



春江中だより



【は】っけん・気付く つなげ【る】 【え】がおを創り出す

春江中学校 教育目標

- 1 自ら進んでよく学び、協力して働く生徒
- 2 規律を守り、責任を重んずる生徒
- 3 心身ともに健康で、思いやりのある生徒

ヒルクライム

校長 横枕 耕史



私事になりますが、6月4日に富士スバルラインを全面通行止めにして富士山五合目をゴールとし、自転車でひたすら坂道を上るレース「富士の国やまなし第19回 Mt.富士ヒルクライム（自転車レース）」に参加してきました。コースは、距離 25km、標高差 1,270m、勾配は平均斜度 5.2%、最大 7.8% の斜面の坂道を上るタイムレースです。体力的にきつい反面、平地でのレースに比べスピードが遅いため、事故の危険性が低く、自転車初心者でも安心して参加でき、老若男女約 8,000 人が参加しました。

私の自転車歴は、20代でMTBに夢中になり自転車通勤で乗るくらいでした。50代でメタボな不健康な身体を改善しようとい念発起し、ロードバイクを購入してから再燃しました。今ではサイクリングの魅力にどっぷりとハマり、100km以上のロングライドを楽しむサイクリストになりました。自分の実力はどれくらいなのか確かめる意味で、この大会にエントリーした次第です。

日頃のサイクリングは荒川周辺の平坦路を中心となるので、ヒルクライムのトレーニングに特化し、筑波山・不動峠、奥多摩・都民の森、埼玉・白石峠、秦野・ヤビツ峠など激坂を相手に練習を積んできました。坂は簡単に克服できる相手ではなく、坂の斜度が増せば増すほどペダルは重くなり、クランクを回すためにパワーを注がなければなりません。体に負荷がかかればかかるほど心拍が上がり、呼吸が苦しくなり、汗が吹き出し、筋肉は悲鳴を上げ、辛く苦しい

状態になります。ゴールまで延々と坂道が続き、心が折れそうになることがあります。しかし、足を止めなければ必ず前に進むと信じ、自分を鼓舞し諦めない強い気持ちで、必死にもがき苦しみながら坂を上りました。ゴールに到達した時は、なんとも言えない達成感で満たされ、「坂バカ」にしか味わえない最高の気分を味わうことができます。

今回のレースの結果は目指した目標タイムに届きませんでした。あえて苦しいことに挑戦した今回の経験は無意味なことではなく、有名なマラソン選手の言葉のように「自分を自分で褒めてあげたい！」と自分を誇らしく思え、次の目標へとモチベーションを高めることができました。

さて、先月行われた生徒総会では、生徒会スローガン「雲外蒼天」が提示され、コロナで制限されマスクという雲に覆われ続けてきた生活から主体性や工夫で幅を広げて学校生活をより良くするため、「明るい学校にしよう。楽しい学校にしよう。前向きに勉強できる学校にしよう。挑戦しよう。」と発表があり、各学級のクラス目標もそれぞれ披露されました。生徒の目標達成に向けた取組や活躍を大いに楽しみにしています。

個人の夢や目標を実現させるには、自分の得意や好きを追求し、「なりたい自分」に続く道を進むことです。何かしらの努力や自ら試練を課すなどのアクションが必要になり、それが坂道で多少つらいことであっても、「あきらめない強い気持ち」でひたむきに進めばゴールに近づけます。到達し達成すれば、必ず自己肯定感は高まります。「未来の創り手」となる生徒には、挑戦し続ける人生を送ってほしいものです。