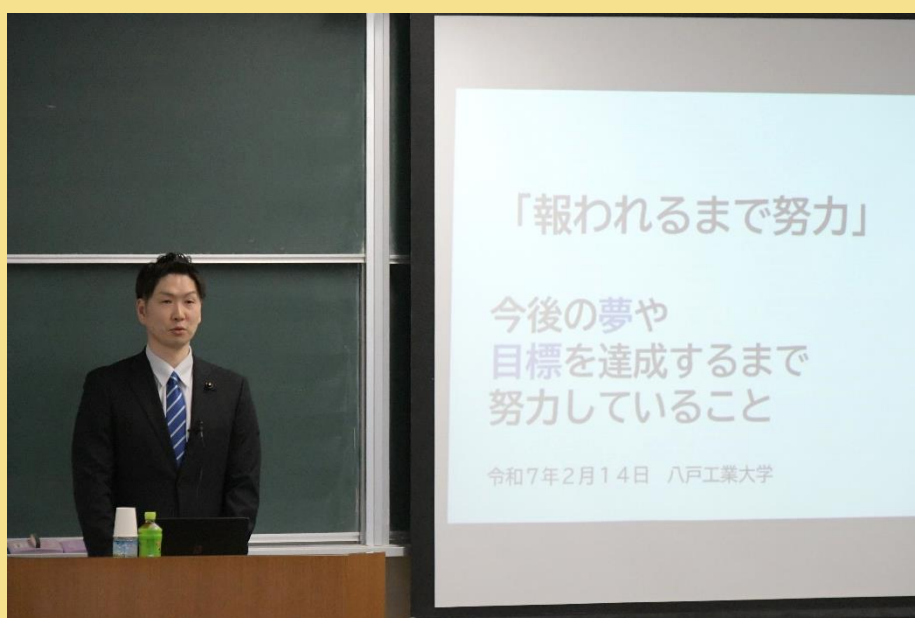


八戸市スポーツ大使ふるさとセミナー

2025年2月14日(金) 13:00～14:20

八戸工業大学

(部・サークル団体代表学生 約60名)



HACHINOHE DIME

講演
～報われるまで努力～

本日は、HACHINOHE DIMEから
テクニカルアドバイザーの北向 由樹さん
にお越しいただき、

「報われるまで努力」
～今後の夢や目標を達成するまで努力していること～

と題して、ご講演いただきました。
講演に入る前、北向さんは、



講演の依頼をいただいたとき、
自分の経験談がどれだけ役に立てるのかと悩んだ。
でも、厳しい現実の話など**ありのまま**を伝えたいし、
みなさんには**未来を描いて、いろいろ挑戦**してほしい。

とおっしゃいました。



講演では、
まずはじめに
自己紹介と経歴について
お話しいただきました。

01

自己紹介と経歴

北向さんは現在、

- ◆ HACHINOHE DIME テクニカルアドバイザー
- ◆ RE×FREE 代表&コーチ
- ◆ UI5 BASKETBALL CLUBTEAM「OWLS」
U-15 代表兼コーチ
- ◆ 青森県議会議員

など、様々な活動を精力的に行っています！
そして、経歴は

- 1985 ● 4月19日誕生
… 公立七戸病院で生まれる
- 1992 ● おいらせ町立百石小学校 入学
… そろばんを習い始める
今でもそろばん・暗算は特技の1つ！
- 1998 ● おいらせ町立百石中学校 入学
… バasketボール部に入部
- 2001 ● 秋田県立能代工業高等学校機械科 入学
… 親元を離れ、バasket強豪校で3年間過ごす
- 2004 ● 明治大学政治経済学部経済学科 入学
… 4年時にはインカレベスト8を経験
- 2008 ● プロバasketチーム
埼玉ブロンコス 入団
… 主将を務め、MIP受賞
- 2013 ● 青森ワッツ設立と同時に入団
… 3年間在籍し、主将も務める
- 2016 ● ライジングゼファー福岡 入団
… B3・B2リーグ優勝経験

- 2018 ● 埼玉ブロンコス 復帰
… 1年間在籍し、主将も務める
- 2019 ● 青森県へUターン
… 3×3チーム「HACHINOHE DIME」に入団！
おいらせ町・南部町・八戸市で、バスケ塾の
「RE×FREE BASKETBALL ACADEMY」創設
- 2023 ● 青森県議会議員に初当選
… 議員1年生として、勉強の毎日！

というように、さまざまな経験をされています！

小学生の時に習い始めたそろばんと暗算は
今では「心の余裕」につながっているそうです！

また、おいらせ町はスポーツチャンバラの発祥で、
北向さんは小学生時代に
全国大会に出場されました！

このように、たくさんの経験をし、
多くの実績を残してきた北向さん。

北向さんが「絶対に必要」と教えてくださったのが、
「目標設定と努力の大切さ」です。



02

目標設定と 努力の大切さ



いろいろなことに挑戦していく上で、
「**目標を設定することはとても大事**」
北向さんはおっしゃいます。

まずは、**おおまかな目標**を設定し
そのおおまかな目標を達成するまでの
小さい目標を設定します。

そうすることで、
目標を達成するまでの道筋が見えてきます。



努力をして報われるとは限らない。
でも、**努力しないのはあり得ない**。
目標設定は人それぞれ違う。
だから自分にあった目標設定をしてほしい。

03

挫折と向き合う方法



北向さんは、大好きなバスケのことを記録する「バスケノート」を毎日書いたそうです。このノートは誰にも見せたことはありません。

そして、いろいろなことを経験してきた北向さんだからこそ言えることが、「壁は必ずある」ということ。

その「壁」に直面したときには必ず、「バスケノート」を見返し、それまで自分が努力してきたことや小さな目標をちゃんと達成してきたかを振り返ります。

「壁」や「挫折」と感じるということは、自分が設定した小さな目標をきちんと達成していなかったということ。

だから、振り返ることで、何が良くて、何が良くなかったのかが明確になり、次につなげることができます。



最後は、八戸工業大学の学生さんから
北向さんへの質問タイムです！



- Q. 高校教師になりたいと思っています。
人に何かを伝える時、大事にしていることは
何ですか？
- A. どんなときも**全力で笑顔**で、楽しませることを
心がけ、**考え方を決めつけ**ないようにする。
- Q. 北向さんのイントネーションや話し方など、
講演がとても聞きやすかったです。
そういったスキルはどこで学んだのですか？
- A. 特段どこかで学んだということはない。
周りの方がアドバイスをしてくださったりと、
自分はとにかく周りに恵まれただけ。
- Q. 好きなことを続けている中で苦しくなった時、
やり続けたらいいのか、やめればいいのか
悩んでしまいます。
- A. 挑戦には「成功」か「失敗」しかない。
でも、**失敗からでしか学べない**こともある。
だから、あきらめずに続けてみてほしい。

北向さん、貴重なご講演ありがとうございました！
そして、八戸工業大学のみなさん、お疲れさまでした！