

Rotary



会長 菊田 等 幹事 得能 宗洋

クラブモットー:明るく、楽しく、出席しやすいクラブ

2021~2022年度 シェカール・メータRI会長 奉仕しよう みんなの 人生を豊かにする為に

Vol.XLIII No.2070

第2070回 例会

2021年9月2日(木)

今日の
プログラム

「ミャンマーからの留学生卓話」

ティリ・ウン・タント 氏

ソング:クラブ会歌

誕生日	なし
家族感謝の日	遠島 芳然 会員 (9月12日) 馬杉 榮一 会員 (9月15日)
創業記念日	なし
入会記念日	なし

第2069回 例会報告

8月26日(木) 晴れ

- ソング/四つのテスト
- 司会/菊田 等会長
- ゲスト/札幌山の手高等学校 女子バスケットボール部
コーチ上島正光氏
- 8月26日出席率/会員31名中欠席8名、規定除外者4名81.4%
- 8月19日確定出席率/会員31名中欠席0名、規定除外者3名100%
- 会長報告/なし
- 幹事報告/札幌市内のRCより、休会や例会変更のご案内が届きました。①札幌RC休会日は9/1(水)・9/8(水)で9/15(水)から再開予定です。②新札幌RC休会日は9/1(水)で9/8(水)から再開予定です。③札幌清田RC休会日は8/31(火)でその後は未定です。④札幌南RC休会日は8/30(月)で9月以降は開催予定です。⑤札幌北RC例会は8/30(月)、9/6(月)共にZoom開催です。昨日事務局の方から転送したご案内は9/8(月)となっていたかと思いますが、正しくは「9/6(月)」とのご案内が追加で届きました。⑥札幌東RC緊急事態宣言が発令されている間は全て休会となります。⑦札幌南RC休会日は8/27(金)です。9/3(金)、9/10(金)はZoom開催で、通常例会は9/17(金)以降の予定です。/「ロータリー日本100年史」購入のお願いが届きました。3部構成にDVDが付属しており、1冊6,600円(税込)です。主な内容は①ロータリー日本100年史、②100人のロータリアンロータリーの本棚、③年表・資料、④ロータリー日本100年史DVDです。サンプルが事務局に届きましたので、ご興味のある方は事務局までお声かけ下さい。
- 委員会報告/なし
- 米山記念寄付/
目標額560,000円 達成額102,000円 達成率18.2%

●ロータリー財団寄付/

目標額572,250円 達成額123,100円 達成率21.5%

●ニコニコBOX/

目標額1,000,000円 達成額162,000円 達成率16.2%

●主要プログラム「山の手高校女子バスケットボール部
東京オリンピック代表者選出記念卓話」西岡憲廣会員
札幌山の手高等学校 女子バスケットボール部

コーチ 上島正光氏

昭和45年にコーチの依頼を受け、約50年間指導をしてきました。チームのコンセプトは①ファンダメンタル、②フレキシブル、③エンジョイ、④3Cです。1点目の「ファンダメンタル」は基礎技術の習得や思考の成長に関し、選手個人のスキルを向上させる事を重視しています。小さな未完成品から大きな未完成品にし、伸びしろを持たせた状態で卒業させるのが指導者の役割だと考えています。また、人生は人との関わりが最も重要だと考えます。バスケットボールはその一手段であり、人生はどんな人と出会い、何に時間を費やしたかで決まると 생각합니다。そのため選手達には「人から必要とされる」人になるよう指導をしています。特に読書の重要性は口酸っぱく伝えており日頃から本を読むよう指導しています。2点目の「フレキシブル」は状況判断能力や臨機応変さです。バスケットボールには頭と体の柔軟性が必要で、これは仕事でも言える事だと思えますが、余裕を持ったプレイをしないとミスに繋がります。頑張る事は必要ですが、頑張りすぎない事が大切です。このチームは恐らく全国で一番練習時間が少ないと思います。朝練習は禁止、週に1日は休日を設け、練習がある日も基本的には17時に終わらせています。考えてからプレイをするのでは遅れをとってしまう為、選手達にはいつも「感じてプレイ」するように伝えていきます。感じながらプレイする事で余分な力を必要とせず効率が良く、スタミ



(左) 本川選手と(右) 町田選手

ナも切れにくいのです。今回代表に選ばれた町田選手がその良い例で、次の動作に入りやすく相手の変化にも即座に対応できる能力を持っています。3点目は「エンジョイ」です。自分が楽しいと感じなければ、観ている人も楽しくありません。「知、好、楽」という通り、仕事の知識を持っている事は素晴らしいですが、好きだと思ってやっている人には勝てません。更にその仕事を楽しんでやっている人には敵いません。だから選手自身が楽しむ事が大切なのです。4点目の「3C」とは「チャレンジ、チャレンジ、チャンス」の事です。積極的に挑戦した上で、どんどんミスをするのが大事です。ミスにも3種類あると思います。チャレンジミス、ケアレスミス、そして何もしないミスです。小さな失敗を恐れると逆に大きなミスに繋がります。練習は失敗をする場所であり、積極的なミスをする選手の方がむしろ良く伸びています。その良い例がリオオリンピックで代表に選ばれた本川選手です。彼女は在学中から人一倍無茶をする方でももちろんミスもしていますが、オリンピック選手に選ばれ、特にアメリカ戦では一番活躍した選手となりました。日本がリオオリンピック出場を決めた試合は実は誰もが日本は負けると思っていましたが、結果は勝ちました。本川選手の活躍で出場が決まったと言っても過言ではない位の活躍ぶりでした。このように、ミスはあれども積極的に挑戦し続けた選手が、その後大きく羽ばたくのです。「チャレンジ」は「変えないと変わらない。規則は変える為にある、壊す為にある」というのが私の理念です。現在と未来は自分を変える事で大きく変われます。敵は相手ではなく、常に自分との戦いです。自分に勝てない者は相手にも勝てません。選手には「マインドとカインド」をもって相手の事も考えられる親切さと自分の頭で考え、自分の心で行動する大切さを伝えています。まさに自学自習の姿勢です。「チャンス」これは指導者はいつも選手に対し気配り・目配りが必要で、皆にチャンスを与える必要があると考えています。そして選手はそのチャンスを活かすべく努力するのです。選手にも3タイプいます。言われなくてもやる人、言われた事はやる人、言われてもやらない人です。しっかり行動する選手には積極的

にチャンスを与えます。指導者として教訓にしている事があります。それは「選手を勝つための道具としない。勝ち負けは選手の手柄、負けは指導者の責任」という事です。勝つチームを目指しはしますが、それ以上に選手の育成を優先しています。これは、卒業した時その先大きく羽ばたけるように育てる為です。指導者の考え方や思いが、そのチームや選手のレベルになるものです。現に、指導者によってチームのカラーは全然違います。約50年間コーチを務めてきましたが、あっという間でした。私はいつも選手に「最後まで諦めるな」と言っていますが、自分が諦めそうになってしまった試合があります。バスケットボールは5名で試合をしますが、控えメンバーはおらず、5名のみで大会に臨んだ事がありました。5名の内3名がファールで退場となり、残りは2名。しかし、相手チームは5名全員が残っており、更には控えのメンバーもいるという状況でした。私は、もう駄目だと思いました。しかし、選手は誰一人最後まで諦める事なく戦い、結果は勝利。その年は5名で全国大会に出場しました。以前は寮がありましたが、1度火事になった事があります。その際部員の1年生が1名お亡くなりになり、私は責任を取って辞職しようと思いましたが、ご両親のお言葉が私をコーチとしてとどまらせてくれました。ご両親からは「短い期間だったけど、娘にとっては一生の中で最高の時間を過ごせました。どうか娘が行けなかった分、全国大会に行ってほしい。」というお言葉を頂いたのです。50年間はあっという間と言いましたが、本当に沢山の方々から励まされ、応援して頂きながらここまで来られました。西岡先生からもまだまだ頑張ってもらいたいと言って頂けているので、これからも頑張っていきたいです。



市内他クラブのプログラム

- | | | | |
|-------------------|-----------|--------------------|-------------|
| 3日(金) 札幌幌南 Zoom例会 | | 7日(火) 札幌清田 Zoom例会 | |
| 3日(金) ライラック 通常例会 | (札幌エルプラザ) | 7日(火) 大通公園 通常例会 | (大通藤井ビル) |
| 4日(土) 札幌手稲 移動例会 | | 8日(水) モーニング Zoom例会 | |
| 6日(月) 札幌南 休会 | | 8日(水) 札幌 休会 | |
| 6日(月) 札幌北 Zoom例会 | | 8日(水) 真駒内 通常例会 | (ホテルライフォート) |
| 7日(火) 札幌西 休会 | | 8日(水) 新札幌 通常例会 | (ホテルエシヤ札幌) |
| 7日(火) はまなす Zoom例会 | | 9日(木) 札幌東 休会 | |

次回プログラム 9/16(木) 「会員相互の近況報告会」

ソング：奉仕の理想

例会場：京王プラザホテル札幌 例会日：毎週木曜日12:30 会報委員/◎西智樹、山本耕司、富岡公治、小西政秀、八木健真

事務所：札幌市中央区南4条東4丁目2-1 さくら総合会計ビル TEL:011-200-2066 FAX011-200-2067 E-mail:sap-seihoku.ri2510@dao.or.jp

HP アドレス: sapporo-seihoku-rc.com