

大谷翔平を怪物にした夢マップ

メジャーリーグで活躍する大谷翔平選手のことが、連日大変な話題となっています。打者としてホームランを量産するだけでもすごいことですが、加えてピッチャーとしても勝ち星を重ねる彼の怪物ぶりには本当に驚くばかりです。

恵まれた肉体や運動神経の良さなど、持ち前の才能はもちろんですが、彼の活躍の原点の1つに、高校時代に書いた※「夢マップ」があります。

「夢マップ」とは、自分の夢を真ん中に書いて、その夢を実現するために何をしなければならぬかを、周りに書いていく目標達成シートです。

高校時代の大谷選手は、真ん中に「ドラ1、8球団」と書きました。プロ野球入団選手を決定するドラフト会議で、8球団から1位指名をしてもらえる選手になりたいという夢です。そして、その周りに「体づくり」「コントロール」「キレ（ボールの鋭い変化）」「スピード160km/h」「変化球」「運」「人間性」「メンタル」の8つの目標を掲げました。

ドラフト	ドラフト	ドラフト	ドラフト	ドラフト	ドラフト	ドラフト	ドラフト
ドラフト	ドラフト	ドラフト	ドラフト	ドラフト	ドラフト	ドラフト	ドラフト
ドラフト	ドラフト	ドラフト	ドラフト	ドラフト	ドラフト	ドラフト	ドラフト
ドラフト	ドラフト	ドラフト	ドラフト	ドラフト	ドラフト	ドラフト	ドラフト
ドラフト	ドラフト	ドラフト	ドラフト	ドラフト	ドラフト	ドラフト	ドラフト
ドラフト	ドラフト	ドラフト	ドラフト	ドラフト	ドラフト	ドラフト	ドラフト
ドラフト	ドラフト	ドラフト	ドラフト	ドラフト	ドラフト	ドラフト	ドラフト
ドラフト	ドラフト	ドラフト	ドラフト	ドラフト	ドラフト	ドラフト	ドラフト

さらにその外側に、8つずつそれぞれの目標を書いています。例えば、「スピード160km/h」では、160km/hのボールを投げるために「下半身の強化」や「体重を増やす」「肩まわりの強化」といった内容です。

意外なのは、「運」や「人間性」という一見野球には関係のないような目標が含まれていることです。「運」の周りには、「あいさつ」「ゴミ拾い」「部屋の掃除」「審判への態度」「本を読む」「応援される人間になる」「プラス思考」「道具を大切に使う」と書いています。

大谷選手は、運も味方につけるためにこんなことを常日頃から心がけていたようです。映像からうかがえる彼の愛される人間性も、こうした日々の心がけの結果なのかも知れません。

私たちは、誰もが大谷選手のようにになれるわけではありませんが、その考え方や夢に近づくための方法はだれでも取り入れて、実行に移すことが可能です。とくに、「運」や「人間性」については、だれもが身に着けておいて良い大切な心がけです。

明日から夏休みが始まります。大谷選手の活躍に元気をもらうとともに、自らの「夢」について思いを馳せたり、それをもとにした目標設定などについて考える良い機会としてくれればありがたいです。

充実した夏休みを過ごして下さい。

※「目標達成シート（マンダラチャート）などの呼び方でも紹介されています。興味のある人はネットで検索してみてください。



【丹有総合体育大会の結果】 ※団体戦

準優勝 男子バスケットボール部 男子剣道部
第3位 女子陸上競技部 女子剣道部 サッカー部

三年生を中心にどの部活動も全力を尽くしてくれました。県大会に出場する部活動は一層頑張ってください。

【県総体】

陸上競技部 7月26日（月）、27日（火） 加古川運動公園
男子バスケットボール部 7月26日（月）、27日（火）
赤穂市民総合体育館 姫路市立中央体育館
剣道部（男女） 7月26日（月）、27日（火） 兵庫県立武道館

【吹奏楽部西阪神大会】

吹奏楽部 7月25日（日） 郷の音ホール

【夏休み中のiPad持ち帰りへのお願い】

2学期より、iPadの家庭への持ち帰りが本格的に始まるのに先立ち、本校では夏休みより試用期間として家庭への持ち帰りを実施します。詳細は、先日よりお知らせしています通りですが、予め使用ルール等を提示し、有効に活用できるようにしていきますので、何卒ご理解、ご協力をお願い致します。

【引き続き、感染症対策の徹底を家庭でもお願い致します】

7月11日にまん延防止等重点措置が解除されました。しかしながら、引き続き学校における教育活動については感染症対策の徹底を図っていくことに変わりはありません。

夏季休業中におきましても、下記の内容に留意しながら感染症防止の徹底を図って下さい。

- ・ 家庭における健康管理の徹底を図るとともに、不要不急の外出等は控える。
- ・ 夏季休業中において、新型コロナウイルスに感染した場合は保健所の指示に従い行動するとともに、感染したことを学校にもお知らせください。
- ・ 生徒が接触した人の感染が判明したり、濃厚接触者に特定されたり、PCR検査を受けたりする場合も、学校にご相談下さい。
- ・ 部活動においては、生徒本人のみならず、同居家族の方に発熱等の症状がある場合（ワクチン接種後であっても）も、必ず学校に連絡して登校を見合わせて下さい。

【1学期本校の教育活動へのご協力 ありがとうございます。】

子どもたちは夏休みの間、学校を離れ家庭で過ごします。子どもたちには夏休みのしおりを配布し、生活課題を設定させ日々の過ごし方について各学年毎に指導をしています。充実した夏休みを過ごすためには規則正しい生活が大切です。

子どもたちが規則正しく生活できるようお声かけいただければ幸いです。引き続き新型コロナウイルス感染症の拡大に備え不要不急の外出は控えて頂くとともに、しっかり見守っていただき無事2学期が迎えられるようご協力をお願いいたします。

