



梅島小だより

「あたりまえのことをあたりまえに」

校長 江原 敦史

新年最初の全校朝会で次のような話をしました。

「あたりまえのことをあたりまえにきちんとやりましょう。」

あたりまえのことをていねいにきちんとやるのが、大きなことを成し遂げることに繋がります。

お正月に、テレビで箱根駅伝を見た人があるかもしれません。

青山学院大学という大学が昨年に引き続き優勝しました。

この大学は、それまでは箱根駅伝に出場することすら難しい状況がありました。

それが、ここ数年でとても強くなりました。

どうして強くなったのでしょうか。

これは、監督の原さんという人が長い時間をかけて指導した成果なのですが、取り組んだことの一つに『あたりまえのことをあたりまえに』ということがありました。

例えば『規則正しい生活』です。

原監督は次のように言っています。

「陸上選手にとって何よりも大切なのは『規則正しい生活』です。朝早く起きて、栄養バランスのとれた食事を3度とり、しっかり睡眠をとる。もちろん、質の高い練習をすること、プレッシャーに負けない精神を鍛えること、本番に向けて自分の身体を調整する管理能力なども大事な要素ですが、それらはすべて日々の生活が支えているんです」

このような取り組みを通して、選手が体調管理に気をつけながら自分で目標を立てて、進んで練習に取り組むような姿勢に変わったのだそうです。

みなさんも、新しい年のスタートにあたって、できるようになりたいことを目標にしたいと思います。それを実現させるためにも、規則正しい生活などの『あたりまえのこと』を『あたりまえにできるように』していきましょう。』

青山学院大学陸上競技部の部屋には次のような紙が貼られていたそうです。

『その一瞬を楽しめ』～最強への徹底～

試合を楽しむ為に、自分の意思で考え行動し、練習・生活に取り組む

～競技面～

- ・三冠の実現
- ・関東インカレ2部全員入賞
- ・自己記録の向上（各々の立場で挑戦する）

～生活面～

- ・当たり前の事を当たり前 → 時間厳守・掃除・礼儀・規則・食事・学業の徹底
- ・組織力の強化 → 報告・連絡・相談の徹底

上記の内容は、私たち教員も自覚をもって肝に銘じたいことです。

子どもたちのさらなる成長のために、本校教職員一同がんばってまいりますので、今年もご協力のほど、よろしくお願い申し上げます。