

やくばしょくいん しばたまち しょう ちゅうがくせい みな
役場職員から柴田町の小・中学生の皆さんへ
すぼ ー つしんこうかちょう さいとう よしみ
スポーツ振興課長 齋藤 良美

ことし なつ とうきょう きょうぎたいかい かいさい よてい
今年の夏は、東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会が開催される予定
でしたが、「新型コロナウイルス」のため、開催を1年間延期することになってしまいま
した。選手せんしゅの皆さんみなはもちろん、世界中せかいじゅうの多くおほの人たちひとが楽しみにしていた大会たいかいが延期えんき
になってしまい、とても残念ざんねんです。1日も早く「新型コロナウイルス」が終息しゅうそくして東京で
オリンピック・パラリンピック競技大会きょうぎたいかいが開催かいさいされるといいですね。

さて、オリンピックに出場しゅつじょうした数多かずおほくせんしゅの選手せんしゅたちは、私わたしたちにとっても素敵すてきな言葉ことば
その経験けいけんを話はなしてくれています。その中なかの一つひとつを紹介しょうかいします。

なに き さむ ひ した した ね の
「何も咲かない寒い日は、下へ下へと根を伸ばせ。やがて大きな花が咲く。」

これは、シドニーオリンピック女子マラソンの金メダリスト、高橋尚子たかはしなおこさんが「私わたしの好き
なことば よ はな なに
な言葉」として良く話しているものです。何をやってもうまくいかないような厳しい時期きび じき
は誰だれにでもあるものです。そんな時ときは、悲しんだり苦しんだりして、心こころをすり減らして
しまいますが、今はまだ花はなが咲く時期じきではないのだと、気持ちきもちを切り替かえてみましょう。
そして、基礎体力きそたいりょくや基礎能力きそのうりょくをつけることを大切たいせつにして地道じみちに努力どりょくしていれば、やがて
その努力どりょくが報むくわれて、待ち望まのぞんだ大きな花はなを咲かせることができるでしょう。誰だれにでも、
よい時とき・悪い時とき、うまくいく時とき・いかない時ときは、かならずあると思おもいます。しかし、そうい
う時期じきも無駄むだではなく、そういう時ときこそ、大きく成長せいちょうするための大切たいせつな時期じきだと考かんが
みましょう。どんな時ときでも前向まえむきに努力どりょくを続けることが大事だいじですね。皆さんみなが美しい大輪うつく だいりん
の花はなを咲かせられるよう、今は「新型コロナウイルス」に感染かんせんしないよう細心さいしんの注意ちゅういをし
て、安全あんぜんな環境かんきょうを確保かくほしながら、適度てきどに運動うんどうやスポーツおこなを行たいりょくって体力たいりょくをつけることを
こころがけてください。

ところで、まぼろしの“ラジオ体操第三”を知しっていますか？ラジオ体操たいそうといえば、誰だれでも
いちど おんがく あ からだ うご にほん こくみんてきうんどう おも
一度は音楽おんがくに合わせ、体からだを動かうごかしたことがある日本にほんの国民的運動こくみんてきうんどうだと思います。しかし、
このラジオ体操たいそうに“第三”があることを知しっている人は少すくないのです。“ラジオ体操第三”
とは、1946年ねんからわずか1年ねん半はんだけ放送ほうそうされた体操たいそうです。曲きょくのテンポは第一だいいち・第二だいに
比べて早くらく、動きはやはより大きうごくなっています。横よこの伸び運動の うんどうは、両腕りょううでを大
きく左右さきゆうに振り回まわした後あと、膝ひざを曲まげながら腕うでを横よこに伸ばすといったダイナ
ミックな仕様しやうになっています。ちなみに、ラジオ体操第三たいそうだいさんが“まぼろし”にな
ってしまった理由りゆうは、「ラジオだと内容ないようが全まったくわからなかったから」だそ
うです。現代げんだいはラジオを聞きくことは少すくなくなりましたが、パソコンやスマ
ートフォンで動画どうがが見みられる時代じだいです。動画共有どうがきょうゆうサイトには、“ラジオ
体操第三”や“みんなの体操”のお手本動画おほんどうがもアップされているので一度いちどチェックして、
家族かぞくみんなでやってみてください。



しょう ちゅうがくせい みな げきれい めっせーじ じかい
小・中学生の皆さんへの激励のメッセージ！次回をお楽しみに！