

## シュートとは？

変化球の中でも球速は速い部類で、右投手であれば右打者に対しては食い込むように変化するため、ダブルプレイを狙って詰った当たりをさせやすく、凡打、特にゴロを打たせやすいのが特徴です。

ファウルを打たせてカウントを稼ぎたいときなど、さまざまなポイントで活用できる習得できたら有効的な変化球です。コントロールさえつけければ長打や犠牲フライを抑えることができるなど重宝します。

投手から見てバックspinと逆方向の回転が若干かかるために、回転方向の関係でバットと反発した際に落ちる方向に打球が飛びやすくなる。これもゴロを打たせやすい理由のひとつである。最近の日本で主流のシュートは高速シュートです。

## シュートの投げ方

シュートは相手にぶつけるくらいの覚悟がないと投げにくい球です。実際、デットボールでなることもしばしば。握るときに軽く内側に捻る。中指と薬指で挟む場合は、抜くようにして投げるとよく曲がる。基本的に投げるときに意識して外向きに手首をねじってやればいいのですが、身体の負担はかなりのもの。投げ方は沢山あり、人差し指を縫い目をかけリリース時に人差し指に力をこめる方法はオススメ。高速シュートに向いています。

## シュートの変化

その球速と初期の球筋は他の変化球と比較しても直球に近く、右投手であれば右打者に対し近づくように変化する。そのため直球であると錯覚しスイングした場合はバットの根元に当たることになり、ゴロを打たせて取るのに非常に有効な球種とされている。シュートは利き腕方向に曲がる変化球で、右利きが多い野球においては有効な変化球です。インコースに曲がるため、右バッターは詰まらされてしまいます。

左バッターは外に逃がすことで三振を取ることも。シュートには曲がりながら沈むものと、縦方向にはほとんど変化せず横に曲がるものがある。後者の内、直球に劣らぬ球速があり、なおかつ打者の手元で鋭くポップ気味に曲がるものが存在し、シュートの中でも最も威力

あるものとされる。

<補足情報>シュート派種：スローシュートの投げ方と変化

スローシュートはプロでも使っている人がおり、普通のシュートより変化は大きいですが、バレーのスパイクのように手首を曲げます。スローボールぐらいのスピードで、シュートと同じ腕の振りで投げます。

## シュートのまとめ

リリースの際に肘を使って手首を捻る動作を加えることでこの変化球を投じている投手が多く、肘を痛めやすいと考えられている最近では主にツーシームの握りから人差し指に力を入れる感覚で投げる。現実この投げ方でシュートを投げる投手は多い（高速シュート）。

シュート投手として有名な平松政次は指を縫い目にかけて、やや肩の開きを早くすることによってシュートを投げていたため、シュートによる肘の故障はなかったと言われていました。シュートを実戦で使う上でどうしても必要なのがコントロールです。シュートは相手の身体近くを狙う変化球ですから、コントロールが悪ければ使い道がありません。デットボールでランナーを出して自滅しては意味がない。

球速や変化幅、投球モーションなど色々考えたい事はあるのですが、まずはコントロールをつけましょう。軌道が自分に向かってくるとボールを線の動きで捉えにくくなるので、手元にくる球種のシュートは右バッターに有効な変化球です。

特にベースをかするようなシュートを投げられれば、左バッターにも有効となってきます。確かに、シュートはゴロを打たせやすいため、ゲッツーをとるのに適した球ですが、身体の負担は大きいという弱点があります。多投は避けることをお勧めしておきます。