

# 菜の花っ子

# 新聞 第32号

発行：2022年6月12日(日)

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/>



『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

一般社団法人 菜の花アスレチッククラブ

## 活動報告

### 第54回市原市民大会陸上競技大会 [小学生の部]

初参加の昨年から1年、たくさんの成長・進化がありました♪

1年前の大会では、初々しい気持ち・ホッとする気持ち・微笑ましい気持ち等が先行しましたが→今回は、感動・雄飛・笑顔、みんながアスリートになっていました♪ カッコよかったです😊



出場した9割以上の子どもたちが、「自己世界新記録更新」---ピーキングもバッチリでした。今日はウォーミングアップも学年別・男女別、個人の競技開始時刻に合わせて実施しました。子どもたちに、アスリートを感じる大会でした。

### 5年生 100m 男女アベック優勝🏆

菜の花で、陸上競技に目覚めた子どもが、2年足らず努力と経験で、菜の花のみんなを笑顔にしました。

--- 我が子でもない保護者の方々が、涙目に感動している姿を見て→その姿に涙目で感動



大会翌日、お疲れのところですが活動しました。  
 これまで、大会目指してトレーニング中心の活動でしたが ---  
 この日 (6/12) は、日頃の感謝とトレーニング環境整備の意味合いで、  
 ゼットエー清掃活動 (草取り) を実施しました。子どもたちに  
 保護者の皆様も加担、30 分程ですが、金メダル級の機動力でした 😊



### 【表彰式】

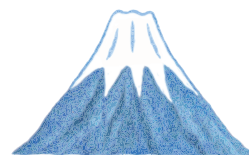
前日の大会、大会運営上の諸事情で表彰式・賞状授与が出来なかったのが、本日に！  
 ゼットエーの「宮吉所長様」が市原市長の代理として、授与してくださいました。  
 つばさは所用欠席だったので須田先生が代役。須田先生、つばさの気持ちで大喜びでした 😊  
 「宮吉所長様」からは、日頃の頑張りへの称賛・応援メッセージと、  
 奉仕活動を称えるお言葉をいただき --- 子どもたちのエネルギーに 🌱



さあ、小学生の次の挑戦は「県大会」(7/10)  
 中学生は、今月各支部で実施される総体に、菜の花を背負って出場します！

須田先生  
 のお話

## 富士山と井戸



◎富士山の山登り、登れば登るほど傾斜は険しく・酸素は薄く辛くなります  
 →9 合目辺りで断念！達成出来なかった失望感や悔しさが生じることと思いますが  
 →9 合目辺りで周囲を見渡すと、すでに富士山より高い山はありません。  
 9 合目辺りでも日本一高い山なんです。

✦これは、本来の目標 (富士山山頂) を達成出来なくても、  
 目標に向かって努力していれば (登り続けていれば)、  
 概ね成功・成果を得ているというお話です 🌱

◎水が欲しくて、井戸を掘ります。

1m 掘って水脈に達すれば、1m の穴でも井戸になります。  
 100m 掘っても、後 1cm 水脈に達しなければ、これはただの「穴」です。

✦これは、最後の最後まで (最後の 1cm まで)、しっかり継続努力しなければ、  
 目標は達成出来ないというお話です。

この 2 つのお話を、  
 自分の挑戦の場面場面で上手に使い分けると、  
 いつもいつもポジティブになります。  
 決して、都合よく言い訳に利用しないでください。  
 自分の頑張りを、自分でしっかり評価出来ることが、  
 自己世界新記録に繋がります 🌱✦