

### 隔月発行

# RED BEARS通信 NEWS LETTER

**Vol.28** 2021年度 12月号

# \*\*\*

### レッドベアーズ

こんにちは。Takuya です!レッドベアーズ通信 vol.28 スタートです。

11 月前半は雨が降って、急に寒さが顔を出したかと思いきや、中盤は秋晴れで気温が少し上がり、難しい秋の天候を肌で感じています。こっから"あっ"という間に冬になりそうですね。皆さん、体調管理!少し意識して行きましょう!!!

さて、スクールでは 11 月から全てのクラスで 5x5 まで練習再開!

久しぶりに各クラスでゲームをやってみて、子ども達の「待ってました!」に圧倒されました。 ぐっちゃんコーチ以外のコーチ陣は負傷中(腰、肩、足首)ですが(笑)子ども達の元気にいつも パワーをもらっています。ゲームの中で子ども達が感じた「これが出来るようになった!」 「ここがうまく行かない!」にこれからも寄り添って行きます。

今月もコロナウイルス感染対策の徹底と、レッドベアーズ感染対策ルールの徹底を行なって スクールを盛り上げて行きましょう!



### Japan Basketball Academy もうひとつの西日本大会の表彰について

8月14日に開催された、もうひとつの西日本大会の大会テーマである「わ」を発揮した選手に送られるテーマ賞、スキルチャレンジ種目成績優秀者、種目総合成績優秀者の受賞者が決定いたしました!! (熊本レッドベアーズからは12名の選手が参加してくれました!)

☆テーマ賞 【U-12】 辛川 栄翔さん 龍田クラス

【U-15】 永松 華成さん 龍田クラス

☆ペットボトルチャレンジ種目 【U-12】 古川 剛 さん 龍田クラス

【U-15】 井上 唯翔さん 熊本市内クラス

☆スキルチャレンジ種目総合 【U-12】 津川 蒼来さん 熊本市内クラス

【O-16】 吉田 隆晟さん 菊陽クラス

皆さん、おめでとうございます!!! 来年もナイスチャレンジ楽しみにしています!!!



### レッドベアーズ先輩インタビュー



2021/9/4 現在社会人 2 年目の今年 23 歳になる山内実祐さんにインタビューをしました。小学 5 年生くらいからレッドベアーズに来ていて、最初は小さくて大人しい子という印象でした。

しかし、すぐに環境に馴染み、一番大きな声で笑い、コート内でも大きな声でコミュニケーションを取っていたのを覚えています。ショートコーナーでボールを持ったら必ずシュートを打ち、

超高確率だったのがとても印象深いです。そんな実祐さんのインタビューのハイライトをどうぞ。

が:がっちゃん 実:実祐

が「コロナになって保育園(就職先)大変じゃない?」

実「対策などめっちゃ大変ですよ。」

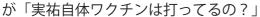
が「子ども達は休んでるの?」

実「休む人は休むけど、仕事ある人は預けらす。

この間は3分の1とか休まれた。

でも大体ほぼ来てる感じ。

(共働きだと仕事を)休めんけんですね。周りの他の園では感染者が 出ているので怖いですね。」



- 実「打ちました。2回目で39度まで熱でました。あはは~。一回目は全然大丈夫!腕が痛いくらい。 周りの若い子たちも、けっこう出ていましたよ。頭も痛かった」
- が「保育園で働いて、大変だなぁって思うことは?」
- 実「今は慣れてきたけど、最初は、0歳児~5歳児までで、小さい子を担当していて、何を言っているのかもわからないから、最初は辛かった。子ども達も最初は私のことを「だれ?」って感じでいたので」
- が「レッドベアーズの思い出を教えて」
- 実「周りが強すぎて、1対1とかしたくなかった!笑めっちゃ嫌だったわけではなくて、練習は楽しかった。」
- が「実祐ショートコーナーからのシュートめっちゃ打ってたイメージがある」
- 実「そこばっかり練習してたもん。笑」
- 実「あと、思い出は、JB 実オールスターの 3on3 大会に出てて、ほのちゃんと愛媛の美優ちゃんとチームになって、優勝したのが覚えてる」
- が「高校3年生の終わりからレッドベアーズのコーチになったけど、なぜコーチをしようと思った?」
- 実「ずっとバスケに携わりたかったし、教える立場から見てみたいなぁと思ったのがきっかけかな。」
- が「コーチをしてて困ったことは無かった?」
- 実「めっちゃ困ったことは無いかな。メニューを組んだりするのは難しかった。」
- が「コーチをしてて幸せだったことは何だった?
- 実「「みゆコーチ~!」って言ってくれたのは嬉しかった。子ども達に認められた?信頼されたと思った。 ずっと子ども達と一緒にバスケを続けられたのは良かった。」
- が「今、社会人になって、レッドベアーズに来ていた事が役に立ったなぁって思うことは?」
- 実「コーチをしてたけん、(保育園でも)前に立って堂々とできたし、伝えたいことを伝えられるように なったと思う。選手の時は、友達の幅も広がるし、コミュニケーション能力は上がったかなと思う。 あと、もともと保育士になるのが夢で、コーチでビギナークラスの小さい子に関われたのは良かった。」
- が「実祐のこれからの目標は?」
- 実「私の憧れの(保育士の)先生みたいになりたいなぁと思っています。その憧れの先生に出会ったから 保育士になりたいと思った。」
- が「レッドベアーズの後輩達にメッセージを!」
- 実「全力で楽しむことと、したいことをしたらいいと思います。言われてやるんじゃなくて、 自分がしたいと思うことをすれば良いと思うし、楽しいことをすれば良いと思う。」
- が「なぜそういうふうに思うの?」
- 実「楽しいからこそ、いろんな事がやれると思うし、苦痛と思ってても嫌なことばかり考えるけん、マイナスになる感じがするから、プラスに捉えていった方が良いと思うし、楽しくすることで周りも明るくなる、自分が楽しんでいると」

## 無料クリニックキャラバンについて



バスケが大好きな人たちと繋がっていきたい、困っている人の力になりたいという想いから始まった無料クリニックキャラバン。

今回は第2回のレポートと待望の第3段のお知らせを行います!

☆第2回 無料クリニックキャラバンレポート

梅田コーチが、応募を頂いた山鹿中男子バスケットボール部の皆さんに会いに行きました! 今回のクリニックのテーマは「チームが目指すものを整理する」でした。 選手の特徴を生かすことを第一に考えていらっしゃる山鹿中のコーチの方のスタイルに梅田コーチ、 大感動!今後のチームの課題も見えてきた素晴らしい時間となりました。 山鹿中男子バスケットボール部の皆さん、これからも大好きなバスケを楽しんで下さい!

### ☆第3回 無料クリニックキャラバンのお知らせ!

こんなこと思ったことありませんか?

もっと練習したいけど、個人の練習出来る時間が少ないなあ。 体育館が使える日数が少なくて外練習ばっかり。 新チームのスタートダッシュを成功させたいけれど、何から始めればいいんだ。 上手いことシュートまでは持って行けたけど、決めきれないなあ。 新しい何かを試してみたいけど、どうすればいいのかわからない。 今持っているスキルをさらに増やしたいけど何をすればいいかわからない。

上記項目に一つでも気になる項目があったなら ぜひ、この機会に無料クリニックキャラバンを試して下さい!!! きっかけが見つかります!ヒントはココにあります!ご連絡お待ちしております!



## レッドベアーズ米販売開始!

今年も梅田農園長が丹精込めて作ったお米が実り、収穫ができました。 現在申込書をお配りしていますので、是非ご購入下さい。 レッドベアーズ会員以外の方もコーチに連絡してもらうと購入できますので よろしくお願いします。

# がっちゃんプログ更新中!



「がっちゃんの自由なバスケットボール」というブログをがっちゃんコーチが毎日 UP しています!皆さん知っていましたか?がっちゃんコーチはコツコツを積み上げる天才です!!記事の内容は長くなるので割愛しますが、がっちゃんという人間がどういう人なのか。真相に迫れるかもしれません。笑

がっちゃんの愛情いっぱいのブログ毎日更新中!ぜひ一度覗きに行ってみて下さいね!

がっちゃん バスケ





### 【海外情報】



### ◇Ryo 先輩のお便り

SPU(シアトルパシフィック大学)

こんにちは SPU はクォーター制で、10 週間=1 学期のようになっています。

今週が今学期の最後の週で、ファイナルが来週に控えているのでそれに向けて勉強をしています。 ジムの使える時間が限られているので、その時間帯にバスケ/ワークアウトをするときは同じような メンバーがいて、友達もできて、わりかし小さい学校なのでこのようにコミュニティが簡単に出来る感じで 楽しく生活できています。授業もそこまで問題は無く、課題も多い時もありますがついていけています。 寮のフロア内で映画を見る事があったり、集まってご飯を食べたりと、去年まではコロナ禍で 出来なかった事が出来るようになり、オンライン授業もほとんど無くなり、だいぶ落ち着いてきたかと 思います。

### ◇Ayaka 先輩のお便り

ALGOMA 大学 (カナダ)

バスケのシーズンは、11月5日から始まりました! 先週 (11/14) までコロナの感染者は少なく、マスクは着用ですが、コロナ前の普段の生活のように過ごしていました。しかし、今週からコロナが増え始めていることもあり、試合が無観客で行われたりと少し規制がかかり、with コロナの生活に戻りそうです。

### ◇中野咲良先輩のお便り

Great Lakes Christian 大学 (ミシガン州)

非常に楽しくやっております 今、遠征でカンザス州とミズーリ州にきてます (^-^) これもアメリカならではだなと思って楽しいです (´ω`)シーズンが始まって、勉強との両立も大変になってはきましたが、バスケが活力になってると思います。

チームの状況は怪我人が数人いてベストではないんですけど、これからまた良くなっていくと思います。 大学生活も楽しくやってます!アリゾナにはなかった daylight saving time をこの前初めて経験して おもろと思いました 笑

コロナの影響はまだ全然感じないくらい平和で一す!



# レッドベアーズ LINE スタンプの紹介



皆様にお馴染みの LINE にレッドベアーズの コーチ陣のスタンプが登場しました! 各コーチの特徴をうまく捉えてあるので 気になる方はぜひチェックしてみて下さい! 同じく、レッドベアーズ Twitter で活躍中の 【ベアたん】のスタンプもどんどん配信中です。 こちらも要チェック!!



ベアたん LINE スタンプ マイページ





# オンライン活動

### 「COK CHALLENGE」@Facebook

「レッドベアーズ YouTube チャンネル」@YouTube

- ・梅田コーチのトレーニング
- ・梅田コーチの農業活動(トルネードアカデミーファーム) 興味のある方は是非、

レッドベアーズの Facebook ページを覗くなり、お気軽にお尋ねください^^







# レッドカンバッション U15 活動報告



2021-2022 シーズン

レッドカンバッション U15 チーム活動が スタートしました。

コロナウイルスの影響により、

活動に制限がかかることも予測されますが、できる範囲で楽しんでいきます。

興味のある方はお気軽にお問い合わせ下さい。



### 女子

中学1年生以上(高校生、大学生、社会人も可)

毎週日曜 19:30~21:30 @主に西合志南中学校体育館

### 男子

中学1年生~中学3年生のレッドベアーズに週1回以上参加している選手 毎週土曜日 9:00~11:00 @龍田の森体育館

# **♪**◇グループレッスン / パーソナルトレーニング

### 『バスケットボールを通して、何が得られるかな?』

お申込み方法、レッスン上の注意点をご確認いただき、 是非ご参加ください。

割引チケットもありますので、興味のある方はお気軽にお尋ね下さい。

・グループレッスン少人数制のテーマを決めてのレッスンとなります。

#### 【シュートスキルレッスン】

シューティングマシーンを使い、たくさんシュートを 打ちます。

#### 【1on1 スキルレッスン】

対人で 5on5 の中の 1on1 のシチュエーションで使う スキルを習得します。

・パーソナルトレーニングマンツーマンでの指導となりますので、特別な空間で夢中になり、スキル習得がかなり期待できます。

#### 【SNS 紹介】

◇現在 レッドベアーズの SNS が熱いです。 ぜひ御覧ください。

Twitter ベアたん



Facebook 広報部長更新中



# ベアたんの日記



こんにちベア!ベアたんです。

いよいよ冬ですべア。

冬といえばおでん!今ではコンビニやスーパーなどでも手軽に手に入るお料理です。

おでんには練り物が多く、タンパク質が豊富です。豆腐にはカルシウム分も多く含まれていますベア。

しかし、おでんには緑黄色野菜を入れることが 少なく、食物繊維が不足気味になります。

そこで、おでんのときは副菜に青菜のおひたしなど を添えてバランスを取ることが良いとされて いますべア。

フルーツをデザートに食べるのも効果的!

温まりながら、効率的に栄養素を摂り入れて、 寒い冬を乗り切るベア!

### 【インターンコーチ、お手伝い募集】

お父さん、お母さん、レッドベアーズ出身の先輩、 バスケ好き、こども好きの皆さんへ

> ①コーチの勉強をしてみたい。(インターン) ②子どもたちと楽しみたい。(お手伝い)

興味のある方は、

担当のがっちゃん(東 信克)まで。 Mail: info@kumamoto-redbears.com

### 広告欄



# BURTZ



エアロデザイン ファクトリー ホームページ



エアロデザイン ファクトリー Instagram



**BOUNDZ** Instagram



ライン連絡光

【エアロデザインファクトリー】 合志市幾久富1909-1482 月~金・・・13時~19時 土・・・10時~17時 日/祝・・・お休み

バスケットのウェアなどオリジナルグッズの作成できます! ぜひ、ご相談ください 店内にBOUNDZ商品も置いてあります。 遊びに来てください☆