します!ALL・OK!!

【11月12日(火)】

午前中に羽田空港出発、マニラを経由し、深夜ジャカルタ到着後、ホテル宿泊。

【11月13日(水)】

二泊目以降から宿泊するホテルに移動し、チェックイン。夕方から球場に移動し、東都選抜チームの練習。
18時からジャカルタ州選抜チームと試合。

・ジャカルタ州選抜チーム試合の所感

ジャカルタ州選抜は主力の5人がナショナルチームのメンバーに選ばれており、今回の対戦時は若い年代が主力となっていた。結果としては、東都選抜チームが25点を取ったところで、6回コールド25対0で終えた。
インドネシアの若い年代はそもそも野球の経験が浅い。高校生から野球を始めた選手もあり、試合に慣れていない。そのため、守備のミスが重なると断ち切ることができず、投手も四球を与えてしまう。1イニングに大量失点をしてしまうと、その次のイニングも響いてしまう傾向がある。打撃面では、打者の変化球へ対応とインドネシア内に左投手が少ないことから、左投手独特の軌道への対応ができていない。
しかしながら、平均的なレベルは我々がインドネシアでの活動を始めてから確実に伸びている。4年前は、内野ではアウトが取れるが、外野手は力のな

いフライでも捕ることができず、外野に飛んだらアウトが取れない状況であった。またそれがチーム内でも許されるような雰囲気であったが、今は外野手の守備範囲も広がり、アウトを取りに行く意識がチーム内にも浸透している。
若い年代はこれからである。ナショナルチームレベル、あるいは高いレベルを経験したことのある選手が試合をしていく中で、若い年代に、頭と身体で経験と知識を落とし込めるようになってくれば、もっとインドネシアの野球は向上していくと考える。
また、高校生から野球を始める人もたくさんいるほど、徐々に人気のスポーツになってきている。まだまだインドネシアの野球は我々の取り組みを継続することで向上していく。

【Tuesday, November 12】

We left the Haneda Airport during the morning hours bound for Jakarta by way of Manila, arrived in Jakarta in the middle of the night and stayed at a hotel in the city.

【Wednesday, November 13】

We moved to another hotel, where we will stay on the second day onwards, for check-in. In the late afternoon, we moved to the ballpark, where the All Japan Team practiced. The team played a game with the Jakarta Province Select Team, starting at 18:00.

・Comments about the Jakarta Province Select Team

The team includes five key members, who are picked for the national team. Younger members were chosen to play the game, which was called 25-0, when the All Japan TeamAll Japan Team scored 25 points.
The young members of the Jakarta team don’ t have much experience in playing baseball; some of them did not take on playing baseball until joining high school and are not familiar with playing games. Once some make two or more fielding mistakes, they tend to find it very hard to stop them and the pitcher is also inclined to give up walks. When they lost many points to the opponent in the first inning, they are likely to be adversely affected in the second inning.
Many hitters cannot respond to curve balls and since the team has few left-handed pitchers, they cannot respond to the unique trajectory of balls thrown by such pitchers, either.
However, the average level of the team has been steadily increasing since we launched our efforts in Indonesia. Four years ago, infielders could put runners out, while outfielders could not even catch the ball on a weak fly; once a fly was thrown in the outfield, no outfielder could put any runner out; however, there was a mood within the team that no one was blamed for making such an error. Now, the outfielders have much improved to be under broader cover and have been permeated with the awareness of getting any runner out.
Young players have great potential to improve in the future. As players at the national team level or having experienced in playing higher-level games, gain more experience and if younger players were offered more opportunities to gain experience and knowledge by using their minds and bodies, it would, we believe, improve baseball skills among Indonesian players.
Baseball has gradually gained popularity among Indonesian people, as there are many young people who start playing baseball as high school students. There is much room to improve Indonesian baseball, as we continue our efforts to support it.



【11月14日(木)】

午前、インドネシアナショナルチームと試合。18時からジャカルタ州選抜チームと試合。

・インドネシアナショナルチーム試合の所感

今回のインドネシアナショナルチームは、12月2日からフィリピンで行われる東南アジア競技大会SEA Gamesに向けて編成されており、我々は大会前のスパーリング試合として対戦をした。結果としては5対2で東都選抜チームが勝利した。ナショナルチームには国際大会の経験が豊富な選手が多くおり、守備面ではエラーや四球などの無駄なミスが少なく、締まったゲームとなった。またヘッドコーチ、選手3名は8月の指導者養成プログラムの参加者、選手1名は日本の社会人企業チームで野球研修した経験があり、日本野球のスピード感、投手の球速や打球の速さにも目が慣れており、互角に対峙できるケースも多々あった。
ただ、攻撃面で言うと、点数を取る方法が打つことでしかないので、盗塁やヒットエンドランなど、チームとしての戦術パターンを増やし、どんどんチャレンジする必要があると感じる。インドネシアナショナルチームは大会前にあまり練習時間が確保できず、実質的に本番に向かうことが多くあるようだが、そこも見直さなければいけない部分であると思う。

【Thursday, November 14】

During morning hours, the All Japan Team played a game with the Indonesia National Team. Starting at 18:00, the team played a game with the Jakarta Province Select Team.

・Comments about the Indonesia National Team

This national team is organized for the SEA Games to be open on December 2 in the Philippines and the All Japan Team played a game with them as a serious, practice game before the tournament. The Tohto won the game 5-2. The Indonesia National Team has many members experienced in playing international games; they made fewer, unforced errors or mistakes in fielding and pitching, making it a good game with some tension. The head coach and 3 players participated in the Leadership Development Subprogram in August, and one player has experienced in being trained at an amateur corporate baseball team in Japan and has his eyes trained enough to keep up with the speedy play in the Japanese style of baseball and the speed of balls thrown by the pitchers and hit by the runners, so that the game was evenly matched on many occasions.
Speaking of offense, the Indonesian team simply scores a point by making a hit but needs to diversify and try out tactical patterns, such as stealing a base and a hit-and-run play, in a more aggressive manner. The Indonesia National Team is often called in a rushed manner and secures not enough time to practice before playing a match at a big tournament, which is also an issue to review and improve.

・Comments about the Jakarta Province Select Team

This game was played by the team mainly consisting of younger players, who included players with good abilities and performance records, such as the starting pitcher having participated in the baseball program a year earlier to receive training at Nihon University, and the pitcher in the third inning till the end who was not beaten by the All Japan Team members at bat in the first Japan-Indonesia Friendship Baseball Tournament. The game was called 20-0 in the sixth inning, when the All Japan Team scored the 20th point.
The types of balls often thrown by pitchers on the Indonesian team included a fastball as slow as 120 km/h or so and a slider braking sharply. These types of balls gave the opponents no such impressions as feeling less easy to bat or less willing to stand at bat. Nonetheless, the two pitchers aforementioned made no change in the types of balls to throw but gave their pitching some twists, by changing the tempo or throwing a two-seam fastball, which the batters did not like. Players from not only the Indonesian team but also other Southeast Asian teams tend to be less quick to carry out their games, it takes much longer time to get the ball passed from the pitcher to the catcher and for a fielder from receiving the ball to throwing it to another. This slow ball handling prevents them from keeping up with the speed for every strong team to carry out its game and helps reduce their competitive value. We have given such advice from time to time but they can improve this habit only by accumulating experience in playing games.
We need to continue to tell them to move quickly and to have our All Japan Team members demonstrate by being agile, during every game to play in the future.



【11月15日(金)】

午前、ラワマンガンの小学校中学校に行き、野球キャラバンの実施。

午後、球場で国内女子野球大会の試合を観戦。

・ラワマンガン野球キャラバン所感

校内に入ると同時にほとんどの全校生徒が我々に駆け寄り、笑顔で握手やコミュニケーションを取ってきてくれた。日本では、何の集団かわからない外国人に駆け寄るということは、なかなかないことなので、嬉しい衝撃であった。参加者は300人を超える生徒であった。

野球場の近くの学校であったとはいえ、野球は彼ら彼女らにとって身近なものではないが、身近なものではないから敬遠するということもなく、逆に投げる、打つということに興味津々で何をやっても盛り上がった。

外国や自国にないものを受け入れる文化、寛容さは今の日本も見習うべきである。

また、学校の校庭で行ったが、日本で同じ規模の校庭でやるとしたら、危険という考えが先行し、ボールやバットの使用が制限される。今回の学校からは制限や制約といったものが一切無く、生徒たちが思いっきり野球遊びを楽しめる環境と雰囲気があった。

生徒の中には野球未経験ながら、強いボールをコントロールよく投げる生徒もいた。今後は学校の遊びや体育の授業の中で、野球遊びを取り入れると、先生たちから話があった。普段の生活の中に「野球」が根付くことを期待したい。

・女子野球観戦の所感

毎年実施するバリ島での野球キャラバンでアテンドしてくれる統括者がいる。彼がコーチを務める女子野球チームがバリ島から来ていたので、急遽観戦をした。

バリ島に野球場はないので、慣れないスタジアムでの守備体系に四苦八苦していたが、エラーしても、大差で負けても最後まで笑顔でプレーしている姿が印象的だった。

小中学校などで野球遊びをすると、積極的に前に出るのは女の子が多い。日本でもそうかもしれないが、女の子が活発でエネルギーがある。インドネシアはもともとソフトボールが人気のスポーツで、男女ともにソフトボールを辞めた後に野球を始めるケースもよくある。

我々がバリ島で継続的に行ってきている活動、野球を全くやったこともない、見たこともない子どもたちへの野球教室が形になってきていると感じる。



【11月16日(土)】

朝、ジャカルタからバリへ移動し、昼に到着。

午後から地域の小学生中学生が集まった広場にて野球キャラバンの実施。

・野球キャラバン所感

当初の予定では4、50人くらいと聞いて向かったが、嬉しいことに200人程の小中学生が集まっていた。野球場がないバリ島において、野球をやるうと声をかけ、土曜日の学校が休みの日に100人集まるのが凄いことだと思う。これは、インドネシア国家スポーツ省アドバイザー野中氏が立ち上げた現地野球チーム、バリレッドソックスの長年の普及活動の成果である。我々がこうした活動ができるのは現地の人々の弛まぬ努力があることを忘れてはならない。

今回は想定外の人数に加え、活動場所が砂地の広場とアスファルトの駐車場という環境で、何をどうしたらいいか、何からどう始めればいいのか、という状態であった。ボールとグローブの数が充実していたので、は

じめはキャッチボールをやったが、レベルがバラバラで、やっている子どもたちもしっくりきていない。そこで東都選抜チームの学生同士で話し合いをし、各レベルに合わせてまずはボールを使った遊びを実施。一列になってボールを回していくリレーや、ボールを使う前に円になって一緒に歌を歌ったグループもあった。野球という競技を教えるということからはかけ離れるが、大切なのは同じ温度感で楽しむことであることをこの日の想定外の出来事が思い出させてくれたように思う。我々がバスに乗るギリギリまでボールを大切に握りながら見送ってくれる子どもたちがたくさんいた。楽しさが伝わり、それを共有できた結果だと思う。

[Friday, November 15]

During the morning hours, we visited elementary/ junior high schools in Rawamangun to execute the Baseball Caravan subprogram. In the afternoon, we saw a game in the women's baseball tournament at a ballpark in Jakarta.

・Comments about the Baseball Caravan subprogram by Visiting Elementary/ Junior High Schools in Rewamangun

When we entered the school playground, almost all students immediately ran to us to give a warm welcome by shaking hands and greeting us with a big smile on the face. It was a pleasant surprise since Japanese children seldom rush to a group of foreigners they don't know. The program was participated by over 300 students.

The schools were located near a ballpark but baseball was not so close to them, but they didn't avoid playing the sport but instead, they were interested in throwing and hitting the ball and were overjoyed at whatever we did for them.

Their culture and generosity that they are open to something foreign or what is not available in their home country represent something to be followed by us in Japan today.

We performed at the playground but if we tried to do the same thing at the same size of playground in Japan, we would be told by the school staff to limit the use of balls and bats since the idea that it is dangerous to get children hurt is their top-of-mind concern.

The school staff in Rawamangun gave us neither limitation nor restriction and there was such environment and atmosphere allowing the children to enjoy playing baseball to the hearts' content.

Some of them had no experience playing baseball but were able to throw a strong ball under well control. The teachers told us that they were willing to introduce a baseball play into school play programs or physical exercise classes. We expect "baseball" to be here to stay in this country, being part of their daily lives in the future.

・Comments about Watching Women's Baseball Game

We have a person responsible for overall managing the annual program for Baseball Caravans by attending us to travel around Bali to hold such sessions. He was the coach leading a women's baseball team coming from Bali to join the women's baseball tournament. So, we changed our plan to watch the game played by his team.

There is no ballpark in Bali. So, the team members apparently had a hard time to lay out their fielding positions in the stadium where they were not familiar with playing. They made errors and lost a lot at the game but continued to play with a smile on their faces till the end, which was very impressive.

When we have baseball plays at elementary or junior high schools and the like, there are many girls who take a step forward to play with us. The situation may be the same in Japan but girls are active and energetic in Indonesia.

In Indonesia, softball has originally been a popular sport and there are many cases where both men and women start playing baseball after they quit playing softball.

We feel that our continuous efforts in the Bali Province by providing baseball lessons for local children who have neither played baseball nor seen how it is played, are beginning to take shape.

[Saturday, November 16]

In the morning, we left Jakarta bound for Bali and arrived at the destination at noon.

In the early afternoon, we held the Baseball Caravan subprogram at an open space for local elementary and junior high school children who gathered around.

・Comments about the Baseball Caravan subprogram by Visiting Bali

We were told in advance that 40-50 children would gather round but to our joy, there were some 200 elementary and junior high school children waiting for us. There is no ballpark on the Island of Bali, so that it was great to have over 100 children gather in one place on Saturday, when the school is closed, in response to a call saying, "Let's play baseball!"

This was a result of long-time efforts made by Redsox Bali, a local baseball team founded by Kazuto Nonaka, Indonesia National Youth Sports Advisor for Baseball, to popularize baseball in Bali. We should not forget about local people's continuous efforts, which made it possible for us to hold this event.

In addition to a crowd of children with us, more than expected, the environment available consisting of an open space made of sand and an asphalt parking lot, gave us no idea about what to do in how and what to start with. We had a sufficient number of balls and gloves, so that we started with playing catch but children had different levels of skills and seemed less enjoyable in doing so. So, All Japan Team member students had a discussion to classify the children into several groups to have them play by using balls to begin with, according to their skill levels. There was a group of children who made lines to complete a ball relay race, while another group of children sang a song together in a circle before using balls. It seemed far away from teaching how to play a competitive event called baseball but the unexpected event today reminds us of the importance that it makes everyone feel happy to play something together. There were many children holding balls in their hands as if they had been something valuable, seeing us off till the last moment when we got on the bus, as a result of our successfully communicating something fun to them and sharing it with them.



【11月17日(日)】

午前、 国営公園にて小学生中学生高校生へ野球キャラバンの実施。

午後、 タバナン地域の高校生の野球チームへ野球教室の実施。

・公営公園での野球キャラバンの所感

200人程の小中学校の生徒が集まってくれた。昨日の反省をもとに、まずはレベルごとに分けてグループを作った。ボールを使った遊び、コミュニケーションを取るところから徐々に野球の形に近づけていき、小学生低学年のグループも最終的に試合形式のバッティングをするというところまでできた。最後は東都選抜チームがロングティーで見本を見せ、盛り上がりつつ終わった。バリレッドソックスが持ってきた道具の中に手製のバットがあった。木材を削り、芯からグリップ付近までタイヤのチューブを巻き強度を上げたものだった。それを使ってロングティーなどをしたが、違和感はない。ないものは作ればいいという発想はあっても、なかなか実行できることではないが、バリ島で野球が普及してきている要因はこうしてないものも自分たちの手で作り、使うことが当たり前なことだからだと感銘を受けた。東都選抜チームは、グローブが足りない状況からある物で対処できるようにダンボールグローブを発明した。

・タバナンの野球教室の所感

昨年も野球教室を行った。それ以降、野球が人気のスポーツとなり、野球部ができたとのことで、ほとんどの生徒が野球のユニフォームを着用していた。昨年は校長先生が我々の取り組みを見て、野球場はないが、野球を根付かせたいと言っていたことを思い出した。彼らも現状野球場はないが、広場を自分たちで野球規格にして、試合を行っているとのことだった。はじめて参加したバリ島内の野球大会で6チーム中3位になったとのことで、一年でこんなにも野球が盛んになったのかと驚いた。今回は50人程が集まった。野球を普段からやっていることから、総じてレベルが高く、野球教室内ではボールをコントロールよく投げる方法や、遠くにまっすぐ強いボールを投げる練習を行い、最後はバッティングをやった。また1年後、成長した彼ら彼女たちに会うのが楽しみであり、部活としてのカルチャーがどうなっているかも興味がある。

【Sunday, November 17】

In the morning, we held the Baseball Caravan for elementary, junior high and high school (??) students at a public park.

In the afternoon, we held a baseball lesson program for a baseball team of high school students in the Tabanan area.

・Comments about the Baseball Caravan at a Public Park in Bali

Some 200 elementary and junior high school children gathered around in the park. Upon a review of the event held on the previous day, we started with classifying them into several groups according to their skill levels. Then, we took each group to make a play by using balls and to ensure communication among its members, which was gradually shifted toward the play form closer to playing baseball, to the extent that even groups of lower grade elementary school children who could eventually be at bat in the game format. The event reached its climax that All Japan Team members showed models of hitting a ball put on the top of the batting tee before it was closed. The equipment brought by Bali Redsox team members included hand-made bats; they made a bat by whittling a wooden stick and by winding a tire tube tape around the portion from the center of the bat to the grip, to make the bat stronger. We used such a bat for tee batting and we felt anything strange about it. You may think you can make something on your own unless you have it but you hardly put it into action. They can make baseball popular in Bali for the key reason that they make it a rule to make anything on their own for use unless you have it. We are inspired to know about that. Becoming aware of a shortage of gloves, All Japan Team members have created gloves made of corrugated cardboards.

・Comments about a Baseball Lesson in Tabanan, Bali

We also held a baseball lesson event a year earlier. Since that time, baseball has become a popular sport to the extent that a local baseball team of high school students has been formed. When they met us, most of them wore uniforms. We recall that last year, the school master saw how we worked and said to us, "We have no ballpark but we want baseball to be accepted widely among people here". They said that they currently have no ballpark, so that they prepared the land of an open space to develop a standard baseball field on their own, where they play games. The team participated in a baseball tournament held in Bali for the first time to win the third place out of total six participating teams. We were pleasantly surprised to hear that news and to find out that it took only a year before baseball became so popular here. We had some 50 participants in this event. Since they practiced baseball every day, their skill levels were high in general. During the baseball session, we taught them how to throw the ball under well control and provided throwing drills to throw straight, harder, for a long distance and batting drills before closing the session. We are looking forward to coming back again a year later to see how these boys and girls may have improved their skills and what would become of s culture of club activity.



【11月18日(月)】

午前、イキップ大学にて大学生へ野球遊び、野球の教え方を伝える野球教室の実施。午後、各自観光。

・イキップ大学野球教室の所感

2年前に継続的な物資と教育の支援のMOUの締結を交わしている大学で、毎年訪問をしている。2年前は校庭、昨年は室内フットサル場、そして今年は体育館での開催となった。目的は、体育の教師を目指す学生たちが将来授業の中に、野球を取り入れてもらうよう、野球の教え方を教えるというものなので、場所を問わず工夫次第で野球ができるということをこの3年間で示せたことは非常に良かったと思う。

【11月19日(火)】

早朝、マニラに到着し、午後からリサルメモリアルスタジアムにて開会セレモニー。夜はレセプションパーティー。

・セレモニー、レセプションパーティーの所感

今回が第一回目の日本フィリピン友好親善野球大会ということで、フィリピンナショナルチームアドバイザー板倉氏をはじめとした現地スタッフのご協力があり、たくさんの来賓の方々ご出席のもと、セレモニーとレセプションパーティーを迎えた。ドゥテルテ大統領とマニーパッキャオ上院議員から光栄なことに歓迎のお手紙をいただいた。

2年前に提供したプラスチックバットとゴムボールが大切に保管されていて、授業や野球サークルで使っているとのことだった。来年以降は野球というスポーツのルールや楽しさを実技以外にも座談会といった形で行うなど、これまでとは違うやり方にもチャレンジしていきたい。参加学生は100人程であった。

セレモニーでは当連盟からフィリピン野球協会ヘラインカーと巻尺、ベース一式を。各チームにはバットとボールを贈呈させていただいた。インドネシアでの活動もそうであるように、この活動は単なるスポーツ交流ではなく、スポーツを通じた文化交流であること、そしてそれを継続させていくことに意味がある。来賓の方々からの言葉を受け、更に身が引き締まる思いであった。

【Monday, November 18】

During the morning hours, we visited IKIP (UNJ, or State University of Jakarta) to provide its students with a baseball lesson program to teach a baseball play and how to teach baseball. In the afternoon, project delegation members went sightseeing on their own.

・Comments about a Baseball Lesson Program at IKIP

Two years ago, we signed an MOU with the university to provide material and educational support on a continuous basis, and since that time, we have made an annual visit to that place. We held the event at the campus in 2017, at the indoor futsal facility in 2018 and at the gymnasium in 2019. The objective of this program is to teach how to teach baseball to students aiming to become PE teachers to ensure that they will introduce baseball as part of their PE curricula in the future. We are glad to demonstrate that they can play baseball anywhere with a bit of ingenuity, through our visits made for the past three years. The students have plastic bats and rubber balls we provided in 2017, kept under well custody and we are told that they continue to use them during PE sessions and baseball club activities. For the next year and beyond, we would like to try to take different approaches by holding a panel discussion, other than physical training, to communicate the baseball rules and lots of fun the sport has to offer. Some 100 students joined the event this year.

【Tuesday, November 19】

Early in the morning, we arrived in Manila and in the afternoon attended the opening ceremony of the bilateral friendship baseball tournament at the Rizal Memorial Stadium. In the evening, we attended the reception party.

・Comments about the Opening Ceremony and Reception Party

To celebrate the first Philippines-Japan Friendship Baseball Tournament, the opening ceremony and reception party were held, thanks to cooperation of Mr. Kunifumi Itakura, advisor to the Philippines National Baseball Team and other local staffers, being attended by many invitees. We are honored to receive the letters signed by Philippines President Rodrigo Duterte and Senator Manny Pacquiao to welcome us. At the ceremony, on behalf of the Tohto University Junko Baseball League, we presented gifts of a line making machine and a tape measure and a set of bases to the Philippines Amateur Baseball Association as well as bats and balls to each of local baseball team. Like what we do in Indonesia, it matters that our efforts are designed to promote not only sport exchange but also cultural exchange through the sport between the two countries and to continue to do so. Messages from many guests have made us renew our commitments to continuing the program.



【11月20日(水)】

午前、フィリピンナショナルチームと試合。午後、企業チームIPPCと試合。

・フィリピンナショナルチーム試合の所感

今回のフィリピンナショナルチームは、インドネシア同様12月2日からフィリピンで行われる東南アジア競技大会SEA Gamesに向けて編成されており、自国開催ということから金メダルが義務付けられている中、我々は大会前のスパリング試合として対戦をした。結果としては6対2で東都選抜チームが勝利した。

10月のアジア選手権で中国を破った実力は走攻守すべてにあり、打者の速球への対応、次の塁を狙う姿勢、センターラインを中心に広い守備範囲と、チームとしての完成度が高かった。5回までは1対1で進み、中盤の連打で点差がついたが、東都選抜チームが負けてもおかしくない緊張感のある試合だった。

2イニングを無失点に抑えた先発投手、野手では先発の2名が8月の指導者養成プログラムに参加した選手であり、試合前のウォーミングアップやキャッチボール前のアップにそのときのメニューを取り入れていた。昨年11月のプログラムに参加した選手も2名いる。

・IPPC試合の所感

過去にナショナルチームにて長く活躍していた選手が在籍しているチームで、30～40代の選手が大多数を占めている。試合結果は11対3で東都選抜チームが勝利。

左投手の中には牽制球が非常にうまい選手がいて、東都選抜チームはなかなかスタートが切れなかった。ポークの基準は日本のルールと国際大会とは少し異なっており、それも勉強になった。

40代でも指導者などに行かず、第一線で試合に出ることは素晴らしいと感じる。チームの中には20代の選手もいるので、生きた教材が身近にいて、プレーの中で勉強ができるというチームの風土はとてもよいと思う。

【Wednesday, November 20】

During the morning, our team played a game with the Philippines National Baseball Team. In the afternoon, our team played another game with the IPPC corporate baseball team.

・Comments about a Game with the Philippines National Baseball Team

Like the Indonesian counterpart, the Philippines National Baseball Team is also organized to win a gold medal at the SEA Games to be opened on Dec. 2 in the Philippines, their home country. So, the game with our team was a warm-up one for the Filipino team before they enter the stage for the baseball tournament event of the Games, resulting in that the All Japan Team won the game 6-2.

Having defeated the Chinese national team in the BFA Asian Baseball Championship held in October 2019, the Filipino national team is good at all elements of the run, offense and defense, such as a batter's quick response to a fastball, a runner's aggressive attitude to try to move onto the next base and a broader range played mainly by central fielders, making it a highly completed team, The game was tied, 1-1, in the first five innings, followed by successive hits made by All Japan to steadily gain points in the middle of the game, but as a whole, it was a strained game which All Japan could have lost.

The Filipino's starting pitcher, who gave no point to All Japan in the first two innings, and two outfielders, who played the first part of the game, participated in the coach training program held in August 2019, and introduced the routines provided by the program into their warm-up exercises before the game or catch. The team has two other players who participated in the same program held in November 2018.

・Comments about a Game with the IPPC

The Itakura Parts Philippines Corporation (IPPC) Nationals has several players who have long played on the Philippines National Baseball Team, with a majority of its members in their 30-40s. The game was won by the All Japan Team, 11-3.

A left-handed pitcher, included in the IPPC team, made highly effective pickoff throws, preventing All Japan baserunners from start stealing the next bases. There are somewhat differences in balk standards between the Japanese and international rules, which provides good information for us.

We find it amazing to know that some in their 40s still play for the team without becoming a coach and the like. The team also has younger members in their 20s. We felt it is a good culture that these young members have their living, senior teachers close to themselves and can learn a lot of things during the play.



【11月21日(木)】

午前、ラサール大学と試合。午後、アダムソン大学と試合。

・ラサール大学試合の所感

それほどまで大きい技術の差はなかったが、3回で11対0と点数が離れてしまったので、急遽試合を終えて、野球教室に切り替えた。

投手と野手に分け、投手は基本的な身体の使い方、50メートル程の中距離キャッチボールで指先からの力の伝え方を。野手はゴロの入り方、ステップ、スイングの方法を東都選抜のチームの学生が混ざりながら行った。

トレーニングコーチが日本人の方(帝京大学準硬式野球部OB)で、チームとして、日本が行っているトレーニングへの理解はあったが、フォームなどを固めるために大切な再現性の意識が弱く、トレーニングも同じフォームで複数回やるということができていなかった。大学のように少ない練習時間だからこそ大切にしてほしい意識なので、こうした機会に伝えることができてよかったと思う。

【Thursday, November 21】

In the morning, our team played a game with De La Salle University. In the afternoon, the team played a game with Adamson University.

・Comments about a Game with De La Salle University

There was no wide gaps in skills and techniques between All Japan and De La Salle teams but All Japan led the game at 11-0 in the first three innings, making us quickly decide to switch from the game to the baseball lesson session.

We divided the Filipino team members into two groups of pitchers and fielders. We taught the pitchers basic moves of their bodies and how to transmit the power of finger tips to the ball to throw while they play catch at an about 50-meter medium distance apart. We at the same time told the fielders to practice how to move to field ground balls, footwork and swing drills with the All Japan Team members.

The Filipino team has a Japanese training coach (a former member of the junko baseball team of the Teikyo University), so the team members understand training practiced in Japan but are yet to attach importance to physically acquire the forms so that they can reproduce them easily and even during training, they cannot repeat routines in the same forms. This is a baseball fundamental that they, the university students, have to raise awareness to focus on, as they have less time to practice, so we are happy to have this opportunity to communicate such important thing to them.

・Comments about a Game with Adamson University

The university's baseball team has produced many good players who have been picked up by the current Philippines National Baseball Team. The Adamson team has many aggressive batters. The game resulted in 10-7 won by the All Japan Team.

This Filipino university baseball team basically uses metal bats, while members on the national team use wooden bats. The metal bats conceivably make the university team members aggressive batters.

If the two university students play a game in the next time, we may change the program timeline to a 90-minute game followed by a 30-minute mutual communication session, providing more time for exchange between these young people in the same age group.



【11月22日(金)】

午前、IPPCチームと試合。午後、フィリピンナショナルチームと試合。

・IPPC試合の所感

ナショナルチームに過去在籍していた往年の主力左投手が先発し、拮抗した試合になった。結果としては4対2で東都選抜チームが勝利した。

この投手も牽制球が上手い。現に日本や台湾、韓国との対戦でもアウトにした経験があると聞いた。しかし現在のナショナルチームの左投手はあまり牽制球やチェックをしないので、こうした選手が将来的に指導者になり、牽制などの工夫を伝えることで、フィリピンがアジア強豪国に嫌がられる存在になるのではないかなと思う。

・フィリピンナショナルチーム試合の所感

5回途中から雨脚が強くなり、6回途中9対3で東都選抜チームが勝利した。ナショナルチームは東南アジア競技大会を見越して、細かい継投で多くの投手が投げてきた。右投手に関してはサイドハンド、アンダースローに近い投手もいるが、左投手に関してはオーバースローでシュート回転気味のボールを投げる選手がほとんどで、左投手特有の怖さがあまりない。フィリピン人には左利きが多いことから、もっと左投手に個性を出させてもいいのではないかなと感じる。また、この試合は我々も細かく継投をしたが、目慣れしないと一打席でアジャストすることはなかなか難しいように見えた。

[Friday, November 22]

In the morning, our team played a game with the IPPC team.

In the afternoon, the team played a game with the Philippines National Baseball Team.

・Comments about a Game with the IPPC Team

A veteran key, left-handed pitcher, who was a part of the Philippines National Baseball Team, started the game, making it an equally-matched one with a tense feeling. The game was won by the All Japan Team at 4-2.

This Filipino pitcher also makes very effective, pick-off throws. We heard that he had actually picked off baserunners at games with Japanese, Taiwanese and Korean teams.

The current Philippines National Baseball Team also has a left-handed pitcher, but he doesn't very often either pick off or check baserunners. Therefore, we hope that if such a player as the aforementioned pitcher good at making pick-off throws, becomes a coach and teaches younger players how to make pick-off throws and other trick plays, it may help the Philippines team grow into one found formidable by other strong teams in Asia in the future.

・Comments about a Game with the Philippines National Baseball Team

As it rained harder in the middle of the fifth inning, the game was called in the middle of the sixth inning at 9-3, won by the All Japan Team. By anticipating how to play in the upcoming tournament at the SEA Games, the Filipino team manager often changed from one pitcher to another. Right-handed pitchers include those pitching quasi sidearm and submarine, while most left-handed pitchers throw an overhand, sinker-like ball, less likely to evoke a feeling of scariness unique to left-handed pitchers, in the minds of batters.

Many Filipinos are left-handed, so it may be a good idea to more encourage left-handed pitchers to exert their individuality in pitching. In this game, we also changed pitchers more often than usual but we need to look at the opponent batters closely and carefully since it is very hard to make adjustments in one inning.



【11月23日(土)】

午前、カランバ市内のグラウンドにて小中学生チームへの野球教室。

カランバ市長のご招待で昼食、プライベートアイランドの観光。リサール邸跡地、リサールパークを見学。

・カランバ市内野球教室の所感

市内の野球チームに所属している小中学生200人程が集まった。会場となった野球場は、1950年前に造られたものであり、ベープルースやルーゲーリックが実際にプレーした地である。そのため古くから野球の文化があり定期的に試合を行うなど、野球に触れている時間が長い子どもたちがほとんどであった。

細かいプレーまでは見ていないが、強いボールを投げる、バットを力強く振るといった部分では日本の同年代より遥かにレベルは上で、ポテンシャルが高い。しかしながら近年のU-15での対日本との試合は5回

コールド10点差負けという。能力のある選手はいても、その上にいく指導がない、あるいは資金面などから国際大会に出られないと察する。

日本のように小、中、高と段階的に選手に適した指導があれば、もう10年のうちに日本は超される日が来ると思う。

野球教室中は東都選抜チーム側の指導をしっかりと解釈し、友達に共有、教え合うといった部分も見られた。小中学生にはこちらからの一方的な指導に留まってしまっていたが、一度教えたことを、子どもたちが理解し、仲間に伝えられるような野球教室が理想と感じた。

【11月24日(月)】

午前、マニラから羽田空港へ。午後に到着し、解散。

[Saturday, November 23]

In the morning, we held a baseball lesson event for elementary and junior high school baseball teams at a ballpark in the city of Karamba.

Karamba Mayor invited us to a luncheon and private island sightseeing.

We visited the Rizal Park on the former site of José Rizal, a great hero of the Philippines.

・Comments about a Baseball Lesson Program for Children in Karamba

Some 200 elementary and junior high school children who are members of baseball teams in the city gathered at a ballpark. The event site was built before 1950 and is the place where legendary American players of Babe Ruth and Lou Gehrig actually played, so baseball culture has been long established in there and baseball games have been held regularly. Many of these children have been exposed to baseball very often.

We didn't closely look at how they played but in terms of throwing hard and swinging powerfully, many appeared to do so at levels way higher than Japanese children in the age group. In this sense, these Filipino children have great potential. However, at a U-15 tournament in a recent year, the game between the Filipino and Japanese teams was called in the fifth inning and won by the Japanese team extended its lead to 10 points. This probably indicates that there are talented players, who have few good coaches capable of guiding them in the right direction, or who are prevented from playing international tournaments due to a shortage of funds, etc.

Having such a system in place that allows coaches to give instructions to children appropriately according to different levels, as they grow and advance their grade levels from elementary, to junior high and to high school like in Japan would be likely to help the Filipino team surpass the Japanese counter in the next decade or so.

During the event, we witnessed such scenes of mutual communication among children, as some children who well understood what the All Japan Team members had told them, shared it with other children, or were asked by others to tell it them again. This time, we only gave them our lessons unilaterally, but we feel that the ideal baseball lesson is the one in which children understand what has been told once and can tell them others.

[Monday, November 24]

In the morning, we left Manila for Tokyo, and in the afternoon, we arrived at the Haneda Airport and were dismissed.





主将
CAPTAIN

ASEAN INTERNATIONAL BASEBALL
PROGRAM REPORT 2019



内野手
IF

五十嵐 健
Ken Igarashi

①1997.10.31 / 22歳 ②172cm・78kg ③右投・左打 Right・Left
④専修大学(4年) Senshu Univ. ⑤常総学院 Joso Gakuin
⑥ケガせず、チームに貢献できるよう一生懸命キャプテンとして頑張ります。



ASEAN INTERNATIONAL BASEBALL
PROGRAM REPORT 2019



投手
P

黒川 勝輝
Kazuki Kurokawa

①1998.6.10 / 21歳 ②176cm・66kg ③右投・右打 Right・Right
④帝京大学(3年) Teikyo Univ. ⑤浦和学院 Urawa Gakuin
⑥2度目の遠征なので、経験を活かして全力で頑張ります。

言葉や環境、文化が違ってても、野球というスポーツでこんなにも笑顔になれるということに感動した。これは、2年前に始めてバリ島で野球教室を行った時の素直な感想だった。去年も参加させてもらい、現地の子の野球の上達を目の当たりにして嬉しかった反面、負けてしまうのではないかという不安もあった。今年は、フィリピン代表チームと試合をして勝ったが、ポテンシャルの高さをみると何年後かには同じくらいのレベル、又はそれ以上のレベルになると感じた。

私は、中学から野球を始めて、自分でもわかるくらい上達していった。その一つの理由として野球が大好きだったことにあとと思う。『好きこそ物の上手なれ』ということわざがあるが、野球が好きということがまず第一に大切なことなんだと身をもって知った。言葉が通じなくてもジェスチャーで質問してきたり、習ったことを繰り返し練習してみたり、初めて触るボールを嬉しそうに抱えて持つ子供、始めて捕ったり、打ったりしたときに見せる笑顔を実際に現地に足を運んで見てみると本当に野球が好きなんだと感じた。きつい練習や朝早くから始まる試合に対して、怠いなど思いながらやっていた自分は、ほんとに情けなく感じた。野

球を心の底から楽しみ、上達したいという気持ち一心で取り組んでいる姿をみて、自分も力になりたいと感じたし、逆に野球の原点を教えてもらった。

日本と比べると野球環境が整っていない。道具も新品ではなく、誰かが使い古したバットやグローブを使っていた。当たり前のように新しい道具を使うことのできる自分はいかに幸せなものかつくづく感じた。この遠征を通して、自分自身の野球に対する姿勢を見直す良い機会になり、野球を続けていく中でもっと野球を好きになっているんな人と関わって成長したいなと考えた。このプログラムに携わって下さった人達に感謝します。私も、将来このような活動の一員となり、様々なことに触れもっともっと勉強し続けたいと思った。

I was impressed that even if the language, environment, and culture are different, I can smile so much in the sport of baseball. This was an honest impression when I first went to a baseball class in Bali two years ago. I participated last year and was happy to see the local children's progress in baseball, but I was worried that they would lose. This year, I won a match against the Philippine national team, but when I looked at the potential, I felt that it would be the same level or higher in a few years.

I started playing baseball from junior high school and improved so that I could understand. One of the reasons is that I loved baseball. There is a saying that "I like to be good at things", but I knew from my self that it was the most important thing that I liked baseball. Even if you don't understand the language, you can ask questions with gestures, practice what you learn repeatedly, have a ball happily holding the ball that you touch for the first time, and actually have a smile to show when you catch or hit for the first time I found that I really like baseball. I felt so compassionately that I was doing lazy things, such as lazyness, in the practice that started early in the morning

and the game that started early in the morning. I enjoyed playing baseball from the bottom of my heart, and I felt that I wanted to improve myself, and I felt that I wanted to help myself.

Compared to Japan, the baseball environment is not in place. The tools were not new, and someone used worn-out bats and gloves. I felt that I was happy to be able to use new tools as usual. Through this expedition, I thought it would be a good opportunity to review my own attitude toward baseball, and as I continued to play baseball, I wanted to grow with various people who like baseball more. I would like to thank the people who worked on this program. I would like to become a member of such activities in the future and continue to study more and more by touching various things.

まず最初に、誰も怪我なく、安全にこのような素晴らしいプログラムにしてくださった杉山さん、浅野さん、飯田さん、松坂さん、野中さん、板倉さん、他にも沢山現地の方々に支えられてこの遠征が成り立ったと思います。本当にありがとうございました。

自分は、昨年もこの遠征に行かせていただいて、初めて遠征に参加する選手より少しは、自分の中で準備をして遠征に参加できたと思います。

現地では、やはりまだ野球が少ししか発展しきっていないのがわかり、今回の遠征で1つの目標でもあった、少しでも現地の方に野球の楽しさを分かってもらおうというのは達成できたんじゃないかと思います。

昨年は、個人的な試合の結果を気にしすぎていたことが多かったのですが、今年は、自分よりも現地の方々に野球をとにかく楽しんでもらって発展させる、

小中学生の方々に笑顔にすることを目的としてやった結果いい遠征にするために一つ協力できたのではないかと思います。

自分は、一年越しにインドネシアに行って感じたこととして野球が少し発展したのではないかと思います。理由として、現地の

First of all, I think this expedition was made possible thanks to Sugiyama, Asano, Iida, Matsuzaka, Nonaka, Itakura and many other local people who safely made this wonderful program without any injury.Thank you very much.

I think I was able to prepare myself for the first time and participate in the tour because I was allowed to go on this tour last year.

I can see that there is still little progress in baseball in the field, and I think I have achieved the goal of making the local people understand the fun of baseball, which was one of the goals of this expedition. Last year, I was too concerned about the results of my personal game, but this year, I'd rather enjoy and develop baseball than myself.

I thought that as a result of my purpose to make elementary and junior high school students smile, I could have helped them to make a good expedition.

I thought that I felt that baseball had improved a little after a year in Indonesia.The reason was that the local people's expression when watching baseball, their attitude toward baseball when playing catch, and their reckless pursuit of the ball cheered them up.

方の野球を見てる時の表情やキャッチボールをしてる時の野球に対する姿勢、ひたむきにボールを追いかける姿が逆に自分達に元気を与えてくれました。

自分は、この遠征の昨年は、下級生という立場でしたが、今年は上級生で遠征に参加することができたおかげでまた違った角度から見て肌で感じてすることができました。

昨年もちろんですが、また今年も現地の方々と野球ができて、環境が当たり前じゃないということ、普通に生活するのも大変だということ。改めて自分は、幸せに生活させてもらって生きてるんだということを実感しました。

これから、自分のチームに戻る訳ですが、この遠征で学んだことは、山ほどあるのでそれをチームに浸透させて、向上していければいいと思います。ありがとうございました。

Last year, I was in the position of a junior, but this year I was able to participate in the tour as a senior, so I could feel it from a different angle.

Last year, of course, I was able to play baseball with the local people again this year, and it's hard to live in a normal environment, and I realized that I was living happily. I'm going to go back to my team, but I've learned a lot from this expedition.

I hope I can get into the team and improve.

Thank you so much



ASEAN INTERNATIONAL BASEBALL PROGRAM REPORT 2019



投手
P 山崎 章雄
Akio Yamazaki

①1998.8.17 / 21歳 ②174m・71kg ③右投・右打 Right・Right
④日本大学(3年) Nihon Univ. ⑤日大鶴ヶ丘 Nihon Univ. Tsurugaoka
⑥昨年の経験を活かし、積極的に参加して野球を広めていきたい。

①生年月日 / 年齢 Date of birth ②身長・体重 Height・Weight ③投・打 Throw・Bat ④大学名(学年) University ⑤出身高校 Alma mater (High school) ⑥抱負



ASEAN INTERNATIONAL BASEBALL PROGRAM REPORT 2019



投手
川崎 悠太
Yuta Kawasaki

①1998.3.18 / 21歳 ②173cm・75kg ③左投・左打 Left・Left
④学習院大学(3年) Gakushuin Univ. ⑤つくば国際大学東風 Tsukuba International Univ. Harukaze
⑥自己成長に繋げられる遠征を目指し、精一杯楽しみます。

昨年に続いて2度目の参加になったが、前回よりも充実した2週間だった。その理由は多くあるが、1番の理由はどこの場所に行ってもとても歓迎されたからだ。試合をしても昨年よりもレベルが上がっていて、チームに入っている人や野球に対する興味や好奇心が強く、国全体で取り組んでいるということを感じてとても嬉しかった。

フィリピンナショナルチームとの試合でも個々の能力は自分たちとあまり変わらないと思った。昨年から知っている選手もいて技術がかなり成長していて驚いた。野球がうまくなりたいという向上心があれば、より人の話を聞き吸収し練習に打ち込み努力するということが大切だと改めて学んだ。ナショナルチームは投げる打つなどの基本動作はかなり上手かったので、あとは細かい野球を覚えればもっとレベルが上がるのではないかと思った。

野球教室では、多くの場所に行ったがどこへ行っても想像していた以上に歓迎されて野球の普及が進み、興味を持ってくれている人が多いということが嬉しかった。初めは言葉の壁や、相手のレベルが分からずに戸惑う場面もあったが、ボールを使った遊びやお互いが笑顔で野球をしているうちに伝えたいことが伝わるよう

になった。五十嵐キャプテンもスピーチで言っていたが、野球というスポーツを通じて言葉の壁を越え人と人、国同士が仲良くなりこれからもよい関係を作っていけたらいいと思う。

今回の遠征は自分自身も学ぶことが多かった。海外の人たちの野球への純粋な気持ちや、少しでも多くのことを取り入れたいという好奇心は自分に初心を思い出させてくれて、遠征に行く前よりも野球が好きになり上手くなりたいと思うようになった。

さらにレベルの高いチームメイトと日本での試合も含めると1か月弱一緒にプレーして、今の自分にはない考え方や、普段の対戦相手からの自分の印象を聞けてこれからの野球人生にとってとても良い経験ができてよかった。もし機会があれば来年も参加して野球普及の活動に携わりたい。

It was my second time to participate following last year, but it was a more fulfilling week than last time. There are many reasons, but the number one reason is that they were very welcome no matter where they went. Even after the game, I was more leveled than last year, and I was very happy to feel that I was interested in the players in the team and my curiosity about baseball, and that I was working with the whole country.

I didn't think the individual ability was much different from ours in the match against the Philippine national team. I was surprised that there were players I know since last year and my skills have improved considerably. I learned once again that if you want to improve your baseball game, it's important to listen to people, absorb them, and devote your self-effort into practice. The national team was pretty good at the basic movements such as throwing and hitting, so I thought that if I learned fine baseball, I would be able to raise my level even more.

In the baseball classroom, I went to many places, but I was happy that there were many people who were welcomed more than I had imagined wherever I went, and that the

spread of baseball progressed and there were many people who were interested. At first, there were times when I was confused by the language barrier and the opponent's level, but I came to be able to convey what I wanted to convey while playing with the ball and playing baseball with a smile on each other. Captain Igarashi also said in his speech, but I think it would be good if people and people and countries can get along and make good relationships in the future through the sport of baseball.

I learned a lot about this trip. The pure feelings of people from overseas and the curiosity to incorporate as much as possible reminded me of my initial feelings, and I came to like baseball better than before I went on an expedition. In addition, including the match in Japan with a high-level teammate, I played with him for a little over a month, and I was able to hear his own way of thinking and his impressions of his usual opponents, and I was able to have a very good experience in my baseball life. If I have a chance, I would like to participate next year and be involved in baseball promotion activities.

今回このような遠征に参加させていただいたこと大変ありがたく思います。

そして、東都準硬式野球連盟の1部～3部の選手がセレクションに受けに来ている中、選抜チームとして選ばれたことを誇りに思います。しかし、選手一人一人のマナーや意識についてはまだまだだったのではないかと思います。自分自身も周りに流されているところもあったので、そこに関しては自分の弱さだと痛感しました。

実際の試合に関しては、壮行試合から始まり面識のない人たちと野球をやる中、負けが続き遠征中勝てるかどうか危ぶまれましたが、遠征が始まってからはみんな一致団結し、インドネシアとフィリピンのナショナルチーム含め“全勝”というこれ以上ない結果で収められたことはとても嬉しく思います。しかし個人としては国外の試合で投げられるという大事なチャンスなのに関わらず、全然良い投球ができなかったのでとても悔しい結果となってしまいました。これからも野球を続けたいと思っているため、この結果を真摯に受け止め無駄にしないように次へ繋げたいと思います。また、フィリピンやインドネシアのチームには夏

I am very grateful to have participated in such an expedition this time.

And I'm proud to have been selected as the selection team while 1st to 3rd players from the Toto Federation are coming to the selection. However, the personality of each player and the low attitude were not all good. I felt that I was weak because there were places where I was swept around.

As for the actual game, while playing baseball with unfamiliar people starting from a send-off game, it was feared that it would continue to lose and win during the expedition, but since the expedition began, everyone was united and the nationals of Indonesia and the Philippines I am very happy that the team and the team were able to achieve an unprecedented result. However, as an individual, it was a very disappointing result because it was not possible to throw at all, even though it was an important chance to be thrown in a game outside of Japan. I want to continue playing baseball in the future, so I will not waste

のインドネシア遠征と一緒に野球をプレーしたメンバーがいてとても懐かしかったです。また、どこかで一緒に野球できれば良いなと思います。

野球教室では、夏に野球を教えた時のメンバーとは打って変わって小さい子たちで、英語に関しても自分が乏しいというのがありますが、少しコミュニケーションを取ることや野球について教えることに難しさを覚えました。それでも、五十嵐キャプテンを中心に中谷選手などが盛り上げてくれた為、とても良い野球教室になったと思います。

今回の遠征では自分がやってきた野球環境の良さを再認識しました。ちゃんとしたグラウンドがあり、グローブがあり、バットがあり、ボールがあり、あたりまえのように野球ができる日本の野球制度が整っていることのありがたみを大切にしたいです。そして、決して良いとは言い難い環境でも野球を好きになっている子供たちやそれでも広めようとしている指導者の方々たちの為にも頑張ろうと思います。今回の遠征を今後の人生に活かせるよう、これからも日々精進したいと思います。

this result and want to connect it next. I also participated in the summer trip to Indonesia, so I missed some of the members who played baseball together.

In the baseball caravan, I was a little smaller than I taught baseball in the summer, and although I was poor in English, I learned a little difficulty in communicating and teaching about baseball. Still, I think that it became a good baseball caravan because Mr.Nakatani and others were excited by Captain Igarashi. I also reaffirmed my appreciation for the fact that there is a proper ground, a glove, a bat, a ball, and a Japanese baseball system that allows you to play baseball as usual. I would like to do my best for the children who like baseball in such an environment and the leaders who still want to spread it.

I would like to devote myself every day so that this expedition can be used in my future life.



ASEAN INTERNATIONAL BASEBALL PROGRAM REPORT 2019

投手
P

高田 准哉
Junya Takada

①1997.9.26 / 22歳 ②174cm・72kg ③右投・右打 Right・Right
④国士舘大学(4年) Kokushikan Univ. ⑤平塚学園 Hiratsuka Gakuen
⑥一球一球、全力で投げます。今年も、熱く・熱く吠える。ALL・OK!!





ASEAN INTERNATIONAL BASEBALL PROGRAM REPORT 2019

投手
P

浅海 大輝
Daiki Asaumi

①2000.11.21 / 18歳 ②174cm・76kg ③左投・左打 Left・Left
④東海大学(1年) Tokai Univ. ⑤東海大相模 Tokai Univ. Sagami
⑥気合入れて頑張ります。



私は、去年もこのプログラムに参加させていただき、今回で2回目でした。去年は初めてだったので野球の技術を教える事や野球の楽しさを100%伝える事が出来ませんでした。今回、遠征メンバーに選んでもらったのでその反省を活かしたいと考えていました。

試合をやって感じた事は、相手チームのスピード感です。守備に守りに行く際、先頭バッターがバッターボックスに入る時間、一球一球バッターボックスから出て時間をとる。日本では、守りに行く際は走って守りに行く。自分たちの攻撃の先頭バッターは、いち早くネクストサークルボックスで準備をする。日本では、当たり前のように全チームがやっているが、向こうでは、当たり前ではありません。しかし、それを言葉で伝えられません。去年も同じように感じていましたが、伝えられませんでした。どうすれば、伝えられるのか。

それは、言葉でなく、プレーで相手チームに伝えられると思いました。チームでは、どんな凡打でも全力疾走。攻守の入れ替えも全力疾走を徹底しました。また、個人では投手なので、マウンドに行く際、バックアップに入る際、全力疾走しました。一球一球的

間合いも、スピード感を意識しました。

バリ島、マニラでは、野球キャラバンで子供達に野球を教えました。細かな技術よりも野球の楽しさを伝えられるように工夫しました。自分が逆の立場で考えた時、指導してくれる人が静かでやる気がなければ、つまらないと感じます。なので、ハイテンションで子供達とふれ合い、野球の基礎・基本は、身振り手振りで伝えました。レベルが高い子には、変化球や投球フォームを、ピュ！ガァ！ドォン！と擬音で伝えました。

今回の遠征で、野球の試合が出来たり、子供達に野球を教えられるのは、決して自分達だけでやる事は出来ません。杉山監督を始め、コーチ、多くの関係者の方々がいるからこそ出来ているプログラムだと思っています。また、ジャカルタ、バリ、マニラでのバスやホテル、食事など現地の支えや協力があるからこそだと思います。

この遠征で、人との関わりや感謝する心を忘れず、自分の糧にし、学んだことを自分の周りに伝えていきたいです。全てに感謝。今回のプロジェクトに参加させてもらい、本当に有難うございました。

I participated this program last year too, so it was my second time to be a member of this project. Last year, I couldn't tell people there 100% about baseball skills and also how fun it is because it was my first time to teach them. Fortunately, I also could be a member of an away team this year. Therefore, in this time, since last years' experience I want to try it better than before.

During a game I noticed the speed difference between competitor and our team. They took a lot of time to prepare for everything like when they go to defense, go to batter's box and etc. In Japan, when you are defensive, run to your position. At the time of offensive, the leading batter quickly picks up the bat and swings. It's really common in Japan that player prepare for the next action, every team do that naturally. On the other hand, it doesn't take for granted for people in that country. However, I couldn't tell them these facts in words. I felt the same thoughts last year, so how can I tell them. That was a problem. Then, I thought we can tell them through our play. In our team, we always run with full power even if it's a regular hit. Our team made every effort to switch offense and defense. In addition to this, for me as a pitcher, I always cared about the speed when I

went to mound and to backed up. Also, I was conscious of the time between throwing balls.

In Bali and Manila, we taught children how to play baseball through 'Baseball Caravan'. We devised to make them know the fun of baseball rather than the difficult techniques. If I'm a child, I feel boring if my coach is not motivated. Therefore, I tried to teach them by using body with all of my passion. For high level students, I taught them Breaking ball and Delivery form with onomatopoeia. We could do not only baseball game but also teach children baseball. These weren't just thanks to one person, but to everyone's effort. Thanks to Mr. Suzuki, coach and staff that we could experience this great program. Additionally, I want to thank the people who were in Jakarta, Bali and Manila. They always supported for us to cook our meal and look after us. I'll never forget the people who always support us and feeling of gratitude. I want to use these experiences to grow and I want to express the feelings I gained from this experience to as many people as possible. Thank you for everything! Thank you for this wonderful project and I was so lucky to join it as a member of team.

私は、今回のこの遠征で感じたことは日本の野球ができて環境は決して当たり前ではないということです。なぜなら、グラウンド状況が決していいとは言えないからです。特に、フィリピンは球場が一つしかないらしく、他のグラウンドは公園の中に急造で作られたような感じだったからです。そんな状況の中野球をしていると考えると野球の発展のスピードは速くならないと思いました。ですが、今回のプログラムの様に我々日本人が野球の素晴らしさ・楽しさを伝えることで様々な人に野球を普及し個人のレベルを上げられればいいなと思います。なぜ個人のレベルが上がるかという彼らの中で競争心が生まれて上達するために競い合うと考えたからです。そして、毎年我々が彼らのレベルよりレベルの高い野球を伝えれば確実に野球のレベルが高くなり国全体に良い影響を及ぼすと思います。

そして私は、この遠征を通して野球が何の不便もなくできることに感謝しようと強く思いました。初めて海外に出て外国人と野球をしてみたらゆる面で日本の野球環境のありがたみを知りました。特に、私がそう感じたのは道具面と環境面です。道具面は彼らが履いているスパイクが野球用ではなかった面や

I felt during this expedition is that the environment in which Japanese baseball is played is not natural. Because Philippine and Indonesia's baseball grounds condition is not good. Especially in the Philippines, there seems to be only one baseball stadium, and the other baseball grounds seemed to be built in the park. I thought that they were playing baseball in such as condition, so I couldn't say that the speed of baseball development would increase. However I hope Japanese people can spread baseball to various people and raise their individual level by telling the wonderfulness and fun of baseball as in this program. The reason why the individual's level goes up is because they thought that they would compete to be born and improve. And I think that if we pass on a baseball level that is higher than their level have year, the level of baseball will surely rise and have a positive effect on the whole country.

And I was deeply grateful to be able to play baseball through this expedition without any inconvenience. I went abroad for the first time and played baseball with foreigners and learned the benefits of the Japanese baseball environment in every way. I especially felt the richness of

ユニホームが揃っていなかったという面です。環境面に関しては先ほど言った通りです。国際試合等で同じ大会に出ていてもこんなにも野球に対しての意識が異なっており結果に差が出るのは当然ではないかと思いました。同じアジアの国としてより高いレベルで競うことができるならもっと世界的に野球のレベルが上がると思います。特に、フィリピンの人は身体能力がとても高いと感じたのでこのまま日本の野球を伝えていけばとても強くなりいずれかは日本にとって脅威となる存在になるかもしれないと思いました。

なので、私は大学生であるうちにできるだけこのようなプロジェクトに携わっていきたいと思いました。

the tools and the environment. The richness of the tools is that the spikes they were wearing were not for baseball and they were not complete with uniforms. As I mentioned earlier, the environment is good. I thought that it would be natural that even if you participated in same tournament in an international game, the consciousness about baseball was so different and the result would be different. If you can complete at a higher level as the same Asian country, I think that the level of baseball will rise more globally. Especially the people in Philippines felt that their physical ability was very high, so I thought that if I told baseball as it was, it would become threat for Japan.

So as a university student, I wanted to be involved in such a project as much as possible.



ASEAN INTERNATIONAL BASEBALL PROGRAM REPORT 2019

投手
P

菅谷 祐太
Yuta Sugaya

①1999.9.11 / 20歳

②174cm・76kg

③左投・左打 Left・Left

④青山学院大学(2年) Aoyama Gakuin Univ.

⑤国学院久我山 Kokugakuin Kugayama

⑥選抜された事を誇りに思い、自信を持って楽しく全力でプレーします。



ASEAN INTERNATIONAL BASEBALL PROGRAM REPORT 2019

捕手
C

松本航輝
Koki Matsumoto

①1999.8.28 / 20歳

②174cm・75kg

③右投・左打 Right・Left

④東海大学(2年) Tokai Univ.

⑤東海大相模 Tokai Univ. Sagami

⑥今回の活動を通して、様々な経験をし、今後の生活に活かしていきます。

まず、今回の遠征に選抜された事、そして海外という舞台で多くの貴重な経験を積ませていただいた事を、誇りに思うと同時に感謝しています。

野球の技術向上はもちろん、この遠征の第一目的であった野球の普及活動であったり、途上国の現状を目の当たりにした事など、素晴らしいこれからの人生の糧となる遠征であったと思います。

中でも野球教室の際に見た子どもたちの絶えぬ笑顔はかけがえのないものでした。正直なところ、インドネシアやフィリピンにおいて日本ほど浸透していない野球を教えても、果たして子供たちは喜んでくれるのかと不安に思っていたましたが、そんな不安を一蹴するかのように子どもたちはみんな笑顔で私たちを歓迎してくれました。指導に熱心に耳を傾けてくれる姿勢や懸命にプレーする彼らの生き生きとした姿がとても輝いていた事を覚えています。インドネシアやフィリピンでは未だ道具の普及が困難な状態にあり、段ボールで作ったグローブや自分で木を削って作ったバットを使っている子どもがいる現状でした。ただそのような環境下でも言い訳をせずみんなが笑顔で野球をプレーできているのは、ひとえに心の底から野球を愛しているからだと思います。

そして彼らの心の強さと純粋さを目の当たりにし、今の自分の置かれている環境に対して考えさせられました。何不自由なく野球ができる環境が私の中で勝手に当たり前となっていないだろうか、自分の技術を伸ばす事だけを考えてありがたさを理解していないのではないか、現地の子どもたちと触れ合い今の自分の弱さに気付かされました。

自分のそうした生活の反面で、恵まれない環境で野球をしている人々がいる事は決して忘れる事なくこれからも日々練習に励みます。

野球を通して様々な思いを抱かせてくれた彼らに感謝しています。元気にプレーし野球をこよなく愛する彼らの一助となれたと思えれば幸せです。

今回の遠征は野球に対する姿勢や行動を改めて考える、とてもいいきっかけとなりました。

今まで野球をやってきた環境、その全てが当たり前ではないことを痛感しました。野球キャラバンで出会ったインドネシアやフィリピンの子どもたちはユニフォームやグローブなどといった道具を持っていない子が多く、野球をする場所も球場ではなく公園であったりと、今まで当たり前に野球を行うことが出来た自分からすると衝撃を受けるものでした。それでも、いざボールを持って野球を始めると、すごく笑顔で楽しそうにやっている子ども達がいきました。そんな子ども達の姿を見ると、「野球を楽しむ」という最も当たり前のことを忘れて自分に気づくことが出来ました。ただ、限られた場所や人数、更には言葉もほとんど伝わらないといった中で、あれだけの笑顔を引き出すことができたというのは、今回の野球キャラバンは大成功だったのではないかと思います。違う国の人々と楽しい時間と笑顔を共有することができる野球というスポーツは、本当に素晴らしいものだと感じました。

また、選抜チームとしてレベルの高い選手の中でプレーをすることができ、とてもいい刺激を受けました。プレーはもちろん、他

の選手の野球に対する考え方や本気の姿勢からは、とても多くのことを学ばせて頂きました。今回選抜チームで感じたことを自分のチームに持ち帰り、より一層頑張りたいと思います。初めての国際試合で、いつもとは違った独特の雰囲気の中でプレーすることが出来たのはとても良い経験でした。日本の野球の良さであるテンポ・スピード感は、これから大事にしていかなければいけないと感じました。

このような素晴らしい遠征に参加させて頂き、良い経験が出来たことを有難く感じています。杉山さんをはじめとする日本のスタッフの方々、プログラムに関わって頂いた全ての方々に感謝しております。来年・再来年も参加したいと強く願います。

In the beginning, I am proud that I am selected for this expedition and grateful for gaining a lot of valuable experience overseas.

I think that it was a great expedition that would serve as a source of life for the future, including not only improving baseball skills, but promoting it, which was the primary purpose of this event, and witnessing the current situation in developing countries.

Above all, the children's constant smiles seen during the baseball class were irreplaceable.

To be honest, I was worried that even if I taught baseball that is not as popular in Japan as in Indonesia and the Philippines, the children would not be happy. However, they smiled and welcomed us.

I remember that the attitude of listening eagerly to teaching and their lively appearance of playing hard was shining.

In Indonesia and the Philippines, it is still difficult to disseminate tools, and there are children who use gloves made of cardboard and bats made by cutting their own trees.

However, they love baseball from the bottom of their hearts.

This is caused of everyone can play baseball with no excuses in such an environment.

Moreover I witnessed the strength and purity of their hearts and made them think about their current environment.

Isn't it natural that I can play baseball without inconvenience?

I am only thinking about developing my skills and don't understand the appreciation.

Being in touch with local children makes me realize my weakness.

Moreover, I will never forget that there are people who play baseball in an unfavorable environment in my life.

I am grateful to those who have made me think through baseball.

I'm happy if I was able to help those who love baseball.

This expedition was a great opportunity to reconsider the attitudes and actions towards baseball.

I realized that the environment in which baseball has been played so far is not all natural. Many Indonesian and Philippine children who met in a baseball caravan do not have tools such as uniforms and gloves. I was shocked by myself. Even so, when I started playing baseball with a ball, there were children who were smiling and having fun. When I saw these children, I realized that I forgot the most common thing that I enjoyed playing baseball. However, I think that this baseball caravan was a great success because it was able to bring out such a smile in a limited place, the number of people and even the fact that the language was hardly transmitted. I realized that the sport of baseball, which allows you to share fun times and smiles with people from different countries, is really wonderful.

In addition, I was able to play among high-level players as a selection team, and I was very inspired. In addition to playing, I learned a lot from other players' attitudes toward baseball and their serious attitude. I want to bring back

what I felt in the selected team to my team and work harder. It was a very good experience to be able to play in an unusual atmosphere in the first international game. I felt that the good tempo and speed of Japanese baseball must continue to be important.

I am grateful to have been able to participate in such a wonderful expedition and have a good experience. I am grateful to Mr. Sugiyama and other Japanese staff and all those involved in the program. I strongly hope to participate again next year and next year.



ASEAN INTERNATIONAL BASEBALL PROGRAM REPORT 2019



捕手
C

櫻井 健
Sukoya Sakurai

①1997.7.26 / 22歳

②168cm・72kg

③右投・右打 Right・Right

④国士館大学(4年) Kokushikan Univ.

⑤花咲徳栄 Hanasaki Tokuharu

⑥野球の素晴らしさを一人でも多くの人に伝え、感謝の気持ちを持ってプレーします。



ASEAN INTERNATIONAL BASEBALL PROGRAM REPORT 2019



捕手
C

岩崎 文哉
Iwasaki Fumiya

①1997.4.16 / 22歳

②177cm・90kg

③右投・右打 Right・Right

④駒澤大学(4年) Komazawa Univ.

⑤市川学園 Ichikawa Gakuen

⑥3度目の遠征なので経験を活かし、よりよいものになるよう全力を尽くします。

今回の約2週間にわたる遠征において大きくまとめると自分の野球人生の中で最も重要で内容の濃い期間となりました。現地の食事や生活に触れ、各大学から集まった仲間たちと過ごした日々は何にも変えがたくまた、今後も野球にかかわりたいと思っている自分にとっては大きな財産となりました。

遠征の中で一番印象的な出来事は野球教室する際の伝えることの難しさです。初めての経験となった今回は野球教室に参加している現地の子供たち、学生に野球のすばらしさを伝え、野球とはチームスポーツで相手をリスペクトすることが必要であるということ或少しでも理解してもらおうということをモチベーションに参加しました。しかし、言葉が通じなかったことや野球をやる技術力がどこまでのレベルにあるのかわからず指導しなくてはならない立場にもかかわらず考えて行動に移せなかったという経験をしました。その難しさに衝撃を受け、とても難しいことに挑戦しているのだと実感しました。その経験を生かし、指導側の自分たち自身がチームプレーを意識し適材適所で持ち味を発揮するという行動を取り、何よりも情熱をもって伝えようとすることが相手に何かを感じ取ってもらうことができるのだと思いました。そう

することによって日に日に野球教室の質が向上し、子供たちの笑顔が増えていくのを感じ、野球のすばらしさを伝えることができた気持ちと、逆に教えてもらった気がしました。

そして野球教室以外の面でも、各大学の選手たちとプレーしたり行動をともにしたりすることは大きな経験となり刺激をもらいました。自分が経験してきた野球、考えている野球がどれだけ特別なものかを知ることができ、またほかの選手たちとの会話でたくさんの事を学べたことは自分が野球とどうやって向き合うのかを考えさせられました。

まとめとしてこのような経験をさせていただいた連盟の方、スタッフの方、チームメートに感謝しています。将来指導者を目指している中でたくさんの出会い、たくさんのことを学べたことを自分も次の世代の野球人たちに残していきたいです。

In this two-week trip, it was the most important and intense period of my baseball life. The days I spent with my friends from each university, interacting with local food and life, were a great asset to me who wanted to be involved in baseball in the future. The most impressive event of the expedition is the difficulty of communicating when playing a baseball class. This is my first experience, and I tell the local children and students who are participating in baseball classes how wonderful baseball is. I participated in the motivation to make people understand that baseball is necessary to respect others in team sports. However, I had the experience that I couldn't move into action despite the fact that I didn't understand the language or how high the technical skills of playing baseball were at, even though I had to coach them. I was shocked by the difficulty and realized that I was trying to do something very difficult. Taking advantage of that experience, I thought that we can take action to show our strengths in the right place with a focus on team play, and above all, to try to convey with passion to get the opponent to feel something. By

doing so, I felt that the quality of the baseball classes improved day by day, and the smiles of the children increased, and I felt that I was able to convey the wonderfulness of baseball and, on the contrary, I was taught. In addition to baseball classes, playing and acting with the players from each university was a great experience and inspired. I was able to know how special the baseball I've been through and how special it is, and learning a lot from talking with other players made me think about how I would face baseball. In summary, I would like to thank the federation, the staff, and my teammates for having this kind of experience. I want to leave many encounters and learning things to the next generation of baseball players while aiming to become a coach in the future.

今年で3度目の参加となった今回のこのプログラムを振り返って、1番に感じたのは東南アジアのチームの成長具合だった。

2年前の初参加の際はインドネシアのチームと日本のチームの力の差は歴然だった。なので、教えることも基礎的な事が多く、全てにおいて基本姿勢を教え込むので野球教室が終わってしまっていたことが記憶に残っている。しかし2度目を経て3度目の今回は、具体的な技術の指導を求めてくる選手の方が多く感じられた。

また、試合をしていても投手のレベルアップという面においてはとても素晴らしいものがあったと思う。過去の大会は、フォアボールが多くて自滅的な試合展開がとても多かったが、今年はストライク率はまだまだだが、日本のバッターが三振を喫する場面も多く見られ、フィリピン選手たちに至っては下手な展開になると負けてしまうのではないかなと思うほどの接戦をしたりと、過去3年間でやってきたこの活動の成果が少しずつ見え始めているのかなと実感をした。

逆に毎年行っても変わらないこともある。それは真摯に野球に取り組み、必死に上手くなろうとしている姿勢や、心から野球を楽しんでいるという点だ。これは我々日本の野球をやっている人

Looking back on this program, which was the third time this year, I felt that the team in Southeast Asia was growing. Two years ago, when I first participated, the power of the Indonesian and Japanese teams was clearly different. Therefore, teaching has many basic things to do, and I remember that baseball classes were over because I taught basic attitudes in everything. However, this is the third time after the second time, and I felt that there were more players who wanted to teach plastic skills. Also, I think there was something very wonderful about the level up of pitchers even when I was playing. In past tournaments, there were so many games that were self-destructive due to the large number of base on balls, but this year the strike rate is still high, but many Japanese batters are getting strikeouts." And we started to see little by little what we've done over the past three years, like having a close race where we think we're going to lose if the players in the Philippines are not good enough. I realized I was doing it. On the contrary, there are times when I go there every year. It's about the attitude of seriously working on baseball and desperately trying to get good at it, and the fact that you're

たちに今一番欠如しているのではないかと私は思っている。小さい頃は誰もそういう気持ちを持って野球を始める人が多いと思うが、だんだんレベルが上がっていくにつれて、辛い練習や規律、結果などへの意識が先行してしまい純粋な野球の楽しさを忘れる人が多くいると感じる。しかし思い返してみると、小さい頃の純粋に野球を楽しんでいた頃の自分のほうが上達が早かったのではないかと私は思う。もちろん上のレベルで活躍するためには厳しさも必須であることは間違いないが、このような貴重な経験をしてきたからこそ伝えられる野球もあるのではないかと自分を見直す良いきっかけになったと思う。

また、母国語以外での野球の指導はとても難しく、自分たちに知識があってもうまく伝えられないということは今年も大きな壁であったが、いいプレーには笑顔で褒めたり、違っているときは自分が手本を見せたりと、工夫を凝らして良い野球教室ができたのではないかなと思う。

今回もこの貴重な経験を積ませて頂いた遠征に関わって下さった多くの人たちへの感謝を忘れず、この先の人生で何らかの形で活かしていければいいなと思う。

really enjoying it. I think this is probably the most lacking of our baseball players. I think many people start playing baseball with this feeling when they're little, but as the level goes up, the awareness of hard training, discipline and results comes first, and pure baseball fun. I feel there are many people who forget about it. But when I think back, I think I got better when I was just enjoying baseball in my childhood. Of course, strictness is absolutely essential for me to be active in the repel above, but I think it's a good chance to look back on myself because I've had such a valuable experience. Also, baseball is very difficult to teach outside your native language, and you have knowledge of yourself and you can do well." Not being able to communicate was a big barrier this year, but I admired the good play with a smile. When they were different, I thought they could have made a good baseball class by showing their example. I hope that I will make some use of this precious experience in my future life, not forgetting my feelings and gratitude for the many people involved in the expedition.



ASEAN INTERNATIONAL BASEBALL PROGRAM REPORT 2019



内野手
IF 石野田 颯馬
Soma Ishinoda

①1998.5.1 / 21歳 ②176cm・72kg ③右投・右打 Right・Right
④青山学院大学(3年) Aoyama Gakuin Univ. ⑤青山学院 Aoyama Gakuin
⑥インドネシアとフィリピンの気温に負けない程アツい気持ちで頑張ります!

①生年月日／年齢 Date of birth ②身長・体重 Height・Weight ③投・打 Throw・Bat ④大学名(学年) University ⑤出身高校 Alma mater (High school) ⑥抱負



ASEAN INTERNATIONAL BASEBALL PROGRAM REPORT 2019



内野手
IF 田中 修平
Shuhei Tanaka

①1999.10.8 / 20歳 ②174cm・67kg ③右投・左打 Right・Left
④日本体育大学(2年) Nippon Sport Science Univ. ⑤都立昭和 Tokyo Metropolitan Showa
⑥チームに貢献できるように、自信を持って全力でプレーします。

「去年、君のユニホームもらったよ」
フィリピンチームの一人の選手が声をかけてくれた。まさかそれを覚えていているとは思っていなかったから驚いたし、それと同時に嬉しかった。自分は誰にあげたか分かっていなかったし、今年は違う背番号だったのにその選手は声をかけてくれた。相当去年の出来事が嬉しかったのだらうと感じた。杉山さんや浅野さんはフィリピンチームもインドネシアの選手たちも毎年日本チームが来るのを楽しみにしてくれているという話をしてくれたことがあったがあまり実感がなかった。しかし彼に声をかけられたことで本当に楽しみにしてくれていたことがよくわかった。それとともに、日本の野球や野球に対する態度など伝えられることをたくさん伝えよう、フィリピンチームや楽しみにしてくれていた人の期待に応えようと強く感じた。
さらにそれだけでなくフィリピンやインドネシアで子供たちに野球教室をやったときに大きな歓声で歓迎してもらったことも大きく印象に残っている。まるでプロ野球選手になったかのような感覚になった。それほどみんな自分たちのことを楽しみに待っていたのがわかった。

実際に野球教室をやって、心の底から野球を楽しんでいる子供たちの姿を見た。また、守備を教えていても隣でバットングしている方に興味をもって守備を全然やらない姿もとても印象に残っている。無邪気で自分の感情に素直な姿を見て、忘れていた感情を思い出させてくれた気がする。大人になるにつれて夢を諦めたり、自分の感情を出せなくなったりということが増えてきているが、もう一度自分の感情に素直になってもいいのかもしれないと感じさせてくれた。
今回の遠征で私は大きく考えが変わった。遠征に行くまでは今回の遠征で野球をやめるつもりだったが、子供たちから感じたことや一緒に遠征に行った人からの言葉を受けて野球を続けようと思った。夢を追おうと思った。今回の遠征が人生の成功のきっかけになったと将来言えるように、東都準硬を誇りに思えるように、夢をかなえるべく頑張っていこうと思った。

“I got your uniform last year.”
One player from the Philippines team spoke to me. I was surprised because I didn't think I remembered it, and I was happy at the same time. I didn't know who I was, and this year the player called out even though it was a different number. I felt that I was happy about what happened last year. Mr. Sugiyama and Mr. Asano told me that both the Philippines team and Indonesian players were looking forward to seeing the Japanese team every year. However, I knew that he was really looking forward to his voice. At the same time, I felt strongly to meet the expectations of the Philippine team and the people who were looking forward to telling them a lot about what Japanese baseball and attitudes towards baseball can be told.
In addition to that, it was a big impression that children were welcomed with great cheers when they held baseball classes in the Philippines and Indonesia. I felt as if I became a professional baseball player. I found that everyone was waiting for them so much.
I played baseball classes and saw children enjoying

baseball from the bottom of their hearts. Also, even though I was teaching defensive, I was very impressed by the fact that they were not interested in defensive at all with the person batting next to them. I feel innocent and honest about my feelings and reminded me of my forgotten feelings. As I grow up, I have been giving up on dreams and not being able to express my feelings, but it made me feel that I could be honest with my feelings once again.
This expedition changed my mind. I was planning to stop playing baseball until this expedition, but I decided to continue playing baseball in response to the feelings from the children and the words from the people who went on the expedition. I wanted to follow my dream. As I can say in the future that this expedition led to the success of my life, I wanted to work hard to make my dreams come true, so that I could be proud of Toto Jinko.

私が今回のこの遠征を通して感じたことは、日本は野球をする環境や道具、食事面においても非常に恵まれているということです。
現地の人に聞いた話ですが、ジャカルタではおよそ10%の子供が学校に通えないほど貧しい暮らしをしていると聞きました。そのような環境であるためグローブやバット、ポールなどは普及していませんでした。そして野球をする場所も公園や空き地であったりと、場所においてもよい環境とは言えませんでした。
そんな中、野球教室で出会った子供たちはグローブを貸しあったりしながら本当に楽しそうに野球をやっていて、その姿をみてとても充実した野球教室になったと思いました。
インドネシアとフィリピンで、試合や野球教室を行い分かったことはみんな野球が大好きであるということです。現地の人は心から野球を楽しんでいるように感じました。この気持ちはインドネシア、フィリピンの野球を大きく発展させたいと思います。
野球の面では、普段は相手チームである選手とチームメイトになりレベルが上がった中で野球をすることができてとても刺激になりました。私は2部に所属していますが一部チームと戦い

たいという気持ちも遠征前より強くなり、今後のモチベーションにもつながりました。また、他の選手の野球に対する姿勢や考え方は学ぶことが多かったです。自分自身の野球に対する意識を見直さなければならぬと感じました。
この遠征では、野球の面はもちろん国際交流を通して大きな経験をし、成長につながったと思います。
今後さらに成長できるように遠征での経験を生かし頑張ります。

What I felt through this expedition is that Japan is also very blessed with the environment, tools, and food to play baseball.
I heard from local people that about 10% of children in Jakarta live so poor that they cannot go to school. In such an environment, gloves, bats and balls were not popular. And the places where you play baseball are parks and vacant lots.
Meanwhile, the children I met in the baseball class were playing baseball happily while renting gloves, and I thought that it was a very fulfilling baseball class.
In Indonesia and the Philippines, what I learned after playing games and baseball classes is that they love baseball. I felt that the local people really enjoyed playing baseball. This feeling will greatly develop Indonesian and Philippine baseball.
In terms of baseball, I became a team mate with my opponent, and I was very excited to play baseball as my level improved. I belong to the second part, but my desire to fight against some teams was stronger than before the expedition, which led to future motivation. I also learned



ASEAN INTERNATIONAL BASEBALL PROGRAM REPORT 2019



内野手
IF 中谷 功大
Kodai Nakatani

①1998.6.13 / 21歳 ②171cm・60kg ③右投・左打 Right・Left
④専修大学(3年) Senshu Univ. ⑤広陵 Koryo
⑥1つでも多くのことを吸収し、成長できる遠征にします！

①生年月日／年齢 Date of birth ②身長・体重 Height・Weight ③投・打 Throw・Bat ④大学名(学年) University ⑤出身高校 Alma mater (High school) ⑥抱負



ASEAN INTERNATIONAL BASEBALL PROGRAM REPORT 2019



内野手
IF 木上 雄成
Yusei Kigami

①1998.5.13 / 21歳 ②180cm・75kg ③右投・左打 Right・Left
④日本大学(3年) Nihon Univ. ⑤日大鶴ヶ丘 Nihon Univ. Tsurugaoka
⑥東南アジアを肌で感じています！！

今回の遠征を通しての感想は、まず自分自身が海外へ行くのが初めてでした。日本しか知らない私にとっては驚きや少し胸が痛む光景なども目に移り複雑な気持ちになる場面もあり、本当にいろいろと考えさせられる遠征になりました。と、同時にすごく勉強にもなりました。ジャカルタでの野球教室では私は中学生の組に教えることになりました。場所はバドミントンの試合で使うコート二面分くらいの大きさの場所のできる範囲のボールを使ったゲームなどをやりました。日本人が野球を教えるということに少し現地の人たちも戸惑いながらも時間がたつにつれ心開いてくれすごく自分自身としても楽しい時間になりました。中学生だったこともあり英語を勉強していたのでコミュニケーションも取りやすく、話で伝わらなくともジェスチャーなどで意思疎通ができました。

中でも驚いたのは、現地の人たちは東都選抜である私たちのことをプロ野球選手が来たみたいな歓迎をしてくれたことです。それだけ野球という文化がないのだろうと強く感じました。初めて道具を見た子たちは使い方がわからずに困惑している子も多く改めて私たちがどれだけ恵まれているのかを認識することが

できました。

今回のこの遠征を機に野球を始めるきっかけや、野球を好きになってくれた子がいたらこんなにもうれしいことはないと思います。野球というスポーツで国が一つになるということが素晴らしいことであるということを今回の遠征で一番学ぶことができたのが何よりも大きな収穫になりました。

そのほかにもジャカルタとバリ島は交通量が多いのは確かですが、交通整備は日本より劣る部分があると感じました。事故がいつ起きてもおかしくない場面が多くあり国としての発展も進んでいない現状があり日本しか知らなかった私自身にとって多くの学びを得ることができました。

その一方で、フィリピンは日本に近い部分があったりと、まだまだ知らないことが多くあるためこれから先のために勉強していかなくてもいけないなと思いました。多くのことを学んだ今回の遠征で、これから先も野球というスポーツで国と国とを繋げられたらと思います。

It was the first time for me to travel abroad that I felt during the expedition. Since I only know Japan, I saw surprises and sad things. It became a complex feeling and an expedition that really made me think a lot. I also learned a lot at the same time. The baseball class in Jakarta taught junior high school students. The place was about the size of two badminton courts. So I played games with balls. The locals were confused by the Japanese saying that they teach baseball. As time went on, my heart was open and it was a fun time. Because I was a junior high school students, I was studying English and it was easy to communication. I was able to convey it with gestures even if I didn't communicate with words. What surprised me was that the local people welcomed us as a professional baseball player. I felt that there was no culture of baseball. The children who saw baseball equipment for the first time were confused. Once again, we were able to recognize that we are blessed. I'm really happy if there is a child who stats baseball on this expedition or likes baseball. In this expedition, I learned

that it would be great to have one country in the sport of baseball.

In addition to the fact that Jakarta and Bali have a lot of traffic, there were scenes where we felt that the traffic was not well maintained. There were a lot of scenes that didn't make any accident happen, so I knew only Japan and learned a lot. On the other hand, the Philippines was close to Japan. There are so many things I don't know yet, so I thought I had to study for the future. With this expedition that I learned a lot, I hope to continue to connect the country with the sport of baseball.

ASEAN INTERNATIONAL BASEBALL PROGRAM
2019に参加させて頂きありがとうございました。

まず驚かされたのは、野球先進国の日本に対して、インドネシア・フィリピンの野球はまだまだ発展途上さなかのスポーツではありますが、野球に対する意欲、興味、ハングリー精神は日本のプレイヤーをも上回るものがあると感じました。それほど野球が好きだという何よりの証拠だと思います。両国のナショナルチームのプレイヤーは身体能力がとても高く、私たちが学ぶべきところが沢山ありました。また、道具や環境に恵まれていない中でも、楽しそうに野球をする姿は私たちが1番見習うべき姿です。

野球教室では、1回で200～300人ほどの小中高生が参加してくれました。他国との野球教室で1番難しいのは言葉の壁です。ゆえにどう教えるのか、どう興味をもってもらうかを考えながらいろいろと試行錯誤を繰り返しました。私は小学生を担当しましたが、野球自体を知らない小学生がほとんどでした。まず、野球というスポーツを知ってもらおう、野球というものに興味を持って

Thank you for letting me participate in ASEAN INTERNATIONAL BASEBALL PROGRAM 2019.

First of all, I was surprised. Against Japan's advanced baseball team, the Indonesian and Filipino baseball is still a developing sport. However, their interest in and enthusiasm for baseball exceeded Japanese players. That is proof of their love for baseball. National teams in both countries have high physical abilities. There were a lot of things that we could learn. And, even though they are not blessed with tools and environments, playing baseball with pleasure is the best attitude we must learn.

In baseball academy, 200 to 300 children participated in the event. The hardest part of a baseball academy with other countries is the language barrier. So, how do you teach? how do they get interested? while thinking about these things, I made a trial and error. I took charge of primary school student, but most primary school student didn't know baseball itself. So let's know baseball! get interested in baseball! What we teach is not technical, I

もらおう。小学生たちに教えるのは技術的なことではなく、レベル1,2の段階である意欲や興味を持たせることだと思いました。その為、ボールを使いキャッチ&スローで速さを競わせたり、ボールをバトン代わりにリレーをしたり、とゲーム方式にして楽しんでもらいました。子供たちも勝つと喜び、負けたら悔しがるという反応を見せ、この姿はやはり世界共通であると再認識することができました。ポテンシャルの高い子供たちも沢山いました。秘めてる潜在能力は、日本の子供たちよりあるのかもしれませんが。そう思わせるほど楽しそうに野球をし、疑問や聞きたいことがあるとすぐにコミュニケーションをとりにきてくれたので、私たちも野球教室に参加できうれしい限りです。少なからず野球というスポーツに興味を持ってくれたものだと思っています。

今回の国際交流で学んだことは、社会人生活でも生きてくと思えます。貴重な経験をありがとうございました。

thought it was a rudimentary interest and motivation. So compete for speed with catch & throw and relayed the ball instead of a baton. They enjoyed it in the game system. Children showed reaction that they would be pleased to win and regret to lost. I again realized this form is common throughout the world. There were many high potential children. This children may is high potential more than children in Japan. So that play baseball happily and If children has any questions or anything, came to talk. I was super happy! I definitely believe the children were interested.

I think that I learned in this international exchange that the member of society life gives life. Thank you for valuable experience.



ASEAN INTERNATIONAL BASEBALL PROGRAM REPORT 2019



内野手
IF **武内 公佑**
Kousuke Takeuchi

①1999.8.6 / 20歳 ②172cm・71kg ③右投・右打 Right・Right
④専修大学(2年) Senshu Univ. ⑤常総学院 Joso Gakuin
⑥遠征を通して野球の魅力を伝えと共に、チームに貢献できるように頑張ります。

①生年月日／年齢 Date of birth ②身長・体重 Height・Weight ③投・打 Throw・Bat ④大学名(学年) University ⑤出身高校 Alma mater (High school) ⑥抱負



ASEAN INTERNATIONAL BASEBALL PROGRAM REPORT 2019



外野手
OF **水野 貴士**
Takashi Mizuno

①1997.11.3 / 21歳 ②179cm・83kg ③右投・右打 Right・Right
④亜細亜大学(4年) Asia Univ. ⑤岩倉 Iwakura
⑥四年目なので、明るく楽しく元氣良くプレーします。ALL・OK!!

私は遠征を通して、野球ができていたことが当たり前ではないと感じました。ジャカルタのチームは十～十五人程と少なく、ユニフォームも全員が揃えられてない状況でした。また日本チームは木製バットが折れても新しいバットを使えますが、ジャカルタチームは三本のバットを大事に使っていました。今までの野球人生で何度か道具を雑に扱った自分がとても恥ずかしくなりました。フィリピンではナショナルチームや大学生を相手に試合を行いました。フィリピンチームは個人の能力が高く、野球の細かい技術、戦略を向上していけば国際大会でも活躍していくと感じました。また試合をしない日は学校に訪問し、野球教室を行いました。遠征を行った三つの場所、どれもが数えきれないほどの大人数で出迎えてくれました。

私自身、野球経験のない小学生を相手に野球教室を行うのが初めてでした。最初は言語が通じなくて、どう小学生とコミュニケーションとればいいのか戸惑っていました。そんな中、昨年野球教室を経験した先輩らを見たとき、笑顔で話しかけていました。私も笑顔でいることを心掛けるようにしたら、子供たちも心を許してどんどん話かけてくれたのでとてもやりやすかったです。

小学生が対象ならボールを使ってゲームを行い野球というスポーツに少しでも触れてもらうように心掛けました。また中学生、高校生が対象の時はキャッチボール、バッティングを行いました。年齢が上がるにつれて野球に近い形で野球教室を行い、野球の楽しさを伝えていきました。そしてこの遠征で一番衝撃的だったのはお別れの時にボールをあげたときでした。もらった人はボールを抱きしめるように大事に扱い、もらえなかった人は泣きそうになっていた。野球をするのが当たり前だった私は人として大事なことを忘れていました。「野球をしたくてもできない人がいる。」この言葉はこれからの野球人生で絶対に忘れてはいけなしいし、改めて考え直すことでした。

今回の遠征では野球への考え方とコミュニケーション能力を身につけることができました。また様々な国の野球発展に関わり、素晴らしい経験ができたのでこれからの人生に生かしていきたいです。

Through the expedition, I felt that it was not natural to be able to play baseball. The team of Jakarta is as few as ten to fifteen, and the uniforms are not all available. The Japanese team can use a new bat even if the wooden bat breaks, but the Jakarta team used three bats carefully. I have become so embarrassed that I have handled the tools several times in my baseball life. In the Philippines, we played against national teams and university students. I felt that the Philippine team is highly capable of individuals, and will continue to play an active role in international competitions if they improve their baseball skills and strategies. On days when there were no matches, I visited the school and held a baseball class. The three locations where the expedition went, all welcomed us with an infinite number of people. It was the first time for me to have a baseball class for elementary school students who have never experienced baseball. At first I didn't understand the language, and I was confused about how to communicate with elementary school students. Meanwhile, when I saw seniors who experienced baseball classes last year, I was talking to them with a

smile. When I tried to keep smiling, the kids were very easy to do because they allowed me to talk to me. For elementary school students, I tried to play a game using a ball and get a touch of a sport called baseball. In addition, when junior high school and high school students were eligible, we played catch ball and batting. As the age increased, baseball classes were held in a form similar to baseball to convey the enjoyment of baseball. The most shocking part of this expedition was when he raised the ball at the time of farewell. The person who got it was treated like holding a ball, and the person who didn't get it was about to cry. I used to play baseball and I forgot what was important as a person. "There are people who can't do it even if they want to play baseball." These words should never be forgotten in the future of baseball and should be reconsidered. In this expedition, I was able to acquire baseball thinking and communication skills. I was also involved in the development of baseball in various countries and had a wonderful experience so I would like to make use of it in my future life.

今回の遠征で4回目のインドネシア遠征を終えて、大学に入学する前の自分自身と比べて人生において豊かなものを沢山得る事が出来たと感じています。

まず1年生で挑んだインドネシア遠征ですが、私は投手として選抜して頂きました。しかし現地に行き左の太ももを痛め、試合に出ることはほとんどありませんでした。他で貢献しようと思ったのですが、自分は子供が苦手な野球教室もほとんど貢献出来ていなかったと思います。このままではいけないと思い2年生の私はもう一度遠征に行き、貢献をしたいと思いました。しかし肘を痛めていた私は外野手として挑戦をしました。結果選抜して頂き、遠征に行く事が出来ました。2年目に行って驚いた事が、インドネシアの野球のレベルがかなり上がっていた事です。1年目のインドネシアは内野ゴロでもアウトが取れなかったのにしっかりプレーが成立していて、身体能力の高さを感じました。

3年目から近くの小学校、中学校、高校、大学にお邪魔して野球教室を本格的にやりました。現地の学生の熱意に驚き、指導も熱を入れてする事が出来ました。何より感動をしたのが現地の子の笑顔でした。日本にはない純粋な笑顔を見ていつの間にか子供に

In this expedition, after finishing the fourth expedition in Indonesia, I feel that I have gained a lot of rich things in my life compared to myself before entering university. First of all, it was an Indonesian expedition that I challenged as a first grader, but I was selected as a pitcher. However, I went to the site, hurt my left thigh, and rarely entered the game. I thought I would make a contribution elsewhere, but I don't like the kids and the baseball class has hardly contributed. I thought that this should not be the case, so I wanted to make another contribution by going on an expedition again. But I hurt my elbow and I challenged as an outfielder. The result was selected and I was able to go on an expedition. What surprised me in the second year was that the level of Indonesian baseball has risen considerably. In Indonesia in the first year, even though Infield Goro could not get out, play was well established and I felt high physical ability. From the third year, I started a baseball class in earnest by visiting nearby elementary, junior high, high school and university. I was surprised by the enthusiasm of the local students, and I was able to give instruction. What

对我的苦手意識が無くなっていました。

最後の遠征となる4年生はプレーでも野球教室でも遠征を成功させるためにしっかり貢献をしようと思いました。日本ではかなり調子よかったのですが、現地に着いてタイミングの取り方がわからなくなってしまい思うようなバッティングが出来なくなっていました。そこで監督の杉山さんや浅野さん、今回初めて帯同して下さった松坂さんに沢山アドバイスを頂き最後の方は修正できたと思います。感謝してもきれません。

そして今回初めて行ったフィリピンですが選手のポテンシャルの高さに驚きました。体の大きさ、体の力に溢れる可能性を感じました。

日本の狭い世界では感じる事が出来ない体験をこの大学生活でする事が出来てよかったと感じています。そして準硬式をやったよかったと思います。

impressed me most was the smile of the local child. While seeing a pure smile that wasn't in Japan, I wasn't aware of my child's weakness.

The fourth grader, the final expedition, wanted to make a solid contribution to the success of the expedition in both play and baseball classes. It was pretty good in Japan, but when I arrived at the site, I couldn't understand how to set the timing, and I couldn't do the batting I thought. So, Mr. Sugiyama, Mr. Asano, and Mr. Matsuzaka, who joined me for the first time, gave me a lot of advice, and I think that the last person was able to correct it. I cannot thank you enough.

And I was amazed at the high potential of the players in the Philippines for the first time. I felt the possibility of overflowing body size and strength.

I am glad that I was able to have an experience that I could not feel in the small world of Japan. And I'm glad I did semi-rigid.



ASEAN INTERNATIONAL BASEBALL PROGRAM REPORT 2019



外野手
OF 齋木 駿也
Shunya Saiki

①2000.1.27 / 19歳 ②178cm・75kg ③右投・左打 Right・Left
④帝京大学(2年) Teikyo Univ. ⑤帝京第三 Teikyo Daisan
⑥野球選手としても人間としても大きく成長できる遠征にしたいです。

①生年月日／年齢 Date of birth ②身長・体重 Height・Weight ③投・打 Throw・Bat ④大学名(学年) University ⑤出身高校 Alma mater (High school) ⑥抱負



ASEAN INTERNATIONAL BASEBALL PROGRAM REPORT 2019



外野手
OF 長澤 貴裕
Takahiro Nagasawa

①1997.9.23 / 22歳 ②177cm・75kg ③右投・右打 Right・Right
④日本体育大学(4年) Nippon Sport Science Univ. ⑤都立富士森 Tokyo Metropolitan Fujimori
⑥最高のチームで最高の野球します! ALL・OK!!

私は、今回このプログラムを通して初めて海外に行くという経験をさせて頂き、野球を通じてとても貴重な体験をすることができた。初めての海外で、右も左もわからず最初は不安しかったが、毎日が充実していてとても勉強になる二週間だった。

今回の遠征を通じて感じたことは三つある。一つ目は、東都リーグの代表として高いレベルの野球をすることができたことだ。普段は対戦相手として戦っている一部リーグの選手を含め、各大学のレベルの高い選手とチームメイトになり、コミュニケーションをとることで精神的な面はもちろん、多くの野球技術や知識を吸収できるので、今後の野球人生に大きく活かしていきたい。

二つ目は、実際に発展途上国に行くことで、日本では当たり前だったことが発展途上国では当たり前ではないということだ。普段日本では水道から出てきた水を飲んでいるが、インドネシアやフィリピンではミネラルウォーターしか飲むことができなかった。町を歩いていれば、野良犬がいるなど日本では考えられないことがとても多く見受けられた。生活面だけではなく、野球をやる環境もまだまだ完璧ではないと強く感じた。今回、発展途上国に行ってみて、日本がどれだけ恵まれた環境下に置かれているか再確認

することができた。

三つ目は、インドネシアやフィリピンの人達の野球に取り組む姿勢だ。今回のプログラムでは何度か野球教室を開催したのだが、現地の選手は私たちが教えていることを少しでも多く吸収しようという姿勢が見えたり、自分から野球に対しての質問などをしてきてもっともっと上手になりたいという気持ちが伝わってきた。また、男女問わずに純粋に野球を楽しんでやっているなという風を感じた。今回、現地の選手を教えてみて私自身が野球に取り組む姿勢というのを改めて気付かされた。

私は、今回の遠征でとても貴重な経験をし、大きく成長することができたと実感している。今回の遠征で経験したことや感じたことは自分自身の中でとどめるのではなく多くの人に伝えていく義務が私にはある。また次回参加できる機会があれば、今回教えた子供達の成長を見てみたい。

私はこのプログラムに2018年に続き2回目の参加となった。去年は初めての参加ということもあり、野球教室などでは自主的に行動する場面があまり多くなく、もっとできたなという思いがあった。なので、今年は、自主的に行動し、二年目として、四年生として引っ張っていきたくらいなと思い参加した。

バリ島での野球教室では、一回の教室で200〜300人程の子供たちが参加してくれた。人数の多さに圧倒されたが、このプログラムが去年より一層発展していること、バリ島の子供たちの野球への関心が上がっていることを感じることでとても嬉しかった。さらに嬉しかったのは去年の野球教室に参加してくれた子供たちがたくさんいて、私たちの名前などを覚えていてくれたことだ。

いざ野球教室が始まると野球教室で一番の問題はやはり、言葉が通じないということだ。去年は言葉が通じないということから積極的にコミュニケーションをとることができなかった。なので、今年は言語を超えたコミュニケーションを意識して野球教室を行った。そこで私たちが意識したのは、子供たちが楽しくなるような笑顔、自分たちが一番楽しい姿を見せることで子供たちに楽しさを伝染させようということだ。まずはボディーラングエッジを使い、身振り手振りで伝えながら、子供たちが飽きないように

ゲームを考えたりした。あとは、私たち学生が大きな声で盛り上げ、ハイタッチや「good」や「nice」といった言葉をかけ続けた。そうすると子供たちも自然と笑顔になり、たくさんコミュニケーションをとることができた。野球教室終了後には、サインを求められたり、写真を求められたりと、短い時間で濃い関係を築くことができた。

私が思うこの野球教室の存在意義は、野球の技術の向上もそうだが、まずは、野球というスポーツを知ってもらうこと、そして野球というスポーツの楽しさを伝えることだと思う。

野球教室終了後に野球道具を寄付したときの子供たちの嬉しそうな笑顔が忘れられない。

私は今回でこのプログラムに参加するのは最後だが、後輩のみんなにこの素晴らしいプログラムを広めてもらい、来年、再来年とこのプログラムが一層の発展を遂げることを祈っている。この遠征で改めて野球は素晴らしいスポーツだと感じた。このプログラムに参加できたことを誇りに思う。協力して下さった全ての方々に感謝の気持ちでいっぱいだ。そして遠征をともにした仲間が大好きです。

I had a great opportunity to go abroad for the first time through this program, and I was able to have a very valuable experience through baseball. It was my first time abroad, and I had no choice but to feel uneasy at first, but every day was fulfilling and I learned a lot while I was staying there for two weeks.

I felt three things during this expedition. First, he was able to play high level baseball as a representative of the Toto league. By becoming teammates with high level players of each university, including the team members who usually play against each other, and communicating with them, I can absorb not only psychological aspects but also many baseball skills and knowledge, so I want to make a great use of them in my future baseball life.

Second, by actually going to a developing country, what is taken for granted in Japan is not taken for granted in a developing country. In Japan, people usually drink tap water, but in Indonesia and the Philippines, they can only drink mineral water. Walking around town, I saw many things that I couldn't imagine in Japan, such as stray dogs. I strongly felt that not only life but also the environment for

baseball is not perfect. This time, I was able to reconfirm how blessed Japan is by visiting developing countries.

Thirdly, the attitudes of Indonesian and Filipino people toward baseball. In this program, we held baseball classes several times, and the players there seemed to be trying to absorb as much as possible of what we were teaching, and they asked questions about baseball themselves and felt that they wanted to be better at it. Also, I felt that both men and women are just enjoying baseball. This time, when I taught local players, I realized again that I am committed to baseball.

I have had a very valuable experience in this expedition and I feel that I have been able to grow greatly. I have a duty to tell many people what I have experienced and felt in this expedition, not to keep them in myself. If I have the chance to participate again, I would like to see the growth of the children I taught this time.

I participated in this program for the second time since 2018. Last year was also the first participation, I could not act voluntarily in a baseball class. So this year I decided to participate actively.

In baseball class in Bali, 200-300 children participated at a time. I was glad to know that this program has been developed since last year and that the children of Bali are increasingly interested in baseball. I was even happy that there were many children who participated in last year's baseball class and remembered our name.

The biggest problem in baseball classes is that they don't understand the language. Last year I couldn't communicate positively because I couldn't understand the language. So this year I was conscious of communication beyond language. Therefore, we were conscious of trying to infect children with fun by showing them smiles that would make them fun and showing them the most fun. First of all, I thought about the game so that the children would not get bored while communicating with gestures. After that, our students raised a loud voice and made a high touch, liked it, and continued to say that it was

wonderful. The children naturally smiled and could communicate a lot. After the baseball class, when I was asked for a sign, I was asked for a photo, I was able to build a deep relationship in a short time.

I think that the significance of this baseball class is not only to improve baseball skills, but also to know and enjoy the sports of baseball. I can't forget the happy smiles of the children when they donating baseball equipment after the baseball class.

Although this is last time I have participated in this program, I hope that my juniors will spread this wonderful program and hope that this program will develop further in the next year and the next year. In this expedition, I felt that baseball was a wonderful sports. I am proud to have participated in this program. I am grateful to all who have cooperated. And I love the members who traveled together.

Thank you.



ASEAN INTERNATIONAL BASEBALL PROGRAM REPORT 2019





生田 菜那
Nana Ikuta

①1998.8.18 / 21歳 ②帝京大学（3年） Teikyo Univ.
③東京純心女子 Tokyo Junshin
④皆さんがベストな状態でパフォーマンス発揮ができるよう全力でサポートします。

今回初めてこのプログラムに参加し、日本がどれほど恵まれているのかということと、人とのコミュニケーションの大切さを改めて深く学ぶことが出来ました。私はトレーナーとして帯同し、遠征中は試合中の選手の飲み物や選手の治療を主に行っていました。しかし、安全で冷たい水が飲めること、アイシングに使う氷があるというとは、どれも日本では簡単にできるが、その環境は当たり前ではないと実感しました。ジャカルタの小中学校で行った野球教室では、毎年同じように同級生の5、6人が家庭の事情で学校に通うことが出来ないという現状や、野球の道具を買って揃えることが出来ない家庭がほとんどのため野球教室に積極的に参加する様子が多くみられた。義務教育で小中で学べる環境が作られている日本で過ごしてきた私にとってこの現実、ショックでした。私たちは、教育面でも環境面でも恵まれた環境にあるということを改めて自覚しなければいけないと感じました。実際に野球教室を通して、ジャカルタやフィリピンの子供たちの運動能力の高さとスポーツに楽しんで取り組んでいる姿に驚かされた。この様に現地でもっと野球に触れる機会が増えれば、現地での野球が発展し、より良いサポート・環境で出来るようになると思った。現在トレーナーもどこのチーム必ずいるわけではなく、種目に

This was the first time I participated in this program, and I was able to learn about how blessed Japan is and the importance of communication with people. I accompanied him as a trainer, and during the expedition, he mainly treated the players of the game and drinks. However, being able to drink safe and cold water and having ice for icing are all easy things to do in Japan, but I realized that the environment is not natural. At baseball classes held at elementary and junior high schools in Jakarta, five or six classmates were unable to attend school every year due to family reasons, and most families were unable to purchase baseball equipment, so they actively participated in baseball classes. I was shocked to see this reality as I have spent my time in Japan, where compulsory education provides an environment where children can learn in elementary and junior high schools. I felt that we need to realize anew that we are in a favorable environment both in terms of education and environment. I was surprised to see how well children in Jakarta and the Philippines are athletic and how much they enjoy sports. In this way, I thought that if I had more opportunities to experience baseball in the

合ったトレーニングやストレッチの知識もまだ確立できていないため、そのような面からのアプローチも今後出来たら良いのではないかと感じた。

コミュニケーションでは語学や野球に関する知識も多いため、はじめは自分に何ができるのかとても不安であったが、野球教室や現地の人とのハイタッチや「nice !」、「very good !」などのコミュニケーションを重ねていくにつれて、より楽しく笑顔で取り組んでいたことを身をもって感じた。初めてあったばかりの関係ではあるが、その間に英語でのコミュニケーションとスポーツが入ることで仲良くなれたり、楽しんで取り組んでくれたりと改めてスポーツの素晴らしさと語学力の重要性を感じた。今までは体験できなかったことや、知らない世界に触れることができとても良い経験になり今後に活かしていきたいと思いました。

今回の遠征に関わってくださったすべての方々に、感謝してあります。有難うございました。

field, it would develop and I would be able to do it in a better support environment. Trainers are not always present in every team at present, and we have not yet established the knowledge of training and stretching suitable for each event, so I thought it would be good if we could take such an approach in the future.

At first, I was very worried about what I could do because I didn't have much knowledge about languages or baseball, but as I continued to communicate with baseball classrooms, high-fives with local people, "nice!", "Very good!" and so on, I realized that I was working more happily with a smile. It was my first time to have a relationship with them, but during that time they got to know each other through communication in English and sports, and they enjoyed working on it, so I felt the importance of the splendor of sports and language ability. It was a very good experience to be able to experience things that I had never experienced before and to experience a world I didn't know, and I would like to make use of it in the future.

I would like to thank all those who were involved in this expedition. Thank you.



ASEAN INTERNATIONAL BASEBALL PROGRAM REPORT 2019





安島 達斗
Tatsuto Ajima

①1998.11.26 / 20歳 ②帝京大学（3年） Teikyo Univ.
③麻布大学附属 Azabu Univ.
④選手が毎日全力でプレーができるようにサポートしていきます。

今回、2019年11月12~24日にインドネシアとフィリピンで開催されたASEAN INTERNATIONAL BASEBALL PROGRAM2019に参加しました。

まず1番に感じた事は環境面での違いです。日本では当たり前のように水道からは安全で清潔で美味しい飲料水が出ます。しかしインドネシアとフィリピンでは手を洗うにしても、シャワーを浴びるにしても口内入らないように注意しなくてはなりません。日本では気を使わない面でもインドネシアでは気を使わなくてはなりません。もちろんインドネシアやフィリピンにも良い面はありますが、改めて日本は恵まれている国であることを実感しました。

野球教室では、選手としてではなく、トレーナーとして参加していたので、野球指導が十分にできませんでした。しかし、多くの子どもたちが私のトレーナーとしての仕事に興味を持ってくれました。将来は私と同じようにトレーナーを目指す子供達が増えてほしいです。

この経験から、海外でトレーナーとして働くことに興味を持ちました。その一方で、英語のコミュニケーション能力の不足を痛感しました。そのための目標を達成するために外国語の重要性を

I participated in the ASEAN INTERNATIONAL BASEBALL PROGRAM 2019, which was held from12 to 24November 2019 in Philippine,Indonesia, The first thing I felt was the difference in the environment. As is common in Japan tap water provides safe, clean, and delicious drinking water. But in Indonesia, Philippine you have to be careful not to get into your mouth when you wash your hands or take a shower.

You have to be careful in Indonesia,Philippine even if you don't care in Japan.

Indonesia has its good points,But I realized once again that Japan is a blessed country.

As a trainer in a baseball clinic for children. In the baseball clinic, I could not instruct them in baseball enough because I participated in the clinic as a trainer, not as a baseball instructor. However, many children were interested in my work as a trainer. I hope that they aim to be trainers like me in the future.

I became interested in working as a trainer abroad through this experience. On the other hand, I strongly realized my lack of communication skill in English. So, I am going to

理解し努力していきます。

今回の海外遠征で大きな怪我や病気がなかったことはトレーナーとしてこの遠征が成功したと感じています。腹痛や頭痛を訴える選手もいましたが、早めに用意していた薬で対応できました。

この遠征によって私がこれまで経験した中で最も貴重な経験でした。この経験を将来の人生に生かしていきたいと思います。最後に、この遠征で支援して下さった皆様、応援して下さった皆様に感謝します。

work hard to achieve my goal.

I am proud as a trainer that serious injuries or illnesses did not occur during this oversea expedition. Although a few player complained stomachache or headache, we could deal with the problems by medicines which were prepared ahead of time.

This expedition was the most valuable experience, beyond most other things I have experienced in my life. I want to make use of this experience for my life in the future. Finally, I greatly appreciate all the support I and our team received.



ASEAN INTERNATIONAL BASEBALL PROGRAM REPORT 2019



総務
AFFAIRS
篠原 正子
Shoko Shinohara

①1998.6.8 / 21 歳 ②中央大学(3年) Chuo Univ.
 ③高崎健康福祉大高崎 Takasaki Univ. of Health and Welfare
 ④選手の方々が素晴らしい経験だったと思えるよう、気配りしていきたいです。



ASEAN INTERNATIONAL BASEBALL PROGRAM REPORT 2019



マネージャー
GENERAL AFFAIRS
吉田 直矢
Naoya Yoshida

①1998.12.9 / 20 歳 ②帝京大学(3年) Teikyo Univ.
 ③上越 Joetsu
 ④この遠征を通して、いろいろなことを学び、チームを第1に考え全力でサポートします。

今回この遠征に総務として参加させて頂き経験したことは、私にとってかけがえのない宝物となりました。

遠征に参加させて頂けると決めた日から、未知の領域を体験できること、味わったことのない感覚を体験できることへの期待で胸を弾ませながら日々を過ごしていました。

私はこの遠征に対してある信念を持ち、参加していました。それは「この遠征に携わり関わる方、全ての人にとって一生忘れることのない思い出となる遠征にすること」です。マネージャーではなく総務である自分だからできることを常に自分問ひかけ、過ごすよう心掛けました。

その一方、現地では想像以上の体験が待っていました。現地に到着し、過ごした中で印象に残ったことは、野球教室の際に浅野さんから教えて頂いた「インドネシアでは、毎年学年の人数から約5人程、学校をやめていく子供達がいる」という事実でした。目の前で無邪気に笑い、話しかけてくれる子供たちの中に、来年には学校を辞めなければならない子がいると考え、この子供たちにとって今このひと時が、人生を変える瞬間になるかもしれない。そう思いました。そしてより一層、気持ちを込めて「今」を楽しんでもらおうと思い、子供達とかかわるようにしました。

さらに感じたことは、国境や人種を超えた人の温かさです。この遠征で出会った方々皆さんが笑顔で私たちを歓迎してくれ、そこには日本とはまた違った温かさを感じました。

決して野球をするために整った環境ではない中で、一生懸命ボールを追いかけて、一生懸命学び、一生懸命話しかけてくれようとする姿に、私は感銘し、人とつながることの温かさを感じました。

今回この遠征を行うにあたりまして、杉山さん、浅野さん、飯田さん、松坂さんをはじめ、インドネシアでは野中様、フィリピンでは板倉様と沢山の方々のご支援とご協力を頂きましたことへ感謝申し上げます。

そして今回学んだ経験と感じた感覚を決して忘れることなく、今後の人生に活かしていきたいと思います。是非機会があれば来年も参加させて頂き、野球を通じて少しでも人とつながることの温かさを伝えていけたらと思います。

The experience that I participated in this expedition as a general affairs became an invaluable treasure for me. From the day I decided to be able to participate in the expedition, I spent my days with my hopes to experience an unknown things and to experience a sense I had never experienced. I had a belief and participated in this expedition. It is “to make an expedition that will be an unforgettable memory for all those involved in this expedition” I always tried to ask myself what I could do as a general affair rather than a manager between the expedition.

On the other hand, there was more experience than expected in the country. The thing that impressed me after arriving at the site was that Mr. Asano taught me during the baseball class, “Every year in Indonesia, there are about five children who quit school”. I had think that some of the kids who laugh and talk innocently in front of their eyes will have to quit school next year, this moment may be a moment of life change for them. I thought so. And I wanted to get more involved and wanted to the children be enjoyed the “now”.

What I felt was the warmth of people who crossed borders and races. Everyone who met in this expedition welcomed us with a smile, and I felt a warmth different from that in Japan.

I was impressed for the children because they was to chase the ball, learn hard, and talk to us hard, in an environment that wasn't perfect for playing baseball, and I felt the warmth of connecting with people.

I would like to thank Mr. Sugiyama, Mr. Asano, Mr. Iida, Mr. Matsuzaka, Mr. Nonaka of Indonesia, Mr. Itakura of the Philippines, and many others who effort hard for this expedition.

I will never forget the experience and feeling I have learned this time, and I will create my future life. If there is an opportunity, I would like to participate next year and convey the warmth of connecting with people through playing baseball.

この度、2019年ASEAN国際野球プログラムに参加しました帝京大学3年マネージャーの吉田直矢です。このプログラムの開催にあたりさまざまな方のご協力を頂きました。この場をお借りして感謝申し上げます。

さて、私がこの経験を通して気づいたことは、日本はとても豊かで恵まれている。当たり前だと思っはいけないということです。栄養管理、衛生管理など日本とは異なることがたくさんありました。ですが、1番の経験は現地の方、子供達、ナショナルチームと試合ができたことです。

第1クールはインドネシアのジャカルタで試合、野球教室でした。インドネシアチームは技術面ではまだ足りない部分はありましたが、身体能力は高いものがあるなと感じました。ピッチャーは直球が小刻みに動き、変化球にもキレがありました。インドネシアチームとの試合は5-2で勝利しました。野球教室は地元の学校にお邪魔して行いました。学校に到着すると子供達が大歓声を送ってくれ暖かく迎えてくれました。野球ボールを触るのはもちろんのこと、見るのも初めての子もいました。初めての子にも野球を知ってもらい、楽しんでもらうことができました。

Naoya Yoshida, the Teikyo University 3 year manager who participated in ASEAN international baseball program in 2019 this time. I received person's various cooperation in case of holding of this program. I'll be thankful to borrow this place.

Now, it's very abundant in Japan and blessed that I noticed through this experience. It's said that they aren't supposed to think it's proper. There were many cases that nutritional management and health management are different from Japan. But the experience which is most is that local person and children could play a game with a national team.

The 1st cours were a game and a baseball class in Jakarta in Indonesia. There was a part where an aspect of technology isn't enough yet, but an Indonesian team felt "Be not anything expensive for the body ability." A straight pitch moved little by little and the pitcher was also refreshing in a shoot. A game with an Indonesian team won in 5-2. I bothered you at local school in the baseball classroom, and I did. When they arrived at school, children sent a great cheer and received warmly. As well as fingering a horsehide, there were also first young seeing. A first child could know and enjoy baseball, too. The 2nd cour moved to Bali in Indonesia and did a baseball classroom. A meeting place in the baseball classroom at Bali

第2クールはインドネシアのバリ島に移動して、野球教室を行いました。バリ島での野球教室の会場も広い野原のような場所で決して野球場といえる場所ではありませんでした。ですが、学年や経験者などで班分けをしてレベルに合わせた内容で行いました。私は主に小さな子供達の班と一緒に活動しました。すごく一生懸命で上手い子はボールを遠くに飛ばす能力は日本の子よりもあるのではと個人的に思いました。野球をしている子はたくさんいたので今後はこの経験を生かして野球を始めてほしいなと思いました。

第3クールはフィリピンに移動しました。フィリピンでは代表チームと元代表選手が集まるレジェンドチーム、地元の大学チームとの試合でした。フィリピン代表チームとの試合では先発の山崎(3年・日本大学)の見事なピッチングや打撃陣の活躍で勝利することができました。

この2週間、こんなに野球について深く考えたことは無かったのでとてもいい経験になりました。これから先も視野を広く持っていきたいです。また、将来に繋がる話もたくさん頂けたので、残り1年の大学野球生活を必死に頑張りたいです。

was also the location like the wide field, not the place where you can decide and say a stadium. But I did a group separation by the grade and a person with experience and did by the contents added to the level. I came into action together by children's small group mainly. A very strenuous and good child thought when there was ability to transfer a ball far more than a Japanese child personally. There were much offsprings playing baseball, so I thought I wanted you to begin baseball using this experience from now on.

The 3rd cour has moved to the Philippines. It was a game with a national team, the Legend team by which the former selected players gather and a local university team in the Philippines. It was possible to win by Yamasaki's (3 years and Nihon University) excellent pitch of starting in advance of others and an achievement in a blow camp in the game with a Philippine national team.

These 2 weeks had not been considered deeply about baseball so much, so it was very good experience. I'd like also to take the view widely from here. I could also receive much fact that I'll get in touch in the future, so it's left and I'd like to persevere in a college baseball life in 1 desperately.



ASEAN INTERNATIONAL BASEBALL PROGRAM REPORT 2019

マネージャー
GENERAL AFFAIRS

当麻 知里
Chisato Toma

①1999.4.7 / 20歳 ②亜細亜大学(2年) Asia Univ.
③市立川越 Kawagoe City
④皆さんの力になれるよう自分のできることを精一杯頑張ります！





ASEAN INTERNATIONAL BASEBALL PROGRAM REPORT 2019

コーチ
HEAD COACH

浅野 修平
Shuhei Asano

東都連盟理事 Tohto Univ. League Director
①1990.5.14 / 29歳 ②帝京大学OB Teikyo Univ. Graduate
③県立新屋 Akita Prefectural Araya



インドネシア・フィリピン遠征を終えて多くのことを学ぶとともに、たくさんの新しい出会いがありました。知らない地で2週間生活することに初めはとても不安を感じていましたが、チームメイトや現地で出会った方にとっても親切にいただき、本当に充実した遠征にすることができました。

日本とは違う文化や食生活で慣れないことがたくさんありました。水道水が飲めないことは、暑い中試合を行う選手のドリンク準備の際にとっても不便で、いかに普段便利な生活をしているのかを感じました。野球教室では言葉が通じず、はじめは伝えることに苦戦していた日本人選手たちでしたが、ジェスチャーや簡単な単語で一生懸命伝えようとしていました。またそれを理解しようしてくれる現地の人の姿を見て言語や国の壁を超えて野球をすることは、普段の生活では絶対に経験できない貴重な体験となりました。日頃、私たちが当たり前のように使っている野球場や十分な道具はなく、広場でグローブを交代で使いながら練習する姿は、日本がどれだけ恵まれた環境にあるのか気付かされました。そんな中でもボールを一つ持てば笑顔になれる子どもたちを見て、私たちも自然と笑顔になっていました。そんな

力を持つ野球っていいスポーツだと改めて実感しました。

最後に、怪我や事故を起こすことなく無事に全日程終え、日本に帰ってくることができたのはサポートしてくださった方々のおかげであり、多くの方の協力があったからだと思います。この遠征に帯同する機会をくださったスタッフ陣の皆様、24人のチームメイト、インドネシアとフィリピンで出会った全ての人に心から感謝します。この遠征に参加できたこと、皆さんに出会えたこと、これからの人生の自信になりました。見てきたことや、学んだことを無駄にせず、今後に活かせるように頑張ります。ありがとうございました。

I learned a lot from the Indonesia-Philippines trip and had many new encounters. At first I felt very uneasy about living in an unknown place for two weeks, but my teammates and the people I met in the field were very kind and I was able to make a truly fulfilling expedition.

There were many things I was not used to in different cultures and eating habits from Japan. The inability to drink tap water is very inconvenient when preparing drinks for athletes who are playing in hot weather, and I felt how convenient they are in daily life. In the baseball class, Japanese players were struggling to communicate at first, but they tried to communicate hard with gestures and simple words. Also, watching the local people who are trying to understand it and playing baseball beyond the language and national barriers was a valuable experience that can never be experienced in everyday life. There are no baseball stadiums and sufficient tools that we use every day, and the practice of using the glove in the open space in the open space has made me realize how blessed Japan is. Under such circumstances, we were smiling naturally when we saw

children who could smile if they had one ball. I realized once again that it is a sport where baseball with such power is good.

Finally, thanks to the people who supported us, we were able to return to Japan without any injuries or accidents. I would like to thank all the staff who gave me the opportunity to accompany this expedition, 24 teammates, and all the people I met in Indonesia and the Philippines. I was able to participate in this expedition, to meet you, and to be confident in my future life. I will do my best to make use of what I have seen and learned in the future. Thank you very much.

今回初の試みであった「インドネシアとフィリピンナショナルチームとの試合」そして、毎年ずっと続けている「野球教室・野球キャラバン」この両極端ともいえる活動について、今回感じたことを記します。

『ナショナルチームとの試合』

12月に東南アジア競技大会(通称SEA Games)を控えており、インドネシアはメダル獲得が、開催国のフィリピンは金メダル獲得が絶対目標でした。このタイミングでの試合ということがあり、単なる親善試合ではなく、大会前のスパーリングゲームとして、また打倒JAPANとして向かってきてくれたことはとても嬉しかったです。

結果としても僅差のゲームが多く、選手それぞれの力の差もそれほどありませんでした。東南アジアの野球に関わる我々にとっては、喜ばしいことです。が、同時に一日本の野球に携わる者としては、どんどん向上を遂げる東南アジアの野球に脅威も感じています。

トップチームが試合をすることで、日本との差をプラスの意味で把握できますし、その差は間違いなく年々埋まってきます。それぞれ国の事情があり、大会前でないと集まることすら難しいという現状もありますが、その差を共有する機会には間違いなく今後の発展に必要不可欠なことと感じています。

『野球教室・野球キャラバン』

毎年続けている野球教室・野球キャラバンは今回、6か所を行脚し、総動員数1,000人を超えました。とくにバリ島では、野球場がない中で年々参加してくれる子どもたちが増えていますし、昨年訪問したタバナンの高校には

I did the first challenge this time. I write down what I felt about "a game with Indonesia and the Philippine national team" and this "baseball clinic, baseball caravan" continuing it every year activity different at all

The "game with the national team"
Philippines and Indonesia had a tournament (popular name SEA Games) in Southeast Asia in December.
In Indonesia, medal acquisition is an aim.
In the Philippines of the host country, gold medal acquisition was an absolute aim.
Concerning the game just before the meeting, I was very glad that he/she faced it with a feeling to want to beat Japan not a simple friendly game.
As a result, a lot of games of the narrow margin were not to the difference of the power of each player that much either. For us concerned with the baseball of Southeast Asia, it is happy.
But, for a person engaged in baseball of Japan, the menace feels for baseball to accomplish improvement more and more of Southeast Asia, too.
Because a top team plays a game, I can grasp a difference with Japan. And the difference certainly becomes small year by year.
There are the circumstances of the country each, and there is the current situation that it is difficult even to gather before a meeting if there is not it. But the game with Japan which can share the difference certainly feels with the thing that is essential to the development of the future Southeast Asia baseball.

"A baseball clinic, a baseball caravan"
The baseball caravan performed a pilgrimage of six places the baseball lesson that they continued this time every year.
Participants are more than 1,000.

昨年訪問後すぐに野球部もできたそうです。これは、我々の取り組みだけで得た結果ではありません。

毎年、我々のバリの活動はレッドソックス(インドネシアスポーツ省アドバイザーの野中さんが立ち上げたバリ島の野球チーム)が訪問先を決め、参加する子どもたち、生徒たちを募っています。我々が日本に帰った後もその地域や学校を再訪問し、この活動を一過性のものにならないように活動を続けてくれています。

また、バリ島には野球の道具も満足にありません。そんな中、今回驚いたのが、手製のバットの存在です。レッドソックスの選手たちが木材を削り、自転車のタイヤチューブを巻き付けて作製したもので、実際に練習で使っています。野球場がない、野球道具がない。野球の普及にこの理由は言い訳であることをバリ島での活動が証明しています。

「ナショナルチームとの試合」、「野球教室・野球キャラバン」いずれも野球の普及・向上・発展に欠かせない活動であることは間違いありません。

今はそれぞれの活動をしっかりと確かなものに行っている最中ではありますが、いつか「野球教室・野球キャラバン」での子どもたちに、「ナショナルチームとの試合」を見せられたらいいなと。試合が終わったらグラウンドの中に子どもたちを招いて両国の選手たちと一緒に野球遊びができれば。と考えます。

今後も、グラウンドにいる全員が笑顔になれる機会、そして野球に対して前向きになれる時間をつくっていきたいです。

Though there is not a baseball field, in Bali in particular, children participating year by year increase.
The high school of Tabanan which I visited seemed to have baseball club right after a visit of the last year.
This is not the result that only our approach was able to be over.
Red Sox (baseball team of Bali which Nonaka of the adviser at Indonesian Ministry of Sports raised) decides a visit, and the activity in our Bali gathers participating children, students every year.
I revisit the area and school after we returned to Japan and continue being active not to make this activity transient.
In addition, the baseball tool is not satisfied with Bali, too. Meanwhile, it is the existence of the homemade bat that was surprised this time. Players of Red Sox sharpen wood and I wind the tire tube of the bicycle and manufactured it, and actually use it by an exercise.
As for there not being a baseball field, a baseball tool, the spread of baseball does not have direct relations.
For this reason, an activity in Bali proves that it is an excuse for the spread of baseball.

"A game with the national team," it must be "baseball classroom, baseball caravan" all to be the activity that is indispensable to the spread, improvement, development of the baseball.
I am in the middle of making each activity reliable well now.
I want to show the children who participated in "a baseball classroom, a baseball caravan" some time "the game with the national team".
In addition, I think that I invite children in a baseball field if a game is over, and it is possible for baseball to play with the players of the two countries.
I want to create an opportunity when all the members who are in the baseball field are for a smile in the future.
And I want to make time to be able to be for baseball positively.



ASEAN INTERNATIONAL BASEBALL PROGRAM REPORT 2019



学生コーチ
STUDENT COACH

大嶋 航平
Kohei Oshima

①1997.2.12 / 22歳 ②東海大学(4年) Tokai Univ.
③県立桐生 Gumma Prefectural Kiryu
④学生野球の集大成としてチームをサポートできるように頑張ります。

異国の地での野球。私自身初めて海外に行くということで、環境に慣れることができるか不安であった。そんななか最高のチームメイトと最高の遠征を作り上げることができた。高い技術を持ち合わせた選手たちと試合のみならず、野球というスポーツを知らない現地の子どもたちに対しての野球教室を行うことで、自分が野球を始めたころの初心を思い出し、言葉が通じない異国の地で野球というスポーツを通してコミュニケーションをとることに改めて野球というスポーツの良さを身にしみて感じる事ができた。始めて野球というスポーツに出会った子供たちの目は本当にキラキラと輝いており、自分が野球というスポーツを続けてきて本当に良かったと思えた。子供たちのなかには野球センスの高い子供もおり、野球の認知度が低いだけで身体能力の高い子供たちがいることに驚いたと同時にまだまだ野球の可能性が世界中に秘められていると感じた。野球がしたいと思ってもらえるだけで今回の遠征に参加してよかったと思える。これまで自分が野球から学んだ野球と人とのつながりを身にしみて感じる事ができ、改めて野球というスポーツに出会えてよかったと思った。現在、日本という国で当たり前のように

Baseball in a foreign country. I was worried whether I could get used to the environment by going abroad for the first time. I was able to build the best teammate and the best expedition. By playing baseball classes not only for games with highly skilled players but also for local children who don't know the sport of baseball, I remembered my original feelings when I started baseball, and I couldn't understand the language. I was able to feel the goodness of sports called baseball again by taking communication through sports called baseball in a foreign country. The eyes of the children who first encountered a sport called baseball were really shining, and I thought it was really good that I continued playing the sport called baseball. Some of the children had a high baseball sense, and I was surprised that there were children with high physical abilities just because of the low recognition of baseball. At the same time, I felt that the potential of baseball was still hidden all over the world. I think that it would be good to participate in this expedition just to have you want to play baseball. I felt that I was able to feel the connection between people

野球ができているのは、日本全体で広く野球というスポーツが認知されているだけでなく、道具やグラウンドの環境整備など恵まれた環境が整っているからであり、海外の国々では当たり前ではないということを感じ取ることができた。自分の学生野球は今回の遠征で最後となるが、遠征で感じたことや、この遠征に共に参加できた仲間たちの野球のレベルの高さを何かしらの形で、野球人口が減りつつある自国の日本の子どもたちから少しずつ伝えていければいいなと思った。野球の素晴らしさだけではなく海外で得た新たな経験を活かし、自分の視野も広げることができ価値観を変えることにもつなげられた。グローバルな視野を持ちこれからの人生を歩んでいきたいと思えた最高の遠征となった。

and the baseball that I learned from baseball so far, and I was glad that I met again a sport called baseball. The reason why baseball can be played as usual in the country of Japan is that not only the sport of baseball is widely recognized throughout Japan, but also a good environment such as the maintenance of tools and ground environment. My student baseball will be the last in this expedition, but what I felt in the expedition and the high level of baseball of the friends who participated in this expedition in some form, my country where the baseball population is decreasing. I thought it would be good to tell little by little from Japanese children. Not only the greatness of baseball but also the new experience gained overseas, I was able to broaden my horizons and change my values. It was the best expedition with a global perspective that I wanted to follow in my life.



ASEAN INTERNATIONAL BASEBALL PROGRAM REPORT 2019



ストレングスコーチ
STRENGTH COACH

鈴木 啓大
Keita Suzuki

①1998.2.23 / 21歳 ②日本体育大学(4年) Nippon Sport Science Univ.
③都立江戸川 Tokyo Metropolitan Edogawa
④アジアの野球のレベルを肌で感じ、チームに貢献できるように頑張ります。

今回のインドネシア遠征では、2つのことで成果をあげることができ、これからの自分自身の将来の夢の活力になったと思ってている。また、野球キャラバンや各国との試合では、初心に帰り純粋な心で野球を楽しむことができた。今後、野球に一生関わっていきたいと思える学生野球の集大成にふさわしい遠征となった。一つ目の成果は、ストレングスコーチとしてチームに帯同させていただき、前回の遠征の経験を活かしたことで。チーム、選手のコンディショニングはもちろんのこと試合前のアップを三名のトレーナーで考え、実践することで選手たちが試合で最高のパフォーマンスを発揮できたと自負している。また、宿泊先に帰った後も選手のケアを滞りなくおこない、翌日に疲れを残さない工夫や努力ができた。今後のトレーナーで帯同する学生は、各国の選手のコンディションも見えていければ良いと感じた。そして、共に活動した安島トレーナーと生田トレーナーには感謝を伝えたい。二つ目の成果は、野球キャラバンで、インドネシア・フィリピンの子供たちの笑顔を引き出したことである。大人数を相手にして野球を教える難しさをひしひしと感じたが、ボール遊びやキャッチボールゲームなど工夫を凝らして子供たちを楽しませ、少して

I was able to hold result below this expedition in Indonesia about two.I think that it became the vitality to own future dream in the future. In addition ,in the game with a baseball caravan and each country, I returned to the original intention and was able to enjoy baseball for pure heart. It became the expedition appropriate for the collected studies of the student baseball that I thought that I wanted to be concerned with baseball throughout the life in future. The first result takes the team along as a Strengthcoach and is to have been able to make use of the expereience of the last expedition. It was the trainer of three people and thought about the up before the game let alone a team, the conditioning of the player. I take pride in players having been able to show the best performance in a game by practicing up. In addition, after having returned to the accommodation, perform the care of the player without delay, and do not leave fatigue on the next day was able to devise it. I felt that the student who brought it along should be able to see the conditioning of the player of each country with a trainer in future. And I

も野球に興味を持ってもらえたのではないかなと思う。また、子どもたちに野球経験があってもなくても、どれだけ楽しませることができかを選手全員で熟考したことが野球キャラバンの成功に繋がったと思う。そして、三百名近くの子供たちと一緒に自らが考えたアップを実践してもらい、効率よく短時間でストレッチ・準備体操を行い、自分の知識伝えることができて本当に嬉しかった。今回で二回目の遠征であったが、杉山監督をはじめ日本のスタッフに感謝すると共に、インドネシア・バリ・フィリピンの現地スタッフにも感謝したい。また、この二回の遠征で新たな繋がりを増やすことができたため、今後の活動のためこの繋がりを大切にしていきたいと思う。

want to convey thanks to Ajima trainer and ikuta trainer active together. The second result is what was able to draw the smile of Indonesian and philippine children by a baseball caravan. I felt difficulty to have anything to do with a great number of people, and to tell the baseball, but I perform ball play and a catch game and think that I might have you be interested in baseball even a little. In addition, I think that what I considered over was connected by all the players for the success of the baseball caravan how long children can pleasa him with or without baseball experience. And I practiced up with children of around 300 and got it and could stretch efficiently in a short time and I was informed knowledge and was really good. It was the second expedition, but I thank the Japanease staff including Director Sugiyama and want to thank a national staff of the Indonesia・Bali・Pilippines this time. Because I was able to increase new connections with these two times of expeditions, I want to value this connection for a future activity.



2019年11月13日から11月24日まで、東都準硬式大学野球リーグのASEAN International Baseball Programに帯同させていただき、日本人大学生達が東南アジアで異文化に衝撃を受け、奮闘し、そして逞しい顔に成長して行く過程を側で拝見した。そして私自身、出会った子どもたちの笑顔に教示されるものがあった。

私は日本の大学を卒業後、単身アメリカのプロ野球トライアウトに参戦し、アメリカの独立リーグと契約。4年間にわたり、アメリカ、オーストラリア、イタリア、その他諸外国でプレーし、引退後は現在のエンパイアリーグで運営、監督、国際スカウトを務める様になった。現在では計10か国でプレー、指導経験がある。初めて渡米し、アメリカ人や中南米の選手達と一緒にプレーした時に驚愕した。彼らは心から野球を楽しんでいたのだ。フィールドに出てボールを持ったらそれは既に楽しみの一部であり、失敗する事への恐れや恐怖心は一切無いのである。笑顔で、しかし真剣に野球に取り組むチームメイトを見て、野球を始めた小学校2年生の時を鮮明に思い出した。当時の私は所謂前時代的な日本的な野球に染まっており、野球をプレーする際に楽しさや喜びを感じる事は少なくなっていた(あくまで私、個人の見解である)。長い間、思い出す事の無かった野球をするのがただただ楽しかった感情から、野球がもっともっと好きになり、プレーも見違える程上達した。きっと、大学生の彼らも遠征の最中でそんな瞬間に出逢ったのではなかろうか。

I have participated in the ASEAN International Baseball Program of TOHTO University Junko Baseball League from November 13th to November 24th 2019. I have been watching how college students will be changed by culture and people's pure smiles whose live there. And also I was shocked by their power.

I have graduated Japanese university then tried into American professional baseball by myself. I have played in four countries for four years and now I am the manager of Saranac Lake Surge of Empire Professional Baseball League in America. Until now I have played and coached in ten countries. I remember that I was shocked when I played with American and Latin players at first time. They were really enjoying play baseball. One time they grab a ball, stand on the baseball field, it is already a part of fun. No afraid to make mistakes. I was remembering when I was seven years old just started playing baseball, when I see that they are enjoying, but playing seriously. Then I was living in my small world. Not really fun, happy to play baseball. Long time no feel "Fun" in baseball, but I surely got back my fun emotions. Liking baseball more and more, playing skills got way better. I hope

序盤こそ言語、食の違いに明らかに困惑し、中には挑戦する事を諦めてしまっていた選手もいた。しかし、徐々に挑戦する事を始め、言語の壁や文化の壁に次々と立ち向かい、自ら考え、選択し、そして終盤には選手達の顔には笑顔があった。何が彼らに変化をもたらしたのか。それは紛れもなく現地の方々の笑顔によるものである。遠くから来る我々をできる限りの敬意を持ってもてなして下さる保護者の方々。少年少女の沢山の純粋な、真っ直ぐな笑顔。先進国と言われる日本人の方が生活水準も高いはず。しかし我々が時々忘れそうになる笑顔を彼らは忘れない。心の豊かさ。圧倒的に心が豊かなのだ。物が足りなくても、お金が足りなくても、心が豊かなので笑顔を絶やさない。ボールを一つ差し上げたときの少女の笑顔は私の脳裏に強烈に焼き付いた。心を強く揺さぶられる。自分の行いが正しい事であるという実感をくれる。人の心さえも動かしてしまう"笑顔のパワー"は無量大数である。ボールが捕れるようになる。バットにボールが当たるようになる。日本人大学生達にとって簡単で当然な事に目を輝かす少年少女らと2週間にわたり接した大学生の選手達。アイデンティティーが強く形成される年齢に、このような素晴らしいプロジェクトに参加できる彼等、彼女等を心から羨ましく思い、その成長に感動した。私の人としての在り方、心の豊かさを追求するヒントをくれた旅であった。

重ね重ね、素晴らしいプロジェクトの一員として参加させていだけた事に心から感謝し、御礼を申し上げます。

college students had a moment like that feels. At first, they were struggling to eat foreign foods, adjust to foreign culture, some of them even stopped to try. But started to challenge day by day, tried to understand language and cultures. Think, take by themselves, and finally clear smiles on their faces. What kind of effect they had? The answer is smiles for sure whose people live there. People welcomed us as possible, straight, pure smiles by kids. They are "rich in spirits". May be less stuff, less money, but enrich their heart. Do not forget smiles. The scene was branded in my memory when I provided "a" baseball. Moved my heart. I could feel like [I am not doing wrong!]The power of smile is priceless. Can catch the ball better, can hit the ball better. Very easy things for Japanese students but kids are feeling pure happiness to improve themselves. Just two weeks in ASEAN. I really envied them who could participated this great program and impressed to see they are improving. This journey gave me a huge hints to have rich spirit, nice smile and how I should be as a man.

Again, I would like to thank and appreciate for participation in this big project.



これまでの活動

2016年からインドネシア共和国との友好親善野球大会が始まり、現地の各クラブチームとの親善試合、その後行う野球教室を軸に活動してきました。

2017年は、インドネシア国家青年スポーツ省との間で野球発展・向上のための継続的活動を行うMOUを締結しました。

2018年は、インドネシア共和国のみならず、フィリピン共和国とスリランカ民主社会主義共和国も参加し拡がりをみせました。

2019年は、さらに拡がりをみせ、ベトナム社会主義共和国とブルネイ・ダルサラーム国も参加しました。

現在は、親善試合のみならず、野球をしたことや見たこともない子どもたちへの突撃野球キャラバンを実施し、野球普及活動にも力を入れています。また、将来学校の先生になる大学生を対象にした野球の教え方を教える野球教室、そして将来の指導候補者に対して、日本の指導法やメニューを実践する指導者養成を実施し、未来を見据えた発展的なプログラムにも取り組んでいます。



Since the Friendship Baseball Tournament with Indonesia began in 2016, we have engaged in related activities revolving around friendship games with local club teams in the nation and later baseball lessons.

In 2017, we signed a Memorandum of Understanding with Indonesia's National Ministry of Youth and Sports, pledging to engage in ongoing activities for the purpose of the development and improvement of baseball in the nation.

In 2018, the Philippines and Sri Lanka joined Indonesia in our ASEAN programs.

In 2019, our programs grew further to include Vietnam and Brunei Darussalam.

Currently, in addition to friendship baseball games, we carry out in ASEAN a Baseball Caravan program to teach baseball unannounced to children who have never played or seen baseball, as well as other activities to help spread baseball there. We also provide local college students planning to become teachers in the future with training on how to teach baseball, as well as train would-be leaders on the Japanese method and menu of Baseball Coaches to the Training Program. We thus engage in long-term developmental programs for the future, too.

2016

第1回大会は、日本選抜チームとインドネシアの5つのクラブチームが計6試合を行い、試合後にそれぞれの対戦チームおよび審判員に対して野球教室を実施しました。この遠征を契機として、東都大学準硬式野球連盟とインドネシアアマチュア野球連盟との間で、野球普及に関する提携が結ばれました。

In the initial Friendship Baseball Tournament, the All-Star Team from Japan played a total of six games with five Indonesian club teams. After the games, we provided baseball lessons for members of those club teams and the umpires. This first visit of ours to Indonesia led to an alliance between the Tohto University Junko Baseball League and the Indonesia Amateur Baseball Federation for promoting baseball in that nation.



現地の選手たちからは「もっと教えてほしい」という声が多く聞かれました。



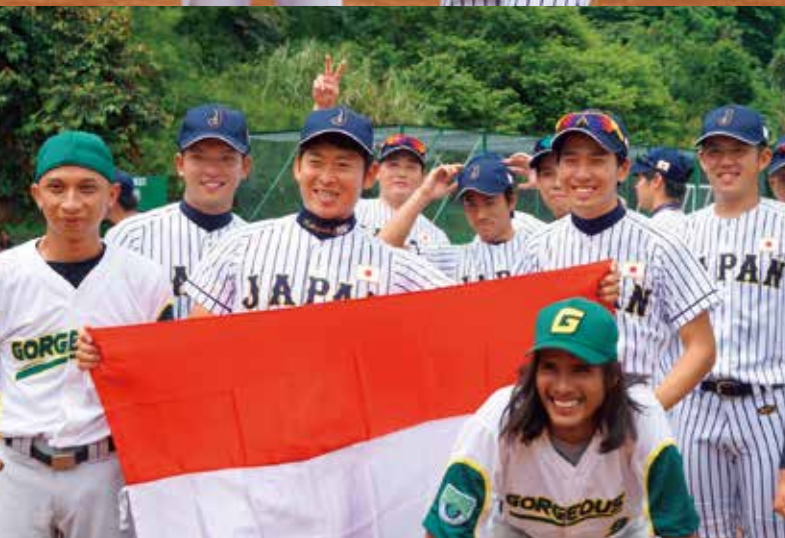
地元クラブチームの選手とともに。



2017年第2回大会 レセプション



バリ島火山の噴火により帰国延期になると、選手たちからの提案で「おかわり野球教室」を開催。



在インドネシアの日本の子供たちにも指導を行いました。



野球キャラバンは計5カ所を訪問。約400名の子供・学生たちが参加しました。



ボールやバットなどの用具寄贈も行いました。

2017

第2回大会は規模が拡大され、日本の2チームとインドネシアの4つのクラブチームによる総当たりリーグ戦を行い、日本・インドネシアのそれぞれ1位チームによる決勝戦や、両国ベストナインによるエキシビションマッチも実施しました。また、対戦チームへの野球教室に加え、現地の小・中・高校および大学を訪問して子供たちに野球の楽しさを伝える野球キャラバンも実施しました。

The 2nd Friendship Baseball Tournament was larger, involving two teams from Japan and four Indonesian club teams engaging in round robin league matches. The winner teams from both Japan and Indonesia faced one another in a final, and the best nine from both countries also did an exhibition game. Besides providing baseball lessons for the local teams, we also engaged in the Baseball Caravan visiting local primary, middle and high schools as well as colleges, imparting the joy of baseball to their students.

2018 Baseball caravan 2018 in Bali

2018年2月に日本大学準硬式野球部が単独でバリ州への遠征を実施。
野球キャラバンなどで子供たちと交流しました。

Baseball caravan 2018 in Bali

In February 2018, Nihon University' s Junko Baseball Team singly visited Bali and interacted with local children through the Baseball Caravan among other programs.



バリ州教育庁と提携し、州内体育教師を集めての野球教室開催を決定。



2018

第3回大会は、日本・インドネシア国交樹立60周年記念事業として日本政府に認定されました。親善試合では、フィリピンから5名の選手、スリランカから海軍チームが参加し、大きな拡がりを見せました。バリ島では国営広場等を訪問し、子どもたちにゲリ拉的に声をかけ、一緒に野球遊びをする突撃野球キャラバンを実施し、草の根活動にも力を入れました。

The 3rd Friendship Baseball Tournament was officially recognized by the Japanese government as an event to commemorate the 60th anniversary of the establishment of diplomatic relations between Japan and Indonesia. Five players from the Philippines and a team from the Sri Lankan navy joined the games, adding much to the scale of the event. In Bali, we visited a national square and other places and carried out the Baseball Caravan, inviting kids to play ball with us unannounced. We thus made efforts to promote international friendship on the grass-root level, too.

■これまでの成果



スポーツ報知掲載



報知高校野球掲載



読売新聞掲載

日本から選抜チーム

東都準硬式野球連盟 プロの野球教室も

首都圏大学の準硬式野球部が所属する東都大学準硬式野球連盟は、このほど開いた総会で、継続的にインドネシアを連盟の選抜チームの遠征先とすることを決めた。インドネシア側との調整にあたった連盟の杉山智広理事（日大準硬式野球部コーチ）は「準硬式野球を東南アジアに普及させるとともに、インドネシア代表チームの資金・人材不足問題を補助したい」と話している。

選抜チームは、この11月、西ジャワ州・ジャカルタのジャガタル・ジャパンクラブ（JJC）グラウンドで開かれるレッドソックスカップに合わせてジャカルタを訪れる。



普及させたいという目的もあり、杉山理事は「将来的には加盟大学へのインドネシア人選手の留学など、交流もしていきたい」と話している。

選抜チームに先立って、日本大学準硬式野球部が今月18、22日にパリを訪れ、パリ州代表チームやレッドソックスと親善試合をし、野球教室を開く。日本は昨年の全日本大学準硬式野球選手権大会で優勝した名門。

昨年5月、中央ジャカルタで開かれた野球、試合前に国歌を斉唱するインドネシア代表チームの野中寿人監督（右端）と選手たち。

「笑顔を取り戻して」

イ野球代表 アゲン山避難所を訪問



ワランワン山の避難所での野球教室に参加した子どもたちと野中総監督

インドネシア野球代表の野中寿人監督一行は、東都大学準硬式野球連盟のメンバーと共に、ワランワン山の避難所を訪れ、子どもたちと交流した。野中監督は「笑顔を取り戻して」と話している。

2月にテスト、アジア大会、サッパ、アジア大会（2018年）の選手を育成する。大会はインドネシア代表チームの野中寿人監督が率いる。2005年から主として開いてきた、このインドネシア・アマチュア野球・ソフトボール連盟公設の大会となり、初めて首都圏近郊で開催するため、多くのチームが参加する見通し。日本からの選抜チームは大会に位置し、この観望試合や野球教室を開く予定。杉山理事は「日本とは違い、恵まれない環境で野球をすることの難しさを選手に伝える」と話している。

じゃかるた新聞掲載



FBスカウト掲載



Strength&Conditioning Journal NSCAジャパン機関誌掲載



日本インドネシア友好親善野球大会

野球の国際的な普及、また野球を通じた国際交流を目的とした「第1回日本インドネシア友好親善野球大会」が開催された。野球大会では日本の東都準硬式選抜チームが優勝。準優勝はランブロン州代表のサブライ・ランブロンだった。試合後には野球教室が開催され大会参加チームやリトルリーグの球児たちと交流した。また、東都大学準硬式野球連盟と協賛の深谷組などからは準硬式球、各大学からは未使用のバットやユニフォームなどが寄贈された。



Baseball Clinic掲載



Timely!掲載

編集後記



何も知らない子供たちがいる。まっさらな状態で。素晴らしい可能性を秘めているにも関わらず、どうしたらいいのか、どうやって使うのかわからないまま。でも、その瞳は、とても輝いていて、期待と希望と、そしてわくわく感にあふれている。そんな子供たちを前にして、じっとしてなんていられるわけがない。そう！彼らは、私たちが野球を始めた時の、あの気持ちを、今まさに思い出させてくれる。だからこそ、その気持ちに真摯に、一生懸命に向き合わなければならない。野球が持つ、その可能性以上に、彼らが私たちに向けるその姿勢が、私たち自身の可能性をさらに引き出し、高めてくれる。子供たちがボールを投げる時、打つ時のその嬉しそうな笑顔を見て、その楽しそうな笑い声を聞いた時、本当にこのプログラムを始めてよかったと思うとともに、この笑顔を決してなくしてはいけなくと強く決意を新たにします。

インドネシア国との間で始まったこのプログラムも4回目を迎えます。8月に指導者育成プログラムを、そして11月にはASEAN国際野球プログラムを実施しています。今年の指導者育成プログラムは、日本、

インドネシアのほかにはフィリピン、スリランカ、ベトナム、ブルネイから選手と指導者が参加してくれました。そして、今回のASEAN国際野球プログラムは、インドネシア国ジャカルタ、バリと、フィリピン国マニラ、カランバを訪問し、親善試合と野球教室、そしてその間には、野球キャラバンを行い、いずれのプログラムも思った以上の成果を見せ、成功裡に終了することができました。これもひとえにインドネシア国家青年スポーツ省野球アドバイザーである野中様、フィリピンナショナルチーム野球アドバイザーである板倉様、そして両国の連盟関係者の皆様のご尽力にほかなりません。この場をお借りして厚く御礼を申し上げます。さらにフィリピンでは、ドゥテルテ大統領、パッキャオ上院議員からお祝いのメッセージを頂戴しました。大きな驚きと喜び、そして期待を感じるとともに、本プログラムを決して終わらせてはいけなくと責任を新たにいたしました。



このプログラムは、野球未経験者、いわゆる野球レベルが0の子供たちから、ナショナルチームでプレイする、野球レベル10の選手たち、そして11以上として、日本の社会人、独立リーグ、ひいてはプロ野球への挑戦といったものまでも視野に入れた、野球の普及、向上、発展という様々な側面を目的とした取り組みです。



There are children who don't know anything. As blank slates, they have wonderful potential but have no idea as to what to do about it or how to use it. Their eyes, however, are bright and filled with expectations, hopes and excitement. Facing such children, who can just stay put doing nothing? These children remind me clearly of my exact emotions when I first began baseball. By them I mean the children in ASEAN countries for whom we coach baseball under our ASEAN International Baseball Program. We must meet these precious children's feelings and desires most sincerely. More than the possibilities that baseball offers, it is the children's attitudes themselves that bring out and enhance our own potential. Every time we see and hear the children shout in happy excitement as one of them pitches or hits a ball, it delights all of us that we began the baseball program, as well as making us strongly reaffirm the need to keep the children smiling and laughing.

Our baseball program begun with Indonesia is now in its fourth year. In August 2019 we carried out the Baseball Coaches to the Training Program and the main ASEAN International Baseball Program itself in November. The 2019 Baseball Baseball Coaches to the Training Program enjoyed participations from the Philippines, Sri Lanka,

Vietnam and Brunei, besides Japan and Indonesia. As part of the latest ASEAN International Baseball Program, we visited Jakarta and Bali in Indonesia and Manila and Calamba in the Philippines, engaging in friendship games and baseball classes, interspersed with a baseball caravan through the ASEAN countries I am happy to report that all of these programs were successful, producing greater results than anticipated. For this we offer our special thanks to Mr. Kazuto Nonaka, Indonesia National Youth Sports Adviser for Baseball; Mr. Kunifumi Itakura, Philippine National Baseball Team Adviser; and all those concerned with the baseball leagues of both nations. I must add that, in the Philippines, President Duterte and Senator Pacquiao sent us a message of congratulations, much to our surprise and delight. The message further strengthened our sense of the ASEAN peoples' expectations for our programs, as well as our commitment to them.

For the purpose of promoting and developing baseball in the Asian nations and helping improve their players' skill, the ASEAN International Baseball Program applies to a wide-reaching audience ranging from children of Level 0 of baseball experience to Level 10 players, or the members of national teams, as well as players of Level

まず、「突撃野球キャラバン」。野球未経験者、つまり野球レベル0である公園で遊ぶ子供たちや、小学校・中学校を訪問し、野球を通して触れ合うことにより、野球レベルを0から1にするもので、はじめは戸惑いつつも、遊びの要素を取り入れた本取り組みは、この活動の原点ともいえるものです。レベル1になった子供たちをさらに2や3にするための野球クリニックと、中学校・高等学校の選手の技術を4から6に上げる野球クリニック。いずれも野球を知っている



から野球を考えるという段階への導入として、その底辺を広げるために重要であると考えています。今年度のこれらの取り組みには、実に

11 and higher, in the future including the players with the Japanese corporate league, independent leagues and professional baseball leagues.

First, in the Surprise Baseball Caravan subprogram, we visited Level 0 children such as those playing in parks or attending elementary and middle schools, initiating a playful baseball game with them right from the start. Our goal here was to raise baseball experience level to 1. Although somewhat hesitant at first, the children soon willingly participated in this fun initiative of ours, which marked the start of our activities. We then provided the Baseball Clinic subprogram to lift children from Level 1 to Level 2 or even 3, and another Baseball Clinic designed to raise middle- and high-school players' skill from Level 4 to 6. Both subprograms we believe are important as the starting point of moving children forward from "knowing" baseball to "thinking about" it, thereby helping expand the baseball players base. This fiscal year's Baseball Clinic subprograms attracted over 1,000 participating players. How moved we were while carrying them out is described at the beginning of this report. The participating children directly let us know the effects of our efforts in their countries and regions.

1,000人を超える選手たちが参加してくれました。その時の感動は、冒頭に示した通りです。私たちの取り組みがその国に、地域に与える効果を実感させてくれています。そしてナショナルチームや大学チームとの親善試合。もちろん彼らのレベルは、個人差や経験値の差はあるものの限りなく10に近いものです。その内容は後述してありますが、身体能力の高さは、10にとどまらず、その先の11以上も十分狙えると、試合をするたびに感じさせられています。それは夢ではなく、実際に手の届く範囲にあると確信しています。



ここで、親善試合の内容について触れておきます。ジャカルタ州選抜チーム、インドネシアナショナルチーム、フィリピンナショナルチームほか、大学チームも含めて9試合ほどを行いました。インドネシアナショナルチームは年々野球技術が向上しております。これまで続けてきた国際交流は確実にインドネシアチームに浸透してきていると実感できる機会でした。しかし、まだまだ見直す必要があることも確かです。今後の私たちの課題でもあります。

Further, we organized the 1st ASEAN International Friendship Baseball Tournament, another subprogram, between and among national and college teams. Needless to say, the ASEAN teams' levels at this tournament were virtually 10, despite their individual differences in skill and experience (these friendship games are described in greater detail below). In fact, watching them play we felt that many members' physical abilities were high enough to challenge becoming ranked even Level 11. We were confident that it was no longer a dream but an achievable challenge.

Now, about the aforementioned friendship games, which consisted of nine games among the Jakarta Selected Team, the Indonesian National Team, the Philippine National Team and college teams. The Indonesian National Team has steadily improved its skill every year lately. The friendship games provided another opportunity to witness that our international interaction in the past was definitely producing results in the Indonesian team. It will be our task to help its members improve themselves even further in the future.

We are grateful to the Philippines for letting us play at the Rizal

フィリピンでは、100年近い歴史のあるリサル・メモリアルスタジアムで試合を行えたことに大変感謝しております。このスタジアムは、1934年に建設され、フィリピン独立運動に取り組んだ国民的英雄であるホセ・リサルの名を冠して名付けられました。第1号ホームランを打ったのは元MLB選手ニューヨーク・ヤンキースで活躍し史上最高の一塁手と称されるLou Gehrig(ルー・ゲーリック)、第2号ホームランは、野球の神様と評されているBabe Ruth(ベープ・ルース)が打ったことで知られる現存する、アジア最古の球場の一つです。また、1954年に開催された第1回アジア選手権の会場であり、開催国のフィリピンが優勝しております。

ナショナルチームとの試合は、どちらも結果的には勝ちましたが、非常に引き締まった良い試合となりました。特にフィリピンナショナルチームは野球の歴史が語るようにレベルは相当高く、どちらが勝ってもおかしくはない試合となりました。親善試合参加者の中には、8月の指導者育成プログラムに参加していたコーチ、選手もいたことは非常にうれしいことではありますが、そのことが当たり前になるよう努力していかなくてはなりません。

忘れてならないのは、本プログラムがここまでの成果を出すために、非常に多くの当連



盟の選手、マネージャー、トレーナーが参加を希望してくれたことです。それぞれがこのプログラムに熱い想いを持って参加してくれたことは、このプログラムが終わった時の彼らの表情が、達成感と満足感、充実感にあふれていたことからわかります。しかし、熱い想いだけで達成感、満足感を得られたわけではありません。画家であるパブロ・ピカソは言いました。「絵は前もって考えつくされ、決定されるものではない。むしろ描かれていく間、絶えず心の変動に従う。絵は作者の欲求がそこに表そうとしたよりもずっと多くのことを表現する。」と。学生たちは、事前に何度もミーティングを重ね、準備をしてきました。しかし、他国の選手、指導者と対面し、言葉や文化が異なる中で、それぞれの人に寄り添い、共に考え、積極的に関わっていくことでより良い方向へと進んでいくことができるので



す。私たちは、バットが、グローブが、ボールが当たり前にある環境にいるため、道具がある前提での話し合いになります。しかし、実際に現地には、それほど多くの道具があるわけではありません。現地の選手たちは、自分たちで木を削り、チューブを巻いてバットを作っていました。これは、事前にいくら考えてもわかることではありません。実際にその場に行き、現地の選手たちと関わることでわかることなのです。私たちは教えられたのです。「道具がなければ、作ればいいんだ」ということを。木の



Memorial Stadium, one of the nation's most historic places with nearly a century of history. It was built in 1934 and named after Jose Rizal, a national hero from the Philippine Revolution. Hitting the first home run at this stadium was Lou Gehrig, then with the New York Yankees of America's Major League Baseball and considered the best first baseman in history; the second was by Babe Ruth, thought by many to be the greatest baseball player of all time. The stadium is one of the oldest existing stadiums in Asia and served as the venue for the 1st Asian Baseball Championship, in which the national team of the Philippines, the hosting country, won. My team played two games in the friendship tournament against the Indonesian National Team and the Philippine National Team won both, but they were very close, excellent games. The Philippine National Team, in particular, is quite strong as one can imagine from the nation's history of baseball; it would not have been any surprise if we had been beaten. Among members participating in the friendship games were coaches and players that had taken part in our Leadership Development Subprogram in August 2019, which delighted me tremendously. We must work harder, however, so that it will become a common occurrence to see in the future. We must not forget that a large number of players, managers and

trainers from the Tohto University Junko Baseball League volunteered to participate in the latest ASEAN International Baseball Program to help it produce the results we now see. That they all did so with great enthusiasm could be seen clearly from their expressions of a sense of accomplishment, satisfaction and fulfillment at the end of the program. However, enthusiasm alone cannot lead to a sense of accomplishment or satisfaction. Pablo Picasso once said to the effect that: "a painting is not something that is thought through and decided in advance; rather, all the while it is being painted, it always follows changes in the painter's heart; a painting expresses far more than what the painter desired to express in it." My students had had repeated meetings and prepared exhaustively for the program. But it was only after they began directly dealing with players and leaders from different cultures who spoke different languages that they became able to get things done, even better than planned—by learning to be considerate to them, think with them and interact with them proactively. We live in an environment where we can afford to take bats, gloves and balls completely for granted. We therefore tend to apply that "common sense" to peoples from other countries as well. In reality, however, baseball equipment is not all that abundant in ASEAN. In fact, we saw



バットがあるなら、グローブの代わりになるものはないか、と探して見つけたのが段ボールです。手の大きさにカットした段ボールは、十分グローブの代わりになりました。ボールを捕るという動作を習得するためにぴったりの道具に変わったのです。まさに、事前に用意していることよりも、状況に従うことでより良いものが生まれるというパブロ・ピカソの言葉そのものです。当連盟の選手たちの努力と真摯な姿勢なくして、本プログラムは成り立ちません。そしてそんな彼らも、実際に現地で人に寄り添うことで、多くのことを学んでいるのです。教えることよりも教わることのほうがはるかに多いかもしれないのです。

応募してくれた第1回からの当連盟の選手たちは、我々連盟にとっての大きな財産です。そしてその財産が増えていくよう努力をしてまいります。しかしながら、活動が続けていくうちには、予期せぬことが壁として立ちはだかることもあるでしょう。思いもなかった事象に遭遇することもあると思います。そこで拙速に結果だけを求めているけません。このプログラムは、長い年月が必要であるという前提に立

some players make their own bats by carving tree branches and wrapping them with rubber tubes. This is something that no amount of prior thinking while in Japan can allow my students to understand; it's something that they can understand only when they are physically there in the ASEAN countries and interact directly with the local players. So we were the ones who were taught—taught that, if baseball gear are lacking, all we need to do is make them. After seeing bats made with tree branches, we looked for something that could be used as makeshift gloves and found cardboard. Cut to fit a hand, cardboard served well as gloves—a perfect gear to learn how to catch a ball. True to Picasso's words, going along with what happened in the process proved to lead to better results than what had been prepared. Without the efforts and sincerity of our league's players, the ASEAN International Baseball Program would cease to exist. And they in turn learn much from the program, by working closely with ASEAN's local players in a considerate manner. In fact, they may even be learning more than imparting their baseball knowledge to the local players.

At any rate, those members of our league who have volunteered to participate in the program right from its start are great assets to the league. And I will work harder so that those assets will grow even

ち継続することが重要であると考えています。

日本だけでなく、アジアが我々のフィールドです。言語や文化の違いを受け入れ、お互いを尊重し、技術を高めあう活動をしてきたと自負しております。これからも各国のスタッフの方々や選手たちと当連盟の学生のご協力をいただき、野球が持つ魅力を信じ、熱い想いを抱きながら、野球を通じた国際交流、文化交流を築き上げてまいります。

東都大学準硬式野球連盟副理事長兼
選抜チーム監督
杉山 智広



further. As we continue our program activities, however, we may face unexpected challenges and developments. At such times, we must not seek results in a speed-before-quality manner. It is my firm belief that we should keep reminding ourselves as we continue to work hard together that this program requires a long, patient time.

Not just Japan but Asia as a whole is our field. I take pride in our past activities while accepting linguistic and cultural differences, respecting one another and improving one another's skill. With the cooperation of staffs and players of various countries, as well as the students of our league, I am determined to continue working hard to build international cultural interaction through baseball, all the while with a firm belief in baseball's appeals and a passion for helping children and youths in ASEAN.

Tomohiro Sugiyama
Vice-Chief Director of Tohto University Junko Baseball League
and Manager of All Japan Team

THANK YOU FOR SUPPORT.



FANCL
正直品質。

(有)八建商事



Brains
network



KEIKO
BALL

福岡県アマチュア野球専門誌★
【スカウト】
FB Scout
Fukuoka Baseball Scout

Timely!
FOR OUR FUTURE BASEBALL



W
ワタナベ 整骨院
WATANABE PHYSICAL WORKS



いま自分たちができる最高の仕事を
星晃設備工業有限公司

東京メダル鋳造所

家電・IT機器・空調設備
山賀電気株式会社



食品商社
H 平澤商事株式会社

信頼と実績の総合ビルマネジメント
NTK株式会社



KANTOR SHIBA
ガートルシバ

