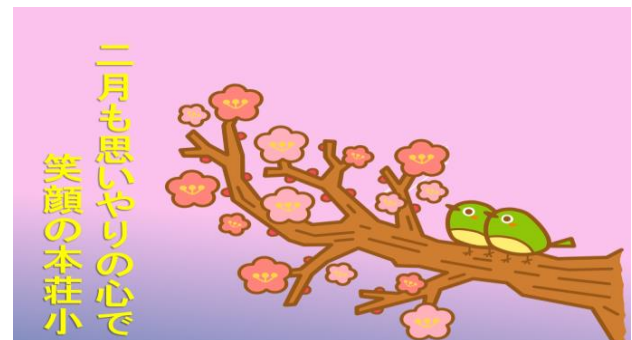




学校だより 本荘 Smile

令和6年度 第48号
令和7年3月25日
熊本市立本荘小学校
校長 西川 英臣

2月の学校朝会は持久走大会について。金メダリスト高橋 尚子さんのエピソードです。



2月の学校朝会は、高橋 尚子さんを取り上げてお話をしました。2月の学校朝会の日ちょうど持久走大会の日でした。3学期に入ってから子どもたちは、毎日毎日練習にあけておりました。校長の私も、朝のボランティアの後に1年生と一緒にトラックを3周して職員室に戻っていたものでした。本当に本荘小の子どもたちは行事に対して熱心で感心します。

しかしながら、みんながみんな、持久走が好きわけではありません。何をかくそう、私自身も子どもの頃は持久走が大の苦手でした。走ることに苦痛がなくなってきたのは、つい最近のことです。速くは走れない笑と割り切ってから、楽しくなってくるというのも面白いものですね。

しかしながら、子どもたちにとっては大きな問題です。校長としては少しでもモチベーションを上げたいところです。ですので、この日の学校朝会で高橋さんを取り上げたのでした。

ご存じの方も多いと思いますが、高橋 尚さんは、有名なオリンピック。シドニー五輪の金メダリストです。Qちゃんの愛称で親しまれました。中学生の時から本格的に陸上競技を始め、高校、大学を経て実業団へ。98年名古屋国際女子マラソンで初優勝、以来マラソン6連勝。2000年シドニー五輪金メダルを獲得し、国民栄誉賞を受賞されています。2001年、女性として初めて2時間20分を切る世界記録(当時)を樹立したトップアスリートでした。現役を引退してからは、日本オリンピック委員会や日本陸上競技連盟の評議員等をされています。そのかわり、スポーツキャスターもされています。テレビでもよく見かけますね。

そんな高橋さんですが、最初から有名な選手ではなかったそうなのです。しかし、少しずつ実績を積み上げて、日本代表になったのだそうです。一生懸命に練習しても結果が出なかったときに、高校時代の恩師がくださったのが「何も咲かない寒い日は、下へ下へと根を伸ばせ。やがて大きな花が咲く」という言葉です。(以下続きます)

すごく素敵な言葉ですね。この言葉があったからこそ高橋さんは、金メダリストにもなれたし、世界記録も出せたのでしょね。

毎日練習しても、なかなか順位が上がらなかつたり、タイムが縮まらなかつたりするのが持久走の練習です。そんな時に少しでも励みになればと思ってお話した2月の学校朝会でした。

この日は寒かったのですが、どの学年の子どもたちも全力で持久走大会での自己記録更新に挑んでいましたね。その姿を見て、とても安心して、その午後から出張先の和歌山に向かった校長先生でした。(校長)

校長先生の虫眼鏡 2月学校朝会「何も咲さかない寒い日は・・・」

令和6年度2月 学校朝会

おはようございます。今日は寒いんですね。いよいよ2月です。卯月といえます。逃げる2月ですので、みなさんしっかりと勉強のまとめをしましょう。みなさんは今、体育の授業や朝、登校してからも練習をして、持久走大会に向けてがんばってきましたね。今日は、いよいよ本番です。校長先生はみなさんの頑張りを楽しみにしています。でも、持久走ってきつよね。校長先生もこどもの頃は持久走苦手でした。長い距離をすいすい走る人を見ていると「なんであんなに走れるんだろう?」と不思議でたまりませんでした。ですので、今日は長い距離を走るプロフェッショナルの方のお話をします。

この方は、シドニーオリンピックの女子マラソンで、金メダルに輝いた高橋尚子さんです。高橋さんは「マイオリンピック」というラジオの番組をされていて、校長先生は毎日、朝からそのラジオを聴きながら学校に来ているのです。その高橋さんは、あるインタビューでこんなことを言っていました。小学生の頃から走るの好きで、校内のマラソン大会で優勝するなど、特に長めの距離が得意でした。走ることは好きでしたが、最初からオリンピックを目指していたわけではありません。中学時代は短距離から中距離の選手で、最初から長距離を専門にしていたわけではありませんでした。あるとき、元・日本代表の選手から「自分が日本代表になれたのは、練習の後に毎日、100メートルを3本プラスして走っていたから」というお話を聞いたんだそうです。「たったそれだけで?」と信じられない気持ちでしたが、翌日から毎日実践してみたいのです。これが「10本」だったら三日坊主で終わってしまったかもしれませんが、「3本」なので、毎日続け、欠かさず続けることで成果が出るようになったというのです。この「プラスちょこっと」は、嫌いやにならず毎日できるので、陸上に限かぎらず、みなさんにもオススメです。ぜひ試してみてください!とおっしゃっています。

高橋さんは、はじめは目立たない選手でしたが、少しずつ積み上げて、成績を上げていったのだそうです。ここからは、高橋さんの言葉です。「何も咲さかない寒い日は、下へ下へと根を伸ばせ。やがて大きな花が咲く」。これは高校時代の恩師にいただいた言葉です。苦しい練習をこなしてもすぐに成果が出るわけではないので、不安です。それでも、この言葉を支ささえに「今は根を伸ばしているところなんだ、今が頑張りがんばり時なんだ」と、ずっと地道に練習を重ね続けました。その結果、最終的には2000年のシドニーオリンピックで金メダルという大輪の花を咲かせることができました。練習はつらいものです。つらくなければ練習ではありません。ただ、そのつらさを乗り越えれば、前よりも強い自分になれるので、達成感や充実感じゅうじつかんがあります。つらくなくてもどうしても逃にげ出したいくなりますが、逃にげても、いつかは目の前の壁かべを越えなければいけないことには変わりありません。それなら、今クリアしてしまえば、次はもっと楽に越えられる。つらいときこそ「今が壁かべを越えるチャンス!」と思って挑んでいましたね。物事をマイナスに捉えらえるのではなく、その状況の中で何ができるかを前向きに考えるんです。そうすれば落ち込まなくてすむし、元気に一歩をふみ出すことができます。私わたしは“ポジティブ変換”と言っていますが、困難に直面したときは、一度立ち止まってゆっくりと周りを見回して、プラスの考え方に切り替かえるようにしていました。「何も咲かない寒い日は、下へ下へと根を伸ばせ」とてもよい言葉です。もう一つ、高橋さんからのメッセージです。みなさんの行く道にはこれからたくさんの方が待っています。その未来のために、夢を持ってください。夢を持つことによって、今日やるべきことが見えてきます。そして、自分が求めている姿になることができると思います。「自分の夢はまだないな」「何だろう」、そう思っているみなさんは、ぜひ、大好きなことは何か、見つめ直してみてください。「サッカーが好き」「陸上が好き」「本を読むのが好き」、何でもいいと思います。

自分の「大好き」を一生懸命いっしょうけんめいやり続けていけば、そこから夢が見つかるはず。あきらめずに続けることが、夢をかなえるための糧になると思います。みなさんの未来が、大きく、そして素敵できなものでありますように、応援しています。やっぱり、夢を実現した方の言葉は素敵ですね。感動しました。3学期も後残り、2月と3月のみ。2月が逃げる前に楽しい月にしましょう。

2月も思いやりの心で笑顔の本荘小にしましょう。これで校長先生のお話を終わります。