

ナユキスイミングクラブ メインコーチから 2022年新年のごあいさつ



名雪 正彦

明けましておめでとうございます。

21世紀に入った年に、スイミングクラブのチーフコーチが集まりこれからは「美と健康」の時代になるとの話をしました。それから20年がたち、今は「楽しさと面白さ」がそれに加わりました。勉強でも運動でも「たのしい、」が重要だと言われるようになりました。将来にわたって様々な運動を続けて行く「生涯スポーツ」の基礎を作るのが私達の仕事です。

皆様のお子様は秩序だった指導を受ける最初の運動が水泳だと思います。運動が好きになるかは最初に出会う運動の印象で決まります。本年も基本に忠実な技術的に正しい、心地よい愉快感、が感じられる指導を心掛けてゆきます。どうぞよろしくお願ひいたします。

2022年元旦

ナユキスイミングクラブ会長

日本スポーツ協会水泳上級マスター教師 名雪正彦

昨年は1年延期となったオリンピックが行われましたね。



名雪 大岳

世界レベルのアスリート達の華やかな活躍の裏には、想像を超える努力とそれを支える才能があります。苦しさを乗り越え成長する克己的な姿勢はスポーツの醍醐味ではありますが、生涯スポーツとして運動に親しみ、身体を動かすことをずっと愉しむためには、気持ち良さや小さな成功、達成の積み重ねが最も大切です。

楽しい！気持ち良い！僕、私、頑張った！もっとやりたい！という気持ちを第一に、皆さまと向き合っていきたいと考えています。

コロナ禍、東京オリパラの影響で不安定な練習状況となってしまうましたが、今年からは施設もきちんと利用できる見込みです。改めて気を引き締めて指導に取り組んでまいりますので、2022年、よろしくお願ひいたします。

あけましておめでとうございます

皆さんは好きなことや楽しいことが沢山ありますか？

将棋の藤井聡太竜王は、インタビューで「これまでに大変だった事はありますか」と聞かれ、「将棋が好きなので、大変だと思った事はありません」と答えていました。



丹羽 良太

好きなことに夢中になると、周りから見て大変そうだと思う事も、当の本人はその辛さや苦しみも楽しみの1つとして感じています(ゾーンやフロー状態)

でも、好きな事だけじゃなくて、嫌いなこともありますよね。もし嫌いな事を楽しい事に切り替えられたら！？

この切り替えのコツ(レジリエンス)は、自然の中にあります。

自然は自分の思うようにいかないことだらけ。

でも、楽しい事が散りばめられています。

あれがダメでも、これがある。という風に。

自分の思う通りにいかない中で、試行錯誤していくうちに、切り替えのコツがつかめていきます。

自然に飛び出して、好きな事を沢山見つけましょう！！

あけましておめでとうございます！

去年は皆さんにとってどのような一年でしたか？竜二コーチは昨年、遂に紫帯（黒帯の前の前）に昇帯しました！

頑張ったぞっ！！というよりは、愉しくて夢中で研究をしていたら、いつの間にか出来る事も増えていき大会でも優勝出来るようになり、昇帯できたという感じです。



丹羽 竜二

人は外からの動機付けより「自分が楽しい！」と思えることにより真剣に・夢中になります。そうすると不思議なことに他の運動、お手伝い、勉強にも意欲的に取り組めるようになります。

子どもの能力はどこに潜んでいるか分かりません。だいたいは遊んでいる奥の方に潜んでいるなあと、一年を通して行っているお米作り体感プログラムに参加される子たちを見ていて思います。親子参加されている親御さんはそれを実感されているのではないのでしょうか。

たとえ遊びだろうと真剣に取り組んでいる姿、そして周囲の人に受け入れてもらっている安心感や喜ぶ姿を見ていると自分の柔術の昇帯と通ずるところがあるなと思います。

大人も子どもも「自分が楽しい」と思うことを増やしてほしいです。保護者の方へはお子様がいかに楽しみながら進むことができるかを見ていてあげてほしいなと思います。

あけましておめでとうございます。

withコロナとなりはや2年が経ちましたね。

少しずつですが元の生活に戻りつつありますが、まだまだ終わりは見えません。

プール施設もオリンピックが終わり少しずつ再開し定期的な練習が出来るようになってきました。

ペンギンプログラムも実施場所を考え定期的にも実施出来るようになってきました。

終わりの見えない先で私たちは子供たちにどんな事ができるのか、何を教えられるのかが日々の課題となっております。

子供たちの人生の一部に少しのスパイスとして

楽しいレッスン、楽しいプログラムを考えていきますので今年もどうぞ宜しくお願いいたします。



若林 茉莉愛

あけましておめでとうございます。

少しずつ、落ち着いた日常を取り戻すことができているようです。

当クラブのメインの活動拠点のサブプール（国立代々木競技場）も再開し、練習がしっかりと行うことができました。

僕も小学校1年生からこのクラブで水泳をはじめ、サブプールで練習を数えきれないほど行ってきました。

小学生の頃は、皆がスポーツ系の習い事をやっていました。

中学生に上がると、生活が勉強・部活動が中心になり周りで塾以外での習い事をやっている人はクラスに数名いるかいないかくらいでした。

僕は空いた時間に友人と遊び、少しずつ習い事から離れていましたが、部活動を引退した後は、ほぼ毎週泳ぎにサブプールへ向かいました。

家や学校とはまた違った、自分を見てくれる場所を無意識に求めていたのかもしれない。

僕が、そうであったように25M泳げるようになって、学年が上がっても、続けて行きたくなる練習を目指して、今年も愉しく行います！



中野 謙信