



田村市立都路中学校 学校だより 第6号

令和6年5月31日（金）
発行責任者：校長 佐藤 仁
TEL：0247-75-2009

めざす生徒像：自らの志を語り、目標に向かって主体的に努力できる生徒

めざす学校像：志を育む学校 学び合い、高め合う学校 信頼され、愛される学校

Power of Words

田村支部中学校総合体育大会が来週に迫ってきました。どの運動部も昨年度までの取り組みを振り返りながら、毎日の練習や練習試合、各種大会に臨んできました。各種大会で躍動する選手の姿は保護者の皆様やご家族、地域の方々に元気や笑顔を届けました。そして保護者の皆様やご家族、地域の方々の応援から大きな力をもらった選手もいると思います。

3年生にとっては中学校時代最後の中体連大会になります。勝っても負けても大会後に「やりきった」「一片の悔いなし」と思えるように全力パフォーマンス、全力応援を期待します。

支部中体連総合大会を間近に控えた皆さんに力を与えてくれる言葉を紹介します。

「是を非に変えても 非を是に変えても」

若い頃スポーツに打ち込んでいた時の私のパワーワードです。練習ノートの表紙に自筆で書いてほぼ毎日見て練習していました。タイムを競うスポーツで箱根駅伝常連校東洋大学駅伝部の「1秒を絞り出せ」ではないですが、食生活の改善、十分な練習時間の確保、根拠ある練習方法などなど、仕事以外の生活のすべて（ちょっと言い過ぎ感があります）を目標タイムクリアのための練習や体のケアにあてていました。

練習がきつくて弱音を吐きそうになった時、大会で目標タイムをクリアできなかった時、自分に適当な言い訳をしてだらしのない食生活を送ってしまった時などに、励まされたり、力をもったり支えられたりした言葉です。当初は目標タイムクリアのために3年を予定していましたが4年かかりました。

初めて目標を達成した時の感動は今でも鮮明に覚えています。1996年アトランタオリンピック女子マラソンで銅メダルを獲得した有森裕子さんのレース後の発言「初めて自分で自分を褒めたいと思います」に近いような感覚（大げさですが）でした。

今はあの頃のように自分を追い込んで達成したい目標はありませんが、たまに練習ノートを見ると自分に力を与えてくれます。今も大切な言葉です。

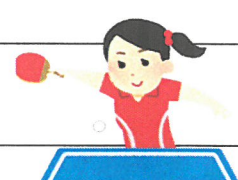


元日本代表バレーボール選手、元日本代表監督 中田久美さんの言葉

「叶わなそうなものを叶えるのが夢。自分の限界を自分で決めてしまったらその先はない。」

元卓球選手 水谷 隼さんの言葉

「敵は相手ではなく自分であることを知り、己に勝てる自分になりたい。」



元プロ野球選手・監督 王 貞治さんの言葉

「敵と戦う時間は短い。自分との戦いこそが明暗を分ける。」

