

奨励賞

## 努力がすべて

川崎市立川崎中学校 1年 えんどう おとは  
遠藤 百栞

私は、始めた時期が周りの人よりおそくとも、自分がそのことに対してどれだけの努力をしたか、ということが結果に繋がるのだ、と考えている。

小学校3年生の時、周りにさそわれて水泳を習い始めた。しかし、私は始めた時期がおそかったため、私と同じ級には、私より下の学年の子がほとんどだった。だから私は早く上達したい一心で、冬であったのにもかかわらず、近所のプールに通いつめ、25メートルレーンを泳いでいる人達の中から、伸びがあり、フォームのきれいな人を探し、自分とはどこが違うのかを自分なりに研究した。さらに、自分より上のクラスで、フォームが美しい子に私の泳ぎを見てもらい、どこがおかしいかを指摘してくれるよう頼んだ。年下の子にそれを頼むのには、初めは抵抗もあり、恥ずかしい気持ちもないわけではなかったが、とにかく上手に、美しく泳げるようになりたかった。また、泳ぐのには体力が必要なため、ランニングをしたり、犬の散歩でたくさん走ったりした。それでもまだ足りないと考え、週1日テニススクールにも通った。こうして体力をつけたことにより、普段は練習でバテていた私が、練習の後にさらに運動しても、余裕ができるようになった。

加えて、両親に私が泳いでいる姿を撮影してもらい、それを自宅で再生し、できるだけ客観的な視点で、自分の泳ぎを確認した。泳いでいる時はなかなかよくできていると思っけていても、他人の目になりきって見てみると、足が曲がっていたり、息つぎの時間が長かったりして、改善すべき点にいくつも気づかされた。自分の良くない点を洗い出し、次の練習で意識的に直す作業は正直苦痛でもあったが、美しく泳げるようになるためなら耐えられることだった。

そういった努力をしてから半年後、水泳スクールのコーチや友達、年下の子達などから、「最近の泳ぎ方のフォームは、とてもきれいだね。」と言われるようにな

った。毎日練習が終わると、「まだまだだな。」と落ち込んでいた時でもあったので、私は驚いた。あまりにもたくさんの人からほめられるので、以前両親に撮影してもらった動画と、現在の自分の泳ぎの動画を比較してみた。すると、これまでずっと、改善すべき点だったはずの足の形や、息つぎのタイミングがいつの間にか直っていたのである。それを見て初めて、努力が実ってきていることが感じられたのである。しかもちょうどそのころ、全種目のタイムが縮まっていた。徐々にではあるがしかし確実に縮まっていく数字を見ると、もっともっと努力して、いい結果を出すと共に、フォームの美しさを追求したいと考えるようになり、努力を惜しまずに毎日できる限りのことをした。すると、その少しずつの努力が、さらに、良い結果に繋がっていった。

努力して、結果を出す、ということをして、くり返し続けていると、時間はかかるかもしれないが、私より早くから習っている子ぐらい、いやもっと上手になることができる。

この体験を通して私は、始めた時期がおそくとも、そのことに対してどれだけの努力をしたかによって、結果も大きく変わってくることを知った。

努力が実を結ぶのかは、努力をしているときにはわからない。暗中模索の状態だ。だから不安でたまらない。でも、自分を信じてやってみるしかない。時には心が弱くなりそうな自分を自分で励ましながら頑張ったことが、ある日結果に現れた時、私は私をもっと好きになれることも知った。

だから、これからは、周りの人など気にせず、私がやりたいと思ったことに全力で挑みたいと思っているし、また、そのことが自信を持つことに繋がると信じている。