

▼虎溪三笑TV 2026 オフィシャルファンクラブ メルマガ

▼創刊号 第21号

■□■□■□■□■□■

2026/1/1

□■□■□■□■□■□

月刊メルマガ「虎溪三笑TV2026オフィシャルファンクラブ」

【今号の目次】

- 1.今号のコラム
- 2.私のおすすめ球場メシ(その周辺含む)
- 3.オフィシャルファンクラブ通信2026
- 4.Q&Aルール解説
- 5.ドラフト候補2025
- 6.虎溪三笑TV野球めし
- 7.虎溪三笑TVミュージック
- 8.人事総務部通信

□■□■□■□■□■□

□■□■□■□■□■□

1.今号のコラム

新年あけましておめでとうございます。

2026年は「丙午」(ひのえうま)の干支で最近では1990年・2002年・2014年などが午年にあたります。

1990年、バブル経済の絶頂期で株価・地価が異常な高騰を続け、まさに「走り抜けた」ような勢いの時代で、9月8日にはジャイアンツが当時ではセリーグ最速のVを決めたシーズンでもありました。

2002年は日韓ワールドカップが開催され、サッカー日本代表が初のベスト16入り。阪神タイガースでは星野仙一監督が中日ドラゴンズから電撃移籍で監督就任し、猛虎の歴史が大きく動いた一年でもありました。

2014年、消費税が5%から8%へ引き上げられ、経済と社会に大きなインパクトを与え、馬のような勢いで進む改革と課題が表面化したといえます。

また、この年は、和田監督率いる阪神タイガースが、マートン・ゴメス・呉投手らの活躍もあり、CSで巨人を破り日本シリーズへ進出しています。

そして迎えた2026年、日本を取り巻く環境は、加速する少子高齢化に加え、急激な物価高、人件費の高騰などによって更に変化のスピードを増していくことでしょう。

プロ野球の状況にも変化が見られます。以前ならば首都圏を中心に東京六大学野球からスター選手が生まれていたのが、今や地方の独立リーグからの選手発掘や、高校生がNPBを経由せずにMLBに挑戦する等、昔では考えられない時代の変化が見られます。

またオイシックス新潟に元巨人の2軍監督であった桑田真澄氏がCBOとして就任し、社会人野球のジェイプロジェクト野球部の監督に元巨人のヘッドコーチである二岡智弘氏が就任する等、プロ野球界から多方面へ名のある人たちが出向いて、野球人気の低下を防ごうと努めています。

その背景には「野球競技人口の急激な減少」という危機的な状況があります。

マーケティングデータでは26年前の2000年には597万人いた競技人口が2025年時点で297万人にまで減少しているという統計もあります。

また福岡ソフトバンクホークスの王会長は競技人口の減少対策として「球心会」を発足し、子供向けイベントを行ったり、野球組織の横の連携を取り、野球人気を復活させる活動を85歳になった今でも行っています。

ルールにおいても「ピッチクロック」「7イニング制の導入」「DH導入」など様々な変化があります。

しかし、1845年にアレクサンダー・カートライトが現在の野球の原型となるルールを制定してから今日まで、人々がボールを追いかけるのに熱中した熱量は減少することはありませんでした。

「次の100年へ」虎溪三笑TVはこれからも野球を様々な角度から見ていきたいと思います。

□■□■□■□■□■□

2.私のおすすめ球場メシ(その周辺含む)

「センターグリル」桜木町から5分☆安定の洋食屋さん！

昭和21年創業の太麺ナポリタンが食べれる老舗の洋食店。

古民家を改装したような店内は昭和レトロの雰囲気バリバリに醸し出し「港町ヨコハマ」を堪能できます。

ふわとろ特製オムライスが絶品！

ナイター帰りは寄れないので、ランチタイムがお勧めです。

横浜市中区花咲町1-9

営業時間：11:00-20:00

定休日：月曜日

予約不可：カード不可

□■□■□■□■□■□

3.オフィシャルファンクラブ通信

※現在オフィシャルファンクラブ専用サイトは工事中です。

稼働までしばらくお待ちください。

パスワード：kstv2025

□■□■□■□■□■□

4.Q&A プレー・ルール解説

Q：ランナー1塁の場面でピンチを広げないためには、どのコース、球種を選べばいいでしょう？

A：基本的には低めの球でゴロを打たせます。

右打者の場合、外角の球を見せておき、内角で詰まらせてゴロを打たせることです。

左打者の場合はこのケース、引っ張りにくるので逆に内角を見せてゴロに打ち取りたいですが、基本的にはどちらも低めを使います。

球種とコースの組み合わせは2つのパターンを用意します。(右打者のケース)

①初球に変化球(小さな変化のスライダー等)で打者のタイミングを外しておいて、2球目に内角へ直球を投げ込む。

②初球に外角一杯のストレートを投げ込み、2球目に変化球をひっかけさせてサードゴロ、ショートゴロに打たせるパターンです。

また、ストレートに自信のある投手ならば、外野フライを打ち取るために、高めのストレートを投げ込んでもいいケースです。

野球のゲームの構造を理解する

よりよい配球をするために捕手が求められるのは野球のゲーム構造をよく理解することにあります。

➡できるだけ本塁から遠いところに走者を置く。(本塁に近い塁に走者を進めない)

➡走者が3塁にいても本塁を踏まなければ得点を許すことは無い。

これらの仕組みを踏まえたうえで、配球を行う。

また、その視点で野球観戦をすると今までと違った見方になると思います。

ご参考までに。

~~~~~

## プロフィール

がんちゃん (YouTuber + 会社員 + 経営者)

球歴は小学校の軟式野球部のみ。補欠だったためスコアラーを務める。

「スコアブックの書き方」をYouTubeに投稿し、現在の虎溪三笑TVが出来上がる。

元阪神タイガース三宅チーフスコアラーが心の師匠。

1990年代 ID野球を掲げた野村監督率いるヤクルト戦を中心に、年間40試合前後 甲子園球場で阪神を観戦。

現在でも球場入りすると風向き・天候・グラウンド状態の確認から行う。

■■■■■■■■■■

## 5.ドラフト候補2026

九州国際大付属の牟禮翔(むれしょう)外野手

2008年7月14日生まれ 17歳 身長は182cm 体重は92<sup>キ</sup>。右投げ右打ち

1年春から場外弾を放つなど、プロ注目の高校生スラッガーです

### ※経歴

2024年7月17日夏の福岡県大会 では準決勝 の久留米商業戦で、左中間へ2ランホームランを放つなど打率.444 本塁打2 打点8をマーク。

ベスト8入りを果たします。続く2年生の2025年7月17日の、八女高校との4回戦では宮若市にある光陵(こうりょう)グリーンスタジアムで122mを超えるバックスクリーン弾。

さらに11月16日の明治神宮大会、山梨学院戦でもバックスクリーンへ特大弾ソロを放つなど超高校級のスラッガーです。

~~~~~

プロフィール

がんちゃん (YouTuber + 会社員 + 経営者)

高校時代にドラフト会議の記者会見が学校で行われる。
(1989年 上宮高校 元木大介選手)

2019年に三菱自動車岡崎の中野拓夢(阪神) 日本新薬の福永裕基(中日)
2021年にトヨタ自動車の吉野光樹投手(DeNA)を独自で発掘しYouTubeにレポートを投稿。
現在の「それゆけ！スカウティングレポート」の基盤となる。

ライターの西尾典文さん、東京の神田にある「球児園」オーナー社長、独立リーグ滋賀ハイジャンプスの久保田マネージャー(履正社)とも交流あり。

□■□■□■□■□■□

6.虎溪三笑TV野球めし

「トマトとアボカドの抗酸化サラダ」

- ①トマトとアボカドを2cm角にカットします。
- ②ボールに材料を入れてオリーブオイルとレモン汁を適量で混ぜ合わせます。
- ③塩コショウで味を整えて出来上がり！

紫外線を浴び、激しい運動をする野球部は体が酸化(サビ)しやすいです。リコピンとビタミンEで細胞を修復します。脂質の高いアボカドは、効率的なエネルギー源(バルクアップ)にもなります。

超簡単です。みなさんもどうぞ作ってみてください☆

~~~~~

プロフィール

がんちゃん(YouTuber + 会社員 + 経営者)

東証スタンダード上場外食大手に17年間勤務。

2025年には愛知県の私学4強である東邦高校の硬式野球部の寮ごはんを担当。

それ以外にも短時間勤務でヒルトン名古屋調理部での勤務をしている。

□■□■□■□■□■□

## 7.虎溪三笑TVミュージック

 **T-BOLAN** 離したくはない

「離したくはない」

T-BOLAN2枚目のシングルで1991年12月18日リリース。

フジテレビ系ドラマ「ホテルウーマン」の挿入歌に使用された。

1991年の阪神は48勝82敗 勝率.369でダントツの最下位に沈む。

しかし夏場からローテーションが固まり、野田・湯船・猪俣・葛西らドラフト1位組の先発陣が台頭してきた。8月を11勝11敗 9月は11勝9敗と勝ち越し、翌92年の優勝争いの土台を作った。

~~~~~

プロフィール

がんちゃん(YouTuber + 会社員 + 経営者)

高校2年生の時にアコースティックギターを購入し、主に長渕剛・尾崎豊などの楽曲を耳でコピーする。

高校の同級生にエゴラップインのサポートメンバーである真船勝博(ベーシスト)がいる。

□■□■□■□■□■□

8.人事総務部通信

メラトニン～内分泌ホルモン～で快適な睡眠を

高齢になるほど不眠になる人が増えます。これは「メラトニン」という脳の松果体から分泌される睡眠リズム(体内時計)を調整するホルモンが減少するからです。

日本で処方される睡眠薬はメラトニン受容体を刺激するもので、日中の集中力低下(特に車の運転)に注意が必要です。

基本的には、メラトニンは夜間に分泌が増えて眠気を促します。光を浴びると分泌が抑制されます。

またメラトニンはサプリメントに頼らず、食べ物から摂取することも可能です。

一番メラトニンを含む食品でおすすめなのが、「タルトチェリー」です。

「タルトチェリー」は生食されないもので「サワーチェリー」と呼ばれ強い酸味があるので、濃縮ジュースやチェリーパイ、ケーキなどの加工に利用されます。

タルトチェリージュースなどは楽天などのサイトで販売していますので、簡単に手に入れることができます。

またメラトニンの生成を助ける食べ物としてはマグロ・カツオ・鯖などの魚類やバナナ、卵、ナッツ類。また鶏のむね肉もおすすめです。

バランスのよい食事と、規則正しい生活で快適な睡眠を取ってください。

※医師免許を保有している方が書いた記事ではありません。
※詳しくは最寄りの専門機関にご相談ください。

年金・社会保険関連 ➡ 年金事務所

健康・医療関連 ➡ 病院

< 虎溪三笑TVオフィシャルFC会員様限定特典 >

(株)虎溪三笑TV人事総務部でお応えできる範囲であれば無料ご相談承っております。

メール・LINE・各SNSのDM・お電話などで随時受け付けております。

※ご回答によってはお時間がかかる場合がございます。

※年末年始・お盆期間など受付ができない期間がございます。

※詳しくは弊社ホームページ、SNSの更新をご確認ください。

~~~~~

プロフィール

がんちゃん (YouTuber + 会社員 + 経営者)

東証スタンダード上場企業 在籍時にアルバイト採用面接を300人以上実施。

就活指導、SPI対策・ES対策を学生向けに実施。野村証券、ANA、静岡市役所など大学4年生の早期内定を実現し、卒業までの期間のシフト増加を実現。

2004年に厚生労働省の国家資格である第二種衛生管理者免許を取得。

□■□■□■□■□■□

株式会社 虎溪三笑TV

代表取締役 兼 CEO 岩本健志

〒451-0045

名古屋市西区名駅2-34-17 セントラル名古屋1101号

Mail : [kokeisansyo@gmail.com](mailto:kokeisansyo@gmail.com)

□■□■□■□■□■□

