



# さわやか健康通信

首痛改善に  
定評あり！  
十日市場で  
評判の整体  
院です。

## わたる少年の運命はいかに…! Part 2 -- 2010年6月 第35号

庭の木々もだいぶ色づく季節ですが、天候不順のせいなのか、何となく重～い気分ですね・・・体調を崩される方も多いようですから、早めに当院で対策していきましょう！^^;

さて、恐怖の高校応援団のシゴキ練習を、無事乗り越えたわたる少年の次なる大仕事は、地区6校による、春季陸上競技会の全校応援の引率です。

応援スタイルの早期確立のため、応援練習にも熱が入ります。

決めること、やるべきことは多いが、私の独断で応援部員に半強制的にやらせて、毎日毎日放課後は猛練習・・・これが『良く頑張っている!』と先生方からも好評をいただいたのですが、一番頭を悩ませたのが、全生徒による全体応援練習でした。こんな俺達に、皆ついてきてくれるのだろうか？言うこと聞かなかつたら、どうしよう・・・などなど、モンモンと考えると、夜も眠れない日々が続きます。。。

そして、とうとう全生徒での全体練習の日がやってきました!

体育館に生徒を集めて、応援の説明と練習。案の定、私語は多い、こっちを向かない、などハチャメチャな記憶しかありません(涙)これを、3回ほどトライした感触は、大会当日が思いやられるなあ・・・と思ったものです。

とり合えず、応援部員だけでもしっかりと形を固めれば、何とかなるだろう・・・と、腹をくくったので少し気は楽でしたが・・・

幸いにも、応援部員達は、練習にも真面目について来てくれたし、サマにもなってきたので当日は『やれるぞ!』とは内心思っていました。。。

さてさて、いよいよ春季陸上競技会の本番当日! 多校の応援風景に気押しされつつ、我校の応援ブースを確保して生徒を誘導。生徒の皆は、真面目に応援をしてくれるだろうか?

緊張のなか、まずはエールと校歌斉唱から始めてみたのですが・・・何と!! 生徒たちの声が出ている・・・皆真剣にやってくれているではないですかあ～! も～大感激(T\_T)

やはり多校の応援風景に触発されたのですかね。みんなノリノリ(古い!^^;)です。それならと、今までの練習の成果を応援部員で見せようではないか!と、あの手この手で盛り上げたのでした! いや～、即席みたいなものでも、かなりハマってましたね～(^\_^)

手フリ、声だし、旗振りなど、ちゃんとした応援体系を作り上げた特訓の成果が、他校の先生方からも『一番良かった!』と言われ、今までの苦勞が報われた気がしました。ハイ^^;

一時は、どうなるかと思った全校応援も、終わってみれば、一致団結! 何とかなるもんだな～っと、シミシミ思ったものです。

きっと、私の「何とかなるだろう、お気楽精神」は、この頃に培われたものでしょうね^^;

しかし、この頑張りが、さらなるショッキングな出来事につながるとは、わたる少年は知るよしもございませんでしたあ^^;・・・つづく。

### 【今月のことば】

『吾唯知足(われただたるをしる)』

欲少知足(よくすくなくしてたるをしる)』  
禅の言葉らしいです・・・満足することを知っている! ということのようなのですが、これは、ただ節約や我慢をするという禁欲を言っているのではなく、今あるものの中に、価値や幸福を見出すということです。

欲を我慢するのではなく、今もっている物に価値を見出す・・・なるほど、あの中学の頃の多感な感性や頑張りも、今の自分を作り上げているのだと、今さら実感する今日この頃・・・『今』を頑張るしかないですね!!

では、また次回をお楽しみに!

発行元

からだデザイン健康実践会

横浜市緑区十日市場町866-5

電話 045-985-6750

佐藤わたる整体院内