

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 石井桃子・和田直子
コーチ 山崎純男

コヤスポカップ2020 参加案内

- 1 場 所 長与町民体育館・長与中体育館・片淵中体育館他
2 期 間 令和2年08月22日(土)・23日(日)・24日(月)
3 組合せ別記
4 参加者 顧問 石井桃子 和田直子
 コーチ 山崎純男
 選手兼マネージャー 長谷川 帆乃華 (ホノカ) ① 152 cm 矢上小学校
 選手 4 小川 佳凛 (カリン) ② 162 cm 高城台小学校 L
 // 5 加藤 花渚 (ハナ) ② 165 cm 高城台小学校 LL
 // 6 中田 真生 (マオ) ② 154 cm 古賀小学校 L
 // 7 布志木 結子 (ユイコ) ② 158 cm 高城台小学校 L
 // 8 辻山 晴香 (ハル) ② 154 cm 高城台小学校 L
 // 9 上原 莉奈 (リナ) ② 164 cm 矢上小学校 LL
 // 10 鎌塚 ひまり (ヒマリ) ② 156 cm 高城台小学校 L
 // 11 林田 晏奈 (アンナ) ② 158 cm 矢上小学校 L
 // 12 山口 華梨奈 (カリナ) ② 151 cm 古賀小学校 M
 // 13 庄司 妃穂 (ヒスイ) ② 155 cm 古賀小学校 L
 // 14 長谷川 帆乃華 (ホノカ) ① 152 cm 矢上小学校 L
 // 15 江口 舞 (マイマイ) ① 154 cm 古賀小学校 L
 // 16 坪田 桜花 (オウカ) ① 155 cm 高城台小学校 L
 // 17 田中 琉華 (ルカ) ① 153 cm 矢上小学校 L
LL
- 5 行 程 1日目 学校発 07:30 (青バスなし) 対丸尾09:00 対片淵13:40
 2日目 未定

6 展 望

新チームになって初めての対外試合です。7月28日から始めた新メニューを15回実施したところでお盆休みに入りました。15回実施時点での感想は「数人の選手が練習の要点を飲み込み始めたぞ」です。しかし「飲み込んだぞ」ではありません。コヤスポ杯初日までにあと4回練習できますが、その4回で「飲み込んだぞ」になるとは思いません。ですが、それでいいのです。新メニューはコヤスポ杯で成果を出すために始めたのではなく、来年夏を目指して始めたメニューです。それをたった15回やったところで「飲み込み始めた」のですから、今後さらに難しいメニューが登場してもこの子たちはコツをつかむはずですよ。

新チーム最初の対外試合でよい結果を出したいのはもちろんですが、それより気になるのはコロナです。県内の中学や高校の部活動の情報が私の耳にも入ってきますが、それによるとコロナに対する警戒心がだんだん薄れてきているように思います。

大会を運営する側はそのことに充分注意を払って実施しますが、運営側がどんなに注意を払っても、参加する当事者が無頓着だと危険です。7月下旬から日本全国でコロナ感染者が増え続けていますが、それは政策のまずさでもなく、医療の対応のまずさでもなく、当事者の中に意識が低い人達が居るのがもっとも大きな原因だと私は思います。

今は、家族でさえもコロナに関しては信用できない存在になりつつあります。自分が罹らないためにではなく、自分の不用意さでコロナの仲介者にならないよう、試合の結果も大切ですが、このことはそれ以上に大切なので、大会参加に当たってはもう一度コロナ対策は万全かどうかチェックして行動してください。いや、大会参加に当たってだけではなく、日常の部活動でも「私のコロナ対策は大丈夫か」をチェックしてください。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

2020年10月22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 石井桃子・和田直子
コーチ 山崎純男

令和2年度 佐世保協会中学生リーグ戦11月節 参加案内

- 1 場 所 佐世保市体育文化館他
- 2 期 間 令和2年11月07日(土)・08日(日)
- 3 組 合 せ 別紙
- 4 参 加 者 顧 問 石 井 桃 子 和 田 直 子
 コ ー チ 山 崎 純 男
 選手兼 マネージャー 長谷川 帆乃華 (ホノカ) ① 153 cm 矢上小学校
 選手 4 布志木 結子 (ユイコ) ② 160 cm 高城台小学校 L
 // 5 加藤 花渚 (ハナ) ② 166 cm 高城台小学校 LL
 // 6 中田 真生 (マオ) ② 154 cm 古賀小学校 L
 // 7 小川 佳凛 (カリン) ② 162 cm 高城台小学校 L
 // 8 辻山 晴香 (ハル) ② 156 cm 高城台小学校 L
 // 9 上原 莉奈 (リナ) ② 167 cm 矢上小学校 LL
 // 10 鎌塚 ひまり (ヒマリ) ② 158 cm 高城台小学校 L
 // 11 林田 晏奈 (アンナ) ② 158 cm 矢上小学校 L
 // 12 山口 華梨奈 (カリナ) ② 151 cm 古賀小学校 M
 // 13 庄司 妃穂 (ヒスイ) ② 155 cm 古賀小学校 L
 // 14 長谷川 帆乃華 (ホノカ) ① 153 cm 矢上小学校 L
 // 15 江口 舞 (マイマイ) ① 154 cm 古賀小学校 L
 // 16 坪田 桜花 (オウカ) ① 158 cm 高城台小学校 L
 // 17 田中 琉華 (ルカ) ① 155 cm 矢上小学校 L
 LL
- 5 行 程 1日目 学校発 07:15 対YYK 09:30 RF 11:05 対祇園 12:40 RFTO 14:05
 2日目 未定

6 展 望

12月中旬の市新人戦でベスト8に入らなければ県大会には出られません。ですから11月にはかなりチーム力をUPさせなければならぬのですが、テスト休みが入ることと従来の南島原杯が中止になったことで11月のチーム強化は足踏み状態になります。そこで近郊の県外高校に武者修行の依頼をして11月下旬にそれが実現することになりました。ところが、それが決まったあとで招待はないものと諦めていた佐世保リーグから招待状が届きました。もちろん渡りに船で参加させて貰います。

さてチームの状況ですが、8月下旬のコヤスポ杯ではユイコとカリンのケガでチームはガタガタになりそれが9月上旬の市会長杯まで響きましたが、その後慎重に対処して現在その影響はまったくなくなっています。加えて、カリンとユイコが不在時のコヤスポ杯2日目に重責を担って踏みこたえたハナがそのまま自立していることと、この際チームの気分を変えようと思ってスタメンを2人入れ替えたことと、次々と練習メニューのアイデアが浮かんできたことの3つが滞りなく実践できていることで、チームに新しい風が吹き始めたようです。

とはいえ、練習内容は充実してきたものの個々の選手の幼稚さは依然として居残っており、課題はそれを如何にして実戦に重大な影響を及ぼさない程度に抑えられるかにかかっています。それはコーチングというより教育によることの方が大きいのですが、説教がましく道徳的なことを喋り続けても解決はしません。それは選手にとって煩わしいだけです。選手が説教だと感ずることなく

「なるほど」と思うことを身辺から取り上げ、気付きを増やす教育を重ねればいいのですが、その効果を全員に期待しても無駄です。それはひがながバスケに限らずどこのどんな集団にも当てはまることです。その集団の中から誰かが抜け出てくればずるずるずる〜っと、芋ずる式に全体のレベルが底上げされます。私にはその「誰かが」に目当てがあります。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 石井桃子・和田直子
コーチ 山崎純男

令和2年度 長崎市中学校体育大会バスケットボール競技 参加案内

- 1 場 所 市民会館・桜馬場中学校・瓊浦高校
2 期 間 令和2年07月25日(土)・26日(日)・27日(月)
3 組 合 せ 別 記
4 参 加 者 顧 問 石 井 桃 子 和 田 直 子
 コ ー チ 山 崎 純 男
 マネージャー 長谷川 萌衣華 (モエカ) ③ 148 cm 矢上小学校
 選手 4 米 嶋 万 稀 (カズキ) ③ 158 cm 高城台小学校 L
 // 5 西 川 渚 美 (ナミ) ③ 166 cm 古賀小学校 LL
 // 6 木 下 彩 佳 (サヤカ) ③ 162 cm 古賀小学校 L
 // 7 江 口 華 (ハナ) ③ 157 cm 古賀小学校 L
 // 8 辻 山 晴 香 (ツジハル) ② 154 cm 高城台小学校 L
 // 9 布志木 美 結 (ミユ) ③ 159 cm 古賀小学校 LL
 // 10 中 田 真 生 (マオ) ② 154 cm 古賀小学校 L
 // 11 布志木 結 子 (ユイコ) ② 158 cm 高城台小学校 L
 // 12 鎌 塚 ひまり (ヒマリ) ② 156 cm 高城台小学校 M
 // 13 上 原 莉 奈 (リナ) ② 164 cm 矢上小学校 L
 // 14 小 川 佳 凜 (カリン) ② 162 cm 高城台小学校 L
 // 15 林 田 晏 奈 (アンナ) ② 158 cm 矢上小学校 L
 // 16 山 口 華 梨 奈 (カリナ) ② 151 cm 古賀小学校 L
 // 17 庄 司 妃 穂 (ヒスイ) ② 155 cm 古賀小学校 L
 // 18 加 藤 花 渚 (カトハナ) ② 165 cm 高城台小学校 LL
5 行 程 1日目 学校発 11:30 (学校借り上げバス) 純心発 15:00
 2日目 学校発 09:20 (学校借り上げバス) 純心発 14:30
6 展 望

2月12日から3月26日までの私の入院に加え、2度にわたってコロナ騒動に振り回されたにしては大崩れせず、6月18日からのテスト休み前までは順調に伸びてきました。

しかし、テスト明けの6月26日練習再開日のできばえはさんたんたるものでした。でもそれは、6月29日(月)の練習では復活しました。しかもみんな、「お前達はロケットマン(私は金正恩氏は嫌いです)か」と思うほど動きが敏捷でした。たぶん、28日(日)にオフを入れたから、テスト勉強疲れと久々の練習疲れが解消されたのでしょう。そしてその動きはその後も続いています。

個人に目を移します。スタメンに復活してからのマオは順調です。あと、貧血の再発で練習を軽減して鉄剤投与中のアンナは中総体までには充分間に合うでしょう。今、私に狙い撃ちされているのはカトハナとリナの2人です。何を狙い撃ちされているのかというと目とアタマの特訓です。技術や体力には何の問題もありません。目に飛び込んできた景色の中から、「ここは強引にやるところではない」とか「このプレイは捨てる」などを判定する力がまだまだ未熟なのです。

実は、バスケットボールという競技は、パスやドリブルやフットワーク等の技術や体力よりも判定と予測ができる目とアタマがもっとも重要なのです。この2人はそれを私から狙い撃ちされているのですが、このような選手は改良するのがなかなかやっかいです。でもこの2人は改良不可ではありません。改良不可の選手の目は見て(SEE)いるけど見えて(LOOK)いないのです。この2人の目は「見つけよう」「捜そう」なので改良の可能性ありなのです。それには自ら声を出すことが大切です。見えたこと思ったことを声に出す。例えば「行け!」「次!」「撃て!」などです。声が出るようになると自分のプレイがガラッと変わります。

文責：山崎

