

## バスケットで仲間

【Dr. 辻のバスケット考】  
バスケットでバリアフリー  
バスケットがバリアフリーみんなバスケットで  
知り合った

バスケットボールのお陰で実に多くの方々と知り合いになることができました。仲間が増えて人生豊かになったような気がします。皆さんは



株式会社エミネクロススポーツクラブの仲間たち

いかがですか？バスケットでバリアフリー、バスケットがバリアフリーなのです。バスケットの仲間には上手い人から下手な人までいますね。でもみな仲間、2mを超える人もいますし、小柄な人もいます。男もいるし女もいます。イケメンもいるし、野性味あふれる

りましたか。バスケットを通じて出会った人は？これからも知り合う人はどれくらいいるでしょうか？バスケットがなかったらどうなっていたでしょうか？バスケットは人生の財産を私たちに提供してくれるのです。そんなバスケットを皆さん心から大事にしてほしいです。

人もいます。日本人もいるし外国人もいます。

私は耳の不自由な人たちともバスケットで知り会いました。車椅子バスケットの仲間とパラリンピックにも行きました。そしてチームまで結成しました。みんな仲間です。バスケットのお陰で知り会いました。

好きなことが一掃して、仲間になれるんですね。みんなバスケットが好きなんです。

世の中、人が財産です。その財産である人がバスケットのお陰で出会えるんですね。ありがたい、ありがたい。皆さんはバスケットでどれくらいの人と知り会いましたか？

「好き」が同じで  
仲間づくり

私たちは得てしてレベルが同じことで仲間になりやすいという特性をもっています。大学生なら4年生は4年生といった学年間、スタメンはスタメン同士の仲間だったりします。それを悪いとは言いませんが、実は人間の仲間意識には、好きが同じというのが大事なのです。そう、同じレベルで仲間を作らなくても、好きが同じなら仲間になれるのです。バスケットボールが好きなら世界中の誰とでも仲間になれるというわけです。「スラムダンク」が好きだとすぐに友達になれるでしょう。それと同じかそれ以上にバスケットボールは世界中に存在して、好きな人たちがいるのです。仲間だらけというわけですね。

私は東京で微力ながらNPO法人を通して、バスケット好きで仲間を作り、スポーツクラブを作っています。仲間を強固にするのは理念の共有です。



辻 秀一  
(つじしげいち)、  
スポーツドクター

1961年東京都生まれ、北海道大学医学部卒業、慶應義塾大学で内科研修を修了後、スポーツ医学とスポーツ心理学を専門とする。現在エミネクロス代表としてさまざまな人のQOL向上をテーマに、集団や個別に対しチームドクターとしてカウンセリングやメンタルトレーニングでサポートしている(www.eminecross.com, 03-5474-3755)。子どもたちの人間教育を目的としたスポーツチーム「エミネクロス」や車椅子バスケットボールチーム「No Excuse」、耳の不自由な人たちのバスケット「Rough」、天皇杯勝利を目指すトップバスケットチーム「Excellence」、誰でもが参加できるストリートバスケット「エミネクロス」などを運営するNPO法人エミネクロス・スポーツワールドの代表でもある。またビジネス界、音楽界にスポーツ心理学を「辻メソッド」として導入しビジネスや音楽家をサポートしている。

主な著書に「スラムダンク勝利学」(東洋館インターナショナル)、「人のためになる人、ならない人」(リベリコ社)、「弱さを強さに変えるセルフコーチング」(講談社の新書)、「心の力コーチング」(講談社)、「ほんとうの社会力」(日経P社)、「音楽家のためのこころのレッスン」(音楽の友社)など著書多数。

バスケットボールをやる目標には個人差もあり、すべての人たちが二つになるといえるのは難しいですが、バスケットボールはさうだよなっているという思いは共有できるでしょう。バスケットボールは元氣・感動・仲間・成長だよという理念で集まったスポーツクラブです。昨今、地域総合型スポーツクラブが流行っていますが、私たちは理念共有型スポーツクラブと呼称しています。小学生から中学生までの子どもたちのバスケット、高校生のクラブチーム、耳の不自由な人たちのバスケットチーム、車椅子バスケットのチーム、そしてトップのクラブチーム、それにチャリダーたちを加えて構成された仲間たちです。

バスケット好きだったり、思いが共有していれば、どんな仲間になれるはず。バスケットやっているのに仲間を失ったり、仲間はすれ違ったたりしていたら、そりゃバスケットじゃない!!