

「自分と向き合う高総体」

教頭 矢嶋真行

今年も5月31日から県高総体が始まります。対戦相手も決まり、各部とも追い込んだ練習を重ねて、試合に向けた準備も整いつつあると思います。ここ一番で実力を発揮しなくてはいけない時には、技術面の問題だけでなく、自分の心とどう向き合うかも重要です。皆さんは自分の心をどのようにコントロールしているでしょうか。

競技においては調子がよく勢いがあり優勢である時があれば、一方で、自信がなかったり普段の実力を発揮できなかったりして劣勢になる時もあります。調子がいい時はその状況に任せていけばいいのですが、いつもそのような状況ばかりではありません。特に自分と格上の相手と対峙するときは、劣勢である時が多々あるのではないのでしょうか。室町時代に能を大成した世阿弥は、劣勢にある時は無理をして大きな勝負に出ずに慎重に対応し、転機を待つべきと言っています。一般的にそのように対処するのがいいと言う人が多いでしょう。もちろんその考え方は間違っていないですが、こういう時こそ「自分に向き合う」ことを大切にしてほしいと思います。

競技は相手との戦いであると同時に自分との戦いでもあります。まず、対戦相手や戦況から少し目を離し、自分に向き合ってください。例えば、これまでの自分の歩みを振り返ってみてはどうでしょう。練習に向き合ってきた自分と仲間の姿があるはずです。指導していただいた先生や家族の方たちに支えられてきた自分の姿もあるはずです。自分は勝つために来たという思いもあるでしょう。着実に歩んできた自分がいるはずです。そして、心の中の自分のその姿を態度で表しましょう。どんな相手に対しても堂々と顔をあげて、胸を張って、しっかりと声を出して、最後まで自分を出し切りましょう。相手や戦況がどうであれ、自分のマインドやそれを表現することは、競技技術の優劣にあまり関わりがありません。自分自身でどのようにでもなることではないのでしょうか。そして、応援する人たちはエールを送りながら、選手が自分の全てを出し切ることができるよう支えてあげてください。

高総体には様々な場面があります。ファインプレーに心高ぶる場面、自分の限界を思い知らされる場面、その自分を支えている仲間と先生や家族の存在の大きさを痛感し、さらには感謝の思いで胸が熱くなる場面など。これらは多くの学びがあります。そして、何よりもチーム一丸となって相手だけでなく自分自身にも向き合い、自らの力を元氣いっぱいに出し切る姿を期待しつつ、豊玉高校選手団の健闘と躍進を祈ります。

☆高総体特集☆

各部キャプテンより意気込みを語ってもらいました

男子バスケットボール



土脇 洋介

僕たちは一回戦、総科大附属高校と戦います。部員全員が一丸となり、全員で試合に挑みます。

男子ソフトテニス



國分 友暁

会場の雰囲気飲み込まれないように自ら声を出し、チームを盛り上げていきます。

陸上競技



佐伯 大星

陸上は個人競技でもあり団体競技でもあります。みんなで力を合わせてがんばります。



女子バスケットボール



若松 三菜美

私たちは少ない人数ですが、日々の練習を試合で生かせるように頑張っています。

女子ソフトテニス



西村 妃織

個人戦では一つでも多くのペアが勝ち残り、団体戦は一勝を目標に頑張ります。



5月学校行事の報告（歓迎遠足含む）

〔歓迎遠足：4/24〕



今年も神話の里にて実施しました。BBQでは、学年の枠を越えて組んだグループで協力して肉を焼き、全員で楽しい時を過ごしました。

〔PTCA 総会：5/12〕



総会当日行われた講演会では、学校法人平成国際学園長崎医療こども専門学校事務局長の松尾広宣様をお招きし、社会に出るための心構えや学問を学ぶ意義についてご講演いただきました。松尾先生の経験に根ざしたユーモアあふれるお話を聞き、生徒たちも多くのことを考える機会になりました。

〔2年生フィールドワーク：5/15〕



ワークになりました。

2年生が対馬の魅力や可能性を再発見するため、大石農園で茶摘みや工場見学を経験しました。天気にも恵まれ、学びの多いフィールドワ

〔生徒総会：5/21〕

各学級から提案された意見をもとにして、学校をよりよくするために活発な議論が行われました。



～6月行事予定～



5月31日～3日	県高校総体
3日	地域清掃
4日	高総体代休日
8日	PTCA除草作業
10日	学校評議員会
13日	生徒会役員改選
19日	豊玉高校支援会議
27日～7月2日	1学期期末考査