



# はなもみじ

平成22年 屋代  
6月10日 小学校  
春秋ごくに匂うなり

## 夢先生がやってきた！

5月28日、千曲市と日本サッカー協会（JFA）が締結式を行いました。

JFA ころこのプロジェクトとは、“DREAM～夢があるから強くなる～”をスローガンにかかげるJFAが、学校教育の現場と力を合わせて子どもの心の教育に貢献していくプロジェクトです。

夢教室とは、Jリーガーやなでしこリーグの選手やOB/OG、他種目の現役やOB/OGが夢先生として、授業を行い、「夢をもつことの大切さ」「仲間と協力することの大切さ」などを子どもたちに伝えてくれます。

対象学年は5年生：人格形成において重要な時期であり、目的と手段を合わせて考えることができるようになる小学校5年生が対象となります。

クラス単位：クラス単位を基本とすることで、夢先生と子どもたち一人一人とができるかぎり、触れ合う機会がつけられます。

90分/体育館・教室：授業2コマ（90分間）を利用して行います。

今回の夢先生は、千葉真子（ちばまさこ）先生です。

京都府出身。宇治高校（現立命館宇治高校）卒業後の1995年旭化成に入社。1996年には、女子1万Mで日本記録に（当時）を樹立し、同年に行われたアトランタオリンピック・女子1万Mで5位入賞を果たしました。翌1997年の世界陸上アテネ大会では、同種目で銅メダルを獲得。1998年にはマラソンに転向し、2003年の世界陸上パリ大会・女子マラソンで銅メダルを獲得。世界で初めてトラック、マラソン両方種目でメダルを手にした選手となりました。以降、日本女子長距離界のトップ選手として国内外で活躍。2006年の北海道マラソンを最後に、引退し、現在はスポーツコメンテーターや指導者として活躍中。



8日（火）・9日（水）、市で初めての夢の教室が、本校で開催され、5年生がクラスごとに授業を受けました。

### 体育館

はじめに、みんなで体ほぐし。千葉先生に美しい走り方について教えてもらいました。元Jリーガー式田先生、井手口先生と、ゲームの中で、力を合わせることの大切さを体験しました。

千葉先生が、夢をかなえるための秘けつを話してくれました。以降は、その授業から、お話の抜粋です。

小学校のときは、ずっとバイオリンをやっていました。直接、陸上競技とは関係はありませんが、継続することの大切さを学びました。中学校では、テニス部に入りました。

中学校で誘われた駅伝で、陸上のおもしろさとの出会い、高校から陸上を始めました。駅伝チームのレギュラーになれるのは、30人の部員の中、5人です。練習のチームはAとBがあり、私はその中間でした。Bチームでは余裕をもって練習できますが、Aチームでは遅れてしまいます。遅れると、はじめからやり直し。それでも、レギュラーになりたくて、練習を続けました。同じように練習できるようになるのに、1年半かかりました。

あきらめない気持ちがあったからこそ、オリンピックや世界陸上に出場できたのだと思います。

私は、あきらめそうになるとき、「やめればそれまでの苦労がみんななくなってしまう」もったいないと思うようにしています。高校3年生で、駅伝のメンバーに選ばれました。1区を任されましたが、思うように走ることができず、チームも敗退してしまいました。全力でやったのですから、失敗することはしかたないと思います。その後、どうするかです。私は、「クソッ」と思い切り悔しがることにはしています。失敗を恐れて、挑戦しないことの方が、もったいないからです。

オリンピックで1万メートルに出たときは20歳でした。あんなに弱かった自分がオリンピックに行かれたなんて、目標をもってよかったと心から思いました。夢や目標といっても、それがかなうことを心から信じることができないと、その言葉は生きてきません。夢や希望をもち、自分を信じることです。オリンピック後、けがで1年間休養となりました。やめようと思った自分を踏みとどまらせてくれたのは、母校の後輩の姿でした。結果ばかりを求めず、好きな陸上を楽しみたいという初心を思い出したからです。

もう一度、世界を目指し、世界陸上では、マラソンの銅と団体の金を獲得しました。私は、インタビューがあると、「マラソンで金」と言い続けてきました。結果は銅でしたが、金が目標だったからこと取れた銅メダルだと思います。目標は達成できないこともあります。必ずその近くまで近づけるものです。大きな目標をもつことです。

アテネオリンピックでは、マラソンでの出場を目指しました。国内3位に入ることが条件でしたが、結果は4位、補欠でした。うまくいかないことがあっても、自分の人生の主役は自分です。世界でたった一人の自分を大切にしてください。30歳で引退をしましたが、上がり下がりの中で、強い心、あきらめない心、チャレンジする心、また、うまくいかないときは、弱い人の気持ちがわかりました。陸上の中で、豊かな心を育て、人として成長することができたと思います。

マラソンは、周りの人の支えがないと完走できません。みなさんの夢を周りの人に教えてあげて、応援をしてもらいましょう。

