

2026年1月4日（日）

老球の細道903号

アスリート講習会番外編

会津バスケットボール協会

室井 富 仁

新年あけましておめでとうございます。今年は馬年年男である。「ヒヒーン！」と亡き母から元気よく生まれて御年72歳を迎えた。5回目の年男の時は人生の大転換期で、退職があり、父が亡くなり、腰痛、血圧がひどくなり始めた。新たなチャレンジとしてバスケットクリニック、Bリーグの仕事、大学の非常勤講師などの仕事が舞い込んだ。あれから12年、あっという間であった。これから波乱万丈の充実した日々が続くだろう。

5回目の年男から毎年、毎月ごとに世界の名画を額に入れて部屋に飾るようにしている。去年まではオランダの画家ウィレム・ファン・デ・フェルデ（子）の「突風」であった。突風で荒れる海の中を1艘の船が嵐に負けないで突き進んでいる絵である。今年は馬年にちなんでノルウエーの画家、あの『叫び』で有名なエルバドル・ムンクの『疾駆する馬』を飾った。今年こそ「馬好謙強友（バスケット）」の指導がもっと馬くなるようにという想いを込めて。私にとってバスケットへの想いは不変であり、今年も以下同文である。「馬」：バスケットに馬鹿（愚直）になって励み、楽しむ。そして上達し、強くなる。「好」：好きこそものの上手なれ。好き、恋、愛とレベルアップする。「謙」：夢は大きく、態度は謙虚に。上には上があり世界は広いが、目指すは超一流。「強」：強い心と身体を作り、バスケットで学んだ知恵で人生の試練に立ち向かう。「友」：バスケットで得た真の友は永遠の絆を作る。

それにしても昨年の「会津地区アスリート講習会」は受講者に『馬好謙強友』の精神を指導できなくて不完全燃焼だった。何がまずかったのか。

通常私は講習会をする時は30分前にはコートに立つようにしている。今までは私より前にコートに立ち練習している選手が何人かいたが、今回は非常に少なかった。上手になりたい子どもたちは、他人より先にコートに立ち、個人練習を始めて準備するのが常である。

講習会では最初に注意する3ヶ条がある。①講師の話をよく聞く②練習のルールを守る③切り換えの行動を早くする。この3ルールを選手が順守できないと練習が成立しない。簡単なことを徹底できない時は良い指導もできない。

講習会で選手の意識向上の目安がある。①練習中声を出してコミュニケーションが取れる（コートの中では無口。コートの外ではへらへらが多い）②ドリルの先頭を切って始める（失敗を恐れ、常に他人の後から始める。そもそもドリルを理解していない）③模範プレイを代表でやるように指示された時自ら進んでプレイする（出過ぎた杭は打ちようがない。引っ込んだ杭は腐ってしまう）④質問に積極的に答える（かつて須賀川で行ったクリニックでは小学2年生で受け答えができる天才少年S君がいた。現在関東の強豪大学PGで活躍中）。⑤練習後に講師に対して質問攻めにする（質問の出ない講習会は失敗である）。

高い意識を持った選手を指導するのはコーチの至福の喜びである。選手の高い意識を啓発するのは自チームでの練習や規律の文化である。コーチよ今年も燃えて、勉強しよう。