

# 一期一会

**自律** 目標に向かって自分自身を律する  
**感謝** 思いやりや感謝の気持ちをもつ  
**貢献** 将来社会に貢献する態度を養う

2021.6.24 第12号



## 西諸地区中学校総合体育大会を終えて

水泳競技から始まった西諸地区中学校総合体育大会でしたが、17日(木)の陸上競技ですべての競技を終了しました。県大会への出場が叶った競技もあれば、残念ながら県大会出場の切符に届かずにこの大会で部活動が終わることになった3年生もいるなど明暗が分かれてきましたが、いずれにせよ中学校生活の1ページとして記憶に残ってくれることと思います。

団体競技についてはすべての結果を紹介しますが、紙面の都合で、個人は県大会出場が決まった競技のみ紹介させていただきます。

### バレーボール(男子) 第3位(県大会出場)

<1回戦> 細野2-0 東方 <準決勝> 細野0-2 高原  
 <代表決定戦> 細野2-0 小林

### バレーボール(女子)

<1回戦> 細野0-2 永久津

### ソフトテニス(男子) 第2位

<1回戦> 細野3-0 三松 <決勝> 細野0-2 小林  
 <個人の部> 押領司隼・榎田晃大ペア 優勝(県大会出場)

### ソフトテニス(女子) 第3位

<1回戦> 細野2-0 上江 <準決勝> 細野0-2 野尻

### 水泳

- ・100m自由形 優勝 鳩宿光洋(県大会出場)
- ・200m自由形 優勝 鳩宿光洋(県大会出場)

### 柔道

- ・81kg級 優勝 田中駿斗(県大会出場)

### 弓道 第6位(県大会出場)

清原梓・白尾心・白尾陽

### 陸上 女子団体優勝

#### (県大会出場)

- |                                       |                    |
|---------------------------------------|--------------------|
| ・3年男子100m 第4位 吉藺宏斗                    | ・3年女子100m 第1位 池田優月 |
| ・共通男子110mH 第2位 谷山大治                   | 第3位 小藺 楓           |
| ・2年女子100m 第3位 平山春菜                    | ・共通女子走幅跳 第1位 池田優月  |
| ・共通女子200m 第3位 宮脇ころろ                   | 第2位 池田葉月           |
| ・共通女子100mH 第1位 宮脇ころろ                  | ・共通女子砲丸投 第1位 上野美咲  |
| ・共通女子走高跳 第1位 園田伊織                     | 第2位 高原愛咲           |
| 第2位 池田葉月                              |                    |
| ・共通女子4×100mR 第1位 平山春菜・宮脇ころろ・池田葉月・池田優月 |                    |
| ・1・2年女子80mH 平山春菜 第2位                  |                    |



## まず楽しむことから 強いチームには笑い声がある

元女子マラソン選手 スポーツライター 増田 明美

私が宮崎にある旭化成陸上部の合宿に参加したのは、高校卒業してすぐでした。当時の監督は広島日出国さんでした。

高校時代の私たち陸上部は、夏でもウインドブレーカーを着て、フードを頭から被って走っていました。フードを被ると視界が狭くなりますから、集中して走れるんです。

とてもきれいな青島の海岸を背に走ったのですが、どんな景色があっても私が見るのはストップウォッチだけでした。

ある日、後に私と一緒にロス五輪のマラソンに出場することになる双子の宗兄弟の、どちらかの宗さんから、「おまえと一緒に走ると、走るのがつまらなくなってくる。あんまりカサカサ音を立てないでくれ。5,000 mとか 10,000 mを走る時は集中することが大事だけど、マラソンはいかに自分の気持ちを楽しませるかが大事なんだ」と言われました。

それまで私は全く逆の考え方をしていたので、すごくショックでした。実際、旭化成の選手はみんなカラフルなウェアでこんなにチャラチャラしてていいのかなと思うくらい、楽しみながら走っているんですよ。そして40<sup>分</sup>、50<sup>分</sup>、60<sup>分</sup>、平気で走っちゃうんです。

「ああ、この人たちは走ることを楽しんでいる。だから走れるんだ」と思いました。

この「楽しみながら走る」ということを私が自分のこととして感じられるようになるのは、それから何年も後になってからでした。

旭化成はやっぱり指導者が素晴らしいです。

たとえば宗さんは「この選手にはどういう言葉を掛けたら頑張れるか」ということを知っていて、選手によって掛ける言葉が違っていているんですね。

宗さんは男子の選手を育てるのがすごく上手ですが、女子の選手を育てるのがうまいのは有森裕子さんや高橋尚子さんを育てた小出義雄監督です。見た目はただのダメ親父って感じですけどね(笑)。

私が取材に行って、「監督、鈴木博美選手の調子はどうですか？」と聞くと、「博美？最高だよ」って言うし、「高橋選手は？」と聞くと、「Qちゃん？もう絶好調！うちの選手はすごいよ。だから監督は楽だ。酒だけ飲んでればいいんだ。選手はみんな勝手にやるから」と、こんな感じです。

だけど小出監督は選手一人ひとりの個性をよく見抜いていて、宗さんと同じで、どういう言葉を掛けたら頑張るか、どう接したらやる気になるかよく知っているんです。

小出監督が私にこうおっしゃったことがあります。

「明美さんよ、あんた、駅伝チームを取材しているけど、強いチームというのは、近くに行ってみると分かるけど、笑い声が聞こえてくるぞ。雰囲気明るいチームは間違いなく結果を出すよ」

「あんたの時代には汗と涙でオリンピックに行ったんだろうけど、今は違うよ。何が一番大事かという、笑いだよ」

確かに高橋尚子さんがいる積水化学女子陸上部には絶えず笑いがあるんです。だけど、練習の質は私の頃と比べるとはるかに高い。

だからこそ力んでやるのではなく、明るい雰囲気づくりを大事にしているんだと思います。

(みやざき中央新聞 1999年9月27日号より)

