



札幌西高校野球部



【部員より】

西高野球部は、“全道大会出場”を目標に掲げ、選手自らが考え、主体的に活動しています。「文武不岐」の精神で、野球にも学校生活にも全力を注ぎ、真剣に高校野球と向き合っています。野球の知識や戦術、身体構造をも学びながら、頭を使った「考える野球」が、西高野球部の魅力です。恵まれた環境で、私たちと本気で高校野球に“西春”を捧げませんか？

【顧問(吉田健作)より】

中学生の皆さん、現在部活動を取り巻く環境は刻一刻と変化していますが、部活動、高校野球をやる意義や価値は大いにあると信じ、我々は野球や自分自身、チームメイトと向き合っています。近年、戦績は良くないですが、大学野球を続ける、または、目標の進路を実現するメンバーが増えているなど、活動(部活動と自学自習の両立)の成果を感じる面は少なくありません。

本校野球部でしか得られないものを共有しませんか？新しい時代にふさわしい、部活動、野球部と一緒に作り上げていきましょう。一人でも多くの見学をお待ちしております。

〈進路実績 直近4年間〉

勉強との両立は可能です！

京都大学	東京工業大学
東北大学(複数)	北海道大学(複数)
札幌医科大学(医医)	横浜国立大学
弘前大学	帯広畜産大学
小樽商科大学	北海道教育大学
順天堂大学	関西大学
北海学園大学	北海道科学大学
(過年度含む)	



令和7年度 部員数:13名(2025/3現在)
新3年生(76期)選手6名
新2年生(77期)選手6名・マネージャー1名

西高野球部の活動様子を
ホームページで投稿しています。
是非ご覧ください！

北海道札幌西高等学校ホームページ

http://www.sapporonishi.hokkaido-c.ed.jp/home/page_20230621014524

【チーム用具】



↑チームTシャツ



グランドコート↑

↑Vジャン



↑チームジャージ



↑チームハーフパンツ



↑チームバッグ

練習用
ユニフォーム
基本的に練習試合
で着用します！



公式戦用
ユニフォーム
春・夏・秋大会で
着用します！



↑公式戦用帽子

現役選手、OB・OGに聞きました！

学ぶ姿勢

自分を律する力

自分なりにやってみる力

胆力

コミュニケーション能力

1. 西高野球部で身についた力は？

自主性

自分を俯瞰してみる力

忍耐力

協調性

考える力

野球の技術のみならず、
人としても成長することができます！

主体的に動けるようになった

目標に見合うような行動を
考え、実行できるようになった

一生の仲間に出会えた

2. 西高野球部に入って 良かったと思っていることは？

野球部で過ごしてきた日々が
勉強の自信にも繋がった

周りを見て、行動できるようになった

日常の様々な場面で
感謝できるようになった

社会で生きていく中で
大切な考え方や態度を学べた

ただの生活では味わえない
達成感を得られた

自分と向き合い、自分を良く知れた

【シーズン中】

活動場所：本校グラウンド

練習時間：放課後～19:00(完全下校)

オフ：道教委の定める規定に則り、設定しています。

主な練習内容：打撃、守備練習＋課題練習

〈休日〉

練習時間：7:30or8:30～

主な練習内容：練習試合や合同練習

※練習試合は他校にお邪魔する場合があります。

その際は、現地集合が多いです。



シーズン：4月～10月



8月 4校合同合宿

全道大会出場経験のある3校と行います。4日間の合宿で学べることは多く、とても貴重な機会となります。

場所はその年により、昨年度までは北見市常呂町で実施。



1年間で約40校と練習試合を行います。合同練習では他チームと、練習の反省を行ったり、お互いを評価し合ったりします。



グラウンドも大変広く、すべてネットで囲われているため、単独で練習試合ができます。

(レフト98メートル、ライト95メートル、センター117メートル)



チーム・個人の課題に沿った練習を行っています。西高野球部では、チームメイト同士で評価し合い、また、先生からも評価を受け、自分の課題と真剣に向き合っています。



OBOGからのご支援により、整った環境（最新式マシン3台（3ローター）、ケージ3基、鳥かご1基など）で、毎日充実した練習が行えています！

マシンは、バッティングマシンとノックマシンの両方があり、速さや球種などを調整して、より実践に近い球で練習することができます。

ラブソードなどによる測定も実施！



毎日の練習メニューは、生徒自らが考え、顧問の先生に提案しています！



みんなが当たり前を
大切にしている

練習試合や遠征、合宿が多く、
様々なチームと比べて自分たちを図れる

学年の隔たりがなく、仲が良い

感謝を忘れない

3. 西高野球部の好きなポイントは？

練習環境が整っている

個人に沿った練習ができる

文武両道に向け、みんなが努力している

目標に向かって
真面目に取り組む

自分に本気になってくれる、

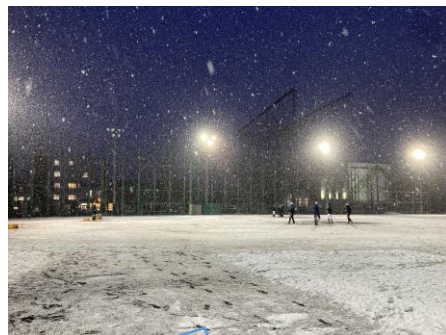
先生方、チームメイトがいる チームメイト同士で高め合っている

ひとりひとりが上達できる

雪かきをして、グラウンドでも練習を行います。足場の悪い中での練習は、足腰も鍛えられます。寒さに負けず、チームメイト同士で声を掛け合いながら、明るく練習を行っています！



オフシーズン中は体育館や格技室を使い、トレーニングのみならず、羽打ちや守備練習も行っています！



1年に5～6回、専門家による体力測定やトレーニング講習が行われます。トレーニング室は設備も整っています。



例年、冬期間も他校にお邪魔して、合宿を実施しています。2泊3日程度。(道内)

ナイター設備があるため
暗くなってからも練習が行えます！



オフシーズン：11月～3月

【オフシーズン中】

活動場所：体育館・格技室・トレーニング室
グラウンド・駐輪場

活動オフ：道教委の定める規定に則り、設定しています。

練習時間：放課後～18:30(完全下校)

<休日>

練習時間：7:20or8:30～

主な練習内容：ウェイトトレーニング・マット運動(神経系)
打撃、守備練習・課題練習など