

埼玉西武ライオンズが子供たちの自己ベスト更新を応援！「マイベストチャレンジ～ベースボール型の自己ベストに挑戦！～」



来年開幕する東京オリンピック・パラリンピックの大会ビジョンに掲げられる基本コンセプトのひとつが「全員が自己ベスト」。

2020年7月24日の開幕に向け、アスリートだけでなくみんなで一緒にベストな自分を目指す取り組みとして、内閣官房東京オリンピック・パラリンピック推進本部事務局が「beyond2020 マイベストプログラム」を実施しています。

このプログラムは皆さん一人ひとりの「マイベスト目標」の設定と、目標達成に向けた行動を支援する事業に対して、beyond2020 マイベストプログラム認証事業とするもので、HPなどでその活動や取り組みを紹介しています。

3 種目で自己ベストを目指そう！

8月20日（火）、試合開催日に合わせて西武第二球場で行われた「マイベストチャレンジ～ベースボール型の自己ベストに挑戦！～」は、主に小学生を対象に、投げる・走る・打つの3種目で自己ベストを目指すというもの。

また、ライオンズアカデミーコーチによるワンポイントレッスンも実施されるとあって、受付開始前には、たくさんの子供達が参加を楽しみに列を作っていました。



まずは、受付でライオンズオリジナルの記録用紙を受取り、チャレンジ開始です。この記録用紙には、今日の記録と2020年7月24日に達成したい目標値を記入します。参加者たちは、元気いっぱいそれぞれの測定場所に向かいます。

投げる種目はティースタンドを投げてその距離を測定します。係員の合図とともに、思いっきりボールを投げます。中には小学生とは思えない大記録をマークする参加者もいました。



走る種目は、2人1組で30m走のタイムを測ります。全力で駆け抜ける参加者の懸命な姿が印象的でした。

打つ種目では、スイングスピードを計測します。ティースタンドに置かれたボールを目標に向けてバットを降ると、専用の機械がスピードを表示する仕組みです。

普段は中々測る機会がないスイングスピードの結果に、みんな興味津々でした。

アカデミーコーチによるワンポイントレッスンで、自己ベストを更新しよう！



イベント後半は、アカデミーコーチによるワンポイントレッスンです。

参加者はあらかじめ選んだ、ピッチングかバッティングいずれかのレッスンを受けます。球団のアカデミーコーチならではの、分かりやすくて確かな指導に、子供たちは真剣に耳を傾けます。

レッスンは実践を多く交えた形で進んでいきます。

アドバイスを受けた後に投げたボールは、アドバイス前より目に見えて上手に遠くに投げることができていました。

バッティングエリアでは、大人顔負けの打球を飛ばす参加者の姿もありました。



残念ながら途中で雨が強くなり、少し早めにイベントは終了となりましたが、参加者に感想を聞くと、「とっても楽しかった」「目標を立てて、また参加したい」と笑顔で答えてくれました。

■ 埼玉西武ライオンズ

<https://www.seibulions.jp>

■ beyond2020 マイベストプログラム

https://www.kantei.go.jp/jp/singi/tokyo2020_suishin_honbu/beyond_mybest/