

努力は報われる！

先日、サニブラウン選手が100mの日本新記録を樹立しました。2020年、東京オリンピックがますます楽しみになってきました。

我が息子も陸上短距離選手で、日々、頑張っています。5月の大会では、4×100mリレー第4走者として出場しました。花形のアンカー、凄いやん！いえいえ、そうではないのです。皆さんをご存知の通り、リレーはバトンパス技術がいります。

第1走はスタートダッシュが速い選手。第2・3走はバトンを貰い、渡すため、中学時代から陸上部の選手。第3走はバトンパス技術+コーナーリングが上手い選手。よって、息子は、技術的に比較的楽なポジションの第4走なのです。4人の中では一番走力が劣るため、抜かされませんように、バトンを落としませんように！と、ハラハラしながら観戦していました。

予選通過、決勝も何とか走りぬきました。



走り方がかなりぎこちなかったため、帰宅後に聞くと、「失敗は許されないので、無茶苦茶緊張した。予選を見ていた周りからは、もっと、リラックス！と、言われたけど無理だった」

元100m日本記録保持者の桐生祥秀選手が最近、メンタルトレーニングを始めたとか。息子に「メンタルトレーニングやってみる？」と尋ねると、「緊張するのは自信がないから。もっと筋トレ頑張る」と、言いました。頼もしい息子！努力は裏切らない。頑張って！

2019/6/15 看護師 岡本由美子