



大空 (たいくう)

平成30年度
第4号
8月30日(木)

『それぞれが挑戦した夏・・・』

校長 齋藤 和哉

この夏も生徒たちの様々な挑戦がありました。振り返ってみると、5回目の出場を賭けて臨んだ野球の甲子園予選、3回戦で敗れて本当に残念な結果でしたが、選手たちも応援にかけつけた生徒たちも、最後まで諦めず全力で戦ってくれたことをうれしく思います。また、今年の東海インターハイには、陸上競技、女子柔道、ハンドボール、水泳、フェンシングの



5競技に出場、ラグビー部は長野県菅平で行われた7人制の全国大会に出場しました。その中で、陸上競技部が今年も大活躍、3年の松田基君が三段跳で見事優勝し日本一に輝きました。また、女子では3年の青野朱季さんが200mで二連覇は成りませんでした。ケガを押して出場し見事準優勝、2年の阪希望さんが400mHで4位、100mHでは7位、女子リレーでは2種目で入賞(4×100mRで3位、4×400mRでは7位)という好成績で、全国に山形中央高校の名を知らしめてくれました。

文化部では、吹奏楽部が7月末に行われた全日本吹奏楽コンクール県大会で今年も金賞を獲得、青森市で行われた東北大会では銀賞を受賞しました。長野県で行われた全国高文祭に出場した生物部も研究の成果を立派に発表してきました。いずれも、県の代表として全国や東北の舞台上で精一杯戦ってくれたことに感謝します。各部とも各種大会や遠征、合宿などがあって、今年の夏は特に暑さが厳しかったので大変だったと思いますが、確かな成長につながる夏になったのではないのでしょうか。一方、学習面でも、夏期講習会をはじめ、3年生はサマーセミナーや学習会、模試などがあり、自分の進路目標達成に向けてこれから益々頑張ってもらいたいと思います。

さて、2学期の始業式では、陸上400mHの日本記録保持者で、かつて世界陸上で2度も銅メダルを獲得しオリンピックにも3大会連続出場した為末選手の話をしてきました。彼は今、現役を引退してスポーツコメンテーターなどをしてしていますが、「言葉を突きつめることでアスリートに内省(自己反省、自己観察)を促すことができる」と言っています。選手が試合に負けた時の言葉(敗戦の弁)を聞いていると、「気合いが足りなかった」「守りに入った」「集中できなかった」と表現することがありますが、これではまた同じ失敗をしてしまうというのです。

では、内省はどう行えばよいのかとなるのですが、為末さんは「自分に対して、できるだけよい質問をしていくことだ」と言っています。すなわち、結果について「自分に問いかけ、

言葉で結論づけていく作業」、これは自分との対話でもありますが、このような「突きつめた内省力が、結果的に強さの差につながっていく」と言っています。

このようなことは何もスポーツだけに限ったことではなく、自分が何かに挑戦し目標を達成しようとするときには共通する大事なことであります。確かに、力のない者ほど、結果に対する内省をしっかりとしないまま他人のせいにしてたり、途中で投げ出して言いわけをしたりするものです。そして、最後は周囲の力に頼ります。まずは、自分自身で失敗の原因を考えてみる。「言葉を突き詰めること」、それは、自分にとことん問いかけて原因を分析し、具体的な解決策を導き出すこと。そして再びチャレンジしてみる。たとえ苦しくとも決して途中で投げ出したりしないこと。「失敗しても折れない強い心」を持って、再び的確なところに自分の努力を投入していく。これを繰り返し続けていくことで真に強い力が備わり、その先には成功があって底知れぬ達成感を味わうことができるのでしょ

う。こうして身に付けた力は、必ずや次の成長につながっていきます。人間は失敗から、成長するものです。若いときに何かに挑戦して起こる失敗は許される……。但し、大事なことは「最後まで諦めない、弱気にならない」、明確な目標を持って、前に向かえば、必ずまたチャンスはやってくるものです。

この長い2学期、生徒たちには以下のことを望むと伝えました。

「この2学期は、1・2年生は一層の自立を目指し、3年生は高校生活最後の部活動で挑戦する者、また自分の進路目標達成に向けて準備する者などそれぞれあるが、“最後まで諦めず粘り強く努力すれば、必ずや自分の目標を達成できる“という姿を後輩たちにぜひ見せてほしい」と……。

山形中央高生のさらなる飛躍を期待します。

男子三段跳 全国の頂点を掴む！～2018 彩る感動 東海総体～

昨年の山形インターハイで入賞した生徒たちの目標は、当然のように三重インターハイでの「優勝」だった。そしてその目標は惜しいところでなかなか達成できなかったものの、最終日5日目にして松田基が成し遂げてくれた。では、松田の勝因は何だったのか。それは、昨年度5位の結果からの反省と準備だったと思う。

昨年の試合を振り返ると次のような反省点が出た。

- 1 予選通過ライン（14m80）を大きく上回るトップ記録（15m35）で通過したが、決勝では予選の記録も出せなかった。
- 2 決勝1回目にベストを出したが、その後記録を伸ばすことができなかった。
- 3 決勝でファールを3回もしていた。

そこで松田は、1年間次のことを意識しながら練習を重ねて試合に臨んだ。

- 1 予選・決勝と二度戦える体力と精神力を準備しておく
- 2 どんな状況でも15m以上跳べる安定した力を準備しておく
- 3 日頃の練習からファールのない跳躍を準備しておく



そして迎えた当日。予選を通過し決勝 1 回目はファールに終わり、2 回目も 14m67 と追い込まれた時には、「もうダメか」と正直思った。だが、3 回目の前に本人に「このまま終わるのか」と問いかけると、松田は「終わりません。必ず跳びます！」と言い切った。その言葉通り、3 回目に何とか 15m38 を跳び 4 位に浮上した。これまでも試合で一度リズムに乗り始めると記録を伸ばしていたことが何度もあった。それに、今日の助走・跳躍内容は、これまで練習してきたものをまだ十分発揮しきれていない。本人に笑顔も戻っている。これらのことから、勝負はトップ 8 に入ってからだとその時確信した。すると、4 回目には 15m65 を跳びさらに 2 位に浮上。しかし 1 位との記録は 4cm 差。今日のコンディションからすれば 15m70 以上は跳べる力はあると見ていても、気温は 37 度以上

の熱い中の試合であり、疲労はどの選手もピークで、他の選手はトップ 8 になってから誰一人記録を伸ばしていなかった。とにかく本人がベストの跳躍をすることだけがチャンスだと思った。5 回目は残念ながらファール。まだチャンスはある。6 回目、助走スピードをもう一段上げると「石の水切り」のイメージで見事な跳躍をしてくれた。15m70 という 1 cm 差の逆転優勝は、会場も沸かせるほど、あまりにも劇的だった。

今回の優勝は、去年の 5 位入賞という経験を踏まえて具体的な対策を図れたことが実を結んだ。また、去年の秋に故障をして思うように跳躍が出来なかったことで、弱点だった股関節の可動範囲を大きくできたこともパフォーマンスの向上につなげることが出来た。まさに「ピンチはチャンス」である。

表彰式で、山形中央高校の校歌が流れる中、部旗掲揚がおこなわれた時は、感無量だった。本人の頑張りはもちろん、切磋琢磨した仲間たち、応援してくれたたくさんのみなさまに感謝感謝の気持ちでいっぱいになった。

今回のインターハイでは、優勝 5 を目標にしていたため、それぞれ自分が部旗掲揚と校歌を流すことを合言葉にしていた。どの種目も選手のみんは最大限の力を発揮して健闘してくれた。しかし、勝負は正直なもので、準備が足りなかった人、故障に泣いた人、熱さに泣いた人などさまざまな理由で順位が決まっていた。だが、優勝を目指したからこそ 2 位、3 位、4 位、7 位 2 種目と優勝入賞が 6 個、女子団体総合 5 位、女子トラック 3 位、男子フィールド 8 位という好成績に結びついたとも考えられる。

熾烈な真夏のインターハイにどれほど準備ができるかどうか。うまくいった人もうまくいかなかった人も、今回の試合での経験をベースにして、一年後、三年後、五年後あたりに「今回の勝ち・成功・負け・失敗があったから強くなれた」と思えるように更なる飛躍を期待したい。

陸上競技部顧問 佐藤 孝夫

9月1日(土)は「中央祭 ～粹れ～」の一般公開日です！

今年「中央祭 ～粹れ～」をテーマに学校祭を開催します。学校祭の2日目となる9月1日(土)は、10～15時の時間帯で一般公開を行います。昨年に引き続き、東北大会に出場した吹奏楽部の演奏会、1年生による巨大お化け屋敷、2・3年生によるクラス企画等を準備しております。是非ご来校いただき山形中央生の熱気を感じていただければと思います。

<中央祭のポスター>

中央祭 二〇一八

一般公開 九月一日 土曜日
十時～十五時 (十四時半ラストオーダー)

一、スリッパをご持参ください。
一、敷地内への車の進入、駐車はご遠慮ください。

吹奏楽部コンサート
十時二十分～十一時
一年生全クラス合同！
巨大お化け屋敷 あり☑

山形県立山形中央高等学校