

銀色の道

至誠而不動者 未之有也

塾長 山田勝登

みなさんこんにちは。10月ももう終わりですね

皆さんにとってはこの季節

- ①「読書の秋」 ②「スポーツの秋」
- ③「食欲の秋」さてどれに該当しているのでしょうか？

私は年中「寝る前読書」をしていますので、特に①はありません。年末の「高橋尚子ロードフルマラソン」に向かって体重を落とさなければならぬので③は禁止事項です(笑)。3年間故障で走れなかった前述の年末フルマラソンに向けて②ですかね。

と言いながら、この3年間、10月、11月の追い込み練習で、足を故障して、走れなくなりました。気持ちだけはまだまだ若いのですが？情けないかな、体の部品は確実に老化&疲弊しているようです。

先月上旬のことです。草野球で相手チームの人数がそろわず不戦勝となり、練習試合をしました。3回裏の攻撃中に、若いチームメイト(卒塾生)から

「監督、投げないんですか？」

はい、意気揚々と4回表マウンドへ。5月29日以来の登板でした。

Vol. 22 のトピックス

- ★教室便り
- ★42.195 km考
- ★ちょこっとコーチング
- ★編集後記



3者凡退で悠々とマウンドを降りました。「監督、5回も行くんでしょ？」
投げたい気持ちをぐっと抑えて

「いや、打たれる前に降りるわ」

アドレナリン全開の試合中は異変は感じませんでした。しかし帰宅途中からなにやら右胸に違和感。翌日には息をするだけで痛みが…。

近くの整形外科に行くと「山田さん、肋軟骨損傷、ひびが入っています」

1回の全力投球でヒビが入るなんて、信じられません。巷で聞く、おばあちゃんが咳をしたら「あばら骨が折れた」の類と同じじゃないですか？

なんとも、な・さ・け・な・い。

部品をいたわりながら、なんとか還暦まで2年間、現役を続けるつもりです。

それでは、家族に言わせると老化気味の脳味噌をフル回転させての「銀色の道 vol.22」の発進です。

◆教室便り◆

本年度のイベントなどを紹介します

ボランティア清掃

毎月、岐阜公園内の清掃を行っています。参加人数は多くはありませんが、毎回誰かが来てくれます。



Mさん、Sさん親子が参加してくれました



Mさん親子が参加してくれました



長良中3年サッカー部4人衆が参加してくれました

それでは、9月度のボランティア清掃に参加してくれた長良中3年R君の感想をどうぞ。

ボランティア清掃をしている時、通りすがりの人たちが「ご苦労さま」と声をかけてくれました。これがボランティアのやりがいなんだなと思い、もっと人の役に立ちたいと思いました。学校でもボランティアにあまり参加しないので、これを機に参加して行きたいです。

今の自分は自分のことばかりになってしまうところがあるので、そういう自分をなくしていきたいです。そしてたくさん勉強して、人の役に立つ仕事に就きたいと思いました。今回の掃除中に何人もの方が自分の前を通りすぎましたが、あまり挨拶ができなかったのが、今度参加する時には、もっと挨拶をしていきたいとも思いました。

R君ありがとう。

「学んで人の役に立ちたい」

まさに学志舎の塾生ですね。

見返りを期待することもなく、何を求めることもなく、粛々と人のために何かをする。それによって人が笑顔になることが、最大の報酬である。

多くの成功者の方がこう言っています。

「与えたものは返ってくる」

それを期待するわけではありませんが、これからも人のために続けてください！

保護者懇談会

5月には保護者懇談会を実施しました。毎回9割を超える出席率、本当にありがとうございます。

他塾の塾長とこの話をすると、いつも驚かれます。懇談会出席を義務としているならともかく、任意でこれだけの出席率は、保護者の方の意識が高い証しだと思います。



お母さんだけでなく、お父さん、ご両親の参加率が年々増えていることもありがたいことだと思っています。



中には30分間笑いの連続で世間話だ

けで終わる場合もあります。それはそれでいいのかなと思います。

時には身が引き締まる話を頂戴することもあります。それは塾が成長するための貴重な意見で、ありがたいことだと思っています。

今回もいろいろと要望を頂いたり、情報を下さったり、本当にいつもご支援を賜りありがとうございます！

今後とも事務長、コーチともども精一杯子供たちの支援ををしますのでよろしくお願い致します。

七夕大賞

今年で16回目の七夕大賞。今では短冊を飾る笹を人工のものにしていますが、10年ほど前までは、千鳥橋付近の河原に群生している笹を切って使っていました。

ある年のこと、長良西小4年生のSちゃん、笹をじっと見つめ、振り返るや私に向かって真面目な顔で

「塾長、この笹の木どこから盗ってきたの？」

思わずのけぞりましたね。

「千鳥橋の近くに生えているのを切ってきたんやよ。先生、人の所の笹を盗ってないでね」

こんなやり取りをしたことを毎年懐かしく思い出します。

さて、本年度の七夕大賞です。これは短冊

に書かれた内容を見て、コーチたちが票を入れます。さてどんな願いがコーチたちの心を射止めたのでしょうか？

《小学生部門》

1席「小学生を楽しくすごす」

岐阜小学校6年 D君

ストレートにきましたね。「うん、納得！」っていうかんじですか。小学生時代は思いっきり遊ぶこと、それもフィールドに出て。さらに五感で季節を感じる事が大切ですね。そういう遊びをしてきた生徒は、将来伸びますよ！友達と遊ぶこともしかり。低学年のうちはお父さんお母さんとも遊んでください。そしてスポーツとか、趣味にも興じてください。最後に中学、高校で伸びる学習の基礎はしっかりとね！

2席「やきゅうせんしゅになれますように」

岐阜小学校3年 A君

スポーツ少年団の野球部に所属するA君、どんな選手になりたいのでしょうか？

夢は大きくプロ野球選手、さらに今では日本から多くの大リーガーが出ています。



海を渡って（何か言い方が古い？）活躍できる選手を目指してガンバって下さい。ところで毎日素振りしてますか？

3席「志望校 合格！」

聖徳学園付属小学校6年 Nさん

銀色の短冊に黒の細字で志望校、そのあとに赤の太字で合格。志望校はさらにピンクのハートの、合格は黄色の星印の括弧つき。女の子らしく可愛く、さらによく目立つようにまとめました。織姫と彦星もしっかりと空の上からこの短冊見たと思いますよ！

《中学生部門》

1席「とにかくがんばる！！一生懸命がんばる 自分なりにがんばる 最後までがんばる」

東長良中3年 S君

何か迫ってくるものがありますね。迫力満点です。「〇〇点とりたい！」とか「成績を上げたい！」と書いた短冊をよく見ます。星にお願いですから、それもいいでしょう。しかし重要なのは、私がいつも言っている「原因があつての結果。大切なのは結果ではなくそれまでの過程」です。

とにかく、一生懸命、自分なりに 最後まで頑張るS君を神様は必ず見ていま

すよ。

うん、君も立派な学志舎の塾生です！

**2席「テニスで強くなって負けられない心
&技術&戦術でライバルに絶対
勝つ！！」**

清流中3年 Mさん

勝つためには「戦術（戦い方、方法や手段）」を駆使し、「技術（方法や手段を行う技）」を磨く。そしていちばん大切なことは人としての「心」を養う。

その「心」とは？

すべてのことに感謝する気持ちです。

テニスをさせてもらっていること、応援してくれる親、コーチ、仲間等。プレーをジャッジしてくれる審判。そして試合をしてくれる相手のプレーヤー。

さてライバルとは誰でしょうか？もちろん相対する選手のことですが、案外過去の、昨日までの自分かもしれませんね。

3席「これからの世の中に役立つ物が作れますように」

長良中3年 K君

実は昨年「エジソンより大きな発想、発明、発見をして歴史に名を残す」と書いて、おしくも選には漏れましたが、コーチから支持されました。

エジソンは電球のフィラメントの素材



を探すのに6000種類もの材料を炭にしたそうです。6000種類ですよ、気が遠くなりそうです。

“天才は1%のひらめきと99%の汗(努力)” ですね！

K君もまた「世の中に役立つ」という言葉を書いてくれました。

人に必要とされ、人の役に立って、人の笑顔のために頑張ってください！

あれ？全員3年生ですよ。去年は全員2年生。う～むこの学年、いけてますね。

《高校生部門》

1席「毎日元気」

富田高校2年 M君

コーチ達から絶大なる支持を集めた、文句なしの1位です。

いいですね、何も言うことはありません。これが一番！

M君のもう一つの「歩莉と友達、両親とたくさん思い出を作れますように！！」にも2票入りました。

2席「安藤コーチに彼氏ができますように」

滝高校3年 Rさん

安藤コーチはSさんの担当ですね。あれ？安藤コーチって彼氏がいないんですか？私にはつきりいるものとはばかり思っていました。他人に細やかな気遣いができる、聡明でしっかりしていて、またおちゃめな一面がある素敵なコーチなんです。たまたま現在いないだけなのでは？お願いしなくても、ほっとけばそのうちにはできるんじゃないかと…。

3席「自分らしく生きたい」

鶯谷高校3年 S君

自分らしく…今、思うように生きていないということなののでしょうか、さらに、もっと自分らしく、ということなののでしょうか？

今年の大晦日に解散する SMAP の歌に私の大好きな歌があります。

「世界に一つだけの花」

どんな人も世界に一人です。その人にだけしかできないことがあります。他人と比べる必要は何もありません。一生懸命生きて生きていけば、必ず誰かの役に立つ、必要とされる、そういう日が来ます。

自分に素直に、一生懸命！！

さて番外編（コーチ）です。

1席「西田コーチに可愛い彼女ができるといいなあ」

河合コーチ

医学部男バス部の厚き友情ですか？

いやいや、昨年の河合コーチの短冊にはなんと

「西田コーチに彼女が出来ませんように 寂しいから（笑）」

これはもう、河合コーチに彼女ができて、余裕をこいて上から目線で書いたとしか思えません（笑）

今年の西田コーチは「昔の純兵（河合コーチ）に戻りますように」と書いています。昔とは、寂しい青春を送っていた頃、という意味なのでしょうか。

2席「MとKと僕の成績が上がりますように」

家永コーチ

自分の担当の生徒の成績に一喜一憂するのがコーチ。でも表には出しません。私たちもそうです。良い時には引き締め、悪い時には平然と、ときに笑顔で「大丈夫！」と言います。

（こんなことばらしていいのかな～？）

私は、神頼みをする資格があるのは、最善を尽くした者だけだと思います。

家永コーチをはじめ、学志舎のコーチは皆

自分の担当の生徒の神頼みをする資格があると、私は胸を張って言います。

ただし、家永コーチ自身の成績に関しては知りませんが（笑）

3席「たくさん友達ができますように」 折原コーチ

A君（北高3年）が「折原コーチが学志舎のコーチの輪に入れますように」と書いていたので心配をしておりましたが、単にボート部は一人だけという特に対した意味はなかったようです。

まさか、ボートで鍛えた筋骨たくましい折原コーチが、授業の後、教室の隅っこで膝を抱えて寂しそうにしている…そんな光景があるはずがありませんよね（笑）

というわけで、また来年！



オールナイト学習会

夏プロが始まって、最初の金曜日、7月22日の22時30分～翌6時30分まで、今年もやりました「夏の8耐」。

厚見中3年 Aさんの生徒宣誓で始まりました。

今回も、生徒は熱い熱い夜を過ごしました。

では今回の熱きチャレンジャーを紹介しましょう。

加納小6年 H君
 藍川中1年 M君
 本荘中3年 T君
 聖徳学園大付属中3年 M君
 厚見中3年 Aさん
 梅林中3年 Hさん
 中央中3年 Mさん
 // Kさん
 長良中3年 K君
 // R君
 // S君
 // R君
 岐阜北高3年 A君
 滝高校3年 Rさん

以上14名が挑戦してくれました。
 徹夜の熱血指導は、鈴木コーチでした。

昨年に続き、私と事務長は、眠気覚ましの差し入れをしました。それは真夜中のカキ氷。この夜の為に、昨年電動カキ氷機を購入したのです。



イチゴ・メロン・レモン・ブルーハワイ・練乳。今年もブルーハワイが一番人気？

今回も睡魔と果敢に戦うも、不覚にもあえなく撃沈する生徒が出ました。まずは夜中の3時過ぎ、本人の名誉のため名前は伏せて画像だけ。



とっても気持ちよさそうですね。

続いて・・・



夢の中でオールナイト学習会？

二人とも寝顔がとっても可愛いでしょ。

それだけで許されます！？

そして6時半、さわやかな朝を迎え終了しました。

全員で塾の前で、はいポーズ！



では、オールナイトの感想をどうぞ。

加納小6年 H君

ぼくは初めてオールナイト学習会に来ました。小学生はぼく一人で、と中でねてしまった時もあったけれど、その後はおきてがんばりました。

とてもつかれたけれど、勉強にも集中できたし、休けいするとき、ばつゲームでティッシュペーパーを鼻に入れてくしゃみをするとか、とても楽しかったです。

勉強をするという目的で、てつ夜をしたのはこれが初めてです。

ぼくはまたこのオールナイト学習会に出たいと思います。それは、集中して勉強ができたからです。

藍川中1年 M君

このオールナイト学習会は僕にとっては初めての経験でした。

そしてこの学習会を通じて思ったことが2つあります。

一つはてつ夜で勉強することはとても大変だということです。すい魔に負けないように、と誓ったけれど、何度かすい魔に負けそうになるピンチの場面もありました。眠くなると時間の過ぎ方も遅く感じました。とてもえらくて体のあちこちに痛みが伝わってきました。

2つ目はオールナイト学習会の楽しさです。12時ごろに塾長と事務長がカキ氷

屋になって出てきてくれました。みんなで楽しく食べたことや、1時間おきの休み時間にしゃべりかけてくれる仲間です。この学習会を通して、いろいろな人と仲良くなることができました。

本当に来てよかったと思います。勉強も友達もできて最高によかったです。ありがとうございました。



岐阜北高校3年 A君

受験生として臨んだ今年の夏のオールナイト学習会。今、朝を迎えた自分にとって大きな「第一歩」となったと感じています。

昨日、終業式を終え、一晩過ぎた今はすでに夏休み初日。大学受験までの半年を切った自分にとって、この夏はどれだけ有意義に過ごすかで、結果も変わってくるということは理解しています。だからこそ、この夏は誰よりも長く、質の高い勉強をしていこうと決意しました。今回のオールナイトは、その覚悟を確かめる良い機会だと思います。

い参加しました。

終わりの2時間ほどは、強烈な睡魔との闘いでしたが、何とか乗り切りました。それまでの6時間はとても集中して学習ができました。

夏休み初日のオールナイトで、自分はこれだけ長い時間集中できるんだという自信を持つことができました。

この自信を胸に、受験生として長い夏休みを乗り切ります。

H君、M君、A君ありがとう。
ではまた来年の夏まで！

夏プロ

5週間にわたる夏プロ、今年も5年生以上には計画学習をしてもらいました。3年生はいつも通り私が担当して夏を過ごしました。

例年、中3生は夏プロ中の教室と家庭での学習時間がだいたい220～250時間の間で収まるのですが、今回驚くような新記録が出ました。

長良中3年 S君。

7月17日から8月26日までの41日間で、な・ん・と

485時間

一日平均 11.8時間

ラストスパートの最後の1週間は、なんと

111時間。

25日などは一日で19時間。

その甲斐あってか、第一回岐阜新聞テストでは、中間・期末試験を含めた、自己新記録を打ち立てました。467点！

もっともここ6年間は、中3の夏プロの内容が確定しており、中3生の約半数近くは、第一回目の岐新テストで過去最高を達成してます。

現在彼に言っていることは

「12時までには寝なさい!!!」

その他の学年でも、期末試験で新記録が出ています。

今回各学年で自己新で、470点を越える生徒が出ましたが、その中で東長良中2年のKさんに夏プロの感想を書いてもらいましたのでどうぞ。

前期期末テストは私が学志舎に入ってから、二度目のテストでした。

中間テストではOK学習法により、「分からない」問題はほぼなくなりましたが、ケアレスミスをし、特に数学では悔しい思いをしました。

今回のテストでは、それを克服する為、分からない問題は塾長、事務長、コーチに

徹底的に質問をし、とことん理解を深めることでミスが減らすように努力しました。その結果、数学では初めての100点が取れたし、1年生の時の自己最高を15点も上回る高得点を取ることができました。

その中で特に嬉しかったのは、テスト中2回ほど、覚えていたものをこれはOK急に忘れてしまったときに、思い出せたことです。OK学習法で繰り返し徹底的に勉強していなければできなかったことだと思います。

テスト後のチェックシートで、私は自分の力を何%出せたか？という欄で正直に80%と書きました。

それに対して塾長は

「自己最高を出したけど、まだ褒められんな」

とおっしゃいました。その後

「万一、点が下がっても、自分の力を90%以上出せたのなら、よく頑張ったと褒める」

とおっしゃいました。

確かに私は計画通りキッチリできてないところもありましたし、少しケアレスミスもありました。まだ胸を張って「頑張った」とは言えないと思いました。

次のテストからは、先生から格段に難しくなると言われています。だからたとえ点数は下がっても、胸を張って90%以上の力を出して頑張れた、と言えるようにしっかり計画から見直していこうと思います。また、今回良かったからといって満足せず、

OK学習法をきちんとやっていきたいです。

Kさんありがとう。

彼女が言う通り生徒には、点数が上がっても90%以上の力が出せてないときは褒めません。逆に万一下がっても、90%以上の力でテスト勉強を頑張れた場合は「よく頑張ったね」と褒めます。

大切なのは、過程です。

テストの場合は、テスト前日までのテスト勉強です。まれに、本当にめったにないですが、頑張っても原因不明で下がるときがあります。

紫色の冊子「生きる力のしっぽを掴め」の最後に書いているように、私は10年前に当時の伊奈波中2年のSさんのお母さんからこのことを学びました。

お母さんの一声で、彼女は見事に変わりました。

点数が下がったのに、娘の試験までの過程、今までで一番頑張ったことをしっかり見ていたお母さん

「よく頑張ったね！」

とテスト結果が返ってきた後に声をかけてあげた。

Sさんはびっくりしました。下がって褒められたのですから。そこで気付いたのですね。結果じゃなくて、努力したことをお母さんは認めてくれた。

その後の大学受験までの彼女の頑張りは目を見張るものがありました。

鈴木稔先生講演会

9月16日で学志舎は20歳になりました。やっと大人になりました？
37歳からこれまでやってこれたのも、今まで、そして現在通塾してくれる皆さんのおかげです。本当にありがとうございます。
一昨年、講演をしていただいたき、その後の懇談会でも非常に好評だった鈴木稔先生に、再度来ていただき講演をしてもらいました。

実は8月、名古屋で先生のセミナーがあり、事務長と参加しました。そこで今回も鈴木先生にお願いしようと思ったのです。



今回の講演は、前回に比べさらにパワーアップした内容でした。

先生の実体験から来る話は迫力があり、笑いあり、考えさせられることもある内容の濃い80分間でした。



その都度のグループセッションも盛り上がっていましたね。



講演後の質問も、次々とありました。



講演会の二日後、(株)打つ手は無限の社員さんから電話をもらいました。

鈴木先生が、学志舎の保護者、生徒の皆さんの意識のレベルの高さに感心されていたそうです。みな真剣に聞き、話し合い、質問をする。先生は壇上で感動していたそうです。そして電話の最後に「今後、学志舎さんから依頼があったら、何をさせておいても行かせていただきます、と鈴木が申しとおりました。」と言われました。

これ分かります。壇上で話している時の「聴いてくれている～」という感覚。真剣なまなざし、講演者のボルテージは

いやがおうでも上がるんです。話がはずむんです。次々と湧いてくるんですよ。

参加していただいた、保護者、生徒の皆さん、本当にありがとうございます。

さて感想です。今回参加していただいた40数名の保護者の方の感想の中から…

大変感動しました。

「他の人の幸せに貢献する」「そのために能力を発揮する」

幸せになるための方法を教えていただきありがとうございます。とても大切なことですが、つつい忘れがちになります。「何のために」を忘れずに生きたいと思えます。

子供の将来について、少しでも傷やつまづきの無いようにと、少し過保護になりがちですが、大きく見守るようにしたいと改めて思いました。ありがとうございました。

改めて「生まれてきてくれてありがとう」と心から思いました。大人こそが聞くべき講演だと思えました。

自分に自信がなく、いまだに落ち込む母の姿を見て、子供たちはどう思っているのか不安でした。でも、私も人間ですから一緒に幸せになる勇気を持って生きていけ

たらと思います。人の幸せに貢献する為に。

本当にすばらしい話が聞けて良かったです。自分の子供への対応が良くなかったことがすごくよく分かり恥ずかしくなりました。もっと子供が「お母さんのようになりたい」と言ってくれる様な親になりたいと思いました。

人のために出来る事、常に思いながら生活していきたいです。

今日はありがとうございました。

先生の講演会は今回で2回目でしたが、やっぱり来てよかった。今日ここで話を聞いて終わりではなく、今日から、明日も、明後日もずっと……。相手を幸せにする為に勉強する。親の私も心して生きたいと思えます。

鈴木先生の、産まれてきてくれたことで100点、この言葉に涙が出ました。無事に産まれてくれたことに感謝を忘れていました。

どうしても人と比べてしまい、あれしなさい、これしなさいと子供を支配してしまいます。人の為に自分がどうするのか、何ができるのかを改めて考えなければと思えました。

とてもよい話が聞けて良かったです。ありがとうございました。

はい、こんな感想をいっぱいいただきました。鈴木先生が壇上で、逆に感動したことが分かるでしょ？

今回の学志舎の保護者、生徒のように真剣に向き合ってくれた講演会って、今まででもトップレベルだそうです。

20周年にふさわしい講演会が開催できて私もうれしく思います。

ご参加本当にありがとうございました。

今回の教室便りはこれにて終了。

◆42. 195 km考◆

今回はシューズについて書きます。

6年も走っていると、シューズに関しても詳しくなります。毎月月刊誌ランナーズを読み、5年前には名古屋へ行って、有料シューズセミナーにも出ました。この時の講師、シューズマスターN氏のセミナー、当時は4,000円でしたが、今では10,000円になり、全国どこの会場も満員御礼です。

5年前の名古屋会場での参加者はわずか3名。中身の濃いお得なセミナーでした。

氏によるシューズフィッティングは、3名なので時間もゆっくりとってもらってラッキーでした。

本気で長距離を走る人には、シューズ選びは重要です。なんせフルマラソンでは5万歩も走るんですから。

何でも製品は新しくなると、機能的に良くなるかと言うと、これが違うんですね。

N氏一番のオススメ、アシックスを例にしましょう。

私もはいている「GTニューヨーク」シリーズ。世界で最も売れている人気モデルです。最新モデルはGT2000-4です。私が持っているのは、3モデル前のGT2000と、5モデル前のGT2160です。N氏の評価では、なんと2160が最もよく、最新モデルの2000-4が最も良くない製品なのです。



これ↑が私の2160です。

アシックスのクッション材「ゲル」が白矢印の所に2か所見えますが、実際に奥では一つにつながっています。

これが次のモデル2170になるとゲルがむき出しになります。次の2000もそれを引き継いでいますが、ゲルの部分の形態を変えることで少し安定させました。ところが2000-2になるとまた2170と同形状となったのです。

むき出しのゲルは言わばふかふかすぎるソファの上を歩く様なものです。どちらに倒れるかわからないため、常に体に力が入ります。すなわちバランスを取ろうとして、腰筋の緊張を招いてしまうのです。ひいてはそれが膝、さらに下の部分にも負担をかけることとなります。

一方、硬い椅子はお尻の部分は少々痛いですが、自分が椅子に座っているイメージが脳に明確に伝わるため、逆にリラックスできます。

私が2160を購入したのは2170が出た半年後。2000を買ったのが同じく2000-2が出て半年後。N氏のブログを見て、前モデルを推奨していたためです。

さて、2000-2から次モデル2000-3になって退化した部分はこれです。



上が2000-3で下が2000-2です。

2000-2は、ひも穴の前から3、4か所目からシューズのソールに向かって斜め後ろ方向に2本のアシックスラインが引かれています。2000-3の方はアシックスラインがシューズ後方に位置し、サイドラインの引き締めがありません。

また、シューズで最も大切なヒールカウンター（かかと部分）が2000-3モデルはGTニューヨークシリーズでは最悪の脆弱な作りとなり、最新の2000-4もこれを踏襲しています。

しかし、雑誌などの宣伝ではいかにも進化したかのように謳っています。これはアシックスだけではありません。他のメーカーにも言えることです。

アシックスは、機能的に退化させても自社の売りのゲルを見せるためのデザインを選びました。う～ん、利益を上げなければならぬ企業の宿命でしょうか？

「進化」と謳っているものが本当は「退化」しては困りますよね。

メーカーの良心は利益の前に飛んでしまった？

とはいえN氏はアシックスを酷評しながらも、外国メーカーのシューズよりは絶対に良いと断言しています。分解した時、パーツの数が全く違うそうです。

普通にはくなら、どのメーカーでもいいと思いますが、長い距離を走るのなら、やはりそうした作りのシューズがいいですね。タウンユースなら逆に外国のメーカー

の方がおしゃれでいいかもしれません。

私も以前は、アメリカのN社、ドイツのA社のシューズを履いていましたが、現在は足の故障が怖いのでアシックスと、ミズノを履いています。

最後に。スポーツ店へ行くとほとんどの店員さんは1サイズ～2サイズ大きめを勧めます。しかしこれが故障や、黒爪の元だそうです。キッチリとしたサイズのものを選ぶとよいそうですよ。私も実際この5年間走ってみてそう思います。

興味のある方は、「シューズマスターN」で検索すると氏のブログ「プロが教えます。正しいランニングシューズの選び方！」がヒットします。

または<http://jog.livedoor.biz/>

◆ちょこっとコーチング◆

新コーナーです。お父さん、お母さんにぜひ実践していただきたい、簡単なコーチングを紹介します。

さてここで、「コーチング」って何なの？という方へ。

もともとはアメリカのテニス界から生まれました。

インナーゲームといって、選手自身の内面にいる二人の自分（セルフ1とセルフ2と呼びます）のゲームに注目しました。本能的に学習し、成長しようとするセルフ

2に、指示・命令をして妨害するセルフ1との間でこのゲームは繰り返されます。指示・命令をする自分をいかに抑えるかが、自分の本能的な能力を引き出すカギとなります。

そしてこの指示・命令をする自分を、すなわち内面のゲームを、例えば口うるさい上司、親（10年前のバカ親父だった私も…ですね）のような、対人コミュニケーションに置き換えたのです。

そして指示・命令する代わりに

「どうするのがいいと思う？」

「どうになりたい？」

等と質問をして、本人の中の答えを考えさせることで、本能的な学習能力を引き出すことに成功しました。

そして

- ①目標の明確化
- ②現状把握
- ③選択肢（方法）の検討
- ④意思決定

の四段階からなる一連の質問の流れを

「コーチング」

と呼んだのです。

それを実践することで選手の成績・記録が著しく向上しました。

このコーチングはゴルフ、スキーなど他のさまざまなスポーツ選手にも応用されるようになりました。

さて、このスポーツ界のコーチングの成功は、アメリカビジネス界に急速に広まりました。

なぜなら当時のアメリカビジネス界は

「指示待ちスタッフ」

の問題を抱えていたからなのです。

その解決策としてコーチングに期待が寄せられたのです。

部下の能力を引き出し、自主性を育み、会社の業績向上に寄与したコーチングはビジネス界でさらに発展し、日本のビジネス界に上陸しました。

それを教育界でも応用できないかと、(一社)日本青少年育成協会では1999年より研究を始め、2002年から実践普及してきました。

手前味噌ではありませんが、スタッフ全員にコーチングのセミナーを受講させ、教室で実践したのは東海地区では学志舎が初めてです。(日本青少年育成協会の教育コーチング)

話は戻りますが、その指導者のことを「コーチ」と呼ぶようになりました。

「コーチ」=「coach」そう、バッグや、財布などで有名なあのブランドのコーチです。

岐阜の高島屋にもありますね。そこにあるのは馬車のマークです。そうなんです、コーチとは馬車なんですよ。



ひいては

「大切な人を目標地点まで送り届ける役割を担うもの」という意味になっています。

我々は「大切な人」=「生徒」に対しての「コーチ」です。

お父さん、お母さんも大切な子供さんのために「コーチ」になって下さい。第一回目なので前置きがずいぶん長くなりました。今回紹介するコーチングは

「フィードバック」です。

これを実践することで、子どもたちにとってさらに「安心感のある場なんだ」と思えるような環境を作ることができます。子どもたちの安心感につながるのは、

「見守られている」

と実感することです。

「ちゃんと見てるよ」

というメッセージをたくさん発信して下さい。

そのためにお勧めするのが

「フィードバック」です。

これは承認のひとつで、評価や解釈を交えずに事実のみを伝えます。

例えば…

「一人で起きたね」「全部食べたね」「会えたね」「笑顔だね」「帰ってきたね」「宿題やったね」「片付けしたね」

とってもシンプルしょ？

(～やったね=○、～やれたね=×
後者は評価が入っている)

「認める」とは「見て留める」ということ。実はフィードバックこそが承認そのものなんです。

子供の目を見て、しっかりと届けましょう。

「安心感」は子どもたちの育ちの大切な栄養です。それがあってこそ、失敗を恐れずに一步を踏み出せる子供になります。

以上今回は「フィードバック」でした。

「ちょこっとコーチング」が初回故長くなりましたが、え〜い、長くなりついでに、もう少しお付き合い願います。

今月配布しました「パパママコーチ vol.27」読んでいただけたと思いますが、もしまだの方は、今すぐ6ページだけでも読んでください。

「たびさんの教育コーチング研究室」第15回 Belief の書き換えを支援するです。

私が個別説明会のときに話をする、顕在意識と潜在意識をより詳しく、わかりやす

く解説しています。

内容について私があえて書く必要はないと思います。

さて、チャンスですよね!!!

たびさんは最後の「親の役割」のところで書いています。

「幼少期にできた Belief は思春期にいったん緩んで再構築されます。中高生の親御さんは、お子さんの心の深い部分にある Belief に耳を傾け、もしも自己否定的な Belief があるならば、それを緩め、書き換えるお手伝いをしてあげてください。

そのプロセスの第一歩は承認です。」

はい、私が「長所ノート」を皆さんにお配りしたわけがわかったでしょう。この承認することの強力なツールが、東京は西葛西駅のNo.1塾の塾長、S先生直伝の「長所ノート」なのです。

一昨年の懇談会で、私も実践して、皆さんに「銀色の道」で公開することを約束しました。

「銀道 vol.21」の刊行が昨年2月で、私の「長所ノート」の完成がその後の3月13日だったので、それまで通塾していただいていた方には公表していませんでした。

ただ、この間入塾していただいた方は、個別説明会などでお渡ししていますので、ご存知かと思います。

今回私だけでなく、事務長も実践しましたので、二人のものを皆さんにお渡しいたします。ご覧ください。

S塾長は9年前「長所ノート」を自身で実践され、3人のお子さんでその効果を確信されました。そこで塾でそれを活かそうと決意し、以降夫婦で実践することを入塾の条件としました。

その結果、それまで普通の塾（ご自身曰く）だったのが、生徒の成績がぐんぐ伸びるようになり、今ではプラチナチケットとも言われる超難関「公立中高一貫校」に地域No.1の合格者を輩出できるようになったそうです。



S塾長は自身で経験した事実を、入塾説明会ではっきりと親さんに伝えています。

「親が変われば子供が変わる。

親が変わった、その糊しろの分だけ
子供は伸びる」

と。

S塾長はさらにこう言われています。

「学校やご家庭においては、どこを見渡し

ても誉められる環境がなかなか少なく、どこもかしこも『ダメ出しの子育て』が一杯です。これでは『やる気』もおきません。当教室では入会してすぐに「ダメ出しの子育て」を封印し、大事なお子さまの「長所ノート」作りから始めます。

これを実践することで、子供からみると『認めて、存在を受け入れてくれたことによる後ろ盾ができ、喜びと自信からやる気』が出ます

多少の失敗では落ち込まず、取り組むようになります。

とにかく誉め育ての子育てに優るものはありません。

その結果、誰もが望む成果の一部である「学習成果」も飛躍的に伸びます。」と。

最後に、存在承認（あなたはいてくれるだけでいい!）することで親子関係がさらに良くなります。結果、特にお母さんの最強の武器がいつそう活用できるようになります。どうぞその武器をもっともっと活かして下さい。その武器とは・・・



はい、お母さんの **笑顔** です。

◆編集後記◆

これを書き始めたのが10月7日。3週間かかりました。

この1年半で、何回かトライして、途中で挫折した原稿が20ページほどあります。

七夕大賞のところでそれが分かると思います。

私が昨年の七夕の内容に言及している部分です。みなさんの中には「塾長、昨年の内容をよく覚えているな～」と思った方がいるのではないのでしょうか？

はい、そこまで記憶力は良くないです。昨年書いてこれまで日の目を見ずに、ひっそりとPCの中に眠っていた原稿を読み返して書いたのです。

先日無事58回目の誕生日を迎えました。コーチたちからプレゼントをもらいました。お酒とケーキです。



私は子供が小さい頃、誕生日にプレゼントというものを渡しませんでした。私がもらった記憶がないからでしょうね、きっと。

今は自分の誕生日に、事務長と子供たちそして親にプレゼントを渡しています。

その心は？

「私の子供に産まれてくれてありがとう」

「私の妻でいてくれてありがとう」

その思いです。

19歳の誕生日のこと。一人暮らしをして、初めて親のありがたみに気付いた大学1回生の私は、京都のアパートで、愛媛の方角へ向かって手を合わせました。

「親父、お袋、今までありがとう」

生徒の皆さん、誕生日ってね、お父さんお母さんに感謝をする日なんですよ、本当はね。

今生きていられるのも親のおかげです。楽しいことも、時に辛いこともあるかも知りません。そんな感情を含めて、自分の人生を歩いて行ける事は、お父さんお母さん、ひいてはご先祖様のおかげです。

あなたは、それを次世代につなぐランナーなのかもしれません。

自分の思う方角へ全力で走って下さい！

転ぶことを恐れないでください！

起き上がって、また走ればいいんです！

ゴールは決して逃げませんから。

我々はそれを全力で応援します。

しかし、一番あなたたちを応援しているのは、そう、お父さんお母さんですよ。

最後まで読んでいただき、ありがとうございます。塾長 山田勝登