

僕	は	10	月	6	～	8	日	に	秩	父	別	で	行	わ	れ	た	北	海	
道	選	抜	一	次	合	宿	に	参	加	さ	せ	て	頂	き	ま	し	た	。	合
宿	中	は	常	に	練	習	の	中	で	ど	れ	だ	け	自	分	の	特	徴	を
活	か	せ	る	か	、	短	い	時	間	の	中	で	自	分	勝	手	で	は	な
く	チ	ー	ム	に	順	応	で	き	る	か	が	試	さ	れ	ま	し	た	。	
一	日	目	は	ド	リ	ブ	ル	リ	ー	ク	、	1	対	1	、	シ	ュ	ー	
ト	や	リ	バ	ウ	ン	ド	な	ど	オ	フ	ェ	ン	ス	メ	ニ	ュ	ー	を	中
心	的	に	練	習	し	ま	し	た	。	そ	の	中	で	セ	ン	タ	ー	を	上
手	く	使	う	速	攻	プ	レ	ー	が	と	て	も	攻	め	や	す	か	っ	た
の	で	印	象	に	残	っ	て	い	ま	す	。	二	日	目	の	前	半	に	は
大	き	い	セ	ン	タ	ー	の	守	り	方	を	教	え	て	も	ら	う	な	ど
の	デ	ィ	フ	ェ	ン	ス	メ	ニ	ュ	ー	を	中	心	に	練	習	し	ま	し
た	。	二	日	目	の	後	半	と	三	日	目	は	ゲ	ー	ム	形	式	の	練
習	を	中	心	に	行	い	ま	し	た	。	ゲ	ー	ム	で	は	今	ま	で	練
習	し	て	き	た	こ	と	を	活	か	し	、	先	生	に	指	示	さ	れ	た
こ	と	を	行	い	な	が	ら	、	ど	れ	だ	け	自	分	の	長	所	を	活
か	せ	る	か	が	試	さ	れ	ま	し	た	。	メ	ン	バ	ー	を	入	れ	替
え	な	が	ら	何	度	も	ゲ	ー	ム	を	行	い	、	終	わ	る	毎	に	先
生	か	ら	良	か	っ	た	点	、	改	善	が	必	要	な	点	に	つ	い	て
た	く	さ	ん	の	ア	ド	バ	イ	ス	を	頂	き	、	と	て	も	た	め	に

な	り	ま	し	た	。	中	で	も	頭	を	使	っ	て	プ	レ	ー	す	る	こ	
と	の	重	要	性	を	感	じ	ま	し	た	。	選	手	が	考	え	な	が	ら	
プ	レ	ー	で	き	れ	ば	チ	ー	ム	力	も	上	が	り	、	自	分	の	技	
術	も	ど	ん	ど	ん	向	上	し	て	い	く	と	思	い	ま	し	た	。	ま	
た	シ	ュ	ー	ト	力	は	と	て	も	大	事	で	、	ゴ	ー	ル	下	だ	け	
で	な	く	ミ	ド	ル	、	ス	リ	ー	ポ	イ	ン	ト	の	成	功	率	を	上	
げ	る	事	で	チ	ー	ム	の	勝	率	も	上	が	る	の	で	、	自	分	の	
課	題	の	一	つ	と	し	て	シ	ュ	ー	ト	力	向	上	に	取	り	組	ん	
で	い	き	た	い	で	す	。	更	に	ド	ラ	イ	ブ	に	行	く	瞬	間	の	
早	い	判	断	、	フ	ェ	イ	ク	が	ト	ッ	プ	の	選	手	に	負	け	て	
い	た	事	も	今	後	の	課	題	と	し	て	取	り	組	ん	で	い	き	た	
い	で	す	。	全	道	ト	ッ	プ	レ	ベ	ル	の	シ	ュ	ー	ト	力	、	ス	
ピ	ー	ド	、	技	術	を	体	感	し	た	く	さ	ん	の	こ	と	を	学	ん	
だ	こ	の	合	宿	は	と	て	も	良	い	経	験	に	な	り	ま	し	た	。	
こ	の	貴	重	な	経	験	を	活	か	し	て	こ	れ	か	ら	も	頑	張	っ	
て	い	こ	う	と	思	い	ま	す	。											
	今	回	の	合	宿	で	指	導	し	て	く	だ	さ	っ	た	先	生	方	、	
推	薦	し	て	く	だ	さ	っ	た	室	蘭	地	区	の	先	生	方	、	い	つ	
も	指	導	し	て	く	だ	さ	っ	て	い	る	先	生	方	、	そ	し	て	遠	
く	ま	で	送	迎	し	て	く	れ	た	両	親	に	と	て	も	感	謝	し	て	

