# 目

# 次

# 序章

## 「昔はコーチなんていなかった」

監督の手柄に吸収されるコーチの功績
わかりにくい「名コーチ」の条件
昔はコーチなんていなかった
「なまけもの」の王の素質を開花させる
今の球界にも続く〝荒川道場〟の師弟関係
チームの先輩がコーチ役だった時代
コーチとは自分に合うものを見つけ出してくれる存在
19歳の江夏が悩みを打ち明けたコーチ
コーチも選手から教えられる部分があっていい
恥をかいて聞きに行くことが大事
コーチ業はいろんなチームから声がかかってナンボ
3つのタイプに分類できる、プロ野球のコーチ

## 第1章　石井琢朗

常に１００点満点を目指す必要はない
７割の失敗も生かして攻撃してほしい
併殺打の間に1点でも「ナイスバッティング！」
泥臭くても1点を取る姿勢を示したベテラン
はじめに意識ありき
コーチングとティーチングの違い
ずっと横浜にいてコーチになっていたら



## 第2章　鳥越裕介

自分では鬼の部分は出してないつもりでした
技術よりもまず人だ、と思ってるんで
球の扱いひとつ、練習と試合の差があり過ぎた
打つのは3割でも、守備は10割、できるはず

１００％できることを疎かにしたら負けますよ
なんでも怒られないようにやるのは違うだろ？
どんなに野球がうまくても普通のことができなきゃダメ
父性と母性、両方を併せ持つ指導者を目指す
星野さんよりも１００倍怖かった、島野さん
親だからこそ、子に対して鬼になるべきときはある

# 第３章　橋上秀樹

データを提示しながら個別の対話を心がける
当初はうまくいかなかった、選手個々の意識改革
選手とのギクシャクした関係を乗り越えて目標達成
あえてこちらから細かく言わないほうがいいときもある
打つ以外のことも意識付けできていた〈山賊打線〉
即戦力の新人にはあまり口うるさく言わないこと
おまえの本当の武器は何だ？　何でお金を稼ぐんだ？

設定した目標が違う以上は、その過程が変わるのは当たり前
自己分析で己を知ると、ポイントを絞って徹底的に練習できる
野球とは無縁の接客業の経験がコーチングにつながった

# 第4章　吉井理人

チームの勝利よりも選手の幸せを考えてやる
自分の研究テーマに沿って選手にインタビューさせてもらった
コーチは選手の邪魔をしたらダメ、指導しちゃダメです
コーチが簡単に答えを言ってしまったら選手のためにならない
今も自分の力不足を感じるし、指導者こそ学び続けないといけない
上下関係を取っ払って信頼関係を築かないとうまくいかない
〝伝える〟というよりも〝気づかせていく〟ということ
なぜ若い投手がマウンド上でパニックになるのか
感情とパフォーマンスはがっちりつながっている
はじめは「最低な職業やな」と思いながらコーチになった

あんまり「名コーチ」って言われるのは嫌でした

# 第5章　平井正史

選手のときの自分と、指導する選手を比べてしまったのは反省点
選手が自主的に動けるよう、うながしてあげたほうが覚えは早い
選手にくっつき過ぎると、選手が自分で考えなくなってしまう
コーチの役割を選手が果たしていた落合中日のブルペン
振り返りは〝たら・れば〟になることがあるので言い方に注意
岩瀬さんでも気にしていたリリーフならではの数字
「ここはオレが出ていく！」となるぐらいの〝投げたがり〟が理想
入団当初から故障させないことが第一だった山本由伸
選手に対して過保護にしないように心がけている
ど真ん中でも抑えればいい、クソボールでも振ったらストライク

# 第6章　大村 巌

高卒の新人は「ちゃんとユニフォームを着なさい」と言うことから
選手のタイプや現状によって自分がいろんな人間に変化する
新しいコーチがいきなり「おまえ、こう打て」はあり得ない
「糸井を1カ月でなんとかしろ」と言われて
指導に悩んでいるとき、ペットの飼い方の本を読んで救われた
「やっぱり筒香はダメか」と思われたときが大チャンス
4番バッターに求められるのはホームランだけじゃない
〝やんちゃ〟な新人選手には特にティーチングが必要
選手に「腹立ってます」と伝えたところでどうにもならない
「おまえはこれをやれ」と言われるままだった現役時代
理想のコーチングは「オレが教えた」とは正反対

## 終　章　「名コーチ」と言われたくない ―― 204

本当の「名コーチ」の条件とは？
指導者のライセンスは存在しない野球界
今も変わらない、日米のコーチングの違い
押しつける指導者は反面教師
大事になるアナリストとコーチの関係性

## おわりに ―― 215


文中写真／日刊スポーツ（第1章、第2章）、小池義弘（第3章～第6章）

本書は集英社のウェブサイト web Sportiva での連載「チームを変えるコーチの言葉」に加筆・修正したものです。
ウェブ初出記事の公開日は以下のとおりです。序章、終章は書き下ろしです。

第1章　石井琢朗　2017年9月22日
第2章　鳥越裕介　2018年4月16日
第3章　橋上秀樹　2018年7月17日
第4章　吉井理人　2018年11月8日
第5章　平井正史　2019年4月13日
第6章　大村　巌　2019年8月9日

# 序章　「昔はコーチなんていなかった」

## 監督の手柄に吸収されるコーチの功績

なぜ、監督と選手だけに光が当たるのだろう――。

筆者がプロ野球の取材をするようになってから、ずっと思ってきたことだ。

なぜ、監督でもない、選手でもない、コーチには、光が当たらないのだろう。チームの優勝が決まったあとは特にそう思っていた。コーチもチームの一員として貢献しているはずなのに、チームの勝利はあくまで監督の手柄になる。

もちろん、まったく光が当たらないわけではない。シーズン中、首位を走るチーム、好調のチームにおけるコーチの仕事ぶりが、マスメディアに取り上げられることはある。選

手への指導が功を奏している様子が伝えられることもある。

が、それはまずシーズン中に限られるのだ。いざ優勝が決まれば、監督の采配と選手の活躍度に焦点が絞られていく。そうして、結果を出した監督の記事が書かれ、貢献した選手の記事が書かれ、テレビのスポーツニュース番組などへの出演もあれば、一冊の本にもなる。さまざまな監督論、いろいろな選手論が形になって世に出ていく。

しかしながら、コーチ論はなかなか世に出ていかない。現役のコーチの本は片手で数えられるほどしか出ていないし、シーズン中に記事などで知ったそのコーチの功績にしても、優勝した途端に監督の手柄に吸収されてしまう。コーチについては、唯一、〝解任されないこと〟が評価の証（あかし）なのかもしれない。

では反対に、チーム成績が下降、低迷したときはどうか。確かに、その責任は監督ひとりが負うことになる。ただし、責任をとって辞任することになれば、コーチも一緒に辞めるケースは少なくない。指導した選手たちの成績が向上して、一コーチとして手応えを感じていても、辞めなければいけないときがある。はたまた、成績が下降したチームでも監督は辞めず、一部のコーチが詰め腹を切らされるときもある。

## わかりにくい「名コーチ」の条件

監督と選手の間に挟まれたコーチ。それだけに中間管理職の悲哀さえ感じてしまうが、ひとつお断りしておくと、ここまでは一軍の話。これが二軍となると若干、話が違ってきて、チーム成績に関して、一軍ほどの責任は二軍の首脳陣には負わされない。

そのかわり、将来のある若い選手をしっかり育成していく上での責任は重い。重いのだが、二軍の首脳陣に光が当たることはゼロに等しい。選手にしても、二軍から一軍に上がって結果を出すまでは注目されないも同然だ。

すなわち、プロ野球の世界は、一軍で結果を出す者以外、光が当たりにくい。これはしかし、ある意味では仕方がないことだろう。二軍が一軍へのプロセスであるのと同様、コーチの職務も、結果を出すことではなくプロセスがメインになるからだ。言い換えれば、チームの結果が悪くとも、コーチの職務としては成功している場合がいくらでもある、ということだ。

結果と違って、プロセスは形になりにくく、外から見えにくい。監督と選手には成績と

数字が付き物だが、コーチには成績も数字もない。したがって、勝利への貢献度も見えにくいし、評価もされにくい。「名監督」と「名選手」は数字がひとつの条件になる反面、「名コーチ」は何が条件になるのか、わかりにくい。

わかりにくいから、実際にコーチに取材してプロセスを明らかにしたいと考えていた。

選手が技量、力量を高めていくプロセス。ベンチで監督を支えるプロセス。そのなかでコーチは、どのように関わっているのか。どんな思いを持って向き合っているのか。監督論や選手論には表れないプロ野球の姿を、コーチの言葉を通じて表現したいと思う。