



こんにちは。異常ともいえる夏の暑さも少しは和らぎはじめ、ようやく秋の気配を感じられるようになりました。「実りの秋」という言葉がありますが、努力の成果が実を結ぶ時期という意味で使われることがあります。学業や芸術、スポーツ、進路のことなど、みなさんの今までのがんばりが報われ、充実した秋になることを願っています。

さて、私は甲南高等養護・甲南高校の陸上部の顧問をしていることもあり、ある陸上部員の紹介も兼ねてみなさんにお伝えしたいことを少し綴ります。

甲南高等養護学校3年生の渡辺空馬さん。彼は、今年4月のパラ日本選手権で大人の選手たちを抑えて優勝しました。日本一です。5月には静岡国際グランプリという大会でさらに記録を伸ばし、目標にしていた世界選手権の派遣記録を突破することができました。来月、オーストラリアの地で、日本代表として日の丸をつけて世界に挑戦します。

これだけを聞けば「すごいな～」なのですが、ここまでの道のりは決して簡単なものではなかったのです。彼は産まれて2歳をすぎても自分の足で歩行することができませんでした。ドクターからは「一生運動することは難しいかもしれない」と言われたそうです。今は100mを10秒台で走るトップアスリートです。当時のリハビリなど、これまでのご家族の多大なサポートのおかげだということは言うまでもありません。本校に入学してから決して走力があったわけでもなく、練習も嫌い、試合の前には先に言い訳をしておく。なーんともなく走っていた彼がなぜ変わり、ここまで成長してこられたのか…

私の考える理由の1つ目は、あることがきっかけで「自分より速い人と競って勝ちたい」という“思い”を彼自身がもったからです。「こんな自分になりたい」という“思い”が一番の原動力になります。思いは強ければ強いほど、自分の行動を変えてくれます。「もっと努力しなくちゃ」ではなく、「夢中」になっているのです。この状態が、人が一番伸びるときなんです。

2つ目は、“素直さ”です。人のいいところをマネしてみたり、先生からのアドバイスを取り入れたり、いろんなことを吸収する“素直さ”が大切だと感じています。

3つ目は、“変化を楽しむ”ということです。彼も大きな大会に初めて出た頃は、不安から試合前にお腹をよく壊したり、弱音を吐いたりしていました。それが今では、初めて行く場所、初めて会う人、初めての大会を楽しめていることが、プレッシャーのかかる大事な場面でも力を発揮できている要因だと感じています。人間は、新しいことに挑戦しようとするとき、環境が変わるときに不安や葛藤が生じます。当たり前です。しかし、この変化が起きるときこそ人は自分の可能性を見つけ、成長ができるんです。自分の身に変化が起きようとしているとき、「嫌だなあ」ではなく「成長できるチャンス！」くらいに楽しめるようになれば、こっちのモンです。

最後に。スポーツの世界においては才能が大きなウェイトをしめているのが現実です。才能とは生まれもった身体能力だけではありません。素直さや挑戦を楽しめることも才能です。何より、こんな自分になりたいという強い“思い”をもてることも才能です。つまり、才能のない人なんていないのです。できないことに目を向けるより、“好き”や“得意”におもいきり挑戦してみてください。挑戦という経験の数々が、いつか花を咲かせ、未来を彩ってくれるでしょう。



令和7年9月

甲南高等学校・甲南高等養護学校

リレーメッセージ

甲南高等養護学校 副校長

『あなたの「趣味・特技」は何ですか。』

このように質問されて、どう答えますか？ ちなみにインターネットで「趣味とは」で検索すると、

趣味とは、

- ・専門としてではなく、楽しみとして愛好する事柄。
 - ・仕事、職業としてではなく、個人が楽しみとしている事柄。
- などが表示されました。

やはり、趣味は「楽しみ」なものなのですね。私は、週末の家庭菜園が「楽しみ」です。土日ともに雨が降り、畑に行くことができなかったときの月曜日は本当にショックです。そういう意味では、趣味は「気分転換」「ストレス軽減」「心身のリフレッシュ」等の効果があるのかもしれません。

同様にインターネットで、「特技とは」で検索してみると、

特技とは、

- ・他の者に比べ特に上手で自信のある技芸・技術・能力
 - ・他の一般の人に比較して優れていると思われる技術や能力
- などが表示されました。

「他の人と比較しなければいけない」ことに疑問は持ちますが、自信をもっている技術・能力を特技と解釈すれば、私の特技はボウリングになります。毎週末数ゲーム投げていますが、最近はアベレージが170前後で安定しています。（あくまで最近のことです。今後調子が落ちる可能性あり）そうなると、週末のボウリングが「楽しみ」になっていき、趣味・特技がボウリングということになりますね。

振り返ると、10代は囲碁・将棋に夢中になり、20代はカラオケ・麻雀、30代は料理教室、40代は家庭菜園、そして今新たにボウリングというアイテムを手に入れました。それぞれの世代で、「気分転換」「ストレス軽減」「心身のリフレッシュ」ができたのは、これらの趣味・特技のおかげだったと思います。

厚生労働省の報告によれば、日本人男性の健康寿命は72歳、女性は75歳くらいです。それまで働き続けたい、健康でいたいという思いがあります。必要があれば新たなアイテムを手に入れながら。