

羅針盤



第 18 号

令和7年9月29日（月）

◆ 「心のスタミナ」

いよいよ今週末の10月3日（金）に、体育大会が行われる予定となっています。2学期に入って、最初の大きな学校行事である体育大会の成功に向けて、生徒の皆さんのが懸命に練習に取り組んできたことだと思います。体育大会で、多くの人たちに「感動」を与える場面、それは決して奇抜な演技をすることではなく、生徒の皆さん一人ひとりが競技に対して真剣に向き合い、頑張る姿そのものにあるはずです。例えば、100mを10秒で走ることができる人が11秒で走っても感動は生まれないでしょう。でも、100mを一生懸命に20秒で走る人が19秒で走ることができれば、その姿に見ている人々は大きな感動を得るのではないかでしょうか。生徒の皆さんには、是非とも全ての競技に真剣に取り組んでもらいたいと思います。また、体育大会を通して、「心のスタミナ」といったものをしっかりと蓄えてもらいたいと思います。かつて、夏の高校野球大会で優勝した早稲田実業高校の斎藤佑樹投手が2日間連続で140キロを超える速球を投げ続けました。彼を鍛えた野球部の監督は、「彼は厳しい練習を通して体力とともに心のスタミナを蓄えてきたからこそ、2日間も連続で投げぬくことができた。体力だけでは持ちません。体力を支えているのが心のスタミナです。」といつたお話をされています。生徒の皆さんには、これから長い人生の中でたくさんのつらいことに出会うこととなるでしょう。いくら体力があっても、心が弱ってしまうと負けてしまうことがあります。いくら勉強をしても、心にスタミナが無ければ、せっかくつけてきた学力を生かすことすらできません。この「心のスタミナ」の最大の敵は、誰もが持っている「わがままな心」です。体育大会では、なぜ全員で行進をする必要があるのか、なぜ全体での体操や団体競技をするのか、なぜ全員で校歌を歌う必要があるのか。それは、これらのことを通じて、周りの仲間と合わせる心、協力する心、我慢する心をしっかりと学ぶことであり、やがては「タフな心」へと、つまり「心に十分なスタミナを蓄えた人としての成長」に繋がっているわけです。自分の「わが

ままな心」を律して、周りの仲間とともに同じ行動をとるということは、自分の心の硬さ（かたくなな心）を取りはらい、柔軟な心をつくりあげていくことに繋がっています。ちょっとしたことで、腹を立ててしまったりすることのない、柔らかなこころをつくりあげていくはずです。困難な場面に出くわしたときに、臨機応変な対応のできる「折れない心」をつくりあげていくことに繋がっているはずだからです。感情の赴くままに行動するのではなく、常に他者と向き合うことができる心を持ち得ていることが

大事なことのはずだからです。他の人から批判される言葉にもしっかりと耳を傾け、真摯な態度をとり続けるといったことを忘れてはいけません。「心のスタミナ」は、将来の生徒の皆さん一人ひとりをいろいろな困難から守ってくれるとても大切なものです。この「心のスタミナ」を手に入れるためにも、体育大会を通じて、行進することや、体操すること、団体競技で懸命に力を出し切ること、そして、歌を歌うこと、その本来の意義を見つめ直す機会として、本当に価値ある学校行事となるよう、多くの「感動」が与えられる生徒の皆さん一人ひとりの頑張り続ける姿をたくさん見つけ出せる体育大会となることを大いに期待しています。

