

新しい生活様式の中での柔道！模索中！

☆ 平 柔 通 信 ☆

平塚柔道協会発行
責任者 会長 奥山晴治

久しぶりの集合写真！ちびっ子メンバーが増えました！



久しぶりの集合写真です。随分とちびっ子メンバーが増えましたね。元気一杯、いい顔しています。平塚柔道協会は、勝負のみにこだわらず、明るく、礼儀正しく、そして柔道がもっともっと好きになってくれるような指導をしています。

全国大会での活躍！タウンニュースで紹介されました。

東京の「銀」人生の糧に ～原沢選手の言葉～(新聞記事から)



群馬県で8月22日から開催された「第52回全国中学校柔道大会」で、金目中学校柔道部(真田州二郎監督)が、男子個人90キロ級で準優勝、女子団体が3位入賞を果たした。

男子個人は90キロ級に柴田陽さん(3年)が出場。全国から集まった48人がトーナメントを争った。3位に留まり苦汁をなめた関東大会を胸に、「絶対に勝つつもり」で臨んだ今大会。準々決勝を除く4試合すべてを一本で勝ち上がる気迫を見せた。決勝の相手は関東チャンピオンの足立学園(東京)。一歩も引かない組手争いのなか延長を迎え、惜しくも指導を取られ敗れた。

東京五輪が閉幕し、1か月以上が過ぎました。目指していた結果が出せなかった自分を恥じ、自責の念に馳せられる日々を過ごしていました。個人戦では表彰台にすら届きませんでした。団体戦はメンバーに入っていたので銀メダル。出場機会なかった自分に喜びや達成感はなく、悔しさだけです。「銀メダリスト」と扱われることに違和感を覚え、テレビ出演など辞退したい気持ちでした。しかし大会後、周りの方々がメダルを手に取り、喜ぶ姿を見ると、良かったなと思えるようになりました。**今のままでは何の意味も持たないただのメダルです。しかしながら、今後の私次第では、人生において何か大きな意味のあるものに変わるのではないかと信じています。**

★ 感染者数は減少傾向にありますが、手指消毒など引き続きコロナ感染防止対策を徹底願います。

(10月の予定) 練習日については、おって連絡させていただきます。

今月の目標・

打ち込みの仕方・何となく楽な打ち込みしていないかな？

(雑感) ~職場での学び~ 職場にメンタルヘルス相談員がいます。今のところ、個別にお世話になることはないのですが、職員向けにいろいろと参考になる情報を提供してくれます。その中から皆さんにも参考になればと思い、今回は「**・・・べきおぼけ**」の話を要約して紹介します。・・・⇒「人に親切に**すべき**」など、「**・・・すべき**」と言った価値観は、理想や向上心を持って人や物事に当たることにつながるもので、決して悪いものではない。一方で、「**・・・すべき**」を「**・・・しなければならない**」と強くとられると、できない自分を過度に責めて落ち込んだり、できない他人にイライラしたりと、苦しさの元の元凶になることがある。正しいことを求めていた「**・・・べき**」が、悪しき「**・・・べきおぼけ**」に変身してしまう。**①我々は、普段気付かずに、意外に多くの「・・・べき」を持っている。②我々は、「・・・べき」を他人にも求めてしまいがちである。これに対処するには・・・①自分自身が「・・・べき」思考に気付いて自覚する。②「・・・した方がよい。」「・・・したい」「・・・する方が好きだ」くらいに緩めて考える。**こうすると少し自分の考えの幅が広がって自由になったり、楽になったりする。・・・ご家庭でのお子さんたちとの関係でも参考になるのでは。(五)