



祝

## 陸上部 志賀 宏洋 君 関東大会 出場

陸上部の志賀君(3年4組)が、6月19日・20日に行われる南関東大会に出場します。種目は3000M障害です。神奈川県予選会で、なんと自己ベスト記録を20秒近く更新した9分25秒94の記録で入賞。南関東大会の出場を決めたそうです。以下は志賀君にインタビューした内容です。

Q 陸上はいつから始めたのですか？

A 中学のときは、サッカー部に入っていました。中学2年のときに、駅伝にでないと先生に誘われて、走ってみたら長距離の面白さが分かりました。サッカー部に入りながら、中学3年の時には3000Mに出場したら、地区予選を突破して、県大会に出場することができました。

Q それで、高校に入ったら、陸上を始めたと思ったのですか？

A はい。高校1年のときは、1500Mと5000Mに出場しましたが、県大会にも行くことができませんでした。

Q 3000M障害はいつから始めたのですか？

A 高校2年から始めました。

Q 3000M障害の競技について教えてください。

A 400Mトラックに7台の高さ90センチの障害が置かれていて、そのうちひとつは、降りるところが池になっています。それを飛び越しながら走る競技です。

Q 南関東大会での抱負を教えてください。

A 各県の代表選手24名が出場する大会ですが、全国大会には上位6名が参加することができます。タイム差を調べてみたら、あと10秒縮めれば、上位6名に入るので、それを目標にしています。

また、9分15秒以内の記録を出すことができましたら、全国選抜大会の出場標準記録を突破することにもなり、そちらの大会にも出場することができるので、そういったことでも9分15秒が大きな目標です。

3000M障害で9分25秒、高いハードルを越えながら、1000Mを3分8秒ペースで走る過酷な競技だと思います。南関東大会では、6月19日に予選、そして20日に決勝。目標のタイムが出せることができますよう、期待しています。がんばって。

## 「ミソアジカ」の「ジ」 時間を守る

就職して、社会人になって、これだけはいけぬものと思っていることのひとつが、遅刻をしないということ。なので、始業開始時間の30分前には職場に着いていることを心がけてきました。そうすれば、たとえ交通渋滞や交通機関の遅れがあっても、ほとんどは対処できるし、これまでも早くに職場に来ていたおかげで、不測の事態に対処できたり、準備することを忘れていたことも、何とか対応することができたこと、急な他の人からの依頼に応えることができたことも、少なくはありませんでした。

そう考えると、早目、早目の行動は、相手や周囲の人のためというよりは、自分のためのものである気がします。遅れそうになって、約束の相手や周囲の人に心配され、不安にさせたりすることは、自分自身にとっても居心地が悪いのではないのでしょうか。

会う約束をしてあって、その時間前に着いってしまったので、約束の時間の前だけど訪問しようとした時、一緒にいた同僚から止められた経験があります。「民間じゃ、ありえません」と言われました。その同僚は、民間企業の経験があって、社会人の当たり前のルールを私に諭してくれたのです。会いに行けば、会ってくれるだろうといった傲慢な気持ちだった私は、大変反省させられました。

時間を守るということは、やるべきことを期限内で終わらせるということでもあります。これは、結構むずかしいことです。皆さんはどうですか？期末の時期になると、提出しなければならぬノートや作品など大丈夫でしょうか。社会人となると、自分が抱えるやるべきことは飛躍的に増えます。さらに家庭があればなおさらのことになります。やるべきことを決められた時間内にできなかった時には、大きな損失を出すかもしれません。そこで、スケジュール管理が大切になってきます。

高校生の時、時間は無限にあると思ってきました。しかし、一日、一週間、一月、一年の時間は、誰もが平等に流れていきます。この年になって、限られた時間のなかで生きていくことの重大さに気づき始めました。時間を大切にしていこうと思います。