# 今を大切に

猪谷　優太

ぼくは、今回初めて強化合宿に参加しました。

昨年は、東日本大しん災のため合宿が中止になり出られなかったので、今回が初めての強化合宿参加になりました。

初日は、午前中が雨だったため、集会室でミーティングがありました。

指導者講習会の時に使った資料が配られ、それを使って、走り幅跳びの跳び方の技術的なことだけでなく、練習への取り組み姿勢やマナーについても一つ一つていねいに教えてもらうことができました。

また、その資料を読んでいくと、跳やく時の自分の課題に対し、どのような練習をすればよいのか、詳しく分かるようになってしました。

たちから話がありました。

初日の夜のミーティングでは、4人の先生その中でも1人の先生が話してくれたこと

がとても印象に残っています。

その内容は、東日本大しん災のことについてでした。

今、こうして陸上ができて、合宿に参加できるのも、当たり前ではない。ということでした。

「確かに、そうだ。」

ここで当たり前のように、練習ができるのも、とてもありがたいことなのだ。

これからは、今生きていることに感謝し、今を大切に生きていきたいと思いました。

そしてまた来年もこの強化合宿に参加できるように頑張りたいです。