

# 1 野球に熱中できる環境

(専用グラウンド・室内練習場・トレーニングルーム)



試合さながらの緊張感



中島 颯思  
(2年/菟野中)

グラウンドを専用で使用できるので、実践的にバッティングや連携プレーを試合さながらの緊張感をもって練習できます。雨でグラウンドが使えない時でも室内練習場やウエイトルームを利用できるので、練習場所に困ることなく練習できます。



# 2 体づくり

(食育トレーナーによる食事指導・ボディチェック)



有吉 祥太郎  
(2年/東員第二中)

僕は食育指導で体重を6kg増量することができました。自分で体重を気かけたり、意識高く体作りができています。毎月の講義では、体作りのポイントとなる食べ物を教えていただき、疲労のとり方も学べます。



増量してパワーアップ

# 3 メンテナンス

(専属トレーナーによる月2回の全員のボディチェック)



ベストな状態で挑む



川田 重慶  
(2年/大池中)

専属に診ていただいている接骨院の先生に月2回学校に来ていただき治療が受けられます。また接骨院も学校から近いので自分のタイミングで治療を受けたり、悩みを話したりでき、心と体のケアも充実しています。



## 中学生の皆さんへ 野球を愛し、甲子園を目指す仲間を待っています！



中村 圭佑  
(3年・主将/東員第一中)

桑名西高校には野球に熱中できる環境が整っており、日々真剣に野球と向き合い甲子園を目指しています。また野球の技術は勿論ですが、それだけではなく、挨拶・礼儀も学ぶことができ、社会に出た時に大きな力になると思います。僕たちと一緒に甲子園を目指して頑張りましょう！



小山内 智哉  
(3年・副主将/大安中)

桑名西高校野球部には専門のグラウンド、室内練習場があり、整った環境で野球に打ち込むことができます。他にも体作りのための食育指導や月に二度接骨院のトレーナーさんに来ていただいて、ボディチェック・コンディションなど選手を第一に考えた環境が整っています。夏の選手権大会はベスト8でしたが、目指すは甲子園です。是非桑名西高校野球部に入って最高の仲間達と全員で甲子園を目指そう！



藤井 陸人  
(3年/西朝明中)

桑名西高校には雨天練習場やトレーニングルーム、専用球場があり、3年間野球に打ち込める環境が整っています。練習では選手同士でミーティングし、自分達で練習を考える機会も多くあり、練習の中で主体性やチーム力を養うことができます。可能性を咲かせ、甲子園を目指して頑張りましょう。



**チーム紹介** (3年生) 17名 (2年生) 16名  
(1年生) 10名 (マネージャー) 5名



☆監督より

「積小為大」～小さなことも積み重ねていけば、やがて大きな成果となる～をモットーに桑名西高校野球部は「甲子園出場」を目標に日々の練習に取り組んでいます。あきらめない心・相手を思う心・感謝の心など野球を通じてたくましい人間になってもらいたいと思っています。挨拶やグラウンド整備、道具の片付けをしっかりとできることはもちろん、日頃からチームワークを大切にしていって甲子園に出場できるチーム作りを目指しています。

- ◇監督 中西一
- ◇部長 水谷甫 ◇副部長 矢田 修啓 服部 桂子
- ◇メンテナンストレーナー 久保 直輝 (かがやき鍼灸接骨院)  
久保 勇仁 (かがやき鍼灸接骨院)
- ◇食育トレーナー 武田 渉 (食育こーぼ)

### 出身中学校一覧 (在学選手)

成徳中、多度中、光風中、陽和中、長島中、東員一中、東員二中、陵成中、光陵中、正和中、明正中、員弁中、大安中、北勢中、藤原中、朝日中、川越中、富田中、朝明中、西朝明中、保々中、山手中、大池中、菟野中、三重平中、富洲原中



「突破力」  
積小為大で頂点へ



## 沿革・実績

### 【選手権大会】

- 第59回 (昭和52年) ベスト4
- 第68回 (昭和61年) ベスト8
- 第69回 (昭和62年) ベスト4
- 第71回 (平成元年) ベスト4
- 第72回 (平成2年) ベスト8
- 第73回 (平成3年) ベスト8
- 第76回 (平成6年) ベスト4
- 第79回 (平成9年) 県大会優勝 **【全国大会出場】**
- 第80回 (平成10年) ベスト8
- 第81回 (平成11年) ベスト8
- 第82回 (平成17年) 準優勝
- 第90回 (平成20年) ベスト8
- 第92回 (平成22年) ベスト8
- 第101回 (令和元年) ベスト8

### 【選抜大会】

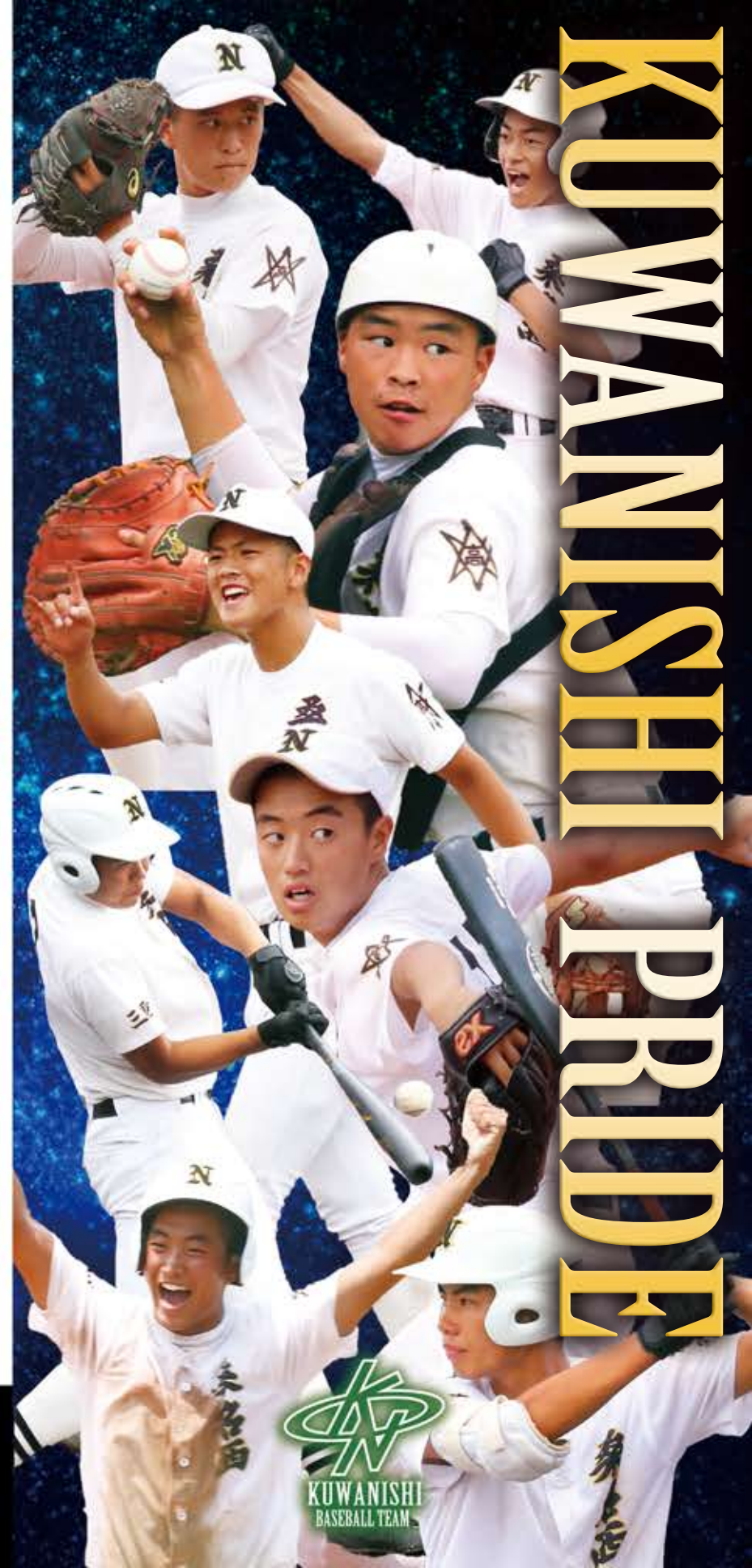
- 第66回 (平成6年) 全国大会出場 **【全国ベスト4】**
- 第69回 (平成9年) 全国大会出場



## 年間スケジュール

- 4月 春季東海地区高校野球三重大会
- 5月 春季東海地区高校野球大会
- 6月 県内外高校との練習試合
- 7月 全国高等学校野球選手権三重大会
- 8月 全国高等学校野球選手権 (甲子園)
- 9月 秋季東海地区高校野球三重大会
- 10月 1年生大会桑員地区予選  
秋季東海地区高校野球大会
- 11月 1年生県大会
- 12月 冬季職業研修
- 1月 初詣 (必勝祈願)
- 2月 体力強化月間
- 3月 全国高等学校野球選手権大会 (甲子園)  
春季桑員地区予選

# 甲子園3回出場 全国ベスト4の実績



KUWANISHI PRIDE



## 三重県立桑名西高等学校 硬式野球部

学校所在地：〒511-0937 三重県桑名市志知東山2839番地  
連絡先：0594-31-2521 FAX：0594-31-0035

