

# 芝川小だより

3月 第11号

さいたま市立芝川小学校  
令和8年2月27日  
TEL048(644)7544



## 前へ進む勇気を支えるもの

春の足音が少しずつ近づき、校庭の木々も新しい季節を迎える準備を始めています。子どもたちが日々見せてくれる表情にも、1年間の成長と、次の学年へ向かう期待が感じられるようになってきました。

さて、2月にはミラノ・コルティナ2026冬季オリンピックが開催されました。今回も多くの競技でメダルラッシュに沸き、各種目で熱戦が繰り広げられました。私は、器械体操をしていたこともあり、冬季オリンピックの注目種目と言えば、何と言ってもフィギュアスケート。不安定な氷の上で何回転ものジャンプを決め、華麗なステップを踏み、時には大技のリフトまで行う。そのたびに「一体どれほどの基礎と体幹なのだろう」と驚かされます。中でも今回は、日本ペア史上初の金メダルを獲得した“りくりゅう”こと三浦璃来選手と木原龍一選手の演技に、大きな感動をもらいました。

私が新刊を楽しみに読んでいる漫画に『メダリスト』という作品があります。中学生の女の子が、フィギュアスケートでオリンピックを目指して奮闘する物語で、主人公が、スケート技術とともに今まさに強化しているのが「レジリエンス (Resilience)」という力です。レジリエンスとは、「つらいことや失敗があっても、気持ちを立て直し、前へ進む力」のこと。勝負の世界で、きつい練習や数えきれない失敗、怪我やプレッシャーと戦うために、欠かすことのできない大切な力です。

レジリエンスが高い人の特徴として、次のような点が挙げられます。

- ・ 気持ちの切り替えが早い (感情のコントロール)
- ・ 困難を「解決できる課題」と捉えられる (柔軟な考え方)
- ・ 人に相談したり、助けを求めたりできる (人とのつながり)
- ・ 自分を責めすぎず、小さな成功体験を積むのが上手 (自己効力感)



こう見ると、生まれつき前向きな性格の人のような気がしますが、レジリエンスは、先天的な性質ではなく、誰でも少しずつ育てていくことができるスキルなのだそうです。

選手の皆さんは、きっと成功と挫折を繰り返しながら、そして仲間や周りの応援に支えられながらオリンピックの舞台に立たれていると思います。中でも印象的だったのは、落ち込む木原選手に、そっと寄り添う三浦選手の姿でした。

信じてもらえること、1人じゃないと感じられること。

————— その安心感が、人の力をもう一度引き出すのだと感じました。

この1年間、子どもたちや教職員とのつながりだけでなく、保護者や地域の皆様とのつながりを感じられることが多々ありました。温かく見守り、支えて下さり本当にありがとうございました。子どもたちの巣立ちまであと少し。今後ともどうぞよろしくお願いいたします。