

やくばしょくいん しばたまち しょう ちゅうがくせい みな  
役場職員から柴田町の小・中学生の皆さんへ  
すぼ ー つしんこうかちょう さいとう よしみ  
スポーツ振興課長 齋藤 良美

ことし なつ とうきょう きょうぎたいかい かいさい よてい  
今年の夏は、東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会が開催される予定  
でしたが、「新型コロナウイルス」のため、開催を1年間延期することになってしまいま  
した。選手の皆さんはもちろん、世界中の多くの人たちが楽しみにしていた大会が延期に  
なってしまい、とても残念です。1日も早く「新型コロナウイルス」が終息して東京で  
オリンピック・パラリンピック競技大会が開催されるといいですね。

さて、オリンピックに出場した数多くの選手たちは、私たちにとても素敵な言葉で  
その経験話をしてくれています。その中の一つを紹介いたします。

「何も咲かない寒い日は、下へ下へと根を伸ばせ。やがて大きな花が咲く。」

これは、シドニーオリンピック女子マラソンの金メダリスト、高橋尚子さんが「私の好き  
な言葉」として良く話しているものです。何をやってもうまくいかないような厳しい時期  
は誰にでもあるものです。そんな時は、悲しんだり苦しんだりして、心をすり減らして  
しまいますが、今はまだ花が咲く時期ではないのだと、気持ちを切り替えてみましょう。  
そして、基礎体力や基礎能力をつけることを大切にして地道に努力していれば、やがて  
その努力が報われて、待ち望んだ大きな花を咲かせることができるでしょう。誰にでも、  
良い時・悪い時、うまくいく時・いかない時は、必ずあると思います。しかし、そうい  
う時期も無駄ではなく、そういう時こそ、大きく成長するための大切な時期だと考  
えてみましょう。どんな時でも前向きに努力を続けることが大事ですね。皆さんが美しい大輪  
の花を咲かせられるよう、今は「新型コロナウイルス」に感染しないよう細心の注意をし  
て、安全な環境を確保しながら、適度に運動やスポーツを行って体力をつけることを  
心がけてください。

ところで、幻の“ラジオ体操第三”を知っていますか？ラジオ体操といえば、誰でも  
一度は音楽に合わせて、体を動かしたことがある日本の国民的運動だと思います。しかし、  
このラジオ体操に“第三”があることを知っている人は少ないのです。“ラジオ体操第三”  
とは、1946年からわずか1年半だけ放送された体操です。曲のテンポは第一・第二に  
比べて早く、動きはより大きくなっています。横の伸び運動は、両腕を大  
きく左右に振り回した後、膝を曲げながら腕を横に伸ばすといったダイナ  
ミックな仕様になっています。ちなみに、ラジオ体操第三が“幻”にな  
ってしまった理由は、「ラジオだと内容が全くわからなかったから」だそ  
うです。現代はラジオを聞くことは少なくなりましたが、パソコンやスマ  
ートフォンで動画が見られる時代です。動画共有サイトには、“ラジオ  
体操第三”や“みんなの体操”のお手本動画もアップされているので一度チェックして、  
家族みんなでやってみてください。



しょう ちゅうがくせい みな げきれい めっせーじ じかい  
小・中学生の皆さんへの激励のメッセージ！次回をお楽しみに！