

おはようございます。

校長先生の声、届いていますか？

さて、前回のお題は「今年の目標は？」でしたが、たくさんのお友だちが書いてくれました。ありがとうございます。勉強のこともたくさんありましたが、「友だちと仲良くする」というような友だちに関することもたくさんありました。目標に向かって、少しでも前進できるといいですね。

さて、今日から「ケガ」について少しお話をしようと思います。もうすぐマラソン大会ですが、そこに向かって、皆さんが駆け足習慣をがんばっている姿をみて、とても微笑ましく思っています。なかには、走れない、走るのが苦手なお友達もいますが、心の中で応援することや、少しでも頑張ることが大切だと思います。

また、マラソン大会に向けてがんばるのはいいのですが、ケガなどしないように注意もしてください。

というのも、実は校長先生は今は全力では走れないのです。ぱっと見ではわからないと思いますが、中学校のときに、走りすぎて膝を痛めたことがあるからです。そのときは、大きなケガにはなかったのですが、そのあと教師なりたての頃に、サッカーの試合で大きなケガをしてしまいました。

サッカーの指導者の資格をとるために、サッカーの学校に通っていた時に、練習試合が行われたのです。そのとき、ドリブルをしていて、相手をかわしたつもりが、逆に足をひっかけられて、大きく転倒しました。そのとき、自分の左ひざがありえない方向にグニャっと曲がり、バチンと音がしたのを今でもおぼえています。

みるみるあいだに、左ひざが大きくはれて、小さなスイカぐらいの大きさにはれあがりました。

すぐに病院に運ばれて、お医者さんにみてもらいました。すると、ひざの中の靱帯が切れたのではという見立てでした。靱帯というのは、ふとももと脛をつなぐ太いゴムバンドみたいなもので、前と後ろ、左右の4本あり、どうもそのうちの後ろの靱帯が切れたようでした。

骨が折れたときはきちんと固定しておくとなおりますが、靱帯は一生なおりません。大きな手術をして、靱帯をつなぎなおすしかないのですが、校長先生は手術をしませんでした。

というのも、当時の手術の成功率が70%ぐらいだったからです。手術をすると、またサッカーができるようになるかもしれませんが、手術に失敗すると、ひざを折り曲げることができなくなると言われました。究極の選択をせまられました。

校長先生がサッカー選手なら、もちろんその手術を受けたと思うのですが、先生は学校の先生です。全力で走ったりサッカーはできなくなりますが、和式トイレや正座ができなくなる方が困ります。

結局、手術をするのはやめて、靱帯は切れたままにしました。だから今も切れています。日常生活ではそれほど困りませんが、全力で走ったり、サッカーを本気ですることはできないのです。

校長先生は、他にも左手首を大きく骨折しまして、これも手術をしなかったので、今でも左手首は少し曲がっていて、十分回転しません。また左の足首や、足の指も骨折したり、いろいろ大きなケガをしてきたのですが、もう一つ忘れられない大きな思い出があります。その話はまた来週したいと思います。

本日のお題は、皆さんは骨折、縫うなどの大きなケガをしたことはありますか。もしよければあるか、ないかをシールで教えてください。それではケガのないよう、マラソン大会を、日常生活を気を付けていきましょう。本日も最後まで聞いていただきありがとうございました。