

第27号

# 一步前進 校長室からのつぶやき

私自身が思っていること、考えていることをつぶやきたいと思います。

## 夢を叶えるために

メジャーリーグのロサンゼルスドジャーズ大谷翔平選手は、誰もが知っている一流の野球選手です。私は、彼は誰からもあこがれられ、選手や組織の代表者からも尊敬される人物ではないかと思っています。

彼は岩手県の花巻高校の出身で、幼い頃から野球に親しみ、様々なことを野球と関連付けながら、人としても成長できるよう主体的、計画的に取り組んだ成果が、今の姿に繋がっているのではと感じています。その例が、皆さんも知っている右のマンダラーシートの実践です。

大谷選手は、自分が思い描いた夢を現実にしていくから本当にすごいと思います。

(夢ではなく現実ですから)

**投手と打者の二刀流**

**2023年WBC日本優勝**

**MVP 2回(アメリカリーグ)**

**MLBワールドシリーズ優勝**

などなど。

体のケア	サブリメントを飲む	F50 37kg	インステップ練習	体幹強化	膝をぶらさない	肩を揺るがさない	上からボールを落とす	リストの強化
運動性	強くなり	85Q 130kg	リリースポイントの固定	コントロール	不安をなくす	力まない	無し	下半身主導
スタミナ	可動域	食事量1割増し	下肢の強化	体を揺るがさない	メンタルコントロールをする	ボールを揺るがさない	回転数アップ	可動域
はっきりとした目標、目標を持つ	一貫しない	誰は冷静に心は熱く	強くなり	コントロール	無し	揺るがさない	下肢の強化	体量増加
ピンチに強い	メンタル	野郎根に成りきれない	メンタル	ドラ2 4段階	スピード 180km/h	強靭強化	スピード 160km/h	肩周りの強化
道をたどらない	勝利への執念	仲間を思いやる心	人間性	謙	実力派	可動域	ライナーキャッチボール	ピッチングを増やす
感性	愛される人間	新境地	高いかつ	ゴ2強い	強靭そうに	カウントボールを増やす	フォークボール	スライダークレ
思いやり	人間性	謙	道義を大切に守る	謙	最終さんへの影響	速く強靭のめもカーブ	変化球	主投手への決死隊
礼儀	信頼される人間	継続力	プラス思考	活躍される人間になる	実を積む	ストレートと同じフォームで投げきる	ストレートからボールに変わる	満塁本塁打イメージ

大谷選手のマンダラーシート(高1時)

しかし、この実績の裏には様々な苦難や悩みもあったと想像します。高卒時での日本か米国かの球界入の選択。メジャーで二刀流か、投手か打者専門かの選択。右腕の手術など。世間に分かっている範囲でも、大きな決断とその後の努力や周囲の支えを感じることができます。

野球に限らず、成果を収めた方がよく話すのは、「あきらめず粘りづよく、高い意識をもって続けてきたこと」と話をします。続ける中で試行錯誤し、改善し、自分なりに方向性を導き出して、また前に進む。失敗を失敗のまま終わらせない意志力が共通しているように思います。

仮に思い通りにいかなかったとしても、それまでの努力は自分の力になっているはずで、いつかどこかで繋がると思います。

3年生は、いよいよ受験校決定の時期を迎えますが、やるべき学習を続け(テストや入試後も)、必死になって自分を鍛えてください。1・2年生も期末テストの結果だけに一喜一憂せず、できないところをできるようにすることが大切です。未来の自分のために。いずれ進路決定はやってきます。