



平成30年7月18日・7月号

# 光が丘二中 学校だより

TEL 3976-9202 FAX 5383-3608

## 「我が青春、バレーボール！」

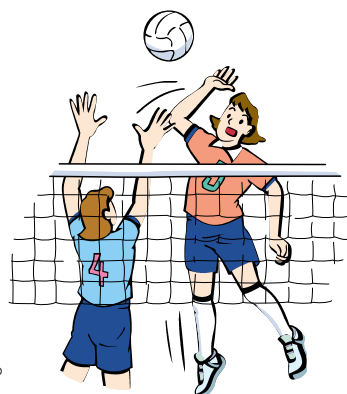
校長 中山 徹

夏休みに入ります。

2年後の夏、私たちが日々生活するこの東京でオリンピック・パラリンピックが開かれます。今後ますます、テレビ、新聞、インターネットなど様々なメディアで、その話題が取り上げられていくことでしょう。

さて、今月はこの学校だよりに、「スポーツと私の関わり」について綴ってみようと考えました。

「我が青春、バレーボール！」について書かせていただきます。



私は、中学校1年のとき、身長が170cmを超えていました。バレー部の先輩から「君にはバレーボールしかないよ！ぜひ、入部しよう！」と勧誘され、すっかりその気になって、バレーボールを始めました。当時、男子バレーは大盛況で、全日本男子チームがミュンヘンオリンピック（1972年）で活躍し金メダルを獲得した頃でした。

さて、バレーボールを始めたのはよかったのですが、小学生の頃、やや病気がちだった私にはあまり体力がなく、特に持久力が乏しかったため、当初、練習はきつくてたまりませんでした。夏休みに入ると、普段より練習時間が長くなりました。特にレシーブ練習は辛くて嫌いでした。それでも、顧問の先生や先輩たちが一生懸命に指導してくれましたので、汗をかきかき、なんとかそれについていきました。不思議なことに、徐々に体力がついて（というより『要領がよくなった』ということかもしれませんが）、初秋の風が吹く頃には、辛さは消えていきました。バレーボールを続けてみようかな、と思うようになりました。

高校でもバレー部に入部しました。都立高校でしたから「強豪」ではありませんでしたが、練習は（時間はそれほど長くないものの）中味が濃くなりました。体育館練習は週1回、あとはいわゆるアウトコート（土のコート）での練習でした。泥だらけになるハードな練習は、やはり辛く、痛いものでした。足首捻挫、手の指の脱臼・・・、けがが続きました。どこまで辛抱できるか、自分との戦いになりました。

夏休みに入ると、「前半2時間アウトコート、後半2時間体育館」という練習になりました。前半は炎天下での練習です。ランニング、体力トレーニング、レシーブ練習など、地味な、そして辛い基本練習が行われました。ふだんの練習でもフーフー言っていた私です。たまったものではありません。ましてや先輩やOBコーチの目が光っていますから・・・、さらに大変です。でも、バレーボールが好きでしたから、私なりに歯をくいしばって、精一杯頑張りました。

夏合宿は一週間、長野県の小さな村で行われました。体育館ではなく、田んぼの横につくられたアウトコートで、朝練習・午前練習・午後練習とハードなスケジュールが組まれていました。泥だらけ、汗だらけでクタクタになりましたが、最終日の練習が終わったときに、「何とかやり遂げたぞ！」という達成感を味わうことができ、ものすごい嬉しさが込み上げてきたのを覚えています。それは、2年生での2度目の夏合宿のときも同じでした。

（裏面へ続く）

3年生の夏、最後の公式戦では、目標としていた「東京都ベスト16」に入ることができず、悔し涙を流しました。それでも、最後の大会までたどり着くことができた満足感がありました。

振り返ってみると、五十路を過ぎてから一度大きな病を患ったものの、大人になってから概ね健康に過ごすことができたのは、やはり十代の頃にバレーボールを通して培った体力・気力が礎になっているように思います。

当時、一緒にバレーボールで汗を流した友人・先輩・後輩たち、顧問の先生、コーチなどにあらためて感謝しつつ、暑い夏に真っ黒に日焼けして、がむしゃらにボールを追いかけていた、あの頃の自分自身を少しだけ褒めてあげてもいいのかな・・・、と考えています。



## <生徒の活躍>

★ 練馬子ども議員(2年2組女子)「学校生活の充実について」の学習会・意見交換会を経て、8月7日(火)に区役所にて政策提言発表をおこないます。

★ ソフトテニス部 第56回 練馬区中学校総合体育大会 <女子団体> 優勝

3年生…1組2名・2組2名・3組2名 2年生…1組1名・3組1名 1年生…2組1名の計9名

<個人の部> 3年1組・3年3組女子ペア 優勝 3年3組・2年3組女子ペア 2位

★ 柔道部 第56回 練馬区中学校総合体育大会 <男子団体> 準優勝

3年生…1組4名・3組2名

<個人の部> [73kg級] 3年1組・1位 3年1組・3位 [55kg級] 3年3組・3位

東京都中学校第三ブロック柔道対抗大会 <男子団体> 優勝 3年生…1組5名

<男子個人の部> [73kg級] 3年1組1位 3年1組2位 [60kg級] 3年1組3位

[55kg級] 3年1組・3位 3年2組・3位 [50kg級] 3年3組・3位

<女子個人の部> [階級別] 2年2組1位

## <夏休み自由課題> 別紙に掲載