

東大野球部メールマガジン Vol.181

ごあいさつ

師走を迎え、寒さも本格的になって参りましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか。

弊社では先日年内最後の試合を終え、さらなる強化を目指し冬の練習に取り組んでおります。個人としてのみならず、チームとしても成長した姿をお見せできるよう励んで参ります。

今後とも東大野球部をどうぞよろしく願いいたします。

今回の特集 「癒しを求めて」

今回の特集では、練習や勉強の疲れをほぐし、癒してくれるものについて語ってもらいました。

磯野 悠太郎 (3年・内野手・時習館)

練習と勉強の疲れを癒すものは、友達との美味しいご飯やお酒を飲むことと、寝ることです。あと、最近ではポケモンのゲームの最新作にはまっており、馬場(3年・外野手・岡山朝日)や星川(3年・外野手・開成)と熱い勝負を繰り広げています。ただ、そんなに休んでいる時間はないので、自制した生活を心がけていきたいです。



藤井 啓文 (2年・捕手・時習館)

僕にとっての最高の癒しは、実家の猫です。疲れた時や行き詰まった時には、親に頼んで実家の猫の写真や動画を撮って送ってもらっています。とてもかわいいです。最近は寒いこともあり、毎晩母親が寝ている布団に潜り込んでいるようです。僕の受験期には、僕が机に向かっている時に膝に乗ってきたり、読んでいる参考書の上に座ったりして、ちゃんと勉強しているか見張っていてくれました。

野球部の冬トレが去年よりパワーアップしましたが、しっかり体をいじめて、年末のオフに帰省した際にはたっぷり癒されてこようと思います。



木野 友博 (2年・内野手・日比谷)

最近の私の癒しは、「世界の車窓から」や「につぼん百名山」などの紀行番組です。夕食を取って一頻り湯船に浸かり体をほぐした後、午後の紅茶を片手にテレビをぼんやりと眺めていると、画面を流れ行く異国の風景や馴染み深い新緑・紅葉・雪景色。堪りません。すぐにでも列車か飛行機に飛び乗って旅をしたい気持ちになります。しかし「明日も練習だから」とそれをぐっと堪え、床に就くのがお決まりです。あゝ、ドイツへ行きたい。それが叶わないならせめて立山に。



横山 優一郎 (1年・投手・四日市)

練習や勉強の疲れを癒してくれるものは読書です。いかにも東大生っぽい答えだと思われるでしょうが、思っている以上に東大生は本を読みません。個人的には読書は教養を育むには良いものだと思いますのでぜひしてもらいたいです。オススメの読書法として、気に入った本があればもう一度読み直してほしいです。そうすることで話のオチにつながる伏線を回収する時ことができ、最初に読んだ時とは違った感動を得られます。ただあまり熱中しすぎると僕は平気で一日中読書をして疲れてしまうので、家で読むのは禁止にしています。物事は何事も限度があります。



宇佐美 堯也 (1年・外野手・桐朋)

僕の練習の癒しとなっているのは食事です。野球部では食事を最も重要な練習として真剣に取り組んでいます。僕は食べるのが好きなので、午前練が終

わって皆と寮で食べる昼食は良い息抜きにもなっています。

また、オフの前は同期と夕食を食べに行くことが多いのですが、1週間の練習の疲れを癒やしてくれるため、僕にとって貴重な時間です。

この冬も食事の量と質にこだわって楽しみながら、強く大きな体を作りたいと思います。



編集後記

今回の特集はいかがでしたでしょうか。

次回は「身体をHotに」というテーマで、好きなトレーニングや身体を温めるおすすめの方法などについて語ってもらいます。

また、次号が年内最後のメルマガ配信となりますので、「2017年総まとめ」と題し、1年間の活動の振り返りもお届けいたします。どうぞお楽しみに！

今後とも東大野球部をよろしく願いいたします。

お問い合わせ先

〒113-0023

東京都文京区向丘 1-5-9 一誠寮

Tel&Fax 03-3811-5100

メールアドレス office@tokyo-bbc.net

メルマガについてのご意見、配信停止のご希望等
ございましたら上記連絡先までご連絡下さい。