

平成29年度 スポーツ研修会

と き 平成29年6月10日

ところ としまえん

高橋和実体育協会会長の主催者挨拶に続き、木村勝巳地域文化部長より来賓挨拶をいただき、研修会が始まりました。

今回は、女子水泳 50m、100m 背泳ぎの日本記録保持者で、2001年17歳の時から日本代表で、04年アテネ、12年ロンドンと2度のオリンピックに出場し、ロンドンオリンピックで100m背泳ぎと4×100mメドレーリレーの銅メダリスト、現在はミズノスイムチームのアシスタントコーチとして活躍している寺川綾氏を講師にお招きし、選手時代のご自身の経験や、その後の指導者としての考えについて1時間お話をさせていただきました。

寺川さんが水泳を始めたきっかけは、母親が「体が弱く体力をつけるため」で、その後92年のバルセロナオリンピックで岩崎恭子さんが金メダルを取ったのを見て感動、水泳に興味をもったからだそうです。以来水泳に明け暮れ、数々の記録や成績を残してきました。しかし時には水泳を楽しむことができない時期を経験したり、練習を休んでやめたいと思ったこともあったそうで、常にトップにいる経験者しかわからない貴重な話をさせていただきました。



寺川さんは現役のころから夢を大切にし、Dream list を作り、「夢」を確認し、叶ったら消していき、また次の夢を加えていく。できる、できないの判断を簡単にしないで、どんなものにもチャレンジして、あきらめなければ夢は叶うという気持ちを常に持ち続けることが大切さを教えていただきました。このことは、指導する立場となった現在も、そのように指導しているとのことでした。

また会場では、寺川さんが受賞したロンドンオリンピックでの銅メダルを参加者に回していただいて、全員が実際のメダルに触れることができました(メダルはずっしりと重く、それまでの努力が詰まっている気がしました)。

研修会参加者の中には、各団体で指導されている方々も多数いましたが、「あきらめしないで、挑戦し続けることの大切さ」など指導の時に必要なことを、今後の指導の参考にしていただければ幸いです。

研修会終了後は親睦会が開催され、加盟団体が一堂に会し、団体同士で和やかに親睦を深めました。