

RKM会報

Vol.20

2021年10月発行

編集・発行：RKM 幹事会事務局：桑水流正邦（くわするまさくに） 〒132-0035 東京都江戸川区平井 4-26-9 渡瀬方
メールアドレス：rkm634@rkm634.jp
ホームページ http://rkm634-jp.sakura.ne.jp/

RKM 会長挨拶 久我昭雄（36期）



RKM会員の皆さん、最初に、昨年9月以降にご逝去のご連絡を頂いた5名の方々のご冥福をお祈り申し上げます。

コロナ禍のなか、皆さんお元気にお過ごしでしょうか。

昨年に引き続き本2021年も総会を開催することが出来ませんでした。1年以上も皆さんとお会いすることが出来なくなるとは、予想だにしていませんでした。

この様な状況でも、山崎先生、木本先生、楠田さん、そして新たに中学コーチを引き受けて下さった岡田さん、木村さんが、コロナ禍でいろいろな制約のあるなか、現役中学生・高校生を指導していただいていることに対し、本当に感謝いたします。

また、有馬前学園長が急逝され、RKMの仲間である36期池田康夫さんが学園長とられました。さらに2018年5月から同窓会会長をつとめられているRKM 41期の落雅美さんは、このコロナ禍での同窓会活動を支えておられます。

池田学園長が同窓会会報第64号に書かれた「武蔵の次の百年にむけた活動」をRKMとしても支えつつ、RKM会員の交流と現役の支援をしっかりとやりぬきたいと考えています。

9月下旬になって感染者数が激減し、非常事態も解除されましたが、第6波の心配もされており、まだまだ心配がつきません。感染状況などを考慮しつつ今後のRKM活動をどうするか見極めていきたいと考えています。

最後になりますが、健康にはくれぐれもご留意のうえお過ごし下さい。

RKMの皆様へ 武蔵学園学園長 池田康夫（36期）

ご存知のように、昨年12月に有馬朗人学園長が急逝され、本年4月より後任として学園長に就任致しました。偉大なご業績を残された有馬先生の跡を継ぐことは大変な重責ですが、武蔵に育てられ、RKMの皆様へ鍛えられた一メンバーとして、“武蔵愛”をもって、武蔵のそし

てRKMの復活を心より願い、その実現に向けて努力致したいと思えます。

今後共宜しくご指導の程お願い致します。



幹事会より

2021年秋季ゴルフ会と2022年元旦バスケを中止することとします。残念ながらコロナ禍のため皆さんに集まって頂くイベントはもう暫く見合わせます。

2020年度の決算と2021年度の予算案を同封します。会費収入は160名の目標に対し158名の方々から頂くことが出来ました。大変ありがとうございます。イベントが開催出来なかったため、多くが剰余金となりましたが、例年通り20万円を現役に支援し、約330万円を今後のイベントに活用するようにします。また、中学コーチ支援金を引続き年12万円計上しました。ご了承ください。

練馬区早宮の畑先生のご自宅を取り壊すこととなり、保管されていたバスケット関係の資料はRKMだけでは活用できないと判断し、BB振興会の渡邊様のご協力を得て、振興会に寄贈させて頂きました。

【物故者】

2020年9月以降にご連絡のあった方のご逝去を報告させていただきます。謹んで哀悼の意を表します。

12期文	上野 敬太郎 様	2020年3月15日	ご逝去
33期	石川 洋 様	2020年1月	ご逝去
28期	荒野 健司 様	2020年4月	ご逝去
32期	印南 文雄 様	2021年5月12日	ご逝去
33期	平岡 紘夫 様	2021年6月18日	ご逝去

2019年12月初旬、中国の武漢市で最初の感染者が報告されてから、世界的な大流行に至った新型コロナウイルス感染症。東京都内では3月下旬以降に感染者数が急増し、学校では学年末試験、終業式が中止となりました。新学期6月半ばまでは登校規制のためのオンライン授業、対面授業が始まってからも密を避けるための分散登校、7月初旬までの部活動等の交友活動の禁止など、学校生活に多くの制限がかけられました。

これにより、新チーム(96期:Cap 高橋陽)の活動も大きな影響を受けました。一つ上の学年(95期2021年3月卒業:Cap 佐伯)は関東大会予選、インターハイ予選が中止となり已む無く引退。先輩を送り出せず、どことなく区切りがつかないまま新チームの活動がスタートしました。

練習再開後も活動時間は2時間まで、校内合宿は禁止、練習ゲームは例年の半分にも満たない数…

その中でも、生徒たちは制限の中でできる限りの活動に尽力しました。さらに山崎先生は、無駄を省いて常に汎用性のある練習を提案し、選手がコート上で数ある選択肢のうち最善のものを判断し、実行できるよう指導されます。先生はよくこんなことを仰います。

「バスケットの教科書の最初の10ページしか教えない」

一を聞いて十を知るという言葉がありますが、1つの練習からゲーム中の多くの場面への転用ができる練習方法は、コロナ禍の制限を最大限に活用した指導であると身近で学ばせていただいています。

東京都の感染者数の増減があり、「いつまた活動が制限されるかわからない…」と不安が過ぎる中でも、2020年8月の練馬区民大会、9月のTokyo Thanks Match、11月の新人戦支部大会は無事開催されました。無観客試合での開催となり、OBの皆様、保護者の皆様にゲームの様子を観ていただくことができず、心苦しい思いもあります。ただ、試合ごとに参加同意書の提出と入館時の検温、プレー以外でのマスク着用、ハーフタイムのウォームアップは無しなど、様々な取り決めや制限がある中でも、試合ができることに感謝をし、普段当たり前と思っていたことがどれだけ有難いことであったかを感じる機会となりました。

試合を通じて生徒たちは成長し、チームとしても個人としても課題を見つけ、春の大会に向けて力を蓄えるべく冬の練習に励んでいました。その矢先…年明けに発令された3度目の緊急事態宣言により、再度部活動の禁止通達。3学期中の活動は叶いませんでした。

活動を再開した3月の春休み期間から、急ピッチで大会準備に取り掛かります。96期の5名は、互いに協力し

ながら真摯に物事に取り組める生徒たちでした。限られた時間の中で、体力の低下や技術不足を取り戻すことは苦勞を強いられましたが、下級生を引っ張りながら必要な技術を取捨選択し、着実に身につけていきました。

山崎先生は、日頃から生徒に言い聞かせています。

「24時間バスケットをしろ」

もちろん、寝る間も惜しんで練習しろという意味ではありません。練習の合間に、いかにコートに目を向けて学び取るか。ある1人の生徒に対するコーチからの注意を、自分事として受け取ること。練習後の疲れにかまけて時間を無駄に過ごしてはいけない。学校生活、私生活を正すことこそが心を正すことに通じる。

96期のメンバーは、日常全てがバスケットに通じることを感じ取りながら、制限があるからこそ出来る活動を続けました。

関東大会予選では4回戦まで勝ち上がり、帝京高校に敗戦。序盤で脚力とフィジカルの差に舞い上がってしまいましたが、要所で良いドライブやリバウンドが見られたり、1-1-2-1ゾーンプレスにうまくはめ込んで1桁差まで追い上げる場面もありました。

インターハイ予選では同じく4回戦まで勝ち上がり、自由が丘学園に敗退。前半戦はハーフコート・マンツーマンで粘り強く守りながら3点リードで折り返しました。後半の入りで一時リズムが崩れたときに慌ててしまって大きく離され、その後粘りましたが追い付くに至りませんでした。

いずれの大会もベスト32を掛けた戦いで、特に自由が丘学園戦はもう一押しできればと思う場面が多々あり、悔しさが残りました。

ただ振り返ってみると、様々な制限があったからこそ、武蔵バスケット部としての指導がより浸透し、より活きたのかもしれないと感じています。

現在、97期を中心とした新チーム(Cap:宗像)の活動が始まっています。中学時代に都大会出場、96期を中心とした去年のチームでもほとんどの選手が主力として活躍するなど、例年に比べてキャリアがあり、個性が光る生徒たちです。彼らの成長を楽しみに鍛えていきますので、引き続き応援よろしくお願いたします。

末筆ではございますが、先の見通しがつき辛い状況が続いております。季節の変わり目でもございますので、ご自愛のほどお祈り申し上げます。



中学コーチ退任にあたって 楠田友春 (92期)

今年の6月をもって中学コーチを引退し、86期宇野先輩の下でスタートした二年に渡るコーチ生活を無事終えることができました。活動中は様々なご支援をいただきありがとうございました。とりわけ、昨年度から予算化された月1万円の中学コーチ支援金はとてもありがたいものでした。

ですが、今年のコーチは2名体制ですので、1人当たり月5千円ですと彼らへの支援としては物足りないのではないかと感じています。若手OBによって中学生を指導する伝統をこの先も受け継いでいくためにも、支援金を1人当たり月1万円とすることを検討していただきたく存じます。不躰なお願いではありますが、ぜひ拡充に向けたご議論を今後とも進めて頂きたいと思います。

皆様もご存じの通り、昨年からのコロナ禍によって部は例年と異なる活動を強いられました。大会や練習の中止や、OBの来校の禁止など、受け入れがたい「ニューノーマル」の中、生徒と共に今できることを取り組み続けました。そこでは、昨年宇野先輩の下で学んだ「楽しく」自主的にバスケットをするためのメニュー作りや生徒への接し方と、僕自身が山崎先生や木本先生、当時中学コーチを務めていた87期高木先輩から教わったバスケットをする上での汎用的な技術や物事への取り組む姿勢を調和させることを心掛けました。

その結果、部員の定着が大切な中学バスケット部において、上級生から下級生まで一人の途中退部者も出なかったことは、上述した心掛けや、これまでのバ

スケット人生の中で僕が感じたものを生徒に対して良い形で還元できた証だと思います。春先には僕の就職活動も本格化し、面接を終えた足で練習に行くことも度々あるなど、必ずしもすべてのエネルギーをコーチ活動に注げたわけではありませんでした。そのような僕の様子は生徒も感じ取っており、現中3の引退時にもらった寄せ書きでは、ある生徒から「楠田さんは最後のほうは結構就活でイラついてた」との指摘を受けてしまいました(苦笑)。

そのような中で指導を続けることができたのは、今季コーチを務めている木村・岡田両コーチをはじめとして、日ごろの練習で中学生の相手をしてくださった78期から95期までのたくさんのOBの方々や、顧問の先生方の支えがあったからだと本当に感謝しています。

引き続き様々な制限下での活動になると思いますが、木村・岡田両コーチには限られた時間の中で自分なりの指導を行ってもらうことを期待しています。

僕自身の近況ですが、来年の四月からは無事就職することとなりました。今後は皆様と同じようにRKMの一会員としてバスケット部を支えていこうと思いますので、今後ともよろしく願いいたします。

最後になりますが、まだまだ気の抜けない日々が続きますので皆様ぜひご自愛ください。



中学新コーチ紹介 サブコーチ 岡田康成 (93期)

中高6年間をバスケットボール部員として過ごした後、1年間の浪人生活を経て、現在は東京工業大学材料系の2年生として大学生活を送っています。

中学コーチを務めるにあたり、中高時代をバスケ部員として過ごした理由を考えると、やはり何よりもバスケが楽しかった事が大きいと思います。そこで今の中学生にも、第一にバスケを楽しんで欲しいと感じます。特に今夏はコロナウィルスの影響によりバスケを思うようにできない日々が続いていたため、彼らにバスケの楽しさを伝え、中高とバスケを続けてもらうことが重要だと考えています。また2学期の開始と同時に練習も再開しましたが、いつ再び中止になるか分からない状況が続くと思われます。そこで、中学生には自分の今おかれている環境で最大限できることを自分自身で考え、行動する力を少しでも身に付けてほしいと感じています。これらの事柄を意識させられるような指導ができる

よう我々コーチ陣も先生方と協力しながら精進していきたいと思っています。

最後になりますが、コロナが収束した暁にはOBの方々にゲームの相手や試合の応援などのご協力をお願いしたいと考えておりますので、是非よろしく願いいたします。



左:メインコーチ木村(94期)、右:サブコーチ岡田(93期)

中学新コーチ紹介 メインコーチ 木村有統 (94期)

私は中一の時にバスケットボールを始め、中高六年間バスケット部に所属し、慶応大学に進学した現在もサークルという形でプレイヤーを続けています。私は「これだ!」という明確な強みを持っておらず、比較的幅広い役割を請け負うことでチームに貢献してきました。一方で、中学の2年間では基礎技術を学ぶことに多くの時間を割かなければならず、試合の中での役割を学ぶことに多くの時間を割くことはできませんでした。この経験から私は中学の段階では基礎技術の向上とともに、それぞれが試合で生かせる強みの一つを発見し、その強みを集中して伸ばすことが重要だと考え

ています。

基礎技術の向上は練習のみで培うことができるとは思います。それぞれの強みの発見には試合での成功体験の積み重ねが欠かせません。しかし、コロナ禍では他校を招いての練習試合が少なく、大会への参加も見送られるなど、成功体験を得る機会が貴重なものになります。そのためOBの方々による練習参加が例年よりもさらに重要な機会だと捉えています。OBの皆様方には積極的に練習に参加していただくことで中学バスケットボール部をサポートしていただければと思います。

新入会員 95期紹介 佐伯薫、朝霧泰成、高橋聖、二木翔、松本凜平

95期は中学10人、高校5人で活動していました。

中学1年の時には87期の守田コーチ、中学2年の時には86期の宇野コーチや78期の木本先生を中心に多くのOBの方々にも協力してもらい、部活動を行っていました。1年生の春休みには校内合宿を行い、2年生の時には房総で他の様々な中学校と一緒に合宿を行いました。オフェンスではインサイドとアウトサイドのバランスが良く、ピックアンドロールを使ったオフェンスにも挑戦しました。

ディフェンスでは、一つ上の代からゾーンディフェンスが禁止されたため、オールコートディフェンスを中心に練習しました。練馬区大会では予選リーグを勝ち抜き、決勝トーナメントに進みました。

高校バスケット部に入部してからは、先輩方の強さ・巧さに圧倒されましたが、練習・準備共に精一杯チームを支えられるようがんばりました。最高学年が引退し94期の代になると、主力として活躍する95期部員も登場しました。そして自分達が最高学年になると試合に出場できる人数が10人

と非常に少ないという問題に直面しました。「少数精鋭」をチームの目標に掲げて日々の練習に打ち込みました。しかし、夏の区民大会や私学大会では思うような結果を出すことができませんでした。自分たちには何が足りないのかをチームで考え直し、ハードワークを続けました。その結果、新人戦では3回戦まで進出することができました。コロナウイルス感染拡大により、これが最後の大会となってしまいました。山崎先生をはじめとした先生方やOBの方々に支えられながら武蔵のバスケット部として過ごした日々はかけがえのない財産となりました。6年間ありがとうございました。



95期引退ゲーム(2020年8月2日)
前列5名左から 高橋、松本、佐伯、朝霧、二木

現役試合情報 (全て無観客にて開催)

★ 高校 (高二～高三 96期) 2020 Tokyo Thanks Match (Aブロック)

2020年9月13日
武蔵○ 87 - 60 文化大杉並
2020年9月20日
武蔵● 80 - 99 都小平西

新人戦 第4支部大会

2020年11月1日
武蔵○ 73 - 47 都板橋
2020年11月3日
武蔵● 62 - 69 堀越

関東大会予選 (Aブロック)

2021年4月18日
武蔵○ 91 - 47 淑徳
2021年4月25日
武蔵○ 68 - 53 昭和第一学園

2021年4月29日 武蔵● 62 - 93 帝京 インターハイ予選 (Aブロック)

2021年5月30日
武蔵○ 94 - 44 東京都市大付
2021年6月6日
武蔵○ 73 - 60 都日比谷
2021年6月13日
武蔵● 80 - 89 自由ヶ丘学園
(ベスト64)

★ 中学 (中二～中三 99期)

2020年練馬区民大会 予選リーグ (ハーフゲーム)

武蔵○ 43 - 23 南ヶ丘
武蔵○ 64 - 8 練馬東
武蔵○ 46 - 18 上石神井

武蔵○ 52 - 7 光ヶ丘一
(ブロック1位、決勝トーナメント進出)

決勝トーナメント

武蔵○ 70 - 64 開進一
武蔵● 45 - 79 田柄 (練馬区ベスト8)

2020年練馬区新人戦

武蔵○ 74 - 24 大泉二
武蔵○ 85 - 49 大泉北
武蔵○ 50 - 49 大泉学園
(上位4校決 勝リーグ進出)
武蔵● 36 - 88 石神井西
武蔵● 47 - 94 田柄
武蔵● 42 - 73 谷原(0勝3敗36校中4位)

2021年東京都総体練馬区予選

武蔵○ 52 - 43 南が丘
武蔵○ 86 - 43 開進三
武蔵● 40 - 72 豊玉 (練馬区ベスト8)