

● 保護者のかかわりについて

(1) 当番活動はある？

基本的に保護者の当番活動などはありません。連絡等の都合上、保護者代表は1名定めます。
選手の当番活動はあります。必要に応じてチームグッズの持ち帰りをお願いすることがあります。

(2) 身だしなみにもご協力を？

練習会場、試合会場への応援に行く際、サンダルでの来場はお控えください。服装は、上着を着た際にインナーが裾からでてしまうことだけないようにご協力をお願いします。**体育館内の上履きはスリッパでも可**です。(ナイチンゲールのシャワーサンダルもご活用ください)我々は、子どもたちが幸せなのは、いろんな人に応援してもらえるような人間性を身につけることだと思っています。自チームの体育館を所有していない我々は、地域や施設の方に会場をお借りすることで初めて活動ができています。いつでも、誰かに応援してもらえることが大前提です。**個人としても、チームとしても、見ている人が思わず応援したくなるような個人・チームの姿でいられる努力を続けましょう。**
挨拶や言動や服装については、子どもたちの一番の見本は保護者です。ご理解とご協力をお願いいたします。

(3) 喫煙に関するご理解とご協力をお願い致します。

練習会場、試合会場において、指定された喫煙所以外での喫煙は絶対にしないようお願いします。特に、学校施設を会場とする場合には、校門を一步出た所での喫煙などがないようにしてください。近隣住民の方が「嫌だな、応援したくないな」と感じてしまうことで、選手たちが活動の場を奪われるというような事は、あってはならないことです。喫煙をする場合には、車で校地から離れた場所まで移動するなど、子供達のために十分な配慮をお願いします。

(4) 保護者の皆様には、保護者の皆様にしかできないサポートを。

13歳～15歳のチームなので、コーチたちは子どもたちに大人として向き合いながら接することが基本になります。考える時間、悩む時間、泣く時間、一人の時間、仲間との時間、が成長のためには絶対が必要です。チームとしての活動にのみ専念させるため、子どもたちがクラブで活動する時間内は、保護者の方とお子様とのコミュニケーションはお控えください。時には、涙を流しコートの外に一人でいることがあるかもしれません。そんな時も、大切な時間ですので、活動時間中はそっと見守ってください。その代わり活動時間後には、ゆっくり寄り添ったり、話を聞いてあげたり、そっと好きな食事を作ってあげたり、支えてあげてください。特に、子どもたちのために**「送り迎え」や「食事面でのサポート」「十分な睡眠時間の確保」などは、ご家庭でしかできません。「栄養管理」や「睡眠」など、「体づくりや体のケア」に関する部分で、最大限のご支援をお願いします。**

困難の壁に向かって挑戦を続けるこの数年間になりますが、後々、大人になった彼らの心に残る保護者の姿は、スポーツの世界では結局いつもひとつなのだそうです。それは素敵な言葉や厳しい言葉ではなく「うちの親は、どんな時だって、私の体を心配してくれていた」というもの。「よく寝て、よく食べる」あたり前のことかもしれませんが、どんな時もこの支援をし続けてくれる保護者がいてくだされば、子どもたちはいくらかでも頑張れます。

怖い話ですが、実は、「寝ること」「食べること」の支援が薄い環境にある選手は、くじけてしまうことが多いという統計があります。日本では、「苦しいときに頑張れるかどうかは性格や根性」という考え方が根付いています。世界では「まずはエネルギーが湧き出るバランスのよい体づくりが先！食事と睡眠が健全なら心も健康！」というのがスタンダードです。昼間の仕事に夜の習い事という現代の日本人の忙しいライフスタイルには厳しい現状ですが、そんな中でも、子どもたちのために食事と睡眠を何とか大切にしたいなと思います。こういう一番大切な部分は、コーチ陣にはコントロールできませんので、子どもたちがめいっぱい苦しいことに挑戦し続けるエネルギーをだせるように、保護者の皆様にしかできないサポートをご協力よろしくお願いいたします。

(5) 保護者が送迎できない場合は？

保護者同士の相談によって乗り合わせ等、選手を現地到着・現地解散させる事ができれば問題ありません。



(6) 保護者の見学は？

練習や試合の見学は自由です。声援が力になります。お忙しい中と思いますが、もしご都合がつく時間がありましたら、ぜひ元氣よく前向きな声援を送ってください。

(7) 保護者は「サポーターというチームスタッフ」

保護者の皆様はチームの応援団です。プロのクラブでも地域のクラブでも、どこでもそうですが、サポーター（応援団）が盛んなチームは強くなります。これはあくまでも可能な範囲ですが、もし応援に来られる日がありましたら、大きく前向きな声援とたくさんの笑顔をお願いします。前向きな声援は、すべてが子どもたちの力になります。よろしくお願いします。

(8) 絶対の約束事。選手のプレイタイムはコーチに一任。保護者は言及しない。

選手の出場時間については、保護者からコーチに言及することは一切ないこと。コーチ陣は、コーチ陣の考えのもとでコーチングに徹します。保護者の皆様は、保護者の役割に徹してください。Nightingale では、この役割の分担を最重要に考えています。毎年、繰り返し確認すべき重要事項ですので、改めてご確認をお願いします。

本クラブでは、プレイタイムが多い選手、少ない選手、会場にいられる選手、いられない選手など、、、今後も様々な状態がでてくる事が考えられます。選手起用に関しては、全てはコーチ陣が運営します。クラブチームですので、部活動やミニバスケットボールとは運営について全く異なる性質であることが前提です。もともとが平等であることはありません。どんな選手がどれだけのプレイタイムをもらえるかは、コーチ陣の考えによります。コーチ陣の考え方により、体力や技術の高い選手が多く出場することもあれば、逆にそういった選手が出場を制限され、新規選手を起用し、育成に重点を置くこともあります。様々な状況が考えられますが、全てはコーチ陣に一任することをお約束ください。これらのことに賛同していただいた方のみ、クラブに所属していただきます。クラブへの入会も、移籍も、この Nightingale というクラブでは、強制することは一切ありません。他のクラブでは、保護者が選手起用についてコーチ陣に相談するクラブもたくさんあるかもしれませんが、そういうクラブに所属したい方は、本クラブはお勧めしません。少なくとも、我々 Nightingale では、未長い歴史ある文化を構築しているクラブや大学、高校などの組織を見習い、保護者も選手も、「選手の起用時間についてはコーチ陣に対して一切言及しないこと」これを今後も大切にしていきます。「コーチ陣への信頼。選手への信頼。保護者への信頼。」お互いの信頼があってこそ、その判断の裏にある意図を感じたり、考えたりして組織はより深く醸成されていきます。現チームメンバーの皆様は、私たちにとって選手だけでなく保護者も同様大切な宝物です。新規加入される方も、継続加入の方も、このことを深くご理解いただきたく思います。今後も、メンバー保有数、ユニット数、選手のプレイタイム、などについて様々なご意見があるかと思いますが、ここについて検討するのはコーチ陣の仕事です。保護者の皆様は、「選手のバックアップ」に専念。選手は、「自身の成長」と、「与えられた機会の中でベストを尽くすこと」に専念。この約束事を守れますよう、よろしくお願いいたします。

(9) 保護者が選手の荷物を持つ？

この世代の選手たちは、今まさに大人へと自立しようとしている真っ最中です。自立を妨げないためにも、自分のことは自分で行わせてください。どんなに疲れていても、後片付けは自分でやらせてください。自分の荷物は自分で管理させてください。とにかく、手を出さない事。そして、その代わりに、心は常に寄り添っててください。決して心を離さないでいてください。「手伝わないし、やってあげない、けれど、いつだって応援しているし、成長した姿を見たいと願っている」その想いが、選手たちの背中を支え、少しずつでも確実に、選手たちの「自身を律する力」を育んでいくのだと思います。



(10) 応援時に守っていただきたいこと

- ① 応援の際、**マイナス発言禁止**。絶対にしないでください。「何やってんの！」も禁止です。シュートが入らない時は、さらに練習が必要だと認識するだけなので、がっかりした顔も禁止です。シュート直後は、入るかどうかそんなことより、**「ヒッター!!! リーバン!!!」**と叫んでください。終わったプレイを評価するくらい偉そうにしている人は、NBA で活躍するくらい優秀なバスケット経験を持った解説者だけです。

たとえ自分の子であっても、彼らはチームナイチンゲールの宝物です。「彼らが大好きなチームの応援団」からのマイナス発言で彼らを傷つけないでください。

彼らを更に情熱的にさせたり、重圧を与えたり、課題に気づかせたりするのはコーチの仕事です。その仕事は、我々に一任してください。

- ② **応援時はとにかく褒めてください。何を褒めればいいのかわからない時は「良いビジョン!」「良いポジション!」「良い声!」「ナイス!」「最高!」「ありがとう!」**これでいきましょう。ちなみに、日本人は他人の子ばかり褒めますが、ちゃんと自分の子も褒めてください。コーチには叱られるし、私は課題ばかりだけど、「応援団が楽しそうでなんだか楽しいな!」そう思わせてくれたら、子どもが幸せです。力を貸してください。

- ③ **対戦相手にもリスペクトを**。同じバスケットボールという競技にはげむバスケットファミリーです。広い世界で、たまたま同じ競技を通して出会って、不思議なご縁で同じ国に住んでいて、不思議なご縁で試合ができる「仲間」です。それが対戦相手となると、何故か突然、「憎らしい敵」と感じてしまう事がありますが、やっぱり、「仲間」です。たとえ相手チームの選手は保護者に無礼な振る舞いをされたとしても、我々チームナイチンゲールは、笑顔で「ありがとう」「ナイスプレイ」と、相手を讃えましょう。

私たちチームナイチンゲールは、スポーツに携わる人間であることにプライドを持ちましょう。「交剣知愛」の精神を大切に、対戦した相手チームが「またこのチームと対戦したい」と惜しんでもらえるような立ち居振る舞いのできる人間になりましょう。

交剣知愛。「剣を交えて、愛しむ（おしむ）を知る」という剣道の世界の有名な言葉です。バスケットボールを通じて、互いに理解しあい人間的な向上をはかることを教えてくれています。あの人ともう一度、剣を交えたいという気持ちになる、また、そうなれるように練習や試合をなささいという意味です。

- ④ **応援団は、次に選手が行うプレイに対して「頑張れ!!!」と願い、ただひたすらに、次の成功を信じて応援し続けていただければありがたい**です。プレイ中の「準備不足に対する指導」や「注意事項確認」や「考え方の転換」を促し、気づきを与えるのは、我々コーチの仕事です。保護者の皆様は応援団ですので、ひたすら応援に徹してください。そうすると我々は、子どもたちが自分の都合や感情で一生懸命さを失った時、子どもたちに対して、「どんなに思い通りにいかないことがあったって良い。でも一生懸命さを失ってはいけない。たとえ納得いかないことがあっても、不満があっても、次の瞬間に仲間とともにチームプレイを成功させるために一生懸命に全力を注ぐこと。だって応援団は、どんな瞬間も君たちを信じて頑張れと叫び続けてくれているじゃないか。」と言えます。この言葉は、応援団との信頼なしでは言えません。言わせてください。理屈ではなく、「人は、与えられると与えたくなる生き物」だし「信じてもらえると頑張れる生き物」なので、選手たちはこの言葉と応援団の方々の姿の事実で100%納得して、自分を見つめなおすことができます。

- ⑤ **応援団が応援に徹し、コーチはコーチングに徹し、プレイヤーが仲間のために全力を注ぐことに徹する、そういうチームが、私たちは最高のチームだと思っています。**



(11) 家庭の中で褒めてください

お願いばかりで恐縮ですが、最後のお願いです。子どもたちは、毎日忙しい保護者の皆様同様、大人が思っている以上に忙しい状況に身をおきます。学校の勉強、学校生活でのルール、生まれて初めての先輩後輩と言う上下関係、小学生時代とは別次元の提出物の厳しさ、自分ではどうにもできない第二次成長期という「体の大きな変化と眠気」、体組織の大きな変化のせいで起こる「自分でも言い表せない心の不安定さ」、それにとまってなぜか大好きな家族や友だちに「素直になれない」…ついでに「そんな自分まで嫌いになっちゃう」悪魔のスパイラル、加えて「夜の習い事」、「理不尽なコーチの要求」、たまにはゆっくりのんびりしたい「大好きな家族との時間」の減少、、など、挙げれば挙げるほど、ぞっとします。全国を見れば「何万人も同じ状況でスポーツ頑張っているじゃないか」と思う人もいるかもしれませんが、一つ一つの環境は全て違うので、その比重は当然違います。

こんな状況の中、壁に挑戦するというプラスの重圧をわざわざ背負い「更に成長する道」を選んだ彼らは、それだけで尊敬に値します。日々を乗り越えているだけで素晴らしい事です。

自分たちには認識不可能な身体や心の変化の中、彼らは毎日、疲れています。だから是非、毎日褒めてあげてください。私は、決して大袈裟なことをお願いするつもりはありません。眠りに着く前に、さりげなく「今日も頑張ったね。」と伝えるだけで、きっと、子どもたちは、無表情のまま「うん、おやすみ」と言いながら階段を上っていき、布団に入る瞬間に「ふふっ」と笑いながら満足して眠りにつけると思います。

我々コーチは、壁を与えるために存在しますが、乗り越えるのは彼ら自身で、我々はその手伝いができるわけではありません。そのエネルギーを充電できるのは、家族の声かけが最も大きいことは間違いありません。運転しながらたまに、「お前の頑張っている姿を見ると、こっちまで元気になるから不思議なんだよなあ。」と聞こえるように独り言を言うだけです。ナイチンから帰ってきた時にたまに良い行動が見えたら「あれ？疲れて帰ってきたのにえらいじゃん、成長だね」と言ってあげるだけです。たまの休みに家族で外食した時、「なんかナイチンに入ってから変わったね、不思議。」と言ってあげるだけです。たまの休みにお手伝いをしてくれたら、「なんか、上手く言えないけど、やっぱり変わったよね、ありがとう。」と言ってあげるだけです。

わざわざ困難と向き合う道を選んだだけで、彼らは素晴らしい決断をしました。あとはナイチンが子どもを変えてくれるわけではありません。子どもたちは皆天才なので、頑張らない子はいません。子どもたちは皆、毎日必死に頑張っています。彼らが頑張ったとき、その成長を認めてもらえれば、彼らは「私は間違っていない」「この組織に居られて良かった」と思えます。きっとこういう承認欲求の気持ちは、子どもだけでなく、大人でも変わりません。大人だって、認めてもらえなければ全て投げ出したい気持ちになります。逆に「苦しいこともあるけど、この出会いに感謝して頑張ろう！」と思えるのは、認めてもらえる人がいるからです。だからこそ、まだ子どもから大人への成長段階にある彼らには、たくさんの「認めてもらえる経験」が必要だと思います。ということで、最後のお願いです。コーチたちは厳しく接しますので、試合時の応援はもちろんですがそれ以上に、

家庭の中で、彼らの良さや、頑張った部分を褒めてください。



● Q&A

Q スポーツ保険はどうやって使うの？

A 基本的には各家庭での判断にお任せします（子ども医療無償の兼ね合い）スポーツ保険を使って、治療をしたい場合には初診時にスポーツ保険を使用して治療する旨を医療機関にお伝え下さい。併せて、事務局に保険を利用する旨をお伝えください。こちらで保険会社に報告書を提出させていただきます。

Q ボールはどうすればいいですか？

A 子供達は毎回自分のボールを持ってくるようお願いします。男子は7号球、女子は6号球が望ましいです。

Q バックアップとレギュラーは具体的にどう違うの？

A チームに籍のあるレギュラーメンバーは公式戦に出場できますが、チームに籍のないバックアップメンバーは公式戦には出場できません。
練習試合や、ナイチンゲールのチームで行う合宿やBBQなどの各種行事には分け隔てなく全員が参加できます。

Q バッシュ購入に際して気を付けることはありますか？

A 基本的には、購入を個人の責任においてお任せします。NIGHTINGALEには靴の専門家がサポートスタッフにおりますので、買い替えの際には是非ご相談ください。

・NIGHTINGALEとしては、「11歳～15歳の育成世代」で「本気でバスケットボール競技に取り組む選手」には、「asicsのゲルバースト」という靴をお薦めします。高価でおしゃれな物や、安価な物は山ほどありますが、「第二次成長期で骨や筋力が大きく変化する育成世代に焦点を当てている」点においては、他のメーカーとは比較にならない程、力を入れています。asicsのこのシリーズが「骨や筋肉への影響」において最も優秀で、世界でも育成世代におけるスタンダードとして認められています。おしゃれな靴は、筋骨格がある程度しっかりする16歳以降が適切です。（個人的にはNIKEが大好きで決してasicsの回し者ではありません（笑）でも、成長段階にある子どもたちの身体を考えたら、怪我や故障ゼロを願い「本気ならasics」です！）

・おさがりはやめてください。（インソールには個々の特徴がくっきり残っており、身体の一部に大きく影響を与えます）また、サイズ確認やバッシュの紐を締める際は、必ずかかとをトントンし、かかと基準で紐を締めてください。

・当然ですが、色の指定等ありません。

Q 女子はワンハンド？・・・届くの？

A Nightingaleでは、基本的に、ワンハンドを推奨して指導します。左右どちらのでも自由にボールを扱えるようになると、プレイの幅が広がり、バスケットボールの魅力を最大限感じることができるからです。そして、アジアの数カ国以外の国では、女子でも小学校低学年からワンハンドで大人用の3.05mリングで普通に打っています。正しい力の伝え方ができるようになると、女子の小学生でもステップバックワンハンド3Pが軽々届くようになります。



● 【お問い合わせ先 : Nightingale 運営事務局】

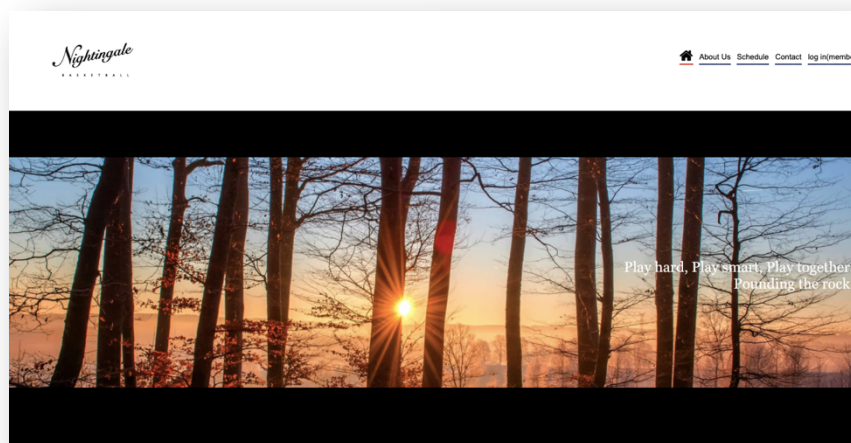
【 公式 LINE 】



- ① お名前（フリガナ）
- ② メールアドレス
- ③ 電話番号
- ④ お問い合わせ内容



【 公式ホームページ 】



【 公式インスタグラム 】

