

企画書

タイトル案

外野手の“極み”

外野手パーフェクトバイブル

外野手論

外野手専門講座

サブタイトル案

本当に“上手い”外野手とは？

ポジショニング、スローイング、“目を切る動き”…外野手の真髓を全公開!!

企画趣旨

野球における「重要な守備位置」としてよく名前が挙がるのは、キャッチャー、ショート、セカンドといった内野陣。そこに、「外野手」の名前が挙がる事はほとんどない。「センターライン」という位置付けでセンターの名が挙がる事もあるが、それもあくまでも、上記の内野陣との組み合わせで称される事が多い。プロ野球においても、やはり「外野」といえば、どちらかという「守備」よりも打撃や走塁面といった「攻撃」を得意とする選手が多いのは事実。

しかし、外野というポジションは、言ってみればフィールド上の「最後の砦」。打球が外野の頭を越え、間を抜けてしまうと、それはそのまま長打=得点機に直結してしまう。

一般的には「肩が強く、足が速くて、打撃も良い」選手が、外野手として適していると思われるが、実は「外野守備」とはそう単純なものではない。内野手と同様に、打者やボールカウントなど、様々な状況に応じてポジションを微妙に変えたり、場合によっては投球と同時にある程度打球方向を予測し、スタートを切らなければならない。

そんな「外野手」の守備についてのノウハウや、プロでしか分からない細かなこだわりを紹介する事で、実際に外野手としてプレーする球児はもちろん、野球ファンにとっても、「外野手目線」で野球を観る楽しさを伝える、見る人もプレーする人にも役立つ、そんな実践的な内容を詰め込んだ実用書をご提案します。

内容構成案

ポジショニング

ダイビングキャッチをしない外野手を目指す
外野手の守備範囲
スコア、ボールカウント別ポジショニング
打者タイプ別ポジショニング
打球の落下地点を瞬時に判断する
状況に対応したポジショニング実例

キャッチング

投球方向を意識した身体の入れ方
素早いスローイングはまずキャッチングから
名外野手の基本“目を切る”動き
フライ、ライナー、ゴロ、ラインドライブ、右打者、左打者…打球の質によって変わるキャッチング

スローイング

重要なのは肩の強さ？送球の正確性？
バックホームはギャンブル？
状況に応じて投げるターゲットを変える(バックホーム、セカンド、サード)
キャッチからスローイングまでの時間を短くする方法

外野手の適正

足が速ければ外野手向き？
肩が強ければ外野手向き？(投手経験者は皆強肩外野手になれるのか)
打球勘の鍛え方

名外野手に学ぶ外野の極意

選手インタビュー

著者、監修者候補

本西厚博

飯田哲也

福本豊

類書

遊撃手論(PHP 研究所)

ゴールキーパー専門講座(東邦出版)