



かまスタ☆ファンズ	第34号
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ストレス発散方法!</li> <li>・2016年シーズン開幕</li> <li>・ルーキー選手続々デビュー!</li> </ul>	
発行/ファイターズ鎌ヶ谷の会 広報部会 〒273-0118 千葉県鎌ヶ谷市中沢459 TEL. 047-446-5586	

**ストレス発散方法!**  
 監督、コーチ、選手たちのストレス発散方法を取材しました。  
 みなさんは何をするとストレス発散ができますか?



「僕はストレスたまってるなあと感じる事が無いんですよ。」

「溜め込まない」

**田中監督**  
 「ストレスは何もないですよ(笑)強いていうならボールを飛ばす事でしょうか!」

**瀬川投手**  
 「僕はストレスが溜まるのがけっこう時間がかかります。ゆっくり時間をかけて溜まって、最終的にお酒を飲みます!」

**武田久投手**  
 「ストレスはあまりないです。半身浴かな。」



「半身浴です。」

「家で!」



「バラエティをみて、爆笑して発散します。」

**清水選手**  
 「寝ます。」

**小田コーチ**  
 「僕は半身浴とサウナですね。」

**田中投手**  
 「寝ます。」

「思いつき寝ます!」

**伊藤コーチ**  
 「お風呂ですかね!」

**林コーチ**  
 「睡眠です。」

**石川直投手**  
 「ストレスは野球でけっこう溜まります。寝るのが一番です。」

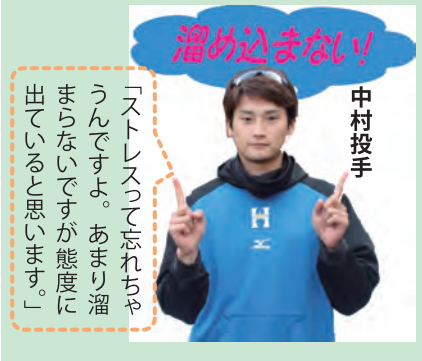
**荒張選手**  
 「子供と遊ぶ事です。」

**浦野投手**  
 「お風呂に入ることです。」

**石井投手**  
 「今は子供と遊ぶ事がとても楽しいです。」

**姫野選手**  
 「ズバリ!お風呂に入ることです。」

**矢野選手**  
 「お風呂が好きですね。」



「溜め込まない!」

「ストレスって忘れちゃうんですよ。あまり溜まらないですが態度に出ていると思います。」

「他にも沢山!」



「僕は買い物をする事です。」

**米野選手兼コーチ**  
 「寝るのとおいしいものを食べる!」

**小坂コーチ**  
 「運動をして汗をかくことです。」

**武田勝投手**  
 「球場への行き来のドライブですね。」

**須永投手**  
 「食べる事。特にホルモンです。」

**浅間選手**  
 「ストレスは溜まりまくりですよ。今は練習ですかね!」

**高橋憲コーチ**  
 「ストレス社会で、ストレスと思う事がストレス!仕事は穏やかにしていきたいです。」

**渡邊選手**  
 「買い物ですね。」

**大塚投手**  
 「銭湯や健康センターに行くことです。」



「選手で!」

「僕は寝る事でも高濱と同じでいいです」

「優心(清水選手)と殴り合いです!」

**斎藤投手**  
 「誰かと話をします。話す事でストレスが和らぎます。特に新垣投手とは話しますね!」

**金平投手**  
 「清水優心いじり。」

**森本選手**  
 「先日、上沢投手が買い物に連れて行ってくださって発散できました。僕はテレビをあまり見ないんですが、お笑いをみたりして笑って発散します。」

**上沢投手**  
 「プレステ4です。コールオブ Dutyと、スターウォーズ。(森本選手は上沢投手と買い物だそうです。)かわいいですね。」



「歌で!」

「とにかく大声を出す!奇声を発する!」

新垣投手

**立田投手**  
 「1人でどこか行く。後は音楽かな。きやりーばみゅばみゅさんです。」

**吉田投手**  
 「寝るか音楽を聞きます。西野カナさんが好きです。」

**大嶋選手**  
 「車の中で歌います。洋楽を爆音で鳴らします。」

**的場コーチ**  
 「音楽を聴くこと。サザンが好きです!」

**平沼選手**  
 「カラオケです!カラオケ多いんじゃないですか?」

**岸里選手**  
 「三代目や、洋楽を聴くことです。」

【ハミダシ】 新垣投手の「奇声」について、沢山の選手が事実ですと教えてくださりました。いったいどんな奇声を発しているのか?! 練習中にも発しているそうなので注目してみてください。



# 2016年シーズン開幕

3月20日(日)鎌ヶ谷スタジアム開幕戦(対東北楽天)が行われました。試合前はウェルカムハイタッチで監督、コーチ、選手たちが来場したお客様をハイタッチでお出迎えしました。



セレモニーでファンの方々の応援メッセージを受け取りました




試合は高濱選手のサヨナラホームランで勝利しました!




サインボールの投げ入れが行われました

**姫野選手**




3月30日のロッテ戦にて指名打者で先発出場。スイッチヒッターに挑戦していますが左右両打席でヒットを記録しました。

**平沼選手**




3月12日イースタン開幕戦の西武戦にてショートで先発出場を果たし、2打席目でセンター前ヒットで初ヒットを記録しました。

「キャンプ中に紅白戦に出させていただき、一軍の試合に出場したい気持ちが強くなりました。」




**吉田投手**



3月13日西武戦にて中継ぎで初勝利を挙げると、3月20日楽天戦で2勝目。先発もロングリリーフもこなし、今後に注目です。

「(早々2勝を挙げたのは)たまたまです。今後も応援をお願いします。」



ルーキー選手続々デビュー!  
今年、8人の新人選手たちが入団し、続々と試合デビューしています。


○事務局  
〒273-0118  
千葉原鎌ヶ谷市中沢459  
(株)北海道日本ハムファイターズ  
ファイターズスタジアム内  
ファイターズ鎌ヶ谷の会  
047446)5586

●発行/ファイターズ鎌ヶ谷の会  
●編集/中村俊也 金井信也  
服部裕介 由井美香  
木下智恵 岡野恵理



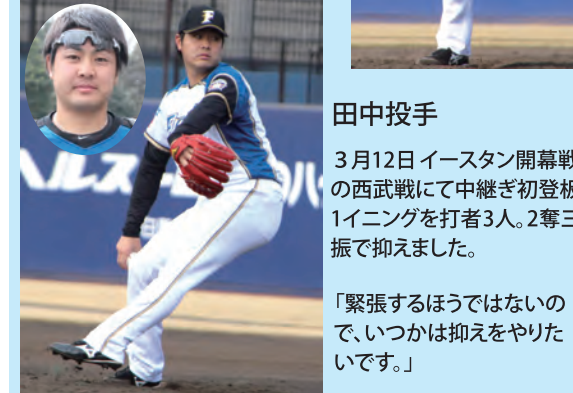
2016年3月9日(水) 鎌ヶ谷スタジアムにて一軍オープン戦(対DeNA)が開催されました。試合の前に、清水市長から栗山監督に、ファイターズ鎌ヶ谷の会 日向野会長からラミレス監督に花束を贈呈しました。

**田中投手**



3月12日イースタン開幕戦の西武戦にて中継ぎ初登板。1イニングを打者3人。2奪三振で抑えました。

「緊張するほうではないので、いつかは抑えをやりたいです。」



【ハミダン】 前号の似顔絵自画像で「へのへのもへじ」を書いた姫野選手は他の選手の自画像をみて、「ファンの方々は僕のカビの似顔絵を見て絵心を理解してくれるはず。」と焦り顔。 姫野選手作カビの似顔絵はファンラウンジに展示されています!