



学校だより

横浜市立矢上小学校

☺手をつなぎ 笑顔いっぱい 矢上っ子☺

9月号 発行日 令和5年8月31日

「夏の甲子園・内面を整える・応援の力」

校長 岸 俊介

第105回全国高校野球選手権記念大会(夏の甲子園)において、神奈川県代表の慶應義塾高校が107年ぶり2度目の優勝を果たしました。同じ日吉のまちにある学校として、お祝い申し上げます。

夏の甲子園は、日本中が注目するスポーツイベントです。注目されるということは励みにもなりますがプレッシャーにもなります。優勝という偉業までの道のりで、選手やスタッフの皆さんがたくさん工夫や努力を重ね、たくさんの苦勞を乗り越えてきたのだらうと想像します。

8月23日付の朝日新聞デジタルの記事を読みました。慶應義塾高校はメンタルトレーニングを取り入れているのだそうです。スポーツにはプレッシャーに負けそうになる場面や思い通りにいかない場面(=ピンチ)がつきものです。そんなピンチの時も想定し乗り越えられるよう、内面を整える努力を積み重ねていることがわかります。また、試合中は「ありがとう」と繰り返し声を掛け合うのだそうです。プラスの言葉を発することでマイナス思考から良い精神状態に切り替えることができるのだそうです。

自分以外のことはコントロールできません。「急に雨が降ってくる」「乗るはずだった電車が遅延している」…などどきりがありません。「雨が降ってきたからできなかった」「電車に乗れなかったから遅れた」と他責的に処理することで気持ちを落ち着けることもできるでしょうが、心のもやもやは自然に収まるのを待つしかありません。しかし、そんなピンチの時も想定内とし、自分の内面を整え、乗り越える作法を身につけているとしたら…。乗り越えられることが格段に増えて、自分の可能性がぐんと広がります。

『そもそも、それ自体よいとか、悪いというものはない。考え方一つだ』(「心を支えるシェイクスピアの言葉」河合祥一郎著 より)というシェイクスピアの言葉があります。身に降りかかる、コントロールできない出来事も「考え方一つ」でプラスにもマイナスにもできるということをこの言葉は表しています。内面を整えることを重視した慶應義塾高校野球部にも通じる言葉だと思います。学校は「未来を生き抜く力」を養うところです。夏休み明け学校が再開し、様々なことがあることでしょう。その様々なことを「よいこと」にしていくのは自分の「考え方一つ」なのです。子どもたちといっしょに「よいこと」いっぱいの学校にしていきたいです。

慶應義塾高校野球部の優勝を支えたものに「応援の力」があると思います。「応援の力」は応援される人を勇気付け、力を引き出します。保護者の皆様、地域の皆様には、本校をいつも応援いただきありがとうございます。夏休み明けの矢上小学校の子どもたち、そして学校のスタッフを、今後も「応援の力」で勇気づけていただくと幸甚です。どうぞよろしくお願いいたします。

【学校の様子をホームページにてお知らせしています】
各学年の活動や学校からのお知らせを掲載しています。ぜひご覧ください。
<https://www.edu.city.yokohama.lg.jp/school/es/yagami/>



↑QRコード↑