

令和4年5月25日(水)

高校総体壮行会

下村 昌弘

- 新型コロナ感染症対策のため、大会直前でもあることから、多くの1,2年生はリモート参加となりましたが、全校を挙げて、明日からの高校総体に参加する選手の皆さんにエールを送りたいと思います。

- さて、選手のみなさん、このマークを見たことがありますか。これは高体連(全国高等学校体育連盟)のシンボルマークです。この図は3つのKが図案化されています。3つのKとはKRAFT(力)、KUNST(技)、KLARHEIT(明朗な精神)というドイツ語の頭文字です。クラフト、クンスト、クラハイト。意味は力と技と明朗な精神。そしてこの赤には高い理想と希望に燃える若者の情熱が込められています。



- 明日から開幕する高校総体。皆さんは各会場でこのシンボルマークを目にする機会があるでしょう。その時には3つのK、力と技と明朗な精神を思い出し、一層勇気を奮い起こして自分を鼓舞してほしいと思います。
- さて、今、選手の皆さんの心境はどうでしょうか。試合前、レース前には様々な感情が混在するものです。おそらく十分準備ができた、練習は満足いくものだった思える人はあまりいないのではないかと思います。きっと、皆さんのほとんどが、不安、プレッシャーを感じているのではないのでしょうか。
- しかし、そうした感情は克服すべきもの、解消すべきものではありません。常に一緒にあ

るものです。不安があるからこそ、緊張感が生まれるのであり、緊張感があるからこそ集中力が高まる。そして集中力がたかまるからこそ、いいパフォーマンスにつながるのです。

- 自分ではどうしようもないライバルや他校に対してあれこれ思いを巡らせても時間の浪費です。今、自分ができに集中してください。過去と他人は変えられない。しかし、未来と自分は変えられます。自分のできに全力を出し切ってほしいと思います。
- 失敗しない人はいない。挫折しない人はいません。失敗していいじゃないですか。挫折していいじゃないですか。要はそこからどう改善して成長につなげるかの方が大事なのです。ただ、そのためには中途半端はいけません。自分が立てた目標へのこだわりをもって全力を出し切ることが大切です。
- 他人と比べることなく、過去の自分をどう乗り越えるか。高校総体という舞台で自分を大いに試して一回りも二回りもたくましくなって帰ってきてください。
- 「今、この瞬間に集中せよ」。頑張ってください。健闘を期待しています。