

キミの一步と汗が、
未来を動かす歯車となる。

走って、投げて、打って! 笑顔でチャレンジ!
未来のトップアスリートを目指そう!

わんぱく トレーニング & 野球教室

山内泰幸さん & 鈴川卓也さんが
直接指導!

広島東洋カープの
元ピッチャー
山内泰幸さん

広島東洋カープの
元トレーナー
鈴川卓也さん



参加者
大募集

内容

広島東洋カープの元ピッチャー・山内泰幸さん & 元トレーナー・鈴川卓也さんによる、夢のトレーニングアカデミーです。体幹トレーニング、キャッチボール、上達の秘訣がたっぷりのトークライブなどを通して、トップアスリートをめざす子どもたちの夢を後押しします。



【と き】2026年**11月29日(日)**
13:30~17:00〈小雨決行〉

【ところ】学校法人鶴学園 なぎさ公園小学校
広島市佐伯区海老山南2丁目2-30
TEL082-943-0001

【対 象】わんぱくをめざす
小学3・4・5・6年生(60名)
野球経験がなくても大丈夫です!



体幹トレーニング



キャッチボール



ティーバッティング



トークライブ

申込方法

TSSホームページの
『わんぱく大作戦』コーナーから、
エントリーをお願いします。

お申し
込みは
こちら



申込締切

**11月1日
(日)**

参加料

11/11(水)までの事前払い

おひとりさま
¥3,000 (税込)

※恐れ入りますが、振込手数料はお客様負担でお願いいたします。参加者様の都合でのキャンセルは、どのような理由でも払い戻しは出来かねますのでご了承ください。

※応募者多数の場合は、抽選とさせていただきます。
※抽選結果は、申込締切の翌々日以降に、当選者にはメール、落選者には郵送で通知します。

わんぱく大作戦

広島の子どものための
「挑戦」「冒険」「発見」を
応援するプロジェクト2026
M-213

未来のトップアスリートをめざす集中トレーニング

わんぱく

トレーニング&野球教室

参加者
大募集



スケジュール

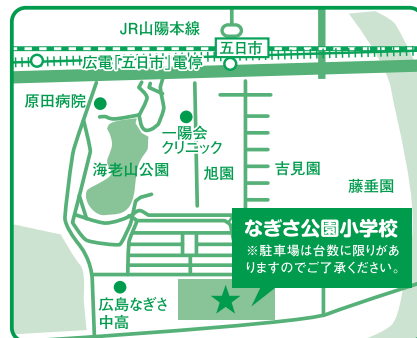
2026.11/29(日)〈小雨決行〉

当日は、トレーニングウェアと運動靴をご着用の上、ご来場ください。
なお、芝保護のため、スパイクシューズのご使用は、ご遠慮ください。

＜持ってくるもの＞
体育館シューズ、
グローブ、タオル、
飲み物

会場のご案内

●学校法人鶴学園
なぎさ公園小学校
広島市佐伯区海老山南2丁目2-30



〔アクセス〕公共交通機関をご利用ください。

- JR山陽本線五日市駅より徒歩約10分
- 広島宮島線五日市電停より徒歩約10分

13:00 受付開始

13:30 【屋内指導】ウォーミングアップ

13:55 移動／休憩

14:05 【屋外指導】Aチーム／キャッチボール ▶ トレーニング
Bチーム／トレーニング ▶ キャッチボール

15:10 休憩

15:20 【屋外指導】ティーバッティング

16:20 移動／休憩

16:30 トークライブ

17:00 終了



広島東洋カープ
元ピッチャー
山内泰幸

1973年3月16日生まれ。広島県出身。尾道商業高校では3年春の中国大会で優勝。日本体育大学時代に通算31勝、連続イニング無失点48回2/3をマーク。95年、ドラフト1位（同球団初の逆指名選手）で広島東洋カープに入団。初登板で初先発初勝利を挙げると（同球団の新人で初登板初勝利を挙げた選手は、当時史上4人目）、5月には4勝で月間MVPを獲得。オールスターゲームにも出場し、初年度14勝で新人王に輝く。翌年も2桁勝利を記録。右肘を高く上げる投球フォームが、ピンク・レディーの『UFO』の振り付けに似ていたことから「UFO投法」のニックネームで親しまれた。2002年、現役引退。引退後は広島東洋カープ投手コーチを経て、2014年からTSS野球解説者。



広島東洋カープ
元投手
鈴川卓也

1975年1月23日生まれ。高齢者の介護予防体操を活動の軸としていた2005年、広島東洋カープに送った手紙がきっかけとなり、広島東洋カープに入団。その後、2011年まで6シーズン広島東洋カープのアスレチックトレーナーとしてチームに帯同。退団後はフリートレーナーとして活動範囲を大きく広げ、スポーツを楽しむ方のパーソナルトレーニング、専門学校非常勤講師、ラジオ番組コメンテーター、雑誌へのコラム執筆など幅広く活動。2014年、トレーニングスタジオ「THE BULL PEN」を立ち上げ、体幹トレーニング教室「すずかわ塾」、小グループでのファンクショナルサーキットトレーニング、大人を対象とした運動会を全国各地で開催。所有資格はNSCA・SCSCS、鍼灸師など。

注意事項

●掲載のスケジュールや内容は目安であり、天候や諸事情により変更・中止となる場合がございます。詳細は、当選者の方へ改めてご案内いたします。

子どもの声



鈴川さんのトレーニングは、とても分かりやすく、ためになりました。チームのみんなにも教えたいと思います。山内さんはやさしくて、投げ方のコツを教えてもらったので、球が少し速くなりました。この野球教室で習ったことをチームでも活かして、チームのみんなのレベルアップにつなげていきたいです。

保護者の声



プロの方にご指導いただける機会はなかなかないので、子どもにとってはとてもいい刺激になったと思います。ゲームも合間に織り交ぜてあり、スケジュールの構成もとてもいいと思いました。野球だけでなく、ストレッチのやり方や体の使い方のご指導も、親子でとても参考になりました。

■主催／わんぱく大作戦プロジェクト2026 ■協力／学校法人鶴学園 なぎさ公園小学校

■後援／広島県・広島市・福山市・東広島市・広島県教育委員会・広島市教育委員会・東広島市教育委員会・広島県医師会・広島県歯科医師会・広島県薬剤師会・広島県看護協会・（一社）広島県子ども会連合会・広島市子ども会連合会・広島県PTA連合会・広島市PTA協議会・中国新聞社

「わんぱく大作戦プロジェクト」が主催する「わんぱくトレーニング&野球教室」は、
「学校法人鶴学園 なぎさ公園小学校」の協力により開催します。

TSSホームページの「わんぱく大作戦」コーナーでは、わんぱくファミリー向けお役立ち情報ソケゾク更新中!

www.tss-tv.co.jp/wanpaku/

昨年度の「わんぱくトレーニング&野球教室」の動画をスマホでご覧いただけます。



わんぱく大作戦プロジェクト2026 私たちは、広島の子どものための「挑戦」「冒険」「発見」を応援します。



学校法人 鶴学園



広島の子どもたちに伝えたいこと。それは、夢に向かう前向きな矢印。

www.tss-tv.co.jp/wanpaku/