

第15回横浜カップ
全国ゴールデンシニアバスケットボール福岡大会
トレーナー帯同



期間:2026年2月28日(土)~3月1日(日)

開催地:福岡県久留米市

会場:久留米アリーナ

帯同チーム:福岡ゴールデンシニア

1日目 帯同者:野中 岳(チーフトレーナー)

後藤 彪真(理学療法士) 市川 真心斗(理学療法士)

2日目 帯同者:野中 岳(チーフトレーナー)

山本 拓海(理学療法士) 谷崎 侑希(トレーナー)

【ゴールデンシニアバスケットボールのルール】

出場資格：今年で60歳以上であること

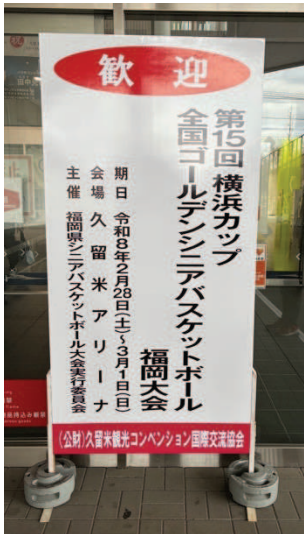
試合時間：ゲームは8分の4クォーター制

＊第2クォーターはエンジョイピリオドとし、得点に関わらず勝ったチームに第1クォーターに1点を追加する

★今年より出場資格が70歳以上のプラチナリーグが併催

【トレーナー帯同 1 日目】

3年前に地元久留米で開催され優勝を飾った横浜カップ全国ゴールデンシニアバスケットボール大会に今年も帯同させていただくこととなりました。ゴールデンシニアは出場資格が60歳以上であり、今大会の登録最高齢88歳の方でした。

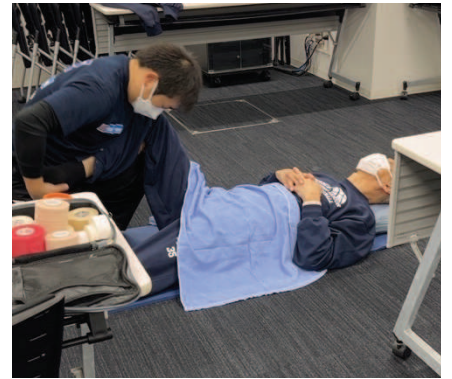


毎回ですが60歳以上のプレイヤーの方々がコート内を走り回り、ジャンプし時に3Pシュートも決めるという、とても還暦を迎えたとは思えないプレーの連続に驚かされます。

会場となる久留米アリーナはメインコートとサブコートがありメインコートはバスケットコートが3面取れ、4コート同時に進行できる素晴らしい施設です。

今回の大会は14チームによるトーナメントを2パート 総勢28チームで全国優勝(優勝は2チーム)を目指します。

会場に到着し選手の方々と合流すると、コンディショニングを始めます。その日の状態などを確認しながら試合に向けて調整していきます。コンディショニングを終えると、前の試合のハーフタイムに練習スタート 試合直前にもコートを使用しシューティングなどの最終調整 ここで選手より急遽テーピングの希望があり、試合直前ではありますがテーピングを巻いて試合に挑みました。



1回戦は序盤から調子良くゲームを進めていき

44-12で勝利し午後の2回戦へ進出しました。

試合後には昼食を取り、2回戦に向けたコンディショニングを開始します。

試合中の痛みや疲労感を確認しながらストレッチやマッサージなどで可動域を徐々に広げていきます。



午後からの2回戦が始まりました。

相手は今大会から初めて参加するチームにて戦力は未知数でした。
この試合、第1Qからシュートがリングに嫌われるのが目立ちました。
そして徐々に相手の流れへ…

こんな時は打っても打っても入らず、上手いかないことに対して
フラストレーションが溜まりチームの雰囲気も悪い方へ
修正しようプレイヤーの皆さんがコート内ベンチ内から声掛けし
一時は10点差以上離されていた点差を縮めていきました。
しかし、無情にも時間は経ち28-33で敗戦となりました。

2回戦の結果、翌日の準決勝には進出することはできず、
3年ぶりの全国優勝を目指した今大会はベスト8でした。



【トレーナー帯同2日目】

前日の結果より、2日目は交流試合のみとなりました。
会場入りしチームの方々とは合流するとプレイヤーの方々へ声をかけ、
いつでもコンディショニング対応できるように準備します。



交流試合が開始されると、昨日とは打って変わってシュートが入り出します。
この試合のシュートやリバウンドが1つ2つ昨日の試合に入っていれば…と
「たら」、「れば」を言ってもしょうがない世界ですが
悔しい気持ちもやはりあります。
最終的には41-24という結果で
最後の横浜カップを勝利で終えることができました。

【最後の横浜カップ】

今回で15回目を迎えたこの横浜カップ全国ゴールデンシニアバスケットボール交歓大会
久留米であるのに横浜カップ。2012年に初めて開催された時は横浜で開催されたからこの名称にな
ったそうです。その後も横浜を中心に行われてきたこの大会ですが、体育館の確保などが次第に難しく
なり徐々に横浜での開催が難しくなり、15回という区切りの良いところで“横浜”という冠の大会は終了
し、来年からは名称を変更して大会を継続されていかれるそうです。

【帯同を終えて】

この横浜カップから今年60歳になる方が新たに登録可能という事で初めてお会いする選手の方もいらっしゃれば、お馴染みのメンバーの方々も参加されあり、会場に到着すると気さくに声をかけていただきました。

シニアバスケットのプレイヤーの皆さんの多くが、どこかしらにテーピングやサポーターを装着されており、膝が痛いよねとか、肩が痛いよねと言いながらもバスケを辞めるという選択肢は無く、その分トレーニングしてカバーすれば良いという方々ばかりのチームです。

ももとは高校や大学、実業団などで第一線で活躍してあった選手も多く、そんな選手の試合前後にコンディショニングやケアの相談などを受ける事は非常に貴重な経験であり、話の中での話題やコミュニケーションの取り方には学ぶ事も沢山あります。

特に今回の大会で、心に響いたのが「シュートが打てる有難さ・嬉しさ」という言葉でした。そのプレイヤーの方は前回の試合後より膝が痛く、とてもバスケができるような状況では無かったと。ヒアルロン酸などの注射もしてみたけど調子は上がらず、最後の望みと思いもう一度トレーニングをし始めると調子は改善し、シュートが打てるようになったそうで、「四日坊主(絶対に三日とは言わない・・・)の俺が、あれ以来毎日のようにトレーニングを継続している」と笑顔で話されてありました。

自分がやりたいことを貫き通す為に、自分の時間と体を趣味に捧げることの素晴らしさを感じた瞬間でもありました。

今大会の結果としてはベスト8という結果でしたが、大きな怪我も無く大会を終える事が出来たのでよかったです。

大会後に、「これからもよろしくお願いします」や「またね」と声かけて頂けたことに、望んだ結果ではなかったけれども、自分たちの帯同してきたことが少し報われた気持ちになりました。

今回の経験をクリニック業務に戻ってからフィードバックしていきたいと思います。

今回も帯同の機会を与えて頂きありがとうございました。