



インスピレーションになろう

Rotary International District 2800

# 山形西ロータリークラブ会報

会長：小林 恵一 幹事：菅原 茂秋

地区目標 「ロータリーの原点に戻ろう」 BACK TO BASICS

クラブテーマ 「あなた自身のロータリーを生きる」 ところに奉仕と友情の灯をともそう

◆点鐘：小林 恵一 会長 ◆ロータリーソング：四つのテスト  
◆司会：遠藤 正明 副 S.A.A. ◆会場：山形グランドホテル

Yamagata West Rotary

第2837回例会

平成31年2月18日(月)

## 会長挨拶

小林 恵一 会長



立春を過ぎてなお寒い日が続いていましたが、暦の上では明日が24節季の「雨水」です。雪が雨に変わる時節を指します。この先は、三寒四温を繰り返しながら本格的な春に向かうことを期待したいと思います。報道によれば、インフルエンザは下火になったもの

の、ハシカや花粉症の発生が散見されているようです。しばらく寒暖の差も大きいと予想されますので健康管理にご注意頂きたいと思ひます。

昨日は、京都マラソンがありまして、1万6,000人のランナーが、古都・京都の7つの世界文化遺産など神社仏閣の周辺を巡るコースを駆け抜けたようです。

注目すべきは、京都大学IPS細胞研究所の山中伸弥所長も走られておりまして3時間24分台で走破していることです。多分56歳だと思ひますが、そのことを考慮しますと大変素晴らしい記録だと思ひます。研究の合間を縫って、鴨川縁を毎日走っているそうで、走ることによって頭脳も肉体もリフレッシュし研究への活力が湧いてくるように以前話されていたと思ひます。

京都マラソンは、東日本大震災後の2012年に復興支援をテーマに始まりましたが、日本では2007年の東京マラソンの頃からランニング人気を背景に各地で市民マラソン大会が立ち上がりました。地域活性化の狙いもあり観光とマラソンを合わせた「旅ラン」が人気となり、スポーツ財団の調べでは「ランニング人口」が2012年頃には1千万を超えていたようです。

世界では、1897年に第1回目が開催されたボストンを始めロンドン、ベルリン、ニューヨーク、パリが名実ともに有名で、それに東京も加わり今では世界6大マラソンになりました。東京は、東京オリンピック構想のアピールを兼ね経済波及効果などを狙って実現にこぎつけた経緯があります。さらに6大マラソンにオリンピック、世界陸上選手権を加えた世界8つのレースが、通称WMMワールドマラソンメジャーズと呼ばれています。

因みに昨年の東京マラソンに参加しまして、完走したと言ったら嘘になりますが、後半歩きっぱなしで4時間19分かかりゴールしてきました。

昨日の山中所長のコメントは「きつかった。IPS研究と一緒に着実に走るしかありませんね」でした。今日の山新に掲載がありました。

最後にお知らせがございます。

私共、西ロータリークラブの例会場・大沼百貨店7Fローズルームでの例会を今月限りとさせて頂き、来月から例会場を山形グランドホテルへ変更させて頂きます。長年に亘り慣れ親しんだ会場でございましたが、諸般の事情により今月限りとさせて頂きたいと思ひます。尚、この件につきましては、先の理事会で承認を得ておりますこと、このあとの引越し・移動作業につきましては、今月中を目途に菅原幹事並びに新藤S.A.Aとそのメンバーを中心に進めさせて頂く予定です。

突然のお知らせではありますが、ご了承の程、お願いしたいと存じます。

以上、本日の挨拶とさせて頂きます。

## 幹事報告

菅原 茂秋 幹事

●木村孝会員のお母様がお亡くなりになられました。20日14時から「セレモニーホール山形」葬儀が行われるというご報告を申し上げます。

ご香典につきましては、事務局で20日の午前中まで受付ます。午前中までお届けいただければ、私共のほうで代行させていただきたいと思ひますので、どうぞよろしくお願い申し上げます。

## ファイヤーサイドミーティング & 西山会

2月13日(水)「白ぎく」にて15名に参加いただき開催いたしました。

## 「指導者の役割」

学校法人富澤学園 山形城北高等学校  
陸上競技部 女子駅伝監督

吉田 進氏



平成元年から全国高校女子駅伝競走大会が始まるということで、前理事長の富澤昌俊さんに「じゃあ女子駅伝を」という考えがありまして、山形と福島がちょうど合同合宿を榎葉のほうでやっていたご縁がありまして、こちらのほうに來させていただきました。私はもともと中距離の選手だったんですけども、福島で駅伝に携わらせていただいて、そこから今年の3月で30年、なんとか努めさせていただき終わるところです。

その間、おかげさまで高校駅伝では21連覇を含めて30回中27回という結果を残すこともできました。ただ、山形県だけのことではなくて、全国でも10位代が9回ぐらい、20位代を含めると15、6回は全国では順位を獲らせていただきました。皆さんは会社経営ということでもっともっと厳しい中でやっていらっしゃるの、部活動体験の中からどれだけ参考になるかわかりませんが、私なりに生徒から30年間で教わったこと、多くの人に支えられながらここまでこれたこと、そういったのを含めまして自分で気づいたことをお話させていただければと思います。

長くやってきて自分では1番「これが大事かな」というのは、まだ現役の指導者ですけれども、指導者の意識レベルがどこにあるのかというのが非常に大事かなと思ってます。私の場合は、常に全国を頭に入れながら選手の練習指導をしてるんですけども、とかく「県で勝てばいい」というのが往々にして多いものですから、なかなか全国に行ってその結果が残せないというケースが多々あるように思っております。その自分のレベルをどこに置いて生徒を指導するかというところ、あとはやっぱり自分の中に情熱ですね、情熱がないとなかなか生徒に対してもそれを伝えられない。あと、その情熱だけではなかなか空回りしてしまうところもありますので、最近だいぶ部活動に対しての働き方改革ばかりではなくて、体罰とかそういったのも非常に多く報道されているように、どちらかというとなんか自分中心になってしまうと、そういうものが逆に生徒に反映させてしまうというケースにもなりますので、情熱プラス、私自身の謙虚さですかね。何連覇もしているけどどうしても人間変わってしまったりするケースも中にはあるんですけど、そういうふうになってしまうと人からの信頼も失うし、結局自分がダメになった時に救いの手もなかなか差し伸べてもらえないのかなということもありまして、自分なりには気をつけているところです。それと自信ですね。自分自身に自信がないと、思い切ったことを生徒たちにも伝えられないということもあると思いますので、やっぱりある程度、自分でほかから見るとそれがいいか悪いかということとは別にしても、その場で自分で「やっぱりこれは絶対必要だ」と思った時には、自信を持ってそれを生徒に伝えていかなくちゃいけないのかなということなんです。それと、先を読むとい

うことですね。どうしてもその場だけの、直面してることだけになりがちなところが、非常に子どもですから当然多いんですけども、先を読んで行動できるような、私自身も含めて、生徒も含めてそういうふうなことも非常に大事かなと。

あとは今言ったところでの判断力ですね。決断力とか、そういうのがどこに現れてくるのかなというところ、当然レース前の戦略にも出てきますけども、練習するその場面の中でもそういったのが非常に多く出てきます。私は毎朝天気予報、あと1週間の天気予報を大体チェックして、当然目指すところがあるんです。でも生徒が主ですので、できるだけいい条件の中で、いい練習内容がどれぐらい消化してそれを自信につなげて次に行けるかというところを大事にしていますので、そういった意味では決断だったり、その判断だったりがちっと私の中にできてこないと生徒たちも迷ってしまうところが出てきます。あとは中途半端な気持ちでの練習が、集中できないということも往々にしてありますので、できるだけその辺を注意しながらやっています。

魅力、特に県内の通える範囲内からしかうちは生徒が来てません。寮もないですし、昔は私の家で生徒3、4人、17年間ぐらい預かって下宿生活をさせながらやっていたんですけど、子どもたちも大きくなってなかなかそういうこともできなくなったものですから、ここ12、3年はほとんど通える範囲内の生徒だけに来てもらっているんです。その中でも各学年4、5名ぐらいしか来てもらっていません。何十人もというわけにはいかないし、私の目が行き届かないところも非常に多いので、そういった意味で各学年は4、5人ぐらいです。3年生が抜けて選手は11名しかおりません。今年全国を走った子たちが4人残るもんですから、「なかなか城北に行ってもメンバーになれない」とか、「城北に行っても走れないんじゃないか」というのもあるんじゃないかなと、そういった意味で人数も少ないです。

自分が預かった選手をどれだけ伸ばせるかというところは、お互いの感性というかフィーリングだったり、「こういう選手だったら私は伸ばせるな」とか、「こういう選手をぜひとも伸ばしてみたいな」といった発想でお声掛けをさせていただいております。ですからもろんな活躍面からすると、「人数、20人から30人ぐらいいるんじゃないの?」なんてよく言われますけど、ほんとに少ない人数でやっております。

先月行われた冬季ロードレース大会でも2年生の2人のちょうどいい写真が載っていました。あのように、1人は陸上部、1人はソフトボールをやってみて、体力づけに陸上もとやったら徐々に頭角を現してきて、今年はその子が1番信頼できる生徒だったので、全国1区を走らせて区間18位で来てくれました。私の想定してた20位代のタイムをその通り達成する1番の原動力になってくれた生徒です。そういった他種目から来る生徒も非常に多いですから、中学校の先生方の情報とか、自分がその走りを見て自分に合うか、あと伸ばせるかということと、やはり中学校の段階では人間性まではなかなかつかみきれないところもあるんですけども、やっぱり真面目さだったり、素直さだったり、そういうところが1番大事な部分かな、と。中・高校生あたりはその辺がきちっとしているとある程度伸ばすことができるということを持ってやらせていただいています。

山形から全国となってくると、「ええ?」という感じを受け

止められるかと思うんですけど、生徒に言っていることは同じ人間なので、例えば九州とか近畿圏なんかはものすごく層が厚くて、中学校からガンガンやっているとところが多いんですけど、山形でも意識さえ変えてあげれば全国までは到達できるのかなと私自身は考えていますので、ほとんど練習の前後には陸上の話というよりも、どちらかという姿勢の話しかしません。どういうふうな思いで、どういうふうな気持ちでその練習をこなすか、どういうふうな気持ちで今日1日を生活するかということしかしてないんですけど、本当に意識が変われば必ず習慣が変わる。言葉にもあるんですけど、意識が変われば習慣が変わる。習慣が変われば行動が変わると。行動が変われば人生が変わると。人生が変われば、人格も変わってくるというようなところも、子どもたちにはいろいろ話をしながら、とにかくその姿勢を作っていくということを大事にしています。です、うちは休みが非常に多いです。昨日練習しましたので、今日これもあるということもあるんですけど、今日の午後はフリーです。おとといの土曜日天候が悪くて、降水確率が70%ぐらいになって、気温もちょっと低めでしたので休みにしました。その前が至誠堂病院の坂でやったり、文翔館の周りでその前の日はやっていたので、選手の疲れ具合を見ながら、スケジュールを作り、天候も読みながらという流れをずっと続けてやっております。

朝は朝練を毎日、月曜から金曜まで、7時13分からやっているんですけど、これは1番遠いのは新庄から毎朝1人通っています。あとは川西、高畠から通っている子もいます。新庄の子は5時40何分の1番電車で毎日来ています。雪が降っても何しても。ただ、都合が悪いときは電話連絡で「電車が動きません」と連絡が必ず入ります。今朝も7時13分からやっているんですけど、昨日頑張ったので、今日は朝、サッカーやろうかと、ちょっと目線を変えながら、少しでも気持ちを切り替ええるようなことも生徒に指示しながら、様子を見ながらやらさせていただいております。

あと、役割というとは本来は勝たせるしかないんですけど、生徒の目的がどこにあるのかということを見て、我々はそのに到達させるというのが1つの役割です。ただ、やらせればできるということでもない、生徒ができるだけ自らやる姿勢を起こさせるということをかかして我々が、やらせるかということか私を大事にしながらやっています。ですから、休みの日でもほとんど走っています。だいたい朝走って、午前中走って、夕方もう1回走っている子もいます。怪我が危ないので、あまり無理はするなと言っています。休みにしても、きちっとできる習慣がうちの生徒は身につけているので、休みも多いですし、練習時間も短いです。平日、あかねヶ丘陸上競技場でやる場合も、南陽方面の子たちが電車に間に合わない、だいたい午後6時には終わります。学校でやる場合だと、午後5時半に終わって、5時58分の下り電車に間に合わせるように配慮もしながら、できるだけ生徒のやる気を引き出すようにはしています。あとはチームの雰囲気やどうやって作っていくかですね。チームカラーというのがありますが、どういふに城北のカラーが映っているか、よく分からないんですけど、自主的にやるような姿勢のチーム雰囲気がどれぐらい作れるのかなということが1つ。あとはやりやすい環境ですね。天気を見たり、コンディションを見たり、スケジュールの流れを見たりしながら、個々

の状態を把握しやる気を引き出す。これが1番大きなことですね。

やる気を引き出すために1番大きな点は、個人メニューが多いということですかね。11人しかいないんですけど、ほとんど個人の力の差に応じながら、スケジュールを全部変えて、毎日その状態に合わせて、させるようにしています。ですから、1番大変なのはマネージャーですね。グループを4つとか5つに分ける場合もありますので、ストップウォッチを持っているほうが非常に大変。非常にマネージャーに負担をかけているなというところはあります。そういった点からも女子の場合は特に見られてるという意識があれば、非常にその子自身もやる気を持ってくれる。

どこにもこれは共通しますが、コミュニケーションをどれぐらい日々、とれるかということなんです。選手の目線に立って、その子を評価してあげられるのかなということも大事にしています。昨日もケガっぽい生徒がいて、その前の段階から自己管理がなかなかできなかったもんですから、ケガのような状況になったんで、そのタイミングを見計らって、「じゃあ、前の生活はどうだったんだ」と、「どういふな思いでここまでやってきたのかな」ということを話したら、「そうです。ちょっと足りなかったです。ちょっと、自分本位の考えになってやりました。」という話が出てきたので、「じゃあ、次、まだ今月、時間があるので、来月からきちっと入れるように調整すれば、4月からのシーズンには、まだ間に合うので、きちっとした形でやったらどうだ。」と言ったら、月曜日の朝に練習日誌があるんですけど、月曜日の朝だけ練習日誌全員出して、その1週間の振り返りを見て、私のほうでコメントをして返すんです。その日誌で指摘した生徒は、「話をしっかり受け入れながら、次に向けて取り組んでいきます。」というコメントが書いてありましたので、そこで気づいてくれれば、まだ間に合うのかなというところで理解できたときに、またお互いに練習内容も少しずつ濃くしながらやっています。お互いにお互いの目線を上げていこうなやり方をしていけないと、いつまでも記録には結びついていけないという話をさせていただいたところ、少しは本人も理解してくれたのかな。言い続けるしかない、この間言ったよね。」「昨日、言ったよな。」ではなくて、これは根くらべみたいなもんですけど、できるまで本当に身につくまで言うのが私の仕事かなと思っています。ある程度動きが変わってきたりとか、表面的にいろいろ変わってくる部分必ず出てくるので、そういうときはきちっと「ここ良くなったね。」「変わらない」「それは変わらないよ。」と言っていますので、少しずつ良くなってきたことに対しては、認め合いながらもやっています。

自主性ということも重んじながらやっていますので、100%こっちでやらせるメニューというのは、私のほうではあまり作っていません。だいたい一通り教えながら、あとは自分で空いている時間の中で、自分の合った形でこれをやったほうが良いよというようなアドバイスの仕方をしてます。特に100%与えてしまうと、考える力も出てこないし、特に女性は受け身になってしまうので、それさえやっていたらいいということになりかねないので、やっぱりある程度、自分で考えて行動させる部分をちょっと持っておかないと、本来、身につくところが身につかなくなってしまうので、余裕を与えながらやっています。

あと1番必要なというのは、言葉で言うと「待つ」、「許す」、「認める」ということですね。なかなか、「待つ」ことって難しいんですけど、その子が気付かないときもあるし、ただ一方的に気付かせようとしてしまうと、自分本位になってしまい結局それがストレスというよりも、感情に走ってしまって、今、騒がれてる体罰とかそういった問題に発展してしまうのかなというふうに思っています。特に、「待つ」というときに、1つ1つ別メニューでやらせてきたら少しずつよくなってきたので、4月からの試合には間に合うのかなと。

「許す」というところも特にケガしたとき、教子でも実業団とかいろんなところに行って、帰ってくる生徒がいるんですけど、ほとんどケガが原因です。結局ケガした時のフォロー、ケアの仕方が非常にストレスのかかるやり方をされるもんですから、練習はできない、食事もとれない、太っちゃいけない。でも、治療もなかなか行けない。それで走れない。ストレスだらけで結局、パンパンになって帰ってくるケースが非常に多いです。中でも熊坂香織もそういうケースの1人だったんです。ただ年齢的に非常に若かったもんですから、ちょっともったいないなと思って、12月の京都での全国高校駅伝できっかけを掴めるかなと思って連れていったら、京都にもう1回行きたいとなって、おかげさまで、皆さん方のいろいろなご協力で、21世紀協会に入れていただいて、10年以上、山形へ帰ってきて、特に都道府県対抗駅伝競走大会では非常に大きな活躍をしてくれました。帰ってきて2年目に4位、3年目には3位という本当に、山形では考えられないような奇跡を起こしてくれた1人の原動力になった選手です。一番大変な時期にどういふふうにこちらがフォローしてあげるかということが非常に大事なのかなと思うところで。

「認める」というのは、やっていることに対して結果だけじゃなくて、結果は当然出るわけですので、私の中でも結果オンリーでなくて、過程を非常に大事にさせていただいております。過程がちゃんとしていけば、結果は当然出ますので、その結果を出すために自分がどういう取り組み姿勢でそこに向かっていったかということがきちっとできてれば、これは必ずいい結果になると思います。

いろんな指導者の話の中でも、最近だとスポーツ選手のコメントにも「準備」というのがものすごく出てくるなというふうに感じています。いい準備をして、その試合に向かいたい。そのためには1日1日をどれぐらいきちっとした形で取り組んでいくか。その集中力ですね。どういう準備をしていったら完全な結果につながるかというところを、プロではないですけど、私も自分の生徒にはそういうふうな準備をどれぐらい整えられて、4月からのシーズンを迎えられるか、そこをしっかりとして自分でやっていかないとだめだよ。のべつ幕なし部活しているわけではないので、朝練習と普段朝1校時から6校時までちゃんとした学校生活をしていますので、それ以外の4

時からの部活動しかないの、部活と勉強をしながら集中してできるように生徒たちには話をしながらやってるところです。

おかげさまで本当にいい出会いをいただきながら、ここまでやらせていただきましたけども、今年残っている生徒が非常にいいものですから、今までうちの最高順位が全国で11位なんですけども、それをなんとか超えたいと思いながら、それぞれの生徒の自分がどうなりたいたいのかをきちっとした形でイメージしながら取り組みよということを、この月の間にきちっと頭の中に入れて、4月に向けて入っていけるようにしておいてくださいと今朝言ったところです。

お互いに目指すところは同じですので、みんな共通している部分がたくさんあると思います。たかが部活動でも、一応このぐらいはちょっと考えながらやらせていただいています。皆さんは当然そういったことをやってらっしゃると思いますけど、これぐらいやってるんだと、こういったところは共通している部分があるんだと、お分かりいただければ大変ありがたいのかなと思います。本当にありがとうございました。

## ニコニコBOX

**市村清勝さん** / 2月13日のファイヤーサイドミーティング&西山会において多くの皆さんに参加いただき誠に有難うございました。坂部さんの話は私も大変勉強になりました。これにて滞りなくミッション終了なのでニコニコです。

**長澤裕二さん** / 還暦をすぎてから60の手習いで始めたスキーですが、先週1週間、カナダのウィスラーに坊平スキークラブのスキー研修旅行に行ってきました。天候に恵まれ、新雪と晴天で最高のコンディションのスキー日よりでした。感謝してニコニコします。

**武田秀和さん** / 2/8、9に千歳館様にて、千歳館様のお料理とカメイ様の牛タンと弊社の日本酒を楽しむ会が開催されました。山形西RCのメンバーの方も多数参加していただき、料理と日本酒の相性の良さも再発見でき、楽しくすごさせていただきました。

**武田秀和さん** / 2/17、山形市の魅力を発信してもらう人を発掘しようと、山形市役所にて「やまがた検定」が行われ、その一環で弊社の酒蔵に見学していただきました。今後の山形市の発信力強化を期待してニコニコします。

**戸田佳瑞さん** / 2月8、9日千歳館様の澤渡さんの企画で秀鳳酒造様のおいしいお酒と牛タンを楽しむ会に伺いました。おいしいお料理と秀鳳様のおいしいお酒で楽しいひとときを過ごすことが出来ました。弊社牛タンを取り上げて頂いた事に感謝し、ニコニコします。

### <本日出席・修正出席>

	会員総数	出席会員数		会員総数	出席義務会員数	出席会員数	出席率
本日出席 (1/28)	96名	57名	修正出席 (1/28)	96名	86名	82名	95.35%
メイクアップされた会員	(山形中央) 酒井 啓孝、伊藤 歩、鈴木 隆一、中山 眞一、原田 久雄、小林 廣之、佐藤 章夫、風間 義朗、大西 章泰、長谷川浩二 (山形東) 細谷 伸夫 (山形) 伊藤 歩、安部 弘行 (山形北) 原田 久雄、清野 伸昭 (イブニング) 松原 洋、長谷川浩二 (地区) 遠藤栄次郎						