

Red Phoenix（レッドフェニックス）U15 規約

第1章 総則

第1条 《名称》

本倶楽部は「Red Phoenix（レッドフェニックス）U15」（以下、「倶楽部」という。）と称する。

第2条 《実施種目》

本倶楽部は、次の種目を実施する。

- ・バスケットボール

第3条 《目的》

本倶楽部は、中学生が生涯にわたりスポーツ・文化芸術活動等の活動に親しむことができる環境を整備する。

本倶楽部の活動は、文部科学省の「学校部活動及び新たな地域クラブ活動の在り方等に関する総合的なガイドライン」長野県の「長野県中学生期のスポーツ・文化芸術活動指針」および「長野県地域クラブ活動推進ガイドライン」に適合した活動したものとする。

第4条 《活動時間》

本倶楽部の活動時間は、長野県中学生期のスポーツ・文化芸術活動指針に準じて、週当たり2日以上 of 休養日を設け、平日は少なくとも1日、土曜日及び日曜日（以下「週末」という。）は少なくとも1日以上を休養日とする。週末に大会、コンクール、各種発表会等への参加等で活動した場合は、休養日をできるだけ他の週末に振替、週末の活動が常態化しないよう配慮するものとする。

1日の活動時間は、平日では2時間程度、学校の休業日（学期中の週末を含む。）は、3時間程度とする。なお、大会への参加等により、基準とする1日の活動時間を上回る場合には、他の日の活動時間を調整するなど、参加者の負担とならないよう配慮するものとする。

第5条 《活動場所》

本倶楽部の活動場所は、長野県松本市周辺（体育館）とする。

- ・主な活動拠点：筑摩野中学校、芳川小学校

第2章 会員

第6条 《入会》

会員として入会しようとする者は、本規約に賛同し、本倶楽部加入申込書を提出し倶楽部代表に承認を得るものとする。

第7条 《会費》

- ・会費は月会費とし、会員は本倶楽部が定める会費の金額および納入方法に沿って支払うものとする。
- ・会費は入会日が属する月から支払うものとする。
- ・大会の参加費および遠征費や備品等の購入について、会員から別途徴収できるものとする。
- ・退会者に対しての返金は、原則行わない。

第8条 《退会》

本倶楽部の会員は、以下の場合により会員としての資格を失う。

- ・退会の意思が、本倶楽部代表に受理された場合、任意に退会できる。
- ・入会届に記載した、誓約内容に反した場合。
- ・その他、本倶楽部の活動を妨げると代表が判断した場合。

第9条 《活動期間》

本倶楽部の活動期間は、毎年4月から翌年3月までの1年間とする。
会員は、次年度も活動する場合、継続申込することができる。

第3章 組織

第10条 《役員》

本倶楽部は、次の役員を選任する。役員は、本倶楽部在籍指導者の中から選出され、任期は1年とする。ただし再任を妨げない。

- ・倶楽部代表 1名
- ・事務局 1名
- ・会計 1名

第11条 《会議》

本倶楽部は、次の会議を置くものとする。

- ・総会
- ・役員会

第12条 《総会》

通常、年1回総会を年度末3月開催とする。時期、場所、議題等については役員会において決定する。

- ・総会は、本倶楽部在籍指導者の2/3以上（委任状含む）をもって成立する。
- ・総会の議事は出席者の過半数で決し、可否同数のときは倶楽部代表の決するところによる。

第13条 《役員会》

役員会は倶楽部代表が招集し、議長は事務局とする。

- ・役員会は臨時総会を開催するいとまのない場合において地域クラブの目的を達成するためやむを得ないと認められるときは、総会の権限に属する事項について審議し議決することができる。
- ・役員会は倶楽部の活動を把握し、第2条の目的が達せられるよう支援する。
- ・議事は出席者の過半数で決し、可否同数のときは議長の決するところによる

第4章 指導者

第14条 《指導者の責務》

- ・倶楽部の指導者は、指導者及び一社会人として、円満な人格を形成し見識を高めるため、常に自己研鑽に努め、適切な指導を行わなければならない。
- ・競技力向上だけでなく、他校や異年齢との交流の中で、会員同士や会員と指導者等との好ましい人間関係の構築を図り、自己肯定感、責任感、連帯感の涵養に資するなど、豊かな人間性の育成にも寄与しなければならない。

第15条 《指導者の資格》

指導者は、本倶楽部代表、及び指導者の推薦に基づき、選任する。

指導者は、日本バスケットボール協会の公認ライセンスを有する。

また、大会参加にあたっては、資格を必要とする場合においては、該当資格の取得を推奨するものとする。

任期は1年とし、再任を妨げない。

第16条 《スタッフ》

スタッフは、本倶楽部代表、及び指導者の推薦に基づき、選任する。

スタッフは、指導者帯同のもと会員への指導、及び倶楽部の運営を行う。

任期は1年とし、再任を妨げない。

第17条 《指導者研修》

本倶楽部の指導者は、研修プログラムを受講し、日本バスケットボール協会の公認ライセンス、J S P O（日本スポーツ協会）公認スポーツ指導者資格等の資格取得し、保有することとする。

第5章 会計

第18条 《会計》

本倶楽部の会計年度は、毎年3月1日から翌年2月末日までとし、総会時の会計報告をおこなう。

本倶楽部は、公正かつ適切な会計処理を行い、組織運営に透明性を確保するため、関係者に対する情報開示を適切に行う。

第6章 事故の責任

第19条 《事故の責任》

会員の活動に際しては倶楽部諸規程を遵守し、施設管理責任者及び指導者の指示に従い自己の責任において行動する。指導が適切に行われている場合は、傷害等の事故が起こっても本倶楽部及び指導者等に対し損害賠償を請求できないものとする。

第20条 《保険の加入》

本倶楽部の会員および指導者はスポーツ安全保険に加入する。

- ・保険加入は事務局が一括して加入するものとし、保険料は、会費をもってそれに充てるものとする。
- ・倶楽部活動中の傷害については、傷害保険の対象範囲で対応するものとする。
- ・保険未加入者の活動中の事故については、倶楽部は一切の責任を負わないものとする。

第7章 個人情報の管理

第21条 《個人情報の管理》

本倶楽部は活動における個人情報を、適切に管理し、クラブの円滑な運営を目的としたものに使用することができる。また本倶楽部で所得する写真・動画は、倶楽部の広報活動等 SNS に投稿する場合がある。

・倶楽部は、下記に示す場合を除き、本人の同意を得ることなく個人情報を第三者に開示又は提供をすることはできない。また、開示又は提供を行う場合は、個人情報の不適切な流出防止をはじめとする保護のための措置が、開示又は提供先において確保されるよう努める。

- (1) 業務委託先、指導者等に運営上必要な範囲で開示・提供する場合
- (2) 法令等により開示・提供が求められた場合

・倶楽部の指導者、会員、保護者、その他倶楽部関係者は、倶楽部の活動において知り得た個人情報を正当な理由なく第三者に知らせるなど、目的外に使用することの無いよう徹底しなければならない。また、個人情報の取扱いについても、個人情報の保護に関する法律（平成 15 年法律 57 号）及び関係法令等を遵守し、適切に保護しなければならない。

第 8 章 倶楽部の解散・その他・細則

第22条 《倶楽部の解散》

倶楽部は、次に掲げる事由により解散する。

- (1) 総会の決議
- (2) 目的とする事業の成功の不能
- (3) 合併
- (4) 破産

第23条 《その他》

第 25 条 この規約に定めない事項及び運営上必要な規則の変更および追加・細則は総会又は役員会の決議により定める。

(附則)

この規約は、2025年7月1日から施行する。

7. 八幡原籠球倶楽部活動方針(主旨)

A. 活動目的 (活動目標)

- ・ 約 50 年に渡り活動してきた松本ミニバスケットボール教室南部会場としての活動を「クラブチーム」へ変更し、中学生を含めた活動とする。
- ・ 時代の変化、特に中学校における部活動の地域活動への移行に伴い、旧南部会場卒団生を中心にバスケットボール競技を通じ、U15 カテゴリーまでの子供たちを育成する。
- ・ バスケットボール競技を愛し、本クラブチームの活動に賛同、参加する指導者、卒団生が将来、本クラブを通じ、地域社会へ貢献できる環境づくり。
- ・ 地域クラブ活動の意義として、異年齢との交流の中で、選手同士や関係者と選手等の人間関係の構築を図り、選手自身が活動を通して自己肯定感を高めたりするなど、人間形成ができる環境づくり。

B. 活動理念 (育てたい力)

- ・ バスケットボールを通じて、心身ともに健康で、社会に貢献できる人材を育成する。
- ・ 選手一人ひとりが目標に向かって努力し、成長を実感できる環境を提供する。
- ・ チームワークを大切に、互いに尊重し合いながら、楽しくバスケットボールをプレーする。
- ・ 県大会で上位を争い、県ベスト8を目標に全国大会出場を目指す。

C. 活動内容

- ・ 週に 3～4 回、2 時間程度の練習を行う。
- ・ 練習では、基礎技術の習得、チームプレーの強化、試合に向けた準備を行う。
- ・ 年に数回、公式戦や交流試合に参加する。

D. 活動の心構え【選手－指導者－保護者：三位一体とした活動】

I. ◆選手 (育てたい力)

- ・ 日々仲間と協力・切磋琢磨しながら、培った技術と失敗を恐れず常に全力でプレーする。
- ・ バスケットボールができることを喜び、自分に携わるすべての人に感謝と敬意を忘れないこと。

II. ◆指導者 (指導方針)

- ・ 誠心誠意、選手に向き合い、子供たちの育成に取り組む。
- ・ 常に向上心を持ち、技術向上に励む。
- ・ いかなる種類のハラスメントも行わず、あらゆる個人の権利と尊厳を尊重し、公正に接すること。
- ・ 体罰や暴言は、選手の人権を侵害する違法な行為であることを理解し、プレーヤーズファーストの考えで、人権を尊重して活動を行うこと。

III. ◆保護者

- ・ 本活動を理解、賛同いただき、保護者会への参加をお願いします。
- ・ 保護者会長を選任し、クラブ活動の運営にご協力をお願いします。(その他役員の選任は一任します)
- ・ 選手を応援し、成長を見守りながらチーム活動に関わる共同体の一員として携わる方の幸福も念頭に置いておくこと。
- ・ いかなる種類のハラスメントも行わず、あらゆる個人の権利と尊厳を尊重し、公正に接すること。

◆上記と併せ、チーム規約に基づき活動を推進していきます。

E. 活動の具体的な例

- ・ 練習では、ドリブルやパス、シュートなどの基本技術を繰り返し練習する。また、チームプレーの練習では、パス回しやスクリーンプレーなどの基本的な動きを覚える。さらに、個人戦術やチーム戦術の練習も行う。
- ・ 試合では、勝つことを目標にプレーしますが、勝敗よりも、選手一人ひとりが成長できることを大切にします。そのため、試合では、選手のプレー内容を振り返り、課題を見つけ、改善に取り組みます。
- ・ 県大会で上位を争うためには、基礎技術の習得に加えて、チームプレーや個人戦術の強化が必要です。そのため、練習では、基礎技術の練習に加えて、チームプレーや個人戦術の練習もしっかりと行います。
- ・ 試合や練習以外にも、バスケットボールに関するイベントや行事に参加することで、バスケットボールの楽しさを知り、バスケットボールを通じて、人とのつながりを深める機会を増やすよう促進します。
- ・ 活動方針は、チームの状況に合わせて、随時見直すことが大切にします。チームの規模や選手のレベル、地域の状況などに合わせて、活動内容や目標を調整・再設定し随時更新していきます。
- ・ **【活動時間】** 練習時間・日程については、スポーツ外傷・障害やバーンアウト、精神の不安定などのリスクが高まることを正しく理解し、成長期にある生徒がバランスの取れた生活を送ることのできるような活動日数及び活動時間を設定します。
- ・ **【休養、その他】** 生徒の発達段階や健康の状態、気温等の環境を考慮し、都度、指導内容や練習時間、水分補給や休息时间等を設定します。また、施設管理者と連携した用具や施設の点検、保護者や関係機関への緊急時の連絡体制の整備等を行うなど、生徒の安全確保に万全を期し活動します。

8. ※募集要項

対 象 松本市周辺地域在住の6歳～15歳対象

募集人員 定員は特にありません

運 営 八幡原籠球倶楽部(HRC)

所属チーム 男子: Black Jokers (ブラック ジョーカーズ) U12/U15

(JBA 登録) 女子: Red Phoenix (レッド フェニックス) U12/U15

活動期間 2025年4月1日～2026年3月31日までの1年間

練習日時

- ・ 原則として、練習は週3回を目処に開催。
- ・ 練習時間は2時間／回として行います。
- ・ 各種行事、本倶楽部活動事情、会場の都合等で練習日や練習会場が変更になることがあります。
- ・ 詳細については、練習日程表にてご確認ください。(都度発行予定)
- ・ カテゴリー別(U10/U12/U15)での練習を行います。※週3回程度

会費

項目	U10	U12	U15
スポーツスクール参加費(年額)	24,000 円	48,000 円	48,000 円
スポーツ安全協会損害保険料(年額)	800 円	800 円	800 円
JBA 選手登録費(年額)		1,500 円	2,000 円
合計	24,800 円	50,300 円	50,800 円

※この他に各種行事、ウェア代等が別途かかります。詳細は別途ご連絡致します。

【Red Phoenix U15】 2025年度活動計画

★体育館予約状況・学校行事等により、日程／会場／練習時間の変更あります（都度連絡）

月	活動日	曜日	活動時間	活動場所	活動内容
4月	4月1日	火	19:00-21:00	内田体育館	練習
	4月4日	金	休み	寿小学校	使用不可
	4月6日	日	12:00-15:00	芳川小学校	練習
	4月8日	火	19:00-21:00	芳川小学校	練習
	4月11日	金	19:00-21:00	寿小学校	練習（合同）
	4月13日	日	12:00-15:00	芳川小学校	練習
	4月15日	火	19:00-21:00	芳川小学校	練習
	4月18日	金	19:00-21:00	寿小学校	練習（合同）
	4月20日	日	12:00-15:00	芳川小学校	練習
	4月22日	火	19:00-21:00	芳川小学校	練習
	4月25日	金	19:00-21:00	寿小学校	練習（合同）
	4月27日	日	12:00-15:00	芳川小学校	練習
	4月29日	火	19:00-21:00	芳川小学校	練習
月	活動日	曜日	活動時間	活動場所	活動内容
5月	5月2日	金	19:00-21:00	寿小学校	練習（合同）
	5月4日	日	12:00-15:00	芳川小学校	練習
	5月6日	火	19:00-21:00	芳川小学校	練習
	5月9日	金	19:00-21:00	寿小学校	練習（合同）
	5月11日	日	12:00-15:00	芳川小学校	練習
	5月13日	火	19:00-21:00	寿小学校	練習
	5月16日	金	19:00-21:00	寿小学校	練習（合同）
	5月18日	日	12:00-15:00	芳川小学校	練習
	5月20日	火	19:00-21:00	芳川小学校	練習
	5月23日	金	19:00-21:00	寿小学校	練習（合同）
	5月25日	日	12:00-15:00	芳川小学校	練習
	5月27日	火	19:00-21:00	芳川小学校	練習
	5月30日	金	19:00-21:00	寿小学校	練習（合同）
月	活動日	曜日	活動時間	活動場所	活動内容
6月	6月1日	日	休み	芳川小学校	使用不可
	6月3日	火	19:00-21:00	芳川小学校	練習
	6月6日	金	19:00-21:00	寿小学校	練習（合同）
	6月8日	日	12:00-15:00	芳川小学校	練習
	6月10日	火	19:00-21:00	芳川小学校	練習
	6月13日	金	19:00-21:00	寿小学校	練習（合同）
	6月15日	日	12:00-15:00	芳川小学校	練習
	6月17日	火	19:00-21:00	芳川小学校	練習
	6月20日	金	19:00-21:00	寿小学校	練習（合同）
	6月22日	日	中学連	別途連絡	大会
	6月24日	火	19:00-21:00	芳川小学校	練習
	6月27日	金	19:00-21:00	寿小学校	練習（合同）
	6月29日	日	休み	芳川小学校	使用不可
月	活動日	曜日	活動時間	活動場所	活動内容
7月	7月1日	火	19:00-21:00	芳川小学校	練習
	7月4日	金	19:00-21:00	寿小学校	練習（合同）
	7月6日	日	休み	芳川小学校	使用不可
	7月8日	火	19:00-21:00	芳川小学校	練習
	7月11日	金	19:00-21:00	寿小学校	練習（合同）
	7月13日	日	12:00-15:00	芳川小学校	練習
	7月15日	火	19:00-21:00	芳川小学校	練習
	7月18日	金	19:00-21:00	寿小学校	練習（合同）
	7月20日	日	12:00-15:00	芳川小学校	練習
	7月22日	火	19:00-21:00	芳川小学校	練習
	7月25日	金	19:00-21:00	芳川小学校	練習（合同）
	7月27日	日	12:00-15:00	芳川小学校	練習
	7月29日	火	19:00-21:00	芳川小学校	練習

月	活動日	曜日	活動時間	活動場所	活動内容
8月	8月1日	金	19:00-21:00	寿小学校	練習（合同）
	8月3日	日	12:00-15:00	芳川小学校	練習
	8月5日	火	19:00-21:00	芳川小学校	練習
	8月8日	金	19:00-21:00	寿小学校	練習（合同）
	8月10日	日	12:00-15:00	芳川小学校	練習
	8月12日	火	19:00-21:00	芳川小学校	練習
	8月15日	金	19:00-21:00	寿小学校	練習（合同）
	8月17日	日	12:00-15:00	芳川小学校	練習
	8月19日	火	19:00-21:00	芳川小学校	練習
	8月22日	金	19:00-21:00	寿小学校	練習（合同）
	8月23日	土	リーグ戦	別途連絡	リーグ戦
	8月24日	日	12:00-15:00	芳川小学校	練習
	8月26日	火	19:00-21:00	芳川小学校	練習
	8月29日	金	19:00-21:00	寿小学校	練習（合同）
	8月31日	日	12:00-15:00	芳川小学校	練習
月	活動日	曜日	活動時間	活動場所	活動内容
9月	9月2日	火	19:00-21:00	芳川小学校	練習
	9月5日	金	19:00-21:00	寿小学校	練習（合同）
	9月6日	土	選手権（予選）	別途連絡	大会
	9月7日	日	12:00-15:00	芳川小学校	練習
	9月9日	火	19:00-21:00	芳川小学校	練習
	9月12日	金	19:00-21:00	寿小学校	練習（合同）
	9/14-15	土・日	選手権（予選）	別途連絡	大会
	9月16日	火	19:00-21:00	芳川小学校	練習
	9月19日	金	19:00-21:00	寿小学校	練習（合同）
	9月20日	土	リーグ戦	別途連絡	リーグ戦
	9月21日	日	12:00-15:00	芳川小学校	練習
	9月23日	火	19:00-21:00	芳川小学校	練習
	9月26日	金	19:00-21:00	寿小学校	練習（合同）
	9月28日	日	12:00-15:00	芳川小学校	練習
	9月30日	火	19:00-21:00	芳川小学校	練習
月	活動日	曜日	活動時間	活動場所	活動内容
10月	10月3日	金	19:00-21:00	寿小学校	練習（合同）
	10月4日	土	選手権（本選）	別途連絡	大会
	10月5日	日	12:00-15:00	芳川小学校	練習
	10月7日	火	19:00-21:00	芳川小学校	練習
	10月10日	金	19:00-21:00	寿小学校	練習（合同）
	10/12-13	土・日	選手権（本選）	別途連絡	大会
	10月14日	火	19:00-21:00	芳川小学校	練習
	10月17日	金	19:00-21:00	寿小学校	練習（合同）
	10月18日	土	リーグ戦(α)	別途連絡	リーグ戦
	10月19日	日	12:00-15:00	芳川小学校	練習
	10月21日	火	19:00-21:00	芳川小学校	練習
	10月24日	金	19:00-21:00	寿小学校	練習（合同）
	10月25日	土	リーグ戦(α)	別途連絡	リーグ戦
	10月26日	日	12:00-15:00	芳川小学校	練習
	10月28日	火	19:00-21:00	芳川小学校	練習
	10月31日	金	19:00-21:00	寿小学校	練習（合同）
月	活動日	曜日	活動時間	活動場所	活動内容
11月	11月1日	土	リーグ戦	別途連絡	リーグ戦
	11月2日	日	12:00-15:00	芳川小学校	練習
	11月4日	火	19:00-21:00	芳川小学校	練習
	11月7日	金	19:00-21:00	寿小学校	練習（合同）
	11月9日	日	リーグ戦	別途連絡	リーグ戦
	11月11日	火	19:00-21:00	芳川小学校	練習
	11月14日	金	19:00-21:00	寿小学校	練習（合同）
	11月16日	日	12:00-15:00	芳川小学校	練習
	11月18日	火	19:00-21:00	芳川小学校	練習
	11月21日	金	19:00-21:00	寿小学校	練習（合同）
	11月23日	日	12:00-15:00	芳川小学校	練習
	11月25日	火	19:00-21:00	芳川小学校	練習
	11月28日	金	19:00-21:00	寿小学校	練習（合同）
	11月30日	日	12:00-15:00	芳川小学校	練習

月	活動日	曜日	活動時間	活動場所	活動内容
12月	12月2日	火	19:00-21:00	芳川小学校	練習
	12月5日	金	19:00-21:00	寿小学校	練習（合同）
	12月7日	日	12:00-15:00	芳川小学校	練習
	12月9日	火	19:00-21:00	芳川小学校	練習
	12月12日	金	19:00-21:00	寿小学校	練習（合同）
	12月13日	土	リーグ戦	別途連絡	リーグ戦
	12月14日	日	12:00-15:00	芳川小学校	練習
	12月16日	火	19:00-21:00	芳川小学校	練習
	12月19日	金	19:00-21:00	寿小学校	練習（合同）
	12月21日	日	12:00-15:00	芳川小学校	練習
	12月23日	火	19:00-21:00	芳川小学校	練習
	12月26日	金	19:00-21:00	寿小学校	練習（合同）
	12月28日	日	12:00-15:00	芳川小学校	練習
月	活動日	曜日	活動時間	活動場所	活動内容
1月	1月6日	火	19:00-21:00	芳川小学校	練習
	1月9日	金	19:00-21:00	寿小学校	練習（合同）
	1月11日	日	12:00-15:00	芳川小学校	練習
	1月13日	火	19:00-21:00	芳川小学校	練習
	1月16日	金	19:00-21:00	寿小学校	練習（合同）
	1月17日	土	リーグ戦	別途連絡	リーグ戦
	1月18日	日	12:00-15:00	芳川小学校	練習
	1月20日	火	19:00-21:00	芳川小学校	練習（合同）
	1月23日	金	19:00-21:00	寿小学校	練習（合同）
	1/24-25	土・日	クラブ新人	別途連絡	大会
	1月27日	火	19:00-21:00	芳川小学校	練習
	1月30日	金	19:00-21:00	寿小学校	練習（合同）
月	活動日	曜日	活動時間	活動場所	活動内容
2月	2月1日	日	12:00-15:00	芳川小学校	練習
	2月3日	火	19:00-21:00	芳川小学校	練習
	2月6日	金	19:00-21:00	寿小学校	練習（合同）
	2月8日	日	12:00-15:00	芳川小学校	練習
	2月10日	火	19:00-21:00	芳川小学校	練習
	2月13日	金	19:00-21:00	寿小学校	練習（合同）
	2月14日	土	リーグ戦	別途連絡	リーグ戦
	2月15日	日	12:00-15:00	芳川小学校	練習
	2月17日	火	19:00-21:00	芳川小学校	練習
	2月20日	金	19:00-21:00	寿小学校	練習（合同）
	2月22日	日	12:00-15:00	芳川小学校	練習
	2月24日	火	19:00-21:00	芳川小学校	練習
	2月27日	金	19:00-21:00	寿小学校	練習（合同）
月	活動日	曜日	活動時間	活動場所	活動内容
3月	3月1日	日	12:00-15:00	芳川小学校	練習
	3月3日	火	19:00-21:00	芳川小学校	練習
	3月6日	金	19:00-21:00	寿小学校	練習（合同）
	3月8日	日	12:00-15:00	芳川小学校	練習
	3月10日	火	19:00-21:00	芳川小学校	練習
	3月13日	金	19:00-21:00	寿小学校	練習（合同）
	3月14日	土	リーグ戦	別途連絡	リーグ戦
	3月15日	日	12:00-15:00	芳川小学校	練習
	3月17日	火	19:00-21:00	芳川小学校	練習
	3月20日	金		未定	
	3月22日	日		未定	
	3月24日	火		未定	
	3月27日	金		未定	
	3月29日	日		未定	