



令和5年6月30日発行 第4号

人権  
標語  
ごめんより ありがとうって  
聞きたいね 嵐山東6年

7月の行事予定	
日	行 事
1	土
2	日
3	月 ベル前着推進(2年)
4	火 1・2年ポスターセッション 3年薬物乱用防止教室
5	水 2年自転車安全教室 校内販売日
6	木 部活動激励会 体育祭エントリ部活動停止
7	金 社会を明るくする運動 カウンセリングの日
8	土
9	日
10	月 預り金引落とし日
11	火
12	水 三者懇談会①
13	木 2・3年球技大会 三者懇談会②
14	金 1年球技大会 三者懇談会③ カウンセリングの日
15	土
16	日
17	月 海の日 8月給食予約
18	火 三者懇談会④
19	水 三者懇談会⑤ 学年集会
20	木 1学期終業式
21	金 夏季休業開始
22	土
23	日
24	月 学習相談の日(2年)
25	火 学習相談の日(2年) 預り金再引落とし日
26	水
27	木
28	金
29	土
30	日
31	月
8/3	(木) 9月給食申し込み
8/7	(月)~16(水) 学校閉鎖日
8/18	(金) 部活動停止
8/21	(月) 午前リーダー研修会
8/22	(火) 学習相談の日(2年)
8/23	(水) 夏季休業終了
8/24	(木) 2学期開始

「表の努力と裏の努力」

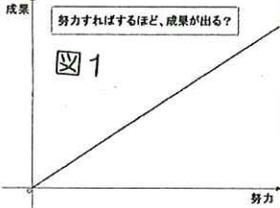
定期考査が終わり、これからいよいよ夏の選手権大会やコンクール、社会体育の大会が開催されます。大会を目前に控えている人、元ジャイアンツのエース桑田真澄投手(若い人にはMatの父と言えわかる?)の言葉を紹介します。桑田選手は、高校3年間で5回しかチャンスがない甲子園に5回出場、優勝2回、準優勝2回、ベスト4を1回という経験をしました。ドラフト1位でジャイアンツに入団し、アメリカでも活躍した選手です。彼の有名な言葉に「努力はうそをつかない」という言葉がありますが、彼が努力について語ったものをいくつか紹介します。

「努力は量ではなく質である。短時間で、効率的、合理的に積み重ねてこそ成果がある。そして、「表の努力」と「裏の努力」を両立できてこそ、努力は報われる。中学に入って、授業に集中するようになって努力する楽しさを覚え、それが野球にも生かされるようになった。この中学時代の経験が、『努力の楽しさ』を教えてくれた。やればやっただけ成果が出る。努力を重ねた分だけ結果が出る。努力は楽しまなければならない。中学で努力の楽しさに気づけたことが、最終的には僕の野球人生にとって、とても大きな意味をもつことになった。」彼は、中学校の3年間、どんなに練習で疲れていようと授業中決して寝たりしなかったそうです。

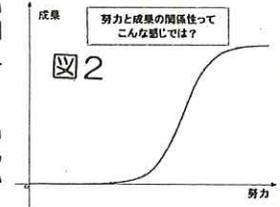
「僕は体が小さい、絶対的な決め球もない、では、なぜ甲子園で20勝し、プロ野球で173勝をあげることができたのか。振り返ってみると、僕には一つだけ『才能』があった。それは、努力をするという才能だ。自分の素質、才能などたいしたことはないと思っていたから、試行錯誤して、努力、努力、努力を積み重ねてきた。また、野球の練習での努力だけでなく、『徳を積む』ことも続けていた。「表の努力」と「裏の努力」を説明しておく、「表の努力」というのは、ランニングをしたり、ピッチングをしたり、要するに技術・体力をつける練習のこと。「裏の努力」というのは、トイレ掃除だったり、草むしりだったり、あいさつや返事だったり、ゴミが落ちていたら拾うことだったり、玄関先で靴をそろえることだったり、野球とはまったく関係のない努力。もちろん、裏の努力をしたからといって、野球が上達したりはしない。それでも、人の見えないところで善い行いをするということは、運とツキと縁を貯金してくれると僕は信じている。表の努力がすべてでなく、目に見えない裏の努力も含めて、その人の実力になるのだと僕は思う。」高校時代、通常は6時30分起床だが、彼だけは5時30分に起床し、まずトイレ掃除をし、グラウンドの草むきをして朝練に合流したそうです。彼は言います。「このトイレ掃除が楽しく、すごく気持ちよかった。プロになっても、負けたら便器を磨いた。便器を磨いて、練習して、便器を磨いて、練習して・・・」何か参考にできることがあればいいですね。

努力と成果について

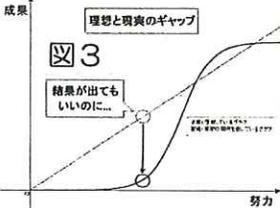
努力と成果の関係を、右の図1「正比例のグラフ」で考えていませんか? しかし、実際にはこのような形をしていません。「努力と成果の関係」を表すグラフは、図2のようなものです。図2の努力と成果のグラフを「努力の成長曲線」と呼ぶことにしましょう。これには、2つの特徴があります。



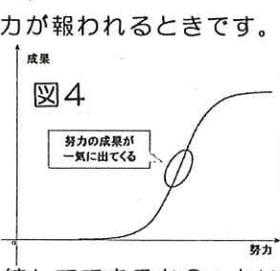
1つ目の特徴は、「初めのうちは、努力の成果がほとんど出てこない」という点です。「努力と成果の関係」を、図1のような「正比例のグラフ」で考えていると、図3のように現実とのギャップが出てきてしまいます。



その結果「間違っただけで努力しているのかな?」「このまま結果は出ないんじゃないか?」「続ける意味ってあるのかな?」といった考えに陥ってしまい、前向きな努力ができなくなります。しかし、「努力の成長曲線」からわかるように、効率の良い方法で努力を続けていても、成果が表れてくるまで時間がかかるのです。



2つ目の特徴は、図4「努力の成果が面白いほど表れてくる時期が来る」ということです。成果が出なくても、自分の方法を信じて努力した結果が、ここにきて表れてきます。いままでの努力が報われるときです。



このように、努力したことは知らず知らずのうちに本人の中に蓄えられています。努力している本人はそのことに気づきません。それでも、努力を続けていきました。一定の努力量を超えると、そこからおもしろいように成果が表れてきます。成功と失敗の分かれ道は、「成果が出るまで、自分が決めた方法を続けられるか?」にかかっています。まずは、「自分にも無理なく継続してできるか?」という観点で方法を考えてもいいかもしれませんね。