

学校だより



# 稲荷台

令和6年6月28日

7月号

横浜市立稲荷台小学校

## いつか泳げるはずです

校長 中山 正之

水泳学習が始まりました。お天気や水温を気にしながら、多くの学年が一回目の学習を行ったようです。初日の5年生の水泳の時間、子ども達が楽しそうに泳ぐ姿を眺めていたとき、私はふと自分の子どもの頃を思い出しました。実は水泳が大の苦手だったのです。

小学生の頃、水泳は私にとって文字通り「苦しい」時間でした。毎年25Mをクロールで泳ごうと挑戦し、失敗するのです。今でもよく覚えています。いつもプールの半分まではなんとか進んでいました。しかし息つきができないために呼吸が苦しくなり、次第に水中にいることが怖くなるのです。怖くなると途端に泳ぐことをやめ、その場に立ち上がってしまいます。そんなことの繰り返しで、私は次第に水泳が嫌いになっていきました。今思うとその頃は、向こうにあるゴールにたどり着くことがすべてで、泳ぎ方や息つきのことを考えようとしていませんでした。そして、苦手意識を抱えたまま大人になってしまいました。ただ、ずっと「泳げるようになりたいなあ。」とっていました。

それから30年以上が経ち、太り始めたので何か運動しなくてはと思っていたとき、書店で一冊の本を見つけました。『はい、泳げません』という奇妙な題名に興味をひかれて読んでみると、私と同年代で、しかもひどいカナヅチの男性が悪戦苦闘して泳げるようになった体験を綴った話でした。どうやらこの人も「水が怖い」と感じていたらしいのです。この話を自分のことのように感じた私は「この人がやれたのなら、もしかしたら自分も、泳げるようになるかもしれない。」と思うようになり、スポーツクラブで一人練習を始めました。

しかし、当初はなかなか上達しませんでした。小学生の頃と同じで、苦しくなると怖くなりました。そこで私はようやく「なぜ進まないのだろう。」「なぜ苦しいのだろう。」と、まじめに考えました。そして泳いでいる他の人を観察し、中でもお年寄りで上手な方の泳ぎを少しずつまねてみることにしました。お年寄りの方々はゆったりと、何より楽しそうに泳いでいたからです。

上手な方のまねをしながら、けのびやバタ足、息つきをコツコツと練習し、3か月くらい経った頃、「あれ、進んでいるな。」と気がつきました。やっと体がコツをつかんだようでした。それに合わせるように、息つきも以前ほどの苦しさを感じなくなってきました。ある程度進めるようになると、いつの間にか怖さもなくなっていました。ようやく水泳が楽しいと思えるようになったのです。「ずいぶん時間がかかったなあ。」と思いました。ずっとやり残していた宿題を、ようやく終わらせたような気がしました。

今年の水泳学習で、去年より長い距離を泳げるように、あるいは新しい泳ぎを覚えられるようにと目標を持ってがんばっている子がたくさんいると思います。一方で、かつての私のように、「なんだかいやだなあ。」となかなか水泳が好きになれない子もいるかもしれませんが、でも、心配しなくていいと思います。今泳げなくても、将来泳げるようになればいいのです。それに「泳げるようになりたい。」と思うきっかけは、いろいろなところから見つかります。そしてコツコツとあきらめずに練習すれば、いつか「できた!」と思える瞬間はやってきます。もし今、「泳げません。」とと思っている人は、「今は泳げません。でもいつか泳げるはずです。」と思うようにしてほしいものです。