



昭和中だより

ハートフル昭和

<http://www.city.akishima.ed.jp/~showa/>



令和7年9月30日

第6号

昭島市立昭和中学校
校長 渡部 尚

世界の頂点！

この世界には、約82億3200万人の人がいます。その中には、文化やスポーツなどの様々なジャンルで頂点を目指して努力している人がたくさんいます。中でも、特に競技人口が多いメジャーなスポーツで世界の頂点に立つのはとても難しいことですが、先日、私たちの身近な人が、世界の頂点に立ちました。

その人とは、本校の卒業生で現在高校3年生の、福岡 由唯（ふくおか ゆい）さんです。彼女は、8月19日～24日、ルーマニアで開催された世界ジュニア水泳選手権の日本代表に選出され、4×100m混合メドレーリレーにアンカーとして出場し、見事、**金メダルを獲得**しました。

そんな彼女は、先日、金メダルを持って学校に報告に来てくれました。レースの映像を一緒に振り返りながら様々なインタビューをさせていただきましたので、その一部を紹介します。

* * * * *

Q アンカーとして自分の順番がまわってきたときの心境は？

A 普段はあまり緊張しない自分が、足が震えるほど緊張してあまり憶えていないんです。先頭でつないでくれたので、逃げ切ることにただ必死でした。

Q なぜ、このレースではそんなに緊張したの？

A 個人のレースと違って、**先頭でつないでくれた皆のためにも負けられない**という気持ちがありました。それが今までにない緊張につながったと思います。

Q ゴールした時はどんな気持ちだった？

A 水泳選手は泳ぎながらだと周りが見えないので、すぐに電光板で着順を確認するんですが、怖くて見る事ができなかったんです。皆が喜んでいて、勝ったのかなと思いました。

Q ここ一番で力を発揮できるメンタルはすごいと思うけど、その秘訣は？

A 水泳は相手と競う競技ですが、**自分がミスなく泳げば想定通りのタイムが出るものなので、相手どうこうよりも自分自身にフォーカスすることですかね。日々の練習次第なんです。**

* * * * *

お話を伺って、福岡さんは、アスリートとして良い意味で割り切っているな、と思いました。「日々、悔いなく練習して体に覚えさせ、その通りに実行するのみ！」という考え方です。私たちはつい人と比較して、勝手に優劣をつけがちです。でも、彼女のように自分に打ち勝つ努力を続けていれば、少しずつでも確実に成長を実感できるのです。そんな割り切った考えの彼女も、皆の思いを背負ったアンカーでのレースは、さすがに緊張したと言っていました。そんなプレッシャーが掛かるレースを経験したことで、さらに成長したことでしょう。

彼女は3月の総合学習発表会にゲストとして来てくれる予定です。楽しみですね。



10 月 行事予定

日	曜	学校行事	日	曜	学校行事
1	水	職場体験（2）始 修学旅行（3）始	17	金	生徒総会
2	木		18	土	
3	金	職場体験（2）終 修学旅行（3）終	19	日	
4	土		20	月	朝礼 安全指導
5	日		21	火	
6	月	生徒会朝礼 安全指導	22	水	
7	火	専門委員会	23	木	避難訓練
8	水		24	金	
9	木	中央委員会	25	土	
10	金		26	日	
11	土	学校公開 道徳授業地区公開講座	27	月	
12	日		28	火	専門委員会
13	月		29	水	
14	火	第2回進路説明会	30	木	音楽祭 ＊お弁当の日
15	水	職員会議	31	金	
16	木				

- 10 月は行事が目白押しです。3 年生の修学旅行では、楽しく思い出に残るものになるよう、安全第一で行ってまいります。
- 11 日（土）の学校公開にぜひお越しください。各クラスでの道徳授業の後に、意見交換会を行います。体育館で行いますので、こちらにもぜひお越しください。保護者の皆様と対話しながら、道徳教育について深く考えたいと思っています。
- 30 日（木）は、昭島市民ホール（フォスターホール）にて音楽祭を行います。本校の目玉の行事の一つです。本校の強みは、「臆せず堂々と、自分を表現できるところ」です。心に響く合唱、合奏を披露いたしますので、ぜひお越しください。また、ご家庭でもお子様にあたたかな励ましをお願いします。
- 保護者や地域の皆様には、夏休み中のくじら祭のパトロールなど、ご協力いただきありがとうございました。今後とも、よろしくお願いいたします。

