

平成31年5月15日

関係各位

長崎市立東長崎中学校  
女子バスケットボール部  
顧問 木戸由希・石井桃子  
コーチ 山崎純男

第30回 鶴鳴杯争奪中学生バスケットボール大会 参加案内

- 1 場 所 長崎女子高校
- 2 期 間 平成31年05月25日(土)・26日(日)
- 3 組合せ 別記
- 4 参加者 顧問 木戸由希 石井桃子  
          コーチ 山崎純男  
          マネージャー 本田芽衣(メイ) ③ 153 cm 古賀小学校  
          選手 4 小谷川芹香(セリカ) ③ 160 cm 高城台小学校L  
          // 5 寺島帆夏(テラホノ) ③ 164 cm 高城台小学校LL  
          // 6 下釜空藍(ソラ) ③ 148 cm 高城台小学校L  
          // 7 木下彩佳(サヤカ) ② 160 cm 古賀小学校L  
          // 8 江口華(ハナ) ② 156 cm 古賀小学校L  
          // 9 布志木美結(フシミユ) ② 156 cm 日見小学校LL  
          // 10 中田真生(マオ) ① 153 cm 古賀小学校L  
          // 11 布志木結子(ユイコ) ① 156 cm 高城台小学校L  
          // 12 鍬塚ひまり(ヒマリ) ① 150 cm 高城台小学校M  
          // 13 林田晏奈(アンナ) ① 157 cm 矢上小学校L  
          // 14 小川佳凜(カリン) ① 161 cm 高城台小学校L  
          // 15 加藤花渚(カトハナ) ① 163 cm 高城台小学校L  
          // 16 山口華梨奈(カリナ) ① 150 cm 古賀小学校L  
          // 17 庄司妃穂(ヒスイ) ① 153 cm 古賀小学校L  
          // 18 上原莉奈(リナ) ① 161 cm 矢上小学校LL
- 5 行 程 1日目 学校発1便08:30 2便09:20 対深江布津10:50 对小ヶ倉16:10  
          2日目 学校発09:30 対???
- 6 展 望

2日目は市内の小学校のほとんどが運動会です。上記の選手の中にも弟や妹の運動会と重なる選手がいます。そうなった場合、どちらを優先させるかは選手の自由です。部活動優先を強制はしません。鶴鳴時代もそうでした。鶴鳴だから全員が全国上位を目指して入部してくるとは限らないからです。A選手は濱口典子先輩のボール拾いをしたいと言って入部してきました。そんな選手にバスケット漬けの生活は強要しません。レギュラー選手と同じようなハードメニューもさせません。

では、そんな選手はコートサイドで声を出して応援するだけかということそうではありません。レギュラーをちょっと休ませている間に下級生を2チームに分け、上級生をコーチにしてゲームをさせるのです。A選手は私に声をかけられるよりも濱口選手から声をかけられる方が数倍嬉しいでしょう。

現段階では上記のメンバーの中で妹弟の運動会を優先する選手が誰々なのかわかりませんし、26日が雨天で運動会が延期になるかもしれないのでメンバーは確定しません。どちらを優先するのかの申告は、1日目の試合終了時でかまいません。その時替わりの選手を指定し、ユニフォームの譲り渡しをします。その際、譲り渡す方はユニフォームを洗濯する暇がないので、洗濯は譲り受ける側がやってください。

さて試合運びについて述べます。早急に手直ししなければならないのが1年生のディフェンス。これは、ひがながの1年生だけでなく未熟な選手に共通な特徴です。ミニバスの試合において当たりの強いディフェンスで敵を粉砕するチームを私はたくさん観ましたが、それは“出る”ことに積極的なチームであってディフェンスが強いと言えるチームではありませんでした。ディフェンスにおける“出る”は実は諸刃の剣で、不用意に出ると殺されます。“出すすぎる”と危ないと感じたら“引く”の両方が揃ってディフェンスが強いと言えるのです。その感覚を一刻も早く身につけさせたいと思っています。文責：山崎

2019年8月24日

関係各位

長崎市立東長崎中学校  
女子バスケットボール部  
顧問 木戸由希・石井桃子  
コーチ 山崎純男

第34回 コヤスポカップ 参加案内

- 1 場 所 長与中学校他
- 2 期 間 令和元年8月24日(土)・25日(日)・26(月)
- 3 組合せ 別記
- 4 参加者 顧問 木戸由希 石井桃子  
          コーチ 山崎純男  
          マネージャー 長谷川 萌衣華 (モエカ) ② 148 cm 矢上小学校  
          選手 4 米嶋 万稀 (カズキ) ② 157 cm 高城台小学校 L  
          // 5 西川 渚美 (ナミ) ② 166 cm 古賀小学校 LL  
          // 6 木下 彩佳 (サヤカ) ② 160 cm 古賀小学校 L  
          // 7 江口 華 (ハナ) ② 156 cm 古賀小学校 L  
          // 8 藤下 陽菜乃 (ヒナノ) ② 155 cm 矢上小学校 L  
          // 9 布志木 美結 (フシミユ) ② 156 cm 日見小学校 LL  
          // 10 中田 真生 (マオ) ① 153 cm 古賀小学校 L  
          // 11 布志木 結子 (ユイコ) ① 156 cm 高城台小学校 L  
          // 12 鍬塚 ひまり (ヒマリ) ① 150 cm 高城台小学校 M  
          // 13 上原 莉奈 (リナ) ① 161 cm 矢上小学校 L  
          // 14 小川 佳凜 (カリン) ① 161 cm 高城台小学校 L  
          // 15 林田 晏奈 (アンナ) ① 157 cm 矢上小学校 L  
          // 16 山口 華梨奈 (カリナ) ① 150 cm 古賀小学校 L  
          // 17 庄司 妃穂 (ヒスイ) ① 153 cm 古賀小学校 L  
          // 18 加藤 花渚 (カトハナ) ① 163 cm 高城台小学校 LL
- 5 行 程 1日目 学校発 07:20 対国見 09:00 RF10:10 対?? 12:30 RFTO 13:40  
          2日目 学校発 07:30 RF 09:00 対?? 10:10 RFTO 11:20 対?? 12:30
- 6 展 望

カリンが外角シュートをモノにしたのでひと安心ですが、ひとりの選手が成長してもそれをチームプレイに繋げるのがまた大変です。個人プレイは技を磨けばよいのですが、チームプレイは個々の思考と性格を組み合わせなければなりません。それで人選に悩むのです。これまでツープラトーンシステムで10人の選手を使ってきましたが、実は厳しい戦いでほんとうに使える選手は、ナミ・ハナ・サヤカ・ユイコ・カリン・カトハナ・マオ・リナの8人です。ツープラトーンシステムではヒナノ・ミユも入れていましたが、この2人はまだスタメン定着には少し力不足なのです。

相手次第ではこの2人にアンナ・カリナ・ヒマリ・ヒスイを加えて6人は使えます。その中でスタメンとバックアップを行ったり来たりする選手が4人いますが、その4人にスタメンの誰かを引きずり下ろす力は今のところありません。

今、もっともアタマを悩ませているのが、ハナ・サヤカ・ユイコ・マオを同時にコートに立たせるのは個性を消しあってもったいないので、それをどうしようということです。では、残りの4人(ナミ・カリン・カトハナ・リナ)にハナ以下の4人から誰かを加えてスタメンを組めばよいかというところではボールが回りません。

私のアタマの中にはこのメンバーが最強だろうというアイデアはあるのですが、一方ではスタメンを外れた選手に現段階では挫折感を味わわせたくないという思いがあるので“方針決定”と断を下せずにいます。

文責：山崎

関係各位

長崎市立東長崎中学校  
女子バスケットボール部  
顧問 木戸由希・石井桃子  
コーチ 山崎純男

## 第17回 南島原カップ参加案内

- 1 場 所 深江体育館  
2 期 間 令和元年11月02日(土)・03日(日)  
3 組合せ別記  
4 参加者 顧問 木戸由希 石井桃子  
          コーチ 山崎純男  
          マネージャー 長谷川萌衣華(モエカ) ② 148 cm 矢上小学校  
          選手 4 米嶋万稀(カズキ) ② 157 cm 高城台小学校L  
          // 5 西川渚美(ナミ) ② 166 cm 古賀小学校LL  
          // 6 木下彩佳(サヤカ) ② 160 cm 古賀小学校L  
          // 7 江口華(ハナ) ② 156 cm 古賀小学校L  
          // 8 辻山晴香(ツジハル) ① 152 cm 高城台小学校L  
          // 9 田中彩夢(アミ) ② 155 cm 高城台小学校LL  
          // 10 中田真生(マオ) ① 153 cm 古賀小学校L  
          // 11 布志木結子(ユイコ) ① 156 cm 高城台小学校L  
          // 12 鍬塚ひまり(ヒマリ) ① 150 cm 高城台小学校M  
          // 13 上原莉奈(リナ) ① 161 cm 矢上小学校L  
          // 14 小川佳凜(カリン) ① 161 cm 高城台小学校L  
          // 15 林田晏奈(アンナ) ① 157 cm 矢上小学校L  
          // 16 山口華梨奈(カリナ) ① 150 cm 古賀小学校L  
          // 17 庄司妃穂(ヒスイ) ① 153 cm 古賀小学校L  
          // 18 加藤花渚(カトハナ) ① 163 cm 高城台小学校LL  
5 行 程 1日目 学校発 07:00 対西有・深 09:00 RF 10:15 対鳴北 11:30 RFTO 12:45  
          2日目 学校発 未定

## 6 展 望

臨時でCLUB ONLY CUPが割り込んで来たので、2週続けて強化試合をすることになりましたが、私は練習試合をガンガンやりまくってチームを強くするのは嫌いで、これまでも日常の練習でしっかり教えてそれを練習試合で試すというやり方を通してきました。今回は例外です。

さて今日は選手起用のことについて述べます。選手たちの中にはしっかりした子もいますしルーズな子や自己中心的な子もいます。それはひがながに問わずどのチームでも同じだと思います。そして、ルーズな子や自己中心的な子は試合に出したくないという気持ちをコーチは誰でも持っていると思います。しかし私はその気持ちを抑えます。この子は嫌いだから試合に出さないとか、お仕置きのためにしばらく干すというようなことは昔も今もしません。

先日、木を育てることを例にとり「どうしても曲がったのが直らないのなら、やっきになってまっすぐに育てようとせず曲がったままの使い方を考えればいい」と述べました。1昨日のクラブカップの試合でもそれは同じで、ルーズなこの子を試合に出せばいつものミスをすることが予想されるが今の局面ではこの子の力強さが必要だと思って試合に出しました。

また、力不足でなかなか試合に出してやれない子を少しでも試合に出してやれるような気配りもしました。組織を動かすというのはそういうことで、組織の長というのは決して自分の感情や好き嫌いだけで社員をひいきしたり左遷してはいけません。最優先で考えなければならないことは、どのような人事をしたらこの組織が機能するかということです。

このようなことを選手(社員)の中の数人が分かるようになれば、有能なリーダー(中間管理職)が生まれ、戦闘能力のある戦士(社員)が育ち、チーム力(組織力)が向上してくると思います。それはひとえにコーチの私が有能であるか否かにかかっていると思います。そのことは常に自覚し自己評価しながらコートに立ちます。文責：山崎

2019年12月16日

関係各位

長崎市立東長崎中学校  
女子バスケットボール部  
顧問 木戸由希・石井桃子  
コーチ 山崎純男

令和元年度 西海市協会主催中学生バスケットボール強化練習会 参加案内

- 1 場 所 西海中学校他（国道206→小迎→国道202経由が近い）
- 2 期 間 令和元年12月21日（土）・22日（日）
- 3 組 合 せ 別 記
- 4 参 加 者 顧 問 木 戸 由 希 石 井 桃 子  
          コ ー チ 山 崎 純 男  
          マネージャー 長谷川 萌衣華（モエカ） ② 148 cm 矢 上 小 学 校  
          選 手 4 米 嶋 万 稀（カズキ） ② 157 cm 高 城 台 小 学 校 L  
          // 5 西 川 渚 美（ナミ） ② 166 cm 古 賀 小 学 校 LL  
          // 6 木 下 彩 佳（サヤカ） ② 160 cm 古 賀 小 学 校 L  
          // 7 江 口 華（ハナ） ② 156 cm 古 賀 小 学 校 L  
          // 8 辻 山 晴 香（ツジハル） ① 152 cm 高 城 台 小 学 校 L  
          // 9 布 志 木 美 結（ミユ） ② 156 cm 日 見 小 学 校 LL  
          // 10 中 田 真 生（マオ） ① 153 cm 古 賀 小 学 校 L  
          // 11 布 志 木 結 子（ユイコ） ① 156 cm 高 城 台 小 学 校 L  
          // 12 鍬 塚 ひまり（ヒマリ） ① 150 cm 高 城 台 小 学 校 M  
          // 13 上 原 莉 奈（リナ） ① 161 cm 矢 上 小 学 校 L  
          // 14 小 川 佳 凜（カリン） ① 161 cm 高 城 台 小 学 校 L  
          // 15 林 田 晏 奈（アンナ） ① 157 cm 矢 上 小 学 校 L  
          // 16 山 口 華 梨 奈（カリナ） ① 150 cm 古 賀 小 学 校 L  
          // 17 庄 司 妃 穂（ヒスイ） ① 153 cm 古 賀 小 学 校 L  
          // 18 加 藤 花 渚（カトハナ） ① 163 cm 高 城 台 小 学 校 LL
- 5 行 程 1日目 学校発 09:00 対附属 11:20 RF 12:30 対長二 13:40 RFTO 14:50  
          2日目 学校発 07:00 対?? 09:00 RF 11:20 対?? 12:30 RF 15:50
- 6 展 望

市新人戦では惜しい負け方をして県大会出場権を逃しましたが、正直言ってひがながが強くなったのは間違いありませんが、「強い！」と思われるチームにはまだ手が届かない「強くなった」です。そこで9日（月）から強いチームにも手が届くようにギアを挙げた練習を始めました。

この案内文書を発信する時点ではそれを5回積み上げたところで、さらに西海杯当日までは4回上乘せして本番に臨みます。10回未満の練習で、しかも「強い」チームに渡り合える力を付けようとは思っていません。それが直接勝敗に結びつかなくとも、主力となる選手たちが「そうそう、そういうことをこれからやっていこうとしてるんだよ」を表現できるようになればよいと思っています。

チームとしての活動で試合に臨むわけですから強くなって試合に勝つチームになることは重要なことです。それより重要なことは人づくりです。最近のひがながに言えることは、躰をしなければならぬ部員はゼロではありませんが、指導している私が「こんなに熱心にやってるんだから勝たせてやりたいなあ」と強く思うようになったことです。

一方、そんな思いに矛盾しているようですが危惧していることがひとつあります。今回は、たまたまハナのインフルエンザとサヤカ的手指骨折が重なりましたが、そういうアクシデントが重ならなくても継続的に練習に参加する者が少なくなったということです。家の用事・学年の行事。係の仕事・日直など、それぞれに理由があるのですが、日によっては外部施設を使う日にバス出発に間に合わなかったのが10人だけ（部員21人中）だったという日が数回あります。

私は、部活があるからいろんな委員を引き受けるなというような、部活最優先主義は取りません。これは鶴鳴時代から変わりません。ですが、それぞれが少しやりくりしたり行動を急いだりすることでいくらかでもそれは緩和できるのではないかと考えています。文責：山崎

関係各位

長崎市立東長崎中学校  
女子バスケットボール部  
顧問 木戸由希・石井桃子  
コーチ 山崎純男

令和元年度 中学生バスケットボールリーグ戦（8月節）参加案内 8/5付

- 1 場 所 佐世保市 広田中学校他  
2 期 間 令和元年8月3日（土）・11日（土）  
3 組 合 せ 別 記  
4 参 加 者 顧 問 木 戸 由 希 石 井 桃 子  
          コ ー チ 山 崎 純 男  
          マネージャー 長谷川 萌衣華（モエカ）② 148 cm 矢上小学校  
          選手 4 米 嶋 万 稀（カズキ）② 157 cm 高城台小学校L  
          // 5 西 川 渚 美（ナミ）② 166 cm 古賀小学校LL  
          // 6 木 下 彩 佳（サヤカ）② 160 cm 古賀小学校L  
          // 7 江 口 華（ハナ）② 156 cm 古賀小学校L  
          // 8 藤 下 陽 菜 乃（ヒナノ）② 155 cm 矢上小学校L  
          // 9 布 志 木 美 結（フシミユ）② 156 cm 日見小学校LL  
          // 10 中 田 真 生（マオ）① 153 cm 古賀小学校L  
          // 11 布 志 木 結 子（ユイコ）① 156 cm 高城台小学校L  
          // 12 鍬 塚 ひ ま り（ヒマリ）① 150 cm 高城台小学校M  
          // 13 上 原 莉 奈（リナ）① 161 cm 矢上小学校L  
          // 14 小 川 佳 凜（カリン）① 161 cm 高城台小学校L  
          // 15 林 田 晏 奈（アンナ）① 157 cm 矢上小学校L  
          // 16 山 口 華 梨 奈（カリナ）① 150 cm 古賀小学校L  
          // 17 庄 司 妃 穂（ヒスイ）① 153 cm 古賀小学校L  
          // 18 加 藤 花 渚（カトハナ）① 163 cm 高城台小学校LL  
5 行 程 1日目 学校発 08:30 刈日宇 11:10 刈早岐13:20 RFTO 14:25  
          2日目 学校発 07:00 刈中里 RF 11:30 刈?? 12:45 RF 15:15  
6 展 望

6月初旬の市中総体で3年生が退いて新チームになってから約1ヶ月半が経ちました。新チームはミニバス経験者が14人、初心者が13人です。学校で練習する時は、ミニバス経験者の14人はまず3kmランを済ませてからコートに入ります。その間、初心者13人はコートでハーフコートの攻防の練習をします。技術的に格差のある27人をごちゃ混ぜにして狭いハーフコートで練習させるのはあまりに非能率的なのでこのように分けるのです。

その3kmランでアンナの走り方に異変を感じた私はママに専門医の検査を受けるよう指示しました。結果はヘモグロビンの値がヒトの正常値の半分しかない鉄欠乏性貧血でした。それから鉄剤投与が始まり、約1ヶ月経ちましたがアンナのほっぺたはピンク色になりました。

チームの練習は、再三ブログにも書いているようにバスケットIQを高める内容が中心です。具体的、かつひとこと言え、いろんな技術を教えるのではなく、その技術は今使うべきなのか今は控えておいた方がいいのかを理解させる練習と言えるでしょう。

そこに視点を置いて選手を観察すると、「この子は分かってきた」がいますし「この子はまだ全然分かっていない」も居ます。このような練習は身体を訓練するのではなくアタマを訓練する要素が多くなるのですが、学習成績のよい子が「この子は分かってきた」という段階に早く到達するかというところがありません。

さて、用兵について述べます。令和になってからずっとそうですが、2年生のミニバス経験者と1年生のミニバス経験者を混成では使いません。理由は個性が違いすぎるからです。また、使う割合が5分5分なのか、6：4なのか7：3なのかはわかりません。それは試合の様子を見ながら決めようと思います。

文責：山崎

2020年2月11日

関係各位

長崎市立東長崎中学校  
女子バスケットボール部  
顧問 木戸由希・石井桃子  
コーチ 加藤一成

令和元年度 中学リーグ（2月節）参加案内

- 1 場 所 総合運動公園体育館他
- 2 期 間 令和2年02月22日（土）・23日（日）
- 3 組 合 せ 別 記
- 4 参 加 者 顧 問 木 戸 由 希 石 井 桃 子  
          コ ー チ 山 崎 純 男  
          マネージャー 長谷川 萌衣華（モエカ） ② 148 cm 矢 上 小 学 校  
          選 手 4 米 嶋 万 稀（カズキ） ② 157 cm 高 城 台 小 学 校 L  
          // 5 西 川 渚 美（ナミ） ② 166 cm 古 賀 小 学 校 LL  
          // 6 木 下 彩 佳（サヤカ） ② 160 cm 古 賀 小 学 校 L  
          // 7 江 口 華（ハナ） ② 156 cm 古 賀 小 学 校 L  
          // 8 辻 山 晴 香（ツジハル） ① 152 cm 高 城 台 小 学 校 L  
          // 9 布 志 木 美 結（ミユ） ② 156 cm 日 見 小 学 校 LL  
          // 10 中 田 真 生（マオ） ① 153 cm 古 賀 小 学 校 L  
          // 11 布 志 木 結 子（ユイコ） ① 156 cm 高 城 台 小 学 校 L  
          // 12 鍬 塚 ひまり（ヒマリ） ① 150 cm 高 城 台 小 学 校 M  
          // 13 上 原 莉 奈（リナ） ① 161 cm 矢 上 小 学 校 L  
          // 14 小 川 佳 凜（カリン） ① 161 cm 高 城 台 小 学 校 L  
          // 15 林 田 晏 奈（アンナ） ① 157 cm 矢 上 小 学 校 L  
          // 16 山 口 華 梨 奈（カリナ） ① 150 cm 古 賀 小 学 校 L  
          // 17 庄 司 妃 穂（ヒスイ） ① 153 cm 古 賀 小 学 校 L  
          // 18 加 藤 花 渚（カトハナ） ① 163 cm 高 城 台 小 学 校 LL
- 5 行 程 1日目 学校発 09:00 TO 11:10 対佐北 12:15 対祇園 14:25  
          2日目 学校発 未定
- 6 展 望

すでにみなさまにはお知らせしているとおり、私（山崎）は試合に同行できませんしベンチも出来ませんので、引率及びベンチは加藤コーチ（花渚パパ）に代理を務めて貰います。

昨年末の西海杯以後、ハッキリと目に見える変化がチームに生じてきました。①チーム全体の底上げが進んでいる。②マオが復活した。のふたつです。これが試合の結果に直結するほどにはまだ至っていませんが、このような変化を目で捉えられるようになると日常の練習に活気が生まれてきます。それは選手1人ひとりにとってはよいことばかりではありません。例えば、これまで出番が多かった選手の出番が少なくなるとか、これまで自分だけが得意だったプレイを他の選手もできるようになったとかです。でもそれは組織が成長していくためには不可欠なことで、組織というのは他社（他チーム）との競争に競り勝っていくことが重要ですが、そのためには社内（チーム内）で切磋琢磨して競い合うことがとても大切です。そうやって、人やチームは伸びていくのです。

さて、スタメン及び交代要員の予想を述べます。初日はリナ不在ですからナミ・ユイコ・マオ・カリン・カトハナとなるでしょう。あとは、この5人のできによって、ハナ・サヤカがどこまでバックアップできるか、そしてカリナが8ヶ月間主役の座に座っていた力を取り戻すか、そんなところが勝敗のカギを握るでしょう。

上記8人が充分力を発揮して、アンナ・カズキ・ヒスイ・ツジハルに出場のチャンスが回って来れば万々歳です。2日目はリナが戻ってくるのでローテーションに少し変化が生まれるかもしれませんが、肝腎なことは、コートに出る選手のすべてが「コートに出ている間は必ず自分が主役の場面を作るぞ」と思って試合に臨むことです。これは、28分出場する選手も5分出場する選手も同じです。

文責：山崎

2019年6月1日

関係各位

長崎市立東長崎中学校  
女子バスケットボール部  
顧問 木戸由希・石井桃子  
コーチ 山崎純男

令和元年度 長崎市中総体バスケットボール競技 参加案内

- 1 場 所 桜馬場中学校
- 2 期 間 令和元年6月8日(土)・9日(日)・10日(月)
- 3 組合せ 別記
- 4 参加者 顧問 木戸由希 石井桃子  
          コーチ 山崎純男  
          マネージャー 石田莉子(リコ) ③ 165 cm 高城台小学校  
          選手 4 本田芽衣(メイ) ③ 153 cm 古賀小学校L  
              // 5 溝脇真優(マユ) ③ 167 cm 高城台小学校LL  
              // 6 前道美佑(マエミユ) ③ 157 cm 高城台小学校L  
              // 7 下釜空藍(ソウ) ③ 148 cm 高城台小学校L  
              // 8 小谷川 芹香(セリカ) ③ 160 cm 高城台小学校L  
              // 9 寺島 帆夏(テラホノ) ③ 164 cm 高城台小学校LL  
              // 10 西川 渚美(ナミ) ② 166 cm 古賀小学校L  
              // 11 木下 彩佳(サヤカ) ② 160 cm 古賀小学校L  
              // 12 江口 華(ハナ) ② 156 cm 古賀小学校M  
              // 13 布志木 美結(フシミユ) ② 156 cm 日見小学校L  
              // 14 中田 真生(マオ) ① 153 cm 古賀小学校L  
              // 15 布志木 結子(ユイコ) ① 156 cm 高城台小学校L  
              // 16 小川 佳凜(カリン) ① 161 cm 高城台小学校L  
              // 17 加藤 花渚(カトハナ) ① 163 cm 高城台小学校L  
              // 18 上原 莉奈(リナ) ① 161 cm 矢上小学校LL
- 5 行 程 1日目 学校発10:00(予定) 対桜馬場12:30 CO14:00(すべて学校手配バス対応)  
          2日目 未定(学校手配バス対応)
- 6 展 望

市中総体はカップ戦と違って、すべての学校が学校手配バスで移動します。保護者のクルマ出しはありません。チームウェアは秋にしか注文しないので、1年生の服装は学校の体育用服装で参加します。

さて、中総体という独特の大会について述べます。中総体は他の試合(新人戦や会長杯)とまったく違います。他の試合は“観戦するひとたちが感動するような試合をやろう”が第1です。中総体はそれにもうひとつ大切なことが加わります。それは“3年生に最高の思い出を作ってやろう”です。これは、試合に出る生徒も出ない生徒も含めて全員が持たなければならない思いです。全国大会を狙うチームであろうが市内の1回戦で負けるようなチームであろうがそれは同じです。これこそが、縦割り教育でしか得られない教育効果です。参加する生徒も保護者もそのことを充分理解して大会に臨んでください。

観戦に来て見てもらう観点は何かということについて少し掘り下げて話します。見てもらうのは試合の勝ち負けなのか、技の巧拙なのか、いやいやそんなことではありません。人は修練を積み重ねていくと、その技が巧くなるだけでなく、その技を身につける過程で得た教訓をもとに自分の生活を見直し、より正しく生きようと努力するようになります。観戦者はそれを見に来るのです。

コート上で高度な技を披露する選手であっても、授業中にしばしば寝ているとか、校則違反をしょっちゅう繰り返すというような選手は、プレイ以外のちょっとした仕草や動作に日常生活のぐうたらな一面が表れます。それを観衆は見逃しません。

中総体まであと1週間になって、今更行儀よくしてもそんな付け焼き刃はすぐバれてしまいますが、だからといって何もしなければ自分が変わりません。今日1日正しく生きれば1日分成長します。その、成長した自分で、3年生に良い思い出を作ってやれるよう努力して欲しいと思います。

文責：山崎

2019年9月2日

関係各位

長崎市立東長崎中学校  
女子バスケットボール部  
顧問 木戸由希・石井桃子  
コーチ 山崎純男

第49回 長崎市会長杯中学校バスケットボール大会 参加案内

- 1 場 所 小島中学校他  
2 期 間 令和元年9月7日(土)・8日(日)・14(土)  
3 組合せ別記  
4 参加者 顧問 木戸由希 石井桃子  
          コーチ 山崎純男  
          マネージャー 長谷川萌衣華(モエカ) ② 148 cm 矢上小学校  
          選手 4 米嶋万稀(カズキ) ② 157 cm 高城台小学校L  
          // 5 西川渚美(ナミ) ② 166 cm 古賀小学校LL  
          // 6 木下彩佳(サヤカ) ② 160 cm 古賀小学校L  
          // 7 江口華(ハナ) ② 156 cm 古賀小学校L  
          // 8 藤下陽菜乃(ヒナノ) ② 155 cm 矢上小学校L  
          // 9 布志木美結(ミユ) ② 156 cm 日見小学校LL  
          // 10 中田真生(マオ) ① 153 cm 古賀小学校L  
          // 11 布志木結子(ユイコ) ① 156 cm 高城台小学校L  
          // 12 鍬塚ひまり(ヒマリ) ① 150 cm 高城台小学校M  
          // 13 上原莉奈(リナ) ① 161 cm 矢上小学校L  
          // 14 小川佳凛(カリン) ① 161 cm 高城台小学校L  
          // 15 林田晏奈(アンナ) ① 157 cm 矢上小学校L  
          // 16 山口華梨奈(カリナ) ① 150 cm 古賀小学校L  
          // 17 庄司妃穂(ヒスイ) ① 153 cm 古賀小学校L  
          // 18 加藤花渚(カトハナ) ① 163 cm 高城台小学校LL  
5 行 程 1日目 学校発 10:00 RF 11:00 対小江原 12:30 負けTO  
          2日目 学校発未定

6 展 望

コヤスポカップ2日目の報告に

《負けました。負けたことは悔しくありません。今期もっともよい試合内容でしたから。ただ、「ほんとはもっとやれるんだけどなあ」という思いはあります。私は「この子たちは強くなった」と思っているのですが、選手たちの中には「私たち強くなったよね」と思っているのがパラッとしかないのですよ》と書きました。

コヤスポカップの翌日から新メニューを加えて練習していますが、その新メニューを指導しながら前述の「パラッとしかない」という文言を「4人は確実に居る」に言い換えたいと思っています。正確に言えば「強くなったよね」が4人居るのではなく「強くなりたいなあ」が4人なのですが、「強くなりたいなあ」が「強くなったよね」に手が届くまでにさほど時間はかからないと思うので、敢えてそう言い換えさせてもらいます。

先日、島原復興アリーナへミニバスの県大会を観に生きましたが、準決勝に残ったチームの中に今すぐひがながに来てもスタメンになれる選手が3人居ました。その選手たちは身体能力と技術がすごいのですが、遠目からしか見ていないのでその子たちの意志と意欲がどれくらいすごいのかは分かりません。

ひがながには意志と意欲がすごい選手が確実に4人は居るので、例えばもし、上記のミニバスの3人がひがながに来ることがあっても(あり得ない話ですが)、「去年の今頃は確実に君たちの力の方が上だったけど、1年経った今ひがながの選手を追い越すのは難しいよ」と言えるチームに、教育と訓練の力で変えたいと思っています。

昨日のブログに書きましたが、一生勉強生涯現役です。

文責：山崎



平成31年4月16日

関係各位

長崎市立東長崎中学校  
女子バスケットボール部  
顧問 木戸由希・石井桃子  
コーチ 山崎純男

平成31年度 長崎新聞社杯争奪中学生バスケットボール大会 参加案内

- 1 場 所 桜馬場中学校・小島中学校
- 2 期 間 平成31年04月20日(土)・27日(土)・28日(日)
- 3 組合せ別記
- 4 参加者 顧問 木戸由希 石井桃子  
          コーチ 山崎純男  
          マネージャー 本田芽衣(メイ) ③ 153 cm 古賀小学校  
          選手 4 小谷川芹香(セリカ) ③ 160 cm 高城台小学校L  
          // 5 寺島帆夏(テラホノ) ③ 164 cm 高城台小学校LL  
          // 6 前道美佑(マエミユ) ③ 157 cm 高城台小学校L  
          // 7 木下彩佳(サヤカ) ② 160 cm 古賀小学校L  
          // 8 江口華(ハナ) ② 156 cm 古賀小学校L  
          // 9 西川渚美(ナミ) ② 166 cm 古賀小学校LL  
          // 10 中田真生(マオ) ① 154 cm 古賀小学校L  
          // 11 布志木結子(ユイコ) ① 156 cm 高城台小学校L  
          // 12 鍬塚ひまり(ヒマリ) ① 150 cm 古賀小学校M  
          // 13 林田晏奈(アンナ) ① 157 cm 矢上小学校L  
          // 14 小川佳凜(カリン) ① 161 cm 高城台小学校L  
          // 15 加藤花渚(カトハナ) ① 163 cm 高城台小学校L  
          // 16 山口華梨奈(カリナ) ① 150 cm 古賀小学校L  
          // 17 庄司妃穂(ヒスイ) ① 153 cm 古賀小学校L  
          // 18 上原莉奈(リナ) ① 161 cm 矢上小学校LL
- 5 行 程 1日目 学校発08:20 対淵09:30 RF11:00 負けTO  
          2日目 学校発08:20 対??09:30 対??12:30 RFTO??
- 6 展 望

上記のエントリー表は、新入生が9人、新2年3人、新3年3人です。この起用法は鶴鳴時代からの私のやり方です。年度当初の試合では上級生は試合をこなせる最低限に抑え、新入生をできるだけたくさん起用します。上級生は1年間又は2年間私の指導のもとで練習してきているのでそれぞれの力量は自他ともに把握しています。ところが新入生の力量はだれも把握していません。新入生は中総体以後チーム練習に参加させるというチームはたくさんありますが、それだとすごい逸材を2~3ヶ月放置するということにもなりかねません。それは実にもったいないので、早い時期に新入生の力量を試すのです。新入生については現段階で確かな入部の意志を示しているミニバス経験者をエントリーしていますが、部活動入部希望調査の結果上記のエントリーに変更が生じるかもしれません。

上記のエントリーで試合に臨んだ結果、6月の市中総体でもこのままの布陣になるかもしれませんし、3年生が多く1年生が少ない布陣になるかもしれません。鶴鳴時代の高校総体エントリー選定基準を述べます。まったく力量が同じ3年生と1年生が居た場合、エントリーするのは1年生です。3年生はこれまで精一杯やってきての結果なので伸びしろは期待できません。一方1年生は高校での経験が少ないので、今後の伸びしろはどれだけあるかわからないというのがその理由です。

ただし、鶴鳴のバスケットとひがながのバスケットでは事情が違うので、力量が同等の3年生と新入生が居た場合、中総体では3年生を優先する場合があります。しかしそれは、力量が同等の3年生と新入生が居た場合はなしであって、力量が劣る3年生を力量が勝る新入生より優先させることはありません。これは部活動では実に重要な教育的措置です。おとな社会において年功序列で役職を決めるような組織は、若手のやる気を削ぎますし怠け者の年長者を輩出します。組織というのは、「自分が何をすれば組織に貢献できるか、それを実現するにはどんな努力をすればよいか」を学ぶところでなければなりません。文責：山崎

関係各位

長崎市立東長崎中学校  
女子バスケットボール部  
顧問 木戸由希・石井桃子  
コーチ 山崎純男

令和元年度 長崎市中学校総合体育大会新人大会 参加案内 (7日修正)

- 1 場 所 長崎市民体育館他  
2 期 間 令和元年12月07日(土)・08日(日)・14日(土)  
3 組合せ別記  
4 参加者 顧問 木戸由希 石井桃子  
          コーチ 山崎純男  
          マネージャー 布志木美結(ミユ) ② 156 cm 日見小学校  
          選手 4 米嶋万稀(カズキ) ② 157 cm 高城台小学校L  
          // 5 西川渚美(ナミ) ② 166 cm 古賀小学校LL  
          // 6 木下彩佳(サヤカ) ② 160 cm 古賀小学校L  
          // 7 江口華(ハナ) ② 156 cm 古賀小学校L  
          // 8 辻山晴香(ツジハル) ① 152 cm 高城台小学校L  
          // 9 田中彩夢(アミ) ② 155 cm 高城台小学校LL  
          // 10 中田真生(マオ) ① 153 cm 古賀小学校L  
          // 11 布志木結子(ユイコ) ① 156 cm 高城台小学校L  
          // 12 鍬塚ひまり(ヒマリ) ① 150 cm 高城台小学校M  
          // 13 上原莉奈(リナ) ① 161 cm 矢上小学校L  
          // 14 小川佳凜(カリン) ① 161 cm 高城台小学校L  
          // 15 林田晏奈(アンナ) ① 157 cm 矢上小学校L  
          // 16 山口華梨奈(カリナ) ① 150 cm 古賀小学校L  
          // 17 庄司妃穂(ヒスイ) ① 153 cm 古賀小学校L  
          // 18 加藤花渚(カトハナ) ① 163 cm 高城台小学校LL  
5 行 程 1日目 学校発 08:30 RF 09:30 对小島 11:00 RFTO ?? RF??  
          2日目 学校発 08:00 対三川 CO 11:10 対?? 12:40  
6 展 望

11月14日から21日まで8日間のテスト休みが明けて22日から練習再開。ずっと前に4つ目の練習メニューを組み込みましたがそれはしばらく休み、新たに5つ目のメニューを取り入れて練習を続けてきました。それが定着してきたので再度4つ目のメニューをテスト休み直前に復活させました。この5つのメニューで練習を進め、この案内状発信時は10回実施したところです。

4つ目のメニューの要点をおおむね理解できる選手は今のところ2人しかいません。さらに、分かるようになりたいけどまだアタマがついてこない選手が4人。分かるようになりたいのかどうか把握できないのが1人。わかるようになりたいと強く思っていないと思われるのが数人います。

4つ目のメニューは難しい練習ですから今回の試合までに理解させようとは思っていません。これはもっと長い期間を要してチーム全体に定着させなければならない練習なので、短期間で仕上げようなどと思っはならないメニューです。

ただ、個人の技術としては修正箇所が試合に時々出るようになった選手がいます。カトハナとリナのリバウンドショットです。ボールを下げるので小さい選手にもブロックされていたのですが、それを下げないでやれるようになりました。

このように、個人としては修正箇所を試合でやれる選手が出てきたということは、チーム全体としてもじわじわ底上げされて来ている証とみてよいと思います。チームの底上げには、できるようになった選手以外の目も重要です。「ウワァ!あの子練習したことを試合でやれるようになった」と思ってその選手を見るかどうか。もし「ウワァ!」があればそれは「私も負けられない」となるでしょうし、それがチームの底上げに繋がります。もちろん、選手のそのような感性を磨くのはコーチである私の仕事です。

文責：山崎

関係各位

長崎市立東長崎中学校  
女子バスケットボール部  
顧問 木戸由希・石井桃子  
コーチ 山崎純男

令和元年度 第25回 時津・長与協会中学生バスケットボール強化練習会 参加案内

- 1 場 所 鳴北中学校  
2 期 間 令和元年10月5日(土)・12日(日)  
3 組合せ別記  
4 参加者 顧問 木戸由希 石井桃子  
          コーチ 山崎純男  
          マネージャー 竹野晴花(ハルカ) ② 151 cm 矢上小学校  
          選手 4 米嶋万稀(カズキ) ② 157 cm 高城台小学校 L  
          // 5 西川渚美(ナミ) ② 166 cm 古賀小学校 LL  
          // 6 木下彩佳(サヤカ) ② 160 cm 古賀小学校 L  
          // 7 江口華(ハナ) ② 156 cm 古賀小学校 L  
          // 8 辻山晴香(ツジハル) ① 152 cm 高城台小学校 L  
          // 9 田中彩夢(アミ) ② 155 cm 高城台小学校 LL  
          // 10 中田真生(マオ) ① 153 cm 古賀小学校 L  
          // 11 布志木結子(ユイコ) ① 156 cm 高城台小学校 L  
          // 12 鍬塚ひまり(ヒマリ) ① 150 cm 高城台小学校 M  
          // 13 上原莉奈(リナ) ① 161 cm 矢上小学校 L  
          // 14 小川佳凜(カリン) ① 161 cm 高城台小学校 L  
          // 15 林田晏奈(アンナ) ① 157 cm 矢上小学校 L  
          // 16 山口華梨奈(カリナ) ① 150 cm 古賀小学校 L  
          // 17 庄司妃穂(ヒスイ) ① 153 cm 古賀小学校 L  
          // 18 加藤花渚(カトハナ) ① 163 cm 高城台小学校 LL  
5 行程 1日目 学校発 07:30 対時津 09:00 RFTO 10:20 対西大村 11:40 RF13:00  
          2日目 学校発 07:10 対祇園 08:30 対?? 12:15 RF 14:45 対?? 16:00  
6 展 望

9月になって、2年生3人と1年生1人が退部しました。2年生の1人は常時エントリーに入っていた選手。もう1人の2年生は素人から開始しましたが、1年時には時々エントリーに入っていた選手。他の2人はエントリーにはまだまだ遠い選手たちです。

3年生の中には、素人から始めた選手が11人居ます。2年生の中には素人から始めた選手が10人(3人退部する前までは)居ました。3年生の中には素人ながら常時エントリーに入るまでに成長した選手が2人居ましたし、ミニバス経験者を追い越せずとも、少人数単位のローテーションで試合ごとにエントリーしてやりたいと思わせる選手が数人居ました。

しかし、今年はそんな選手が居ません。プレイはもちろん、人としてもなかなか成長しないのです。本来なら常時エントリーだった#8(ヒナノ)の欄には、2年生の誰かが食い込んでこななければならないのですが、該当者がいないのでやむなく1年生で唯一素人のツジハルを入れました。その根拠は「私は戦いの場に居るのだ」という思いをこちらに届けてくれる選手だからです。

ここで敢えて言っておきますが、ミニバス経験者のエントリー選手は全員ツジハルのように「私は戦いの場に居るのだ」という思いをもって活動して居るかというところではありません。このような選手は将来社会人として働くようになったとき「私は仕事をしに来ました」ではなく「私は出社しました」というだけの人間になってしまうと思います。

私が全員に同じことを教えているにもかかわらずこんな差が出るのはなぜかということ、それは心根の問題だと思います。生まれてから今日に至るまで心根が磨かれるような経験が少なかった。それがこのような差として現れているのだと思います。ですから私(コーチ)は、このような子どもたちに「メンタルが弱い」とか「責任感がない」というレッテルを貼らずに根気強く心根を磨く作業を続けなければならないのだと思います。文責：山崎

## U15バスケットボール選手権プレ大会 実施要項

1. 大会名称 U15バスケットボール選手権プレ大会
2. 期 日 2020年3月26～29
3. 会 場 武蔵野の森総合スポーツプラザ 182-0032 東京都調布市西町290-11
4. チーム数 男子47 女子47
5. 大会方式 トーナメント戦によるノックアウト方式
6. 参 加 料 20000円（本大会）
7. 参加資格
  - (1) 参加チーム
    - ① 2019年度において、都道府県バスケットボール協会を経て、公益財団法人日本バスケットボール協会U15 カテゴリーに加盟が認められたチームであること。
  - (2) 競技者登録
    - ① 2019年度において、都道府県バスケットボール協会を経て、公益財団法人日本バスケットボール協会U15 カテゴリーに加盟が認められたチームに、都道府県予選会のエントリーまでに登録された競技者であること。
    - ② 年齢は、2019年4月2日時点で11歳以上15歳未満とする。但し、13歳未満の競技者は各チーム2名以内のエントリーを認める。
  - (3) コーチ/チーム責任者
    - ① ベンチで指揮を執るコーチはJBA公認D級コーチ以上を保有していること。  
なお、ベンチで指揮を執るコーチは、試合前、テーブルオフィシャルズにてスコアシートにサインする際、必ずコーチ登録証を提示すること。また、試合中はコーチ登録証をJBA公認コーチ用ネックストラップに入れ、見えるように首から下げること。
    - ② チーム責任者は、年齢が2019年4月2日現在20歳以上の者で、チームを代表して対外的な窓口となり、参加にかかる手続き等ができること。また、チームに帯同し、チームの最終責任者として活動できる者であること。
8. チーム構成  
チームの大会登録は、スタッフ4名以内（コーチ、アシスタントコーチ、チーム責任者、マネージャー、トレーナー、ドクター等）、選手15名以内とする。
9. 申し込み方法及び期日  
2019年7月31日までに、下記宛てメールで出場の意志を伝える。  
mail:takashiakimoto0302@yahoo.co.jp
10. 県予選11月開催予定
  - (1) 2019年度及び2020年度の2年間は、チーム移籍が可能である。但し、2021年度からは、チーム移籍ができない。（JBAの取り決め事項）  
（例）中体連の部活チームから、社会体育としてのクラブチームへの移籍
  - (2) 問い合わせ先  
滑石中学校 秋本隆志
11. 競技規則
  - (1) 最新のバスケットボール競技規則による。但し1クォーター8分とする。
  - (2) マンツーマンディフェンスの基準規則による。（全試合コミッショナーをつける）。
  - (3) ユニフォームは、公益財団法人日本バスケットボール協会の最新のユニフォーム規則による。各チームは濃色・淡色の各ユニフォームを用意し、濃淡同番号とする。その他、身につけるものは、競技規則に準ずる。また、原則として、組み合わせ番号が若いチームを淡色（白色）とする。