

菜の花っこ

『市原市ゼットエー陸上競技場』を拠点に活動している、小・中学生を中心とした短距離専門(ハードル・走幅跳)陸上クラブ

新聞 第13号

発行：2021年7月3日(土)

事務局：〒290-0025 千葉県市原市加茂 1-1-28
Email: info@nanohana-ac-2020.com

<https://www.nanohana-ac-2020.com/>



一般社団法人 菜の花アスレチッククラブ

活動報告

本日の活動は第25回目、ちょっとした節目の数字ですが・・・
エンゼルス大谷選手は本日29号・30号🌟 大谷選手の節目の数字に感服です👏 凄すぎます。

荒天のなか、デビュー・体験のお友だちが6名も👧👦菜の花が広がっていく躍動に、喜びと責任を感じます。

低学年の初参加が多くいましたが、トレーニング
→鍛えているつもりでしたが、子どもたちはおもいっきり楽しんでいました。笑顔=成長です🍀
4~6年生は、大会一週間前！それぞれ、想いや目標があるようで→真剣さと意欲を感じました。
須田先生と吉野コーチも、テンション高かったです😊





来週の大会には、スターティングブロック使用で100mに挑戦します。
 まだまだ充分には使いこなしていませんが、**一かっこよくなってきました。**
 「カッコいい🌟」 大切です👏

須田先生
のお話

「感謝・ありがとう」

前回のこのHPで「褒める」が、
 人に力を与える・人を成長させる魔法の言葉と紹介しました。
 今日はもう一つの魔法の言葉「感謝・ありがとう」です。

人は、一日の中で、何回くらい「お願い」って言うのでしょうか？
 人は、一日の中で、何回くらい「ありがとう」って言うのでしょうか？
 「お願い」=「ありがとう」 になっていますか？

「お願いお願いお願いお願いお願い」→「ありがとう」😊
 「ありがとう」の方が少ないですね😓

日本人、一日に5~7回「ありがとう」と言うそうです。
 そして「ありがとう」って言った数が多い人ほど→「ありがとう」って
 言ってもらえるそうです。
 さらに「ありがとう」って言われると、その行為（責務や仕事）に自信や喜びが
 増幅するそうです→今まで以上に頑張れちゃいます👏

菜の花 AC の合言葉

「お願いします 3秒」→新たに「ありがとうございました 5秒」を🌟🌟😊



今日の朝刊、折込み広告「シティライフ」に
 須田先生を発見👀(H)