

## スポーツの効能を見直そう

佐々木建昭  
数学系教授

### ●最近の学生は…

「最近、無気力な学生や院生が増えたなー」、「最近、依頼心の強い学生や院生が増えたなー」、とお感じの先生方が多いのではなからうか。こう言う「アンタが年取っただけだよ」と茶々が入るのを承知の上で、言わずにはいられない。もちろん、最近の学生にも挑戦心や自主独立の気概を持った者は多くいるが、最近、「エーッ、これが大学生?!」と呆れる学生や院生に多く遭遇するようになった。このような学生や院生が多く生まれるようになったのは、余暇がたっぷりできた親が幼児に構いすぎて甘やかし、「子供の人格尊重」のスローガンが教師に子供を叱ることをためらわせて我儘にし、親や社会が生徒にエリートコースへの道を盲目的に歩ませることを強いて生徒から自主性を奪った、ためであろうが、大学としては対策を講じなければならぬ。私は、昔から言われてきたこ

とであるが、スポーツの効能を今一度、見直すことを提言したい。

### ●陸上競技場での学生たち

私は平成7年以来、陸上同好会の顧問をしつつ、約4半世紀のキャリアを持つマラソン愛好家として、ほぼ連日、陸上競技場で学生たちと共に練習に励んでいる。そして、毎年11月末のつくばマラソンで、ボウズやヒゲを賭けた勝負を学生や教職員たちと繰り広げている。相手は平均5名強で、うち1名にでも負ければ私はボウズというわけで、最近では毎年のように頭を丸めているが、勝率は8割を越えているはずである。マラソン勝負に関する幾つかのエピソードを紹介し、スポーツの効能を具体的に説明する。

S. T. 君は、私が顧問に就任する前からマラソンでは私に負けていたそうで、平成8年にボウズ(私)と45日間ヒゲ割

り禁止（学生）を賭けた勝負では密かに期する所があったらしい。彼は自己ベストの2時間43分台で走りながら私に負けた。以来、彼は就職したあとも鍛錬を続け、今では2時間33分の記録を出すまでに成長した。

I. T. 君とは今まで3回勝負して、いずれも私の圧勝。彼は現在は高校教師で、グラウンドで練習中に、生意気な高校生5名と5千メートル勝負（相手は5名でリレー）をする羽目になったが、圧勝。以来、その高校生たちは小柄な彼に一目置くようになった。昨年は校内マラソン大会で陸上部の生徒2名と勝負をし、最後にかわして彼らをボウズにしたそう。今後、彼はボウズにされるまで挑戦され続けることになるだろう。

Y. F. 君とも3回勝負していずれも私の勝ち。彼が修士修了時に私は一度負けたが、そのときは賭けをしておらず、彼は悔しがること悔しがること。彼は地方の県庁に就職したが、毎年、つくばマラソンには卒業生たちをまとめて参加してくれる。

現役生のF. Y. 君とは昨年に対決した。2週間前のハーフマラソンで自信をつけた彼だが、後半に崩れて敗北。ボウズの約束であったが、「正月に帰ったときに寒いので茶髪でいいですか」と茶髪に。

年が明け、2月のマラソンに備えてフラフラになるまで練習していた私を何度か見ていた彼は、あるとき無言でボウズになった。

## ●研究室と陸上競技場の比較

正直言って、研究室における従来の私の教育は成功しているとは到底言えないだろう。研究室での教育方針を建て直すため、研究室での私と陸上競技場での私を比較してみた。研究室では、知識と経験において大差のある院生に対して、よちよち歩きの幼児を手取り足取り助けるように扱ってきた。一方、陸上競技場では、体力と運動能力において私よりも優れている学生たちに対して、ライバルのように全力で対決してきた。その結果、研究室では院生たちは「先生が何とかしてくれる」と全てにおいて私を頼るようになったが、陸上競技場では学生たちは「あんな年寄りに負けるのは恥だ」とばかり猛烈に練習するようになった（実際、練習のし過ぎで故障した学生が何人もいる）。

私は、研究室であろうと陸上競技場であろうと、学生や院生を育てるという点では同じであると思っている。研究室での私は、客観的にみれば学生や院生を甘

やかしてきた事は疑いなく、私が他者を批判してきた態度そのものであったと思う。一方、陸上競技場では私はかなり多くの学生たちの心に火をつけてきたと思う。とすれば、研究室で私取るべき方針は明白である；院生を手取り足取り“指導”して自主性を奪うのではなく、共通の目標を有する仲間かつライバルとして共に切磋琢磨し、院生たちに自分自身の力で研究をさせて彼らの“やる気”を引き出すことであろう。

### ●スポーツを通して心を鍛える

研究室の学生や院生たちも世間の平均的若者に比べれば非常に優秀だ。しかし、授業や教科書で勉強するのと比べ、解答はおろか解決法も記されていないテーマについて研究することは格段に難しい。研究の過程は試行錯誤と失敗の連続であり、研究において何よりも必要なのは失敗にめげず努力を継続する根性であると思う。そして、最近の若者に最も欠けているのがその根性であると思う。

努力の大切さを教えるのはなかなか難しい。講義で、「百メートル走でタイムを1秒縮め、五千メートル走でタイムを1分縮めるのにどれほど努力が必要か、やってみるがいい」などと言ってみるも

の、学生にはピンと来ないらしい。努力の大切さを教えるには実体験でもって実感させるのが一番であろう。その点、スポーツは最適である。スポーツは全て自分の力で行わなければならない、練習(=努力)の成果が正直にかつ短期間に結果に出るからである。さらにスポーツは通常、真剣に取り組めば肉体的に大きな苦痛を伴うが、苦痛の強さに比例して大きな感動と自信をもたらしてくれるからである。

「体育の授業をやっているのではないか」と言われそうであるが、私は現在の授業のような生温いものはスポーツではないと思っている。現在の授業で唯一、スポーツと呼べるのは「つくばマラソン」であろう。「つくばマラソン」は1・2学期の授業で、マラソンを完走するための基本的事項に関する講義から始まり、毎週の練習と数週間前の試走の後、本番のレースで完走して初めて単位が出る。受講生(学生のみならず院生)は、単位よりも自分自身へ挑戦する気持ちから参加する者が大部分で、レース後、「こんなに感動したことは初めて」とか「人生に対する自信を得た」等の感想を寄せている(詳しくは鍋倉賢治:「体育センターだより—共通体育体験レポート13—自由科目

『つくばマラソン』, STUDENTS 417号, 1998年, 筑波大学発行, を参照された  
い。効能の大きさには驚くばかりであ  
る。先生方には是非, 御担当の学生や院  
生に受講を勧めて頂きたいと思う。

●振り返って思うと…

陸上競技場で学生を教育する, と勿体  
ぶったことを言ったが, 学生たちと練習  
することは楽しく, かつこの recreation  
である。競技場教育の最大の受益者は私  
であろう。

「もうトシなんだから, マラソン勝負

なんてバカなことは止めたら」とよく言  
われる。同じことは研究に対しても言え  
よう。人は誰しも老い, 第一線を退かね  
ばならぬ日があいつかは来る。老醜を晒し  
老害を撒き散らすことはすまいと思う  
が, 引き際をどう判断すればいいのだろ  
うか? 今のところ私はこう思ってい  
る: 人は心と頭より体が先に衰えるに違  
いない。とすれば, 並の学生を打ち負か  
す体力を維持している間は第一線に留  
まっていて差し支えなかりとう。当分,  
マラソン勝負は止められそうにない。

(ささきたてあき 計算機数学専攻)

