



# 週報

2015～2016 年度 RI 会長 K.R. ラビンドラン  
RI のテーマ 『世界へのプレゼントになろう』  
第 2570 地区 ガバナー 高柳 育行

国際ロータリー  
第 2570 地区

## 狭山中央ロータリークラブ

〔例会場〕 狭山東武サロン〒350-1305 狭山市入間川 3-6-14 TEL 04-2954-2511  
〔事務所〕 〒350-1305 狭山市入間川 1-24-48 TEL 04-2952-2277 FAX 04-2952-2366  
<http://www1.s-cat.ne.jp/schuohrc/E> - mail:schuohrc@pl.s-cat.ne.jp  
会長 江原伸夫 会長エレクト 佐藤圭司 副会長 浜野貴子 幹事 小島美恵子

〔第 3 グループ内の例会日〕 新狭山(月)、入間(木)、入間南(火)、飯能(水)、日高(火)、狭山中央(火)  
所沢(火)、新所沢(火)、所沢西(火)、所沢東(木)、所沢中央(月)

### 第 1061 回( 11 月 10 日)例会の記録

点 鐘 江原伸夫会長  
合 唱 国歌斉唱 奉仕の理想  
第 2 副 SAA 東 君 古谷君  
卓話講師 スポーツメンタルトレーナー  
ハツ橋 賀子様

#### ※出席報告

会員数	出席者数	出席率	前回修正
36名	32名	88.57%	79.41%

#### 会長の時間

江原会長

こんにちは。先週は旗日の文化の日、先々週は社会奉仕の一環として毎年恒例となっております地域交流フリーマーケットの振替日という事でしたので、本日は会員皆様とお目にかかれる久しぶりの例会となります。この壇上から皆様方に向けてお話しをさせていただくこの時間は、回を重ねてもなかなか慣れてきませんが、今日は三週間ぶりという事もあり、前回の高柳育行ガバナー公式訪問時の例会と同様、非常に緊張しております。

本日はお客様に、佐藤会長エレクトよりご紹介をいただきました、メンタルトレーナーのハツ橋賀子様においでいただいております。お忙しい中ご都合をつけてくださりましてありがとうございます。後程卓話の時間をお願いしておりますが、日頃からメンタル弱者の私ですので、お話を伺う中



で強者への変身を目指したいと思っています。宜しくお願いいたします。

さて、前回の高柳ガバナー公式訪問例会でのクラブ協議会ですが、RLI方式の討論会に挑戦させていただきました。議題を3点にし、第一グループは「会員増強・退会防止について」、第二グループは「ロータリー財団について」、第三グループは「公共イメージについて」です。RLI研修セミナーを受講された方、或いはこの討論会の趣旨等を熟知されている方々から見れば、当クラブのそれは、まだまだ未成熟の討論会であったと思われませんが、それぞれの議題に対し意見を述べただけでなく、会員全員が現状のロータリークラブに対する考え方を共有できたということは、今後の当クラブの目標達成を目指すうえでも、価値あるクラブ協議会であったと思っています。議長をお引き受け下さったお三方をはじめ、会員の皆様、ご協力ありがとうございました。

今日は月初めの報告事項もありますので私の話は早々に終了いたしますが、最後にもう一点だけご了承いただきたいことがございます。それは、恒例となっておりますクリスマス&年忘れ家族同伴夜間例会の件です。今年は、12月3日・4日に予定しております秩父夜まつり・さきたま史跡の見学という親睦旅行がありますのでそのときに併せて行うこととし、年末のその例会を通常例会にするつもりでございましたが、やはり会員の方だけでなく、ご家族の方の中にも、ご都合もあってどうしても参加できない方もいらっしゃると思いますので、

そのような中で今年最後の家族同伴での例会を終えるのは寂しいですし、なにより、奥様をはじめご家族あつての当クラブだと思っておりますので、12月22日は例年通りクリスマス&年忘れ家族同伴夜間例会を催したいと思っております。多少ご負担をおかけすると思っておりますが、皆様のご協力を何卒よろしくお願いいたします。

## 幹事報告

### 益子副幹事

1. 2014-2015年度「会員増強賞」受賞
2. 第2570地区井埜ガバナーエレクト辞任について
3. ロータリーグローバルリワード推進用ツールキットのご案内について
4. 米山記念奨学部門第2回カウンセラー会議のご案内とクリスマス会のご案内について  
12月6日 川越東武ホテル
5. 来年5月ソウルで開催される国際大会のご案内について
6. 例会臨時変更 入間 RC 飯能 RC 所沢 RC  
新所沢 RC 所沢西 RC
7. 受贈会報 飯能 RC 所沢 RC 所沢中央 RC  
所沢西 RC
8. 回覧物 学友会ニュース10月号(第192号)  
AAR ニュース バギオだより 11月号

## 「外来卓話」・・・・・・・・

### 《講師紹介》

### 佐藤圭司会員

今日はスポーツメンタルトレーナーの八ッ橋賀子さんにおいで頂きました。

トレーナーとは、いつでもどこでもすぐに動けるようにジャージ姿で動いております。私は治療のトレーナーですが、彼女は心の、メンタルトレーナーです。カウンセラー資格やセラピスト、アスリートフードマイスター等のたくさんの資格を持っておられまして、現在は千葉ロッテマリーンズのメンタルカウンセラーです。

女性ですので、女性アスリート特有のメンタルの部分も非常に頑張っておられます。そして教育委員会や体育会系の大学生の就職支援等の講演で大活躍しており、また「女子選手のコーチング―“特

性”を知り、力を引き出すための40のヒント」という著書も出しております。

多方面で活躍している彼女ですが、急遽お願いしましたところ快諾をして頂きまして、本当にありがとうございました。本日はお忙しい中来て頂いております。宜しくお願い致します。

### スポーツメンタルトレーナー

### 八ッ橋 賀子様



皆様こんにちは。スポーツメンタルトレーナーの八ッ橋と申します。

今ロッチもそうなのですが、トレーナーから見た若い選手の特長や傾向が出てきております。本日いらっしゃるのが経営者の方や部下や社員を抱える方々と伺いましたので、今日はお時間を頂いて、人材育成等の面で実際に直面している若い選手の特長を、現場の話を交えながらお伝えしていければと思います。そしてお伝えするだけだとそれで終わってしまいますので、そこからどのようにしたら良いのかという解決方法も交えながらお話できればと思っております。

メンタルトレーニングというものに関して、私が伝えるメンタルトレーニングとは、心のケアではあるのですが、自分の考える心の癖、考え方の癖を正しいものにして習慣化させるもの、そしてもう一つは、選手や自分が持っている力を出し切るために自分をコントロールするトレーニングで、これを現場で伝えております。今回若者の選手の特長を8個くらい挙げておりますので、それをお伝えしたいと思います。

若い選手の中に一つ挙げられるのは、すぐに一

一杯いっぱいになるということです。何かを頼んだり、何かをやってみればと伝えると、すぐにそれだけで一杯いっぱいになったり、練習だけで一杯いっぱいであったりと、何かをつなげていく、先につなげていくということが非常に難しい状況です。心のゆとりや余裕が非常に少なく、状況が見えていないので、視野が狭いということも挙げられます。そのため一つのことしか頼めない等といった、指導者側としては一つ質を高めていくことに時間をかけなければいけないという現状があります。それに伴って、「できません」、「無理です」という言葉が非常に簡単に出てくるということがあります。私が育ったときにはそんな言葉は言えない状況でしたし、自分が降参する、負けを認めるような感じがするため、私は決して言えませんでした。しかし今の子たちは「できません」、「無理です」と自分の限界をすぐに作ってしまい、自分の現状を越えていこうとするよりも現状維持にポイントがいくことが非常に多いのです。

プロに入ったらゴールという選手も中にはいて、プロだけではなく社会人の野球チームも指導をしておりますが、入ってからがスタートなのにも関わらず、プロや社会人になったら終わり、今の力を継続させていく、維持していくという姿勢が非常に多くの選手に見られます。そのため話していても、例えば来年、半年後の自分がどうなっていきたいのかというものはありません。もちろんそうした選手に関しては、目標設定をしなければ先の先まで見えず、わからなくなって結局埋もれていってしまうので、ではどうしていけば良いのかということをお伝えしております。そして諦めが早いので、自分の可能性を自分で消してしまっているということが挙げられます。

また最近では、できない自分を肯定していく子が非常に多いです。例えば自分が何かに失敗した時に、最初は失敗を認めているのですが、自分ができなかったことを認めたくないため、それは自分には縁がなかったから仕方ない、だからできなかったのだと肯定していき、負けを正当化していく傾向が非常に多いです。肯定をしていくとどんどんその癖がつき、逃げ癖がついてしまいます。そのため近くのものから達成させていく達成感を

あげていかないと、結局これもできない、あれもできない、でも自分は今もっているものでできるから大丈夫だと、逃げているようにしか見えないけれども、しかし自分では一生懸命支えているような、そんな選手が多くいます。

技術の注意をすると人間否定をされているように感じてしまう選手もおりまして、これは技術の否定が人間の否定になるのではなく、技術と人間が両方とも関わることです。例えば「どうしてそうするのだ」、「何故間違えるのだ」と言われたときに、ミスしてしまっていけなかったと思う部分と、やっぱり自分はだめなのだ、その人から嫌われているのだという人間否定の両方からきてしまうということがあります。やはり指導をしていく上で、上に立つ方々は良かれと思って言ったことが、選手や部下の人からすると否定されているということでシャッターが下りてしまうのです。そうなってくるとその子たちは全く話を聞かなくなってしまうので、シャッターを下ろされてしまうと開けるのに非常に時間がかかります。後ほどこの対処法についてお伝えしたいと思います。その中にすぐにいじけたり、話を聞き入れないということがあるのですが、自己防衛は強いのですが、中身が非常に弱いのです。例えば資格や、何か自分を守るために色々な理由等をつけていくのですが、結局中身を開けてみれば非常に弱かったということがあります。

その良い例として、自分はプロに入って本当に凄いなだと思っているのは良いのですが、実際何をやって良いのかわからなかったり、内容の質がなかったり等、プロは凄いと皆から言われて、自分は凄いなと思っているのですが、実際に外と中身が合わなかったり、必死にプロだから俺は凄いなだと思っている選手が非常に多いのです。臨機応変さが非常に足りないもので、すぐに機転を利かせて何かを変えていく、練習の中で何かを見つけて目的を持っていくということが非常に少ないです。ではどうしたら良いのか、今後今の若い世代が更にまた増えていって、指導者や上に立つ方は厳しい環境がさらに入ってくるとは思うのですが、しかし潰してしまうのか、それとも伸ばしていくのかということで絶対的に変わってくると思いま

す。厳しさを与えて、耐えさせて、例えば強豪校等のように耐えられなければ辞めさせるのか、ここにいて欲しい、この中にいて欲しいから継続させるためにいさせるのか、方針によって変わってはくると思います。どちらにいくかということ、両方をうまくできれば一番良いのですが、状況的に現場でも非常に難しく、厳しさに耐えられず辞めていく選手もいれば、楽しめば良いと思っている選手もおります。

以前水泳の強化指定選手等をメンタルトレーニングで教えていた時があるのですが、指導者が何をやっているのだと指摘ばかりしていたことによって、その選手の顔が変わってきてしまいました。最初は笑顔を作れる選手であったのに、指導者の方に毎日指摘を受けることによって、笑わない顔になってしまい、そのスイミングスクールの時にだけそうになってしまうのです。指導者の方が嫌だという反応ではあるのですが、選手の表情でさえ指導者によって変わってきてしまうということが小さな中にも実際に起きています。

例えば、何か「いけない」と指摘するときは、基本的に主語がないことが非常に多いのです。何か言う時の対処法と致しましては、役職のある方や指導者の方であれば、「僕は」、「俺は」という主語ではなく、「指導者の自分としては」、「監督の俺としては」というように、自分の私情が入っていない状況でどうなのかという、立場を伝えた上で指摘を始めるということが非常に良いと思います。

その方法として3段階あるのですが、最初に否定をするとシャッターが下りてしまう可能性があるため、まず人格を褒めて、次に指摘をしたいこと、伝えたいことを言う、そして最後にまた褒めるという、褒めて貶して褒めるということが非常に有効的です。否定だけだとシャッターが下りてしまうし、褒めてしまうとなつて上がるという非常に難しい選手や若者がとても多いので、例えば人間や人格を褒めるときは「いつも元気で覇気があって良いね」と伝えてまずワンクッションを、次に技術の指摘、スポーツで言えば「もっと早くパスを、ドリブルを」、「もっと早く作業をして」等と一番伝えたいことを言い貶し、最後に技術の面や仕事の面での良い所「いつも視野を広く持とうとしていて、

その努力はわかっている」といったようにまた上げてあげるといった方法をとると、最初に貶したシャッターは下りず、怒られるのだな、何か言われるのだなという準備がワンクッションできるので、そこで入り易くなります。下げたままですとその後の仕事や技術を上げていくのに勝手にすれぱとなってしまう、引きずっているのかあつけらんとしているのか様子が気になるので、そこでもう一度上げてあげると、プラスマイナスゼロ位の中でやっていけるので、モチベーションがさがらずにいれるということがあります。

また欠点を指導者側がしっかりと見せてあげるということも非常に良くて、書面や伝えられない物は仕方ないと思うのですが、ご自身で真似るのであればこうなっているということをお口頭ではなく、動きや何かで自分を反映させてあげるように指摘をしてあげる、そうしたことも非常に効果的になります。

指導者の方等は感情や私情が非常に入り易くなっておりまして、どうしても無意識に入ってしまうことがあります。専門的な話になってしまいますが、野球では3塁に指示を出すコーチャーがおります。千葉ロッテで実際に、選手が塁に出たときに、そのコーチャーが指示を出さなかったということがありました。普通はコーチャーという仕事の役割として、走るのか止まるのか指示を出さなければいけないのですが、そのコーチャーは、自分がその選手を嫌いだからあえて出さなかったということでした。そして選手は、「俺はあの人に嫌われているから良いのです」と言っておりました。他の選手が塁に出たときにはきちんと指示を出すのですが、その選手が塁に出たときだけ出さないのです。これは明らかに私情が含まれており、コーチ自身は嫌いだから指示を出さないという方針なのだと思うのですが、やはり無意識に自分の好き嫌いや私情が入って感情的になってしまうと、仕事に影響が出てしまうことがありますので、好き嫌い等はああると思うのですが、そこを一回リセットして頂きたいと思います。

今若い選手の特長等具体的なお話をしました。さらに具体的にお話をしたいと思っております。基本的ではあるのですが、一人一人できれば全員

に声をかけてあげて欲しいと思います。これは男女共にですが、例えば挨拶も普通にしている、自分には声がかけれないとモチベーションが下がる人もおりますし、また今の子供たちは認めてあげるということを非常に欲しております、これもロッテのある選手の話なのですが、その選手は1軍と2軍を行ったり来たりしております、技術がなんとか上手にならないかという所で非常に辛い環境にあったときがありました。そのときに「野球は好きだけれど希望はない」と言われました。どうしようかと思ひ話を聞いた所、「最近少し良くなりました」と言われて、何がどうしたのか聞きましたところ、昨年末あたりから、今まで普通に家に帰っていたところを、社交的に色々な方と交流するようになったと言っております。会社の経営者や一般の色々な方と交流しているということでした。そこで自分の事を凄いねと褒めてもらったと言ひ、ロッテの中にいると良い所は何も言われなけれども駄目な所は言われる、しかし社会の中にでるとロッテにいて本当に凄い選手だねと色々な方に言ってもらえると言っております。彼の中でいつの間にか自分は凄いのだ、自分はできるのだという自己肯定感が無くなってしまって、人に認めてもらいたい、もらわないと存在価値を見出せないという感覚になってしまっていたようです。自分で認めてあげるということができなくなってしまい、人をずっと求めて、褒めてもらわないと不安になってしまうというような、あんなに体が大きくて、あんなに打てる選手であったのに、実際にそうした選手もおります。コーチや指導者の方からしたら褒めることは当たり前で、認めるのは普通だと思うのですが、良いことをあえて言葉に出していつてあげると言うことが如何に大切なのかということ非常に感じましたので、ぜひ認めてあげる、伝えたいことを言葉に出してあげるということをして頂きたいと思ひます。

また指導者の方々には、昔はこうだった、あの時はこうだったと思ひながら、今の若い人はこうだ、今と昔は違うという比較の中で悩まれることも多いと思ひます。言葉があっているかはわかりませんが、指導者の方々に妥協して頂くということが一つのポイントになってくるかと思ひます。

自分のレベルで達成できているかどうかを見たとときには、恐らく全然達成は出来ていないと思うのですが、そこまで良くできたとあえて妥協して伝えてあげてもその子たちは伸びていくので、今の指導者の方たちにお伝えするとしたら、妥協するという言葉が一番良いのかなと思ひます。

昔はお前ならいけるといった期待の言葉が、今の若い子たちには過度のプレッシャーに代わってしまっています。同じ言葉でも、緊張する、プレッシャーを感じるといった選手も非常に多くて、そういったときの対策としては、「お前の力なら大丈夫だ」等と、期待というよりも普通に大丈夫だよと素直に伝えて頂くことが、非常に良いポイントになっております。

選手の中にはうつ病等を抱えている方も数名おります、向き合い方が難しく、頑張っていないと言われて落ち込んでしまう選手もおります。うつ病でなくても、頑張っていないと言われると、頑張っているのに何でそんなことを言われるのだと、私たちから見ると頑張っていない状況でも、頑張っていないという言葉はやる気のモチベーションを非常に下げる言葉になっております。指導者の方が声をかけるのであれば、頑張っていないではなく、「本当の君ならできる」、「もっとこうしたらできる」といったプラスの言葉にかえてあげて頂きたいと思ひます。頑張っていないということは、何もしていない、何も出来ていないという言葉で伝わってしまうことがあり、皆さん優しい言葉で良かれと思ひた言葉が重荷の言葉に代わってしまうことが非常に多くあります。

今よりも更にといったように、今を肯定してあげることが基本的なのですが非常に重要で、社会人野球の選手でも、指導者は敵、仲間は味方という認識があります。それは指導者の人は否定や指摘しかしない、だから敵だということで、仲間は自分を褒めてくれたり認めてくれるから味方なのだという認識です。一つのチームの中で敵意識ができてしまう、この時はピッチャー陣が指導者は敵だと言っていたのですが、本当は一つのチームで皆仲間、味方であるのに、なんだかなという思ひでおりました。ここの和解はしっかりとできたのですが、やはり指摘だけということが非常に良くない

効果をもたらせているということがあります。

先ほどお話しましたが、会社の中で、組織の中で、潰すまで厳しく鍛えていくのか、それとも厳しくしながらもその中で継続させていくかによって、経営方針や指導方針は変わってくると思います。厳しさだけだと本当に潰れてしまうので、先ほどお伝えした3段階の方法をしていかないと、すぐに辞めていってしまい負担が会社にかかるということがあります。ロッテの選手やプロの選手に関しては基本的にやる気がある、もっと上手くなりたいという意識が前提にあるので、辞めたかったら辞めれば良いし、結果が出せなければ引退や戦力外となるのですが、会社とは辞めて下さいということは基本的には言えない状況にあると思いますので難しいとは思いますが。私の中では妥協して褒めてあげることが、今の若い子たちを伸ばすということについて非常に良いのではないかと考えております。

自分に非常に甘く、甘やかすとつけ上がると本当に難しいと思います。今の選手は本当に甘く、上手く楽をしたり、上手くその道を抜けていこうという気があるので難しいのですが、私はその抜け道を指しながらその道を埋めていって、追い詰めて、こうだったでしょと言ってあげております。指導者の方は、この選手はいつも視野が広くて気配りをして過ぎて自分のことをやっていないということがあつたりすると、そうだよねという価値観でしかその選手や人を見ないことが多いのですが、対策法としては、その子の価値観のフィルターを指導者の方が一度外してあげることが必要となります。あまり好きではないし、どうしたら良いかということはあるとは思いますが、そうした時にはそのフィルターをゼロにしたいので、今のその子に対してはあまり素直に言えないと思いますので、その子の半年後、一年後を想像した上で、その子に対して言ってあげることが、指導者側としては感情的にならずに上手くやれるという対策になります。

どうしてもこの子はこうだという価値観があると、そのままの目線で見えてしまうのですが、何か仕事をしているときに良いところを見つけてあげて、フィルターにかかってしまった部分の上書きをし

ていくという作業が必要になると思います。

非常に難しい所ではあるのですが、昨年ロッテに入ったプロの選手が指摘をされすぎて、技術の良い部分がベースにあってプロになったのですが、何が良かったのか悪かったのかわからなくなって、今2軍にずっとおります。良かれと思ってやったけれど結局わからず、何が原型で、何が元で良かったのかということがわからなくなってしまった選手もおります。

先ほどからお伝えしているように、良い所は褒めて悪い所は貶す、しかしその後には上げてあげるということが、今の指導においては非常に有効だと思います。悪い所を言わないで見逃す訳にはいきませんので、伝えてあげなければならないのですが、今の若い子たちに関しては、指導者の方からしたら妥協して褒めてあげることが、非常に良いと思います。

幾つかの質問にお答えいただきました・・・

先ほど会長さんが、上に上がると緊張すると仰っていましたが、そうした時の対処法としては、お腹のあたりを叩いたり、下に意識を向けて上がった意識を下げたあげることが非常に良いと思います。私は話していて熱くなったときは、腿を叩いたり、たまにつねったりして意識を下げたあげることによって落ち着かせています。またお腹辺りをポンポンと叩いてあげると意識が下がってきて、打席に立つ時にルーティーンとして行っている選手もおります。

昨年京大君と言われる田中選手がロッテに入ってきました。色々な選手が入ってきて、正直に野球が強くて頭があまり良くない学校から来た選手もいれば、本当に頭の良い大学から来た選手もおりますが、私たちから伝えるのは、勉強ができる、できないということも多少はあると思いますが、一番大切なことは考える力があるかということです。どれだけ頭が良くても、または悪くても、自分で機転を利かせて、練習や仕事の中で与えられたものに対してただこなしていくだけでは先がないと思いますますので、練習をするにはどんな工夫をすれば良いのか、どのように課題を乗り越えていけ

ば良いのだろうという考える力があるかということ、勉強の良し悪しだけではわからない部分があります。

正直自分が結果を出していても一軍にあげられない選手もおります。それは先ほどお話した私情が入ってきている部分もありますし、逆にメンタルの部分だけがなくて、技術はOK、メンタルの部分で出しきれなくて一軍に上がった選手もおります。メンタルが必要なのだと思って頂ければ、自分の他人に対する、例えば誰かが見ている、バッターと戦わなければといった思い等余計なものが無くなるのですが、それが自分に対してフューチャーしていないと他人に意識がいき過ぎてしまってバランスが取れなくなってしまうことがあります。選手の中にはメンタルだけを強化して上がっていった人もおります。K選手です。今年ピッチャーはメンタルの面で結構指導を致しました。

実際技術はあったので、あとはメンタルの部分で緊張してしまう、そしてどうしてもバッターと闘いたくなくなってしまうところがあります。バッターと闘っても、気持ちで勝てたり、仕事もできるのだったら誰にも負けないと言います。しかし気持ちで勝てないので、では何をしたら良いかと言うと、自分のできることはキャッチャーにボールを投げることだと非常にシンプルにしていきました。

バッターに絶対押さえてやるといったようになると、絶対に余計な力が入り良いボールが行かなくなってしまう。では力を抜きながら自分は何をしなければならぬかといったときに、ピッチャーはキャッチャーのミットにボールを投げることしかできないということに辿り着いたので、物事をシンプルにしていって、色々な欲を無くしていくという指導を致しました。

色々なパターンがあって、選手が自分で必要だと思ってくる場合もあれば、球団や監督から言われる場合もありますし、両方が必要だと思える場合もあります。タイミングは試合前だったり試合後

だったり、私たちがみて必要であったらすぐに連れてきてしまうこともあります。試合前や試合後療法に行くことが多いです。

球場の中に部屋があるので、そこで行うことが多いです。特にこの場所でやらなければいけないというよりは、選手が話しやすい環境であればどこでも良いので、専用の部屋ではなく、ただの箱の中で対応しています。

メンタルに困っていないという選手もおりますので、その選手が本当に必要ではない場合は、どういう考え方をしているのか、今後浮き沈みが必ず出てくるので、ずっと良いというよりは維持をさせていったり、今の状況を聞いたりして、無理やり押し付けたりすることはしません。

私たちは伝えるところまではするのですが、プロなので自分のやりたいこと、やれること、やりたくないことがあるので、私たちは提供をして納得させるところまでです。いつかやはり終わりがくるので、少しでも長く、一年でも技術を高めて欲しい、その中にメンタルがあるので、伝えはしますが無理には致しません。

引退したときにもっとやっておけば良かったという言葉がないように、それを必要にさせるように私たちが伝えていく、必要になったら使っていくスタンスで行っております。

私たちのときには、広場があれば自由に遊ぶことができましたが、今はボール禁止等子供たちが遊べるスペースが非常に限られています。私たちの頃は、野球やテニス等競技に遊びから入っており、それが好きで続けているということが多いと思いますが、今は野球塾、テニス塾といった塾に入れ、そこで楽しさを知ったりしております。そのため元々の入りが楽しいからその延長で行うのと、自分が好きかわからないけれども習い事として行うという子もいるので、実際に苦しくなったときに本当に好きなかわからなくなってしまう子、潰れてしまう子もおります。楽しさということを忘れさせてはいけないと思い、楽しさを伝えて頂きたいと思います。しかし子供たちには動物的な

本能もまだ残っていると思います。冷静に判断というよりは、感情的に動いたりするところもありますので、駄目なところは小学生や中学生くらいならば、厳しく教え、楽しさを失わず厳しさはあっても良いかと思います。

子供の頃はまだ成長過程で優劣の判断をしにくい部分がありますので、楽しさと厳しさはまだ一緒にあった方が良く、私は思います。

## ニコニコボックス

江原君 本日は佐藤エレクトのご紹介でメンタルトレーナーの八ッ橋賀子様にお出でいただきました。お忙しい中ご都合を付けて頂きありがとうございます。卓話をよろしくお願い致します。

浜野君 メンタルトレーナー、八ッ橋賀子様ようこそいらっしゃいました。よろしく願い致します。

稲見君 メンタルトレーナー、八ッ橋賀子様今日のお話し楽しみです。

佐藤君 久しぶりの例会でワクワク感一杯です。本日の外来卓話、八ッ橋様急な依頼にも関わらず快諾していただきありがとうございます。卓話宜しく願い致します。

若松君 メンタルトレーナーの八ッ橋先生、今日は楽しみにしていました。勉強させていただきます。

会員誕生祝 栗原(成)君 肥沼君

夫人誕生祝 坂本君

結婚記念日 田中(隆)君

※次の例会 第二副 SAA 片山君 小林君  
11月24日 (火) 12:30~13:30  
「会員卓話」 野口留雄 会員 東 美栄 会員