



○小さな挑戦、小さな気遣い、大きな志

12月3日国宝松江城マラソンに参加しました。コロナ禍での中断をさみ今年で4回目の大会で、今のところなんとかすべて完走しています。実は第1回目の大会の記録より、その後の3回が、30分以上タイムが早くなっています。マラソンは練習量が結果に表れやすいスポーツだと思っています。



第1回で最低目標のサブ5(5時間切り)すらできなかった悔しさから、練習量を増した結果だと思っています。とはいえサブ5がやっとの現状です。目標は自分にとっては高いサブ4.5。達成できたら、50歳で、はじめたマラソンをやめようと思っているところです。

今回の大会には、NHK BS1「ランスマ倶楽部」MCの井上咲楽さんが出場していました。サブ3.5への挑戦をカメラが追いました。一番印象に残ったのが、「見えない困難や壁を怖がって今をセーブし、目標や自分から逃げたりするのをやめようと思って走った」という意味合いの言葉でした。まさに、自分がそうでした。いつも30キロ前後からしんどくなって歩き始めるので、しんどくならないようにつつい早めから弱腰になっています。ペース配分は大事ですが、自分に挑戦をしない走りだから伸び悩んでいると思いました。

車いすテニスの三木拓也選手の講演会に2月行きました。彼は、出雲市出身で、高校時代は硬式テニス部で頑張っていて、将来はスポーツの道で大学進学を考えていました。しかし、高校3年の時、左すねに骨肉腫が見つかり、入院・闘病生活のため卒業式にも出席できず、夢はあきらめるしかありませんでした。(その時の卒業式での担任の呼名は今でも忘れません。みんなの思いやりや気遣いがつまっていました。)左ひざに人工関節を入れ、リハビリに励む中、北京パラリンピックで金メダルを獲得した国枝慎吾選手の動画を観ることを病院で勧められ、それが影響して車いすテニスを志したそうです。1年遅れて理学療法士をめざして大学進学はしたものの、大学のテニス部では車椅子テニスができず、何の将来の保障もない中で大学を中退してロンドンパラリンピックをめざしたそうです。2014年には世界6位までランキングを上げました。しかし、遠征先で遭った事故の影響で1年以上実戦から離れたそうです。それでも不屈の精神で復帰後、再びランキングを上げ、昨年ウィンブルドンではダブルスで準優勝し、県の功労者表彰を受賞しました。パラリンピックはロンドン、リオ、東京と3大会連続出場しています。これはサクセスストーリーではなく、大きな志のもと、あきらめない気持ち、普段の努力があったからです。

三木選手は、講演会で、小さな挑戦の積み重ねが自分をつくっていると言っていました。挑戦することで前に進めているし、その姿勢と努力が今の自分をつくっていると言っていました。34歳となってプレー後の疲れがとれにくくなっているそうですが、そうしたことは一切言い訳にせず、パリ・パラリンピックの金メダルを目標に見据えていました。

最後になりますが、この年度替わりの春休みを、交通事故、感染症などの病気やケガには十分注意して、勉強や部活動において安全で有意義な期間とするとともに、新年度に向けてしっかりと目標を立て、目標に見合った努力と挑戦のスタートを切ってください。