



校長室だより 28号

中島 悟

【キャッチフレーズ】

未来に残そう 伝え築いた 振徳商業
目指せ 三種目 日本一 !

- 1 印象深い「あいさつ」 旧職員 中島 誠哉 10周年記念誌より抜粋
2 出逢ったいい話『イチロー選手の目標設定術』 『致知』2010年6月号より抜粋

印象深い「あいさつ」(原文) 旧職員 中島 誠哉

10周年おめでとうございます。光陰矢の如しで年月の経つ早さに感慨ひとしおで
ございます。

私が御縁があって赴任しましたときは創立2年目で、情報処理科の第1回生の入学
の年でありました。その後、7年間数々の思い出をつくらせてもらい、私の教職生活
に意義深い歴史の一ページをなした訳です。

生徒諸君の校風をつくりあげようとするフロンティア精神が強かったのを今でも想
い出されます。

さて、様々な思い出があります。必ずとっていいぐらいの雨の中での体育祭・振
徳魂の競歩、全校あげてのチームワークのよい駅伝、清掃時の真面目な姿、コンピュ
ーター、タイプその他での生徒諸君の熱心な姿。あげていくと限りがありませんが、
振徳を離れて、今もなお強烈に脳裏に残っているのは、生徒諸君の「あいさつ」が非
常によかったことです。

進路関係の仕事をしていて、会社等のお客様に振徳のことをよく聞きますが、非常
に感心されているお言葉を聞き、わがことのように喜んでいる所です。1日の生活の
第一歩は「あいさつ」にあり、なかなかできず、大変むずかしいことであり、又、人
間関係をよくし世の中を明るくするのも「あいさつ」であります。胸をひらいて相手
にせまり、それを受けとめるのが「あいさつ」の語源ですが、この良き伝統をいつま
でも継続され、ますます明るい、そして若いエネルギーの満ちたすばらしい学校に発
展することを心から祈っております。

出逢ったいい話 『イチロー選手の目標設定術』

奥村幸治 (NPO法人ベースボールスピリッツ理事長、宝塚ボーイズ監督)

オリックスで打撃投手を務めていた頃、不調に陥った選手に「投げましょうか？」
と声を掛けると、ほとんどの場合、「頼む」と答えが返ってきた。練習することによ
って、少しでも不安を取り除きたいと思うのが人情というものだろう。

そんな中、私の申し出に一人だけ首を振った選手がいた。当時20歳だったイチ
ロー選手である。試合後にその理由を尋ねてみたところ、彼は「僕はこんな心境で
試合に臨みたいんです」と言う。

「どんなに好きな野球でも、毎日続けていると、もう疲れた、きょうは嫌だなと
思う時ってないですか？ そうなっては、自分の能力って絶対に発揮できないですよ。

バットが持ちたくて持ちたくてしょうがない。そういう心境で、僕は試合に臨み
たいんです」そして彼はこう後を続けた。「初めてお父さんとキャッチボールした時、
どんな気持ちになりましたか？ またやりたいなと思ったでしょ。その気持ちなん
ですよ。そういう気持ちが自分でしっかりつくれば、絶対に技術って向上していく
と思いますよ」

イチロー選手のプロ入り3年目の年、彼の専属打撃投手となった私は、寮生活で
1年間寝食をともにし、多くのことを教わった。

彼と初めて出会ったのは、私が20歳、彼が19歳の時だった。初めてそのバッ

ティングを見た時、年下にこんなに凄い選手がいるのかと舌を巻いたが、最も驚いたのは、彼が一軍に上がってきてからのことだった。

キャンプ期間中、二軍でプレーしていたイチロー選手は、夕方に練習を終えると、早々に眠りに就いた。そして皆が寝静まる深夜にこっそり部屋を出ると、室内練習場で数時間の特打ちをするのを日課としていた。

ところがシーズンが始まり、一軍入りを果たした彼は、全くと言ってよいほど練習をしなくなってしまったのである。不思議に思って尋ねてみたところ「体が疲れ過ぎるとバットが振れなくなるから」とのことだった。

一軍でまだ何の実績もない選手が、自分のいまやるべきことは何かをちゃんと理解して行動している。

私の知り合いにもプロ入りした者が数名いたが、彼の取る行動や言葉のすべては、他とは一線を画すものだった。例えばこんな調子である。「奥村さん。“目標”って高くし過ぎると絶対にダメなんですよね。必死に頑張っても、その目標に届かなければどうなりますか？諦めたり、挫折感を味わうでしょう。それは、目標の設定ミスなんです。頑張れば何とか手が届くところに目標を設定すればずっと諦めないでいられる。そういう設定の仕方が1番大事だと僕は思います」

二軍時代のイチロー選手は、マシン相手に数時間の打撃練習をしていたが、普通の選手に同じことをやれと言っても、それだけの時間、集中してスイングすることはできない。それがなぜ彼には可能なのかといえ、私はこの「目標設定の仕方」にあるのではないかという気がする。

イチロー選手には自分にとっての明確な目標があり、その日にクリアしなければならない課題がある。その手応えをしっかりと自分で掴むまで、時間には関係なくやり続けるという練習のスタイルなのだ。

私が彼の基盤として考えるもう一つの要素は、継続する力、つまりルーティンをいかに大切にしているかということである。ある時、イチロー選手にこんな質問をしたことがあった。「いままでに、これだけはやったな、と言える練習はある？」彼の答えはこうだった。「僕は高校生活の3年間、1日にたった10分ですが、寝る前に必ず素振りをしました。その10分の素振りを1年365日、3年間続けました。これが誰よりもやった練習です」

私は現在、少年野球チームの監督を務めているが、それと比して考えてみると、彼の資質がいかに特異なものであるかがよく分かる。例えば野球の上手な子にアドバイスをすると何をやってもすぐできるようになる。下手な子はなかなか思うようにいかない。ところが、できるようになったうまい子が、いつの間にかその練習をやめてしまうのに対し、下手な子は粘り強くそれを続け、いつかはできるようになる。そして継続することの大切さを知っている彼らは、できるようになった後もなお練習を続けるため、結局は前者よりも力をつけることが多いのである。

その点、イチロー選手は卓越したセンスを持ちながらも、野球の下手な子と同じようなメンタリティを持ち、ひたすら継続を重ねる。私はこれこそが、彼の最大の力になっている源ではないかと思う。

2000年に結成した私の少年野球チームは当時9名の部員だったが、現在100名を越える数になり、その中から多くの甲子園球児が生まれていった。現在、プロで活躍している田中将大投手もその一人である。

彼らには自分がイチロー選手から学んだことを折に触れては話し、野球に取り組む姿勢としてそれを生かしてほしいと伝えてきた。自分で目標を持ち、それに向けての継続を怠らなければ、必ず次の段階へと自分を押し上げていくことができる。

そしてそれは、人生を生き抜く力にも繋がっていることを、野球を通して伝えていければと考えている。