



(スライド1)

- 皆さん、おはようございます。
- 今日で2学期が終了となりますが、どのような学期だったでしょうか。

○ 2学期は文化祭や外国語科のスピーチコンテスト、長距離大会、修学旅行、球技大会などの多くの行事があり、それが実施できたことは大変良かったと思います。高校生活の思い出に残るものになったのではないのでしょうか。私も皆さんの様子を見て元気をもらいました。

○ 部活動においても、今までたくさんの表彰があったとおり、多くの部活動が頑張りました。私も大会の応援や展覧会などにも顔を出させてもらいましたが、皆さんの活躍は本当に素晴らしいと思います。来週には吹奏楽部のウインターコンサートなどもあります。皆それぞれに頑張ってください。

(スライド2)

○ さて成績では、2学期の成績優良者は1年生(1年生4.3以上)は49人(25人)、2年生(4.3以上)63人(50人)、3年生(8.0以上)は36人(52人)でした。(21人増)よく頑張りました。残念ながら不振者もいました。3学期はしっかり頑張ってください。

(スライド3)

○ また、先日は創立50周年記念式典があり、先生方をはじめ、皆様のご協力のもと無事終了することができました。来賓の方々からも皆さんの話を聞く姿勢や集中力の高さ、さすが、伝統校・越谷南という印象などのお褒めのお言葉をいただきました。

(スライド4)

○ ゴルゴ松本先生の話も好評でした。皆さんも印象に残った言葉があったかと思いますが、私も話を聞きながらメモを取っていました。いくつかメモしたものを紹介しますが、漢字に関するものはたくさんありましたが、それ以外では

(スライド5)

- ・ 人生のメリハリ 人生を楽しむ
- ・ 「全力」を心がける → 20代が楽になる
- ・ 未来と過去はつながっている
- ・ 継続は力なり

- ・本を読む 文字を読む、書く
- ・母が土台、母の一部、傷をつけてはだめ
- ・成長しない大人はカッコ悪い
- ・チャレンジしないと成功も失敗もない
- ・出会うべくして出会う
- ・前向きな言葉を使う 長所を伸ばす
- ・自分が決断して進む
- ・世界最強最高の言葉 「有難う」

こんな言葉を使いながら、話をされていたのかなと思います。

ぜひ思い出してもらって人生の参考にしてもらえればと思います。

○ それでは、今日の講話ですが

(スライド6)

- ・この人はご存じでしょうか。井村雅代さんです。

(スライド7)

○ まず、井村さんはどういう人かという、シンクロナイズドスイミング、今はアーティスティックスイミングと言いますが、その元日本代表ヘッドコーチです。

自身でも選手として活躍し、指導者としても実績を残しています。7年前 2016年のリオオリンピックで12年ぶりに日本に銅メダルをもたらしました。また、中学校の先生や教育委員、教育委員長の経験もある人です。たびたび、メディアにも出演されているので、見たことのある人は「厳しい人」という印象が強いと思います。

(スライド8)

○ アーティスティックスイミングとは知っているとは思いますが、このような競技です。音楽や他の泳者に合わせて演技を行い、技の完遂度、芸術性・表現力、難易度を競い合う採点競技です。水中でプールの底に足を着くと減点となるので足はつきません。(痩せると浮いてしまうのでたくさん食べなければならないそうです)

(スライド9)

○ 今日はこの本からみんな考えてもらいたいと思います。

『井村雅代コーチの 結果を出す力 あと「1ミリの努力」で限界を超える』という本です。

(スライド10)

○ この本には、「心の才能」を伸ばすということをテーマに

「心のスイッチ」を入れた 30の言葉が書かれています。

この本はリオオリンピック後に出版されました。

・今日は、皆さんにその中の2つを紹介しますので、自分はどう思うか考えてみてください。

(スライド11)

○ まず1つ目です。

### 1 結果が出てこそ初めて、がんばった日々も輝く

\* 「私はがんばりました」は言い訳でしかない

『スポーツの世界に限らずビジネスの世界でも、厳しい言い方をすれば結果がすべてです。私は選手たちが結果を出すために、あらゆる厳しい指導をしています。

結果にこだわるのは当然のことです。(中略)勝負には、文字通り「勝ち」と「負け」があります。勝負に敗れ、思うような結果が残せなかったとしても、「がんばった日々には価値がある」と言う人もいます。

でも、私はそうは思いません。「私はがんばりました」などという言葉は、言い訳でしかありません。

結果が出てこそ、がんばった日々には価値が出てくるものです。なのに、最近では、がんばっただけで、自分を褒めている人が多すぎます。苦しみながらもがんばった日々があって、それが結果に結びついて初めて、がんばった日々が輝くのです。』

(スライド12)

○ 次、2つ目です。

### 2 「自分へのごほうび」は間違い。努力したかは他人が決めるもの

\* 自分のがんばりは、他人に評価してもらうべき

『私の嫌いな言葉の一つに、「自分へのごほうび」があります。

最近若い人に限りませんが、物事がうまくいかなかった時に、「がんばったんですが」と言う人が多くなったように思います。ちょっと待ってよ、と私は思います。努力したかどうかは、他人が決めるものではないでしょうか。「あなたはよく努力したね」とは、他人から言ってもらうものであって、「私は努力しました」と自己申告するものではないと私は考えます。

ですから同じように、「自分へのごほうび」は、ただ自分を甘やかしているだけだと思います。ごほうびとは、「あなたの努力は素晴らしい。ごほうびをあげましょう」と、他人からいただくものです。自分へのごほうびなどと言っている暇があれば他人からいただいてきなさいと言いたいのです。』

(スライド13)

○ この言葉以外にもいくつか紹介しますが、

『『できない』わけがない。なぜなら『できるまでやる』から とか

『一度でも諦めてしまったら、諦めた自分と一生一緒にいなくてはならない』

「無理をすれば、もっと無理ができる。もっと前が見える」など の言葉が書かれています。

(スライド14)

- 自分自身にも厳しくできる人だからこそその言葉だと思います。
- ・私も今までいろいろな名言だとか格言と言われるものを見てきましたが、また違った視点だなと思います。
- ・今日は、この言葉から皆さんの率直な感想を聞きたいと思います。
- ・「その通りだと思う とか、わかるけれど自分には難しい だとか 私は違うと思う とかいろいろあると思います。正解はありません。

(スライド15)

- 皆さんはどう感じたか。冬休みの宿題かな。
- ・是非皆さんの声を聞かせてください。廊下でもどこでも構いませんので声をかけてください。私も声をかけますよ。或いは校長室でも構いません。話しをしに来てください。

(スライド16)

- 校長室慣れしている人もいますが、校長室に入ったことのない皆さんも多いと思います。是非声を聞かせてください。別の話でも構いませんので、気軽に来てください。歓迎します。

(スライド17)

- 今の校長室はこんな感じです。

(スライド18)

- 以上になります。
- 短い冬休みとなりますが体調管理をし、時間を有効に活用してください。
- 特に3年生はもうひと踏ん張りです。
- 3学期を楽しみにしています。

