

皆さんおはようございます。ラニーニャ現象の影響で、今年も暑い夏になりそうです。2023年5月～9月の全国の熱中症による救急搬送者数は91,467人で、前年度より約2万人程増加しています。前々年度からは約4万人程度増加しており、この2年間で約2倍近くになっているということになります。コロナによる行動制限で身体が熱さに順化していないからかなと思っていましたが、ここ近年の夏の暑さが異常だということです。今年も特に暑い夏になるということですから、熱中症対策には十分に気をつけてください。

さて、今年パリオリンピック・パラリンピック開催の年ということで、7月27日(土)の開会式を控え、スポーツムーブメントが大いに盛り上がっています。そこで私が印象に強いアスリートについてお話したいと思います。オリンピック東京大会、パリ大会の2大会連続出場の陸上競技日本代表の田中希実さんです。西脇工業高校出身です。それは東京オリンピックが開催された2021年3月30日のできごとです。兵庫県公館で兵庫県スポーツ優秀選手表彰式がありました。スポーツで優秀な成績を収めた選手の皆さんを知事が表彰するものです。田中さんは、受賞者を代表して表彰を受け、「この受賞を励みに東京オリンピックを頑張ります。」とコメントしました。

その後、田中さんの講演会がありました。東京オリンピックに出場するまでの成功体験や勝つためにすべきことを話すのかなと思っていました。全然違いました。「陸上競技は自分のアイデンティティではなかった」「楽しいと思ってやってきたわけではない」「自分を認めてもらうために残ったものが陸上競技だった」「たまたまいい条件が重なり偶然国際大会で勝つてはおごってしまい、狙っていたレースでは惨敗し、自分という人間を全否定したくなった」挙げ句の果てには、先程、代表受領したときに「東京オリンピックに向けて頑張ります」と言ったのも嘘です。と言って、講演中に涙をポロポロとこぼしました。ネガティブなんです話すことが。

講演会の後に控え室で、田中選手とお話しする機会がありました。彼女は、「今回の講演が、今までの自分を振り返り、自分と向き合う機会となった。それを皆さんに聞いてもらい安心した。」と話しました。皆が憧れるトップアスリートも悩み、苦しみ、自分と戦っているのを、間近で感じた思いがしました。

最後に彼女は、「こんなネガティブな私ですけど、『悩んでいるときは自分が成長している時だ』とポジティブに考えられるようになり、自分の行きたい場所に行ってやるとしています。」と話してくれました。彼女のその後の活躍は、皆さんも知っての通りです。

人間、この先自分がどうなるかわからないことほど不安に思うことはないと思います。3年生は進路実現に向けて、1, 2年生は勉強はもちろん、部活、行事等の中心となっていきます。皆さんそれぞれの立場で、目標を実現させる過程において、思い悩み苦しむことがあると思います。そのような時には、「悩んでいるときは、成長しているときだ」と信じ、「自分が行きたい場所に必ず行くんだ」という強い意志を持ち、立ち向かうアクションをおこしてください。皆さんにも必ずできると信じています。

さて、長い夏休みは、日頃取り組むことができないことにチャレンジするいい機会です。部活動、探究活動、そして受験勉強を含んだ学習活動にのめり込むのも良いでしょう。ただ、特別なことをすることだけがチャレンジではないように思います。私が好きなイチロー選手の言葉に、「小さなことを積み重ねていくことだけが、とんでもないところへ行く唯一の道」というものがあります。「夏休みには日頃できないことへチャレンジを」と言いましたが、特別なことをするのではなく、特別なことができるようになるために、普段通りの当たり前のことをきちんとやりきると言うことでしょうか。泥臭い努力を続ける力を身につける機会にするのもいいかも知れません。

暑い夏、暑さに流されずに、目標を明確にして、計画を具体的にして、夏休み最終日の9月1日(日)に充実感を味わっている自分をイメージして夏休みを過ごしてください。そして、これが一番大事です。9月2日(月)の始業式に元気に登校してください。よい夏休みを。