



## 自分の壁を破ろう！～校長講話「10秒の壁」～

「10秒の壁」とは陸上競技の100m走10秒というタイムのことです。

世界では、1968年にアメリカの選手が9秒9の記録を出し、「10秒の壁」は壊されました。50年以上も前の話です。その頃の日本記録は10秒34です。

ちなみに世界記録は、ジャマイカのウサインボルト選手の持つ9秒58です。

日本では、1997年に朝原宣治（のぶはる）選手が10秒08、1998年に伊藤浩司選手が、10秒00を記録し、「いよいよ」と思ったのですが、なかなかそこから「壁」を越えられませんでした。「日本人にはやっぱりここが限界。10秒を切るのは無理なのかな…」とっていたのが、正直なところです。

目標というものは、努力をすれば手が届くところにあるから頑張る気持ちが湧いてきますよね。「10秒の壁」と称され、この間、何度挑戦してもその度に跳ね返されるので、「それは無理だ」と諦めの気持ちになり、やる気を失った選手もいたのかもしれない。

ところが、選手たちは諦めなかったんですね。どうしたらもっと速く走れるか。研究を重ね、練習を重ね、努力を重ね…

ついに、2017年、桐生祥秀（よしひで）選手が、9秒98を出し、「10秒の壁」は壊されました。今から6年前の話で、あれから20年近くかかったことになります。

それからは2019年サニブラウン選手が9秒97、2021年には山縣亮太選手が9秒95と、たった4年の間に記録は更新されていきました。

不思議だね。

なぜ長い間、この「10秒の壁」は破られなかったのでしょうか？それは、我々日本人がこの記録を「壁」と呼んでしまったからだと思います。日本人には「無理」。そういった壁を作ってしまったからだと思うのです。

皆さんも、「ぼくには無理、私には無理」と自分で「壁」を作っていることはないでしょうか？

例えば、自分からあいさつするなんて無理とか。こんな算数の問題は無理とか。逆上がりなんてできないとか…自分で「壁」を作っていることあるよね。

そうではなくて…「ぼくにもできる」「わたしにもできる」と考えることが大事だと思うのです。

そのための「やる気スイッチ」をみんなでONにしましょう。すぐに結果がでなくてもいいんです。

みんなが、何事にもあきらめず、チャレンジする姿、「壁」を壊す姿、これからも楽しみにしています。



やる気スイッチ

ON



# 6月の青木小学校

## 音楽会

6月17日に行われた音楽会。多くの方の前で、練習の成果を発揮することができました。6年生は小学校最後の音楽会。気持ちが前面に出た合唱、合奏となりました。1年生は初めての音楽会。ステージ上では緊張したと思いますが、元気いっぱい発表できました。



## あおきっ子チャレンジタイム

体力の向上や挑戦する気持ちを高めるために、あおきっ子チャレンジタイムを行っています。希望者のみの参加で縄跳びとマラソンを頑張っています。

各学年、一週間に一度の機会ですが、多くの児童が参加していて活気があります。



## 春の街頭指導のまとめ

ご多用の中、街頭指導をしていただきありがとうございました。指導していただいた方の感想の中から、今後の課題を載せておきます。

- ・元気に挨拶ができるとなご良い。まずは高学年からできるようになれば下の学年の子も見習ってくれるかなと思いました。
- ・横に並ぶことや、縁石を歩くことが一時的に見られました。

歩行のことより、あいさつに対する反省が多かったです。学校・保護者・地域で一体となって指導していきたいと思ひます。

## 【7月の予定】

- 4日(月) 児童会⑦
- 5日(火) 小中合同地区子ども会  
合同下校  
地区懇談会
- 6日(水) 6学年租税教室
- 11日(月) 5学年 海の学習①
- 12日(火) 5学年 海の学習②
- 13日(水) 5学年 計画休業  
学期末清掃①(~22日)  
学校集金振替日

- 14日(木) 4学年社会科見学  
水泳参観(~21日)  
※各学年の計画による
- 22日(金) ワックスがけ
- 25日(月) 1学期終業式
- 26日(火) 夏期休業始まり(~8/22)



6月11日(土)の第1回  
PTA作業へのご参加、  
ありがとうございました。