



～ 夢ひとすじに ～
宮原中だより
学び 磨き 鍛え 羽ばたけ

令和 7 年 度 第 6 号
令和 7 年 10 月 1 日 (水) 発行
さいたま市立宮原中学校
ホームページアドレス
<http://miyahara-j.saitama-city.ed.jp>
メールアドレス
miyahara-j@saitama-city.ed.jp



『コーチから学ぶことのメリットとデメリット』

校 長 田 中 和 浩



「いわし雲 大いなる瀬を さかのぼる」 飯田蛇笏
「秋刀魚焼く 匂の底へ 日は落ちぬ」 加藤楸邨

現在、スポーツコメンテーターや指導者として活躍されている、為末大（ためすえ だい）さんは、広島県出身の元陸上競技選手です。世界陸上 400m ハードルにおいて 2001 年、2005 年の 2 大会で銅メダルを獲得しています。現役時代には

コーチをつけずに、練習も 20 代中盤では 1 日 2 時間という短い時間でメダルを獲得したことでも知られています。コーチとの師弟関係を好む選手の多い日本のスポーツ界では異色の存在でした。

その為末さんがご自身のキャリアをふり返り、「コーチをつけること」「コーチをつけないこと」のメリットとデメリットについて語られたお話をご紹介します。

コーチをつけるメリットは、コーチの膨大な経験をもとに客観的な視点で指導してもらえるため、大きく間違えることが少ない。しかし、選手はコーチに頼り切りになって、自分の成長の全体像を把握しにくくなってしまうことがある。コーチをつけないことのメリットは、練習の目的や目標の全体像を把握して行動できるようになること。自分の判断に対して自分で責任をとる行動が身につく、一人に慣れることで自分のことを自分で処理できるようになる。とおっしゃっています。

教師である私としては、中高生ぐらいまでの子どもたちには、将来「コーチをつけない」生き方ができるよう、「コーチ（指導してくれる先生や保護者）について」その礎となる大切なことを効率よく学ばせてあげたい、と思ってしまいます。

また、為末さんは、次のようにも語っています。

自分がやりたいようにやるということは素晴らしいことですが、弊害もあると思います。自分のやりたいことはいまの自分の想像の範囲の中にしかなく、やりたいことをやり続けることで、自分の想像の範囲の中に留まってしまう恐れがあります。世界が広がるのは偶然の出会いの影響が大きい。誰と出会うか。何を知るか。世界を広げ、視野を広げるためには、偶然の出会いが起きやすきことです。自分のやりたいようにやりすぎないこと、心地よい場所にすぎないことです、と。

学校は、子どもの成長を助ける偶然の出会いが起きやすい場所の一つであるよう努めたい、と改めて思いました。

出典：為末大学 Tamesue Academy, 為末大 note

★★「明日も進むいのちの日」における取組について★★

平成 23 年 9 月 29 日、さいたま市立小学校 6 年生の桐田明日香さんが駅伝の課外練習中に倒れ、救急搬送された後、翌日に亡くなるという大変悲しい事故が起きました。さいたま市教育委員会では、事故をめぐる対応の在り方について検討し、「体育活動時等における事故対応テキスト～ASUKA モデル～」を作成しました。各学校では、このテキストをもとに毎年教職員研修を実施するとともに、主体的に救命活動ができる児童生徒を育成するための救命教育の在り方や実践方策について研究が続けられています。また、さいたま市教育委員会では、9 月 30 日を「明日も進むいのちの日」と制定して、全市立学校において、AED の一斉点検及び児童生徒への設置場所等の確認を行っております。



宮原中では正門前に、AED を 1 台設置しています。