

「自分と向き合う」時間を大切に： 大谷選手と読書

校長 博田 英明

皆さん、おはようございます。校長の博田です。

第２学期は本日で終了し明日から冬休みが始まります。この第2学期を振り返ると、9月に開催した翔陽祭や11月の創立20周年記念式典など、大きな学校行事に皆さんが懸命に取り組んでいる姿に私は感動しました。3年次生の皆さんの多くは、いよいよこれから進路決定に向けた本番の時期を迎えます。また1・2年次生の皆さんは、今年1年間を振り返るとともに、進路についてじっくり自分と向き合いながら新しい年を迎えてください。今日はこの「自分と向き合う」ということをテーマに話をしたいと考えています。

先日、私は新聞を読んでいて、ある記事にショックを受けました。それは、「1ヶ月に本を一冊も読まない人は6割超」という見出しの記事でした。これは全国の16歳以上の人を対象にした2023年度の「国語に関する世論調査」の結果で、文化庁が今年9月に発表したものです。調査結果によると、「1ヶ月に電子書籍を含めて何冊の本を読みますか？」という問いに対して、62.6%の人が「(1冊も) 読まない」と答えたそうなのです。過去の調査では、1冊も読まない人が5割を超えたことはなく、前回の2018年度はコロナ禍前でしたが47.3%でしたので、今回の6割超えを文化庁の担当者は「注目すべき数字」と話したそうです。また読書量についての質問では、69.1%が「減っている」と答え、減った理由は、スマホやゲーム機など「情報機器で時間が取られるから」が前回は36.5%でしたが、今回は43.6%に増えた一方、「仕事や勉強が忙しくて読む時間がないから」を選んだ人が前回は49.4%で、今回は38.9%に減りました。最近ベストセラーとなっている『なぜ働いていると本が読めなくなるのか』というタイトルの本の著者で文芸評論家の三宅香帆さんは、「ショート動画や画像を投稿するSNSが爆発的に流行したことで、私たちはスマホで文脈のない短い文や動画などの情報を得ることに慣れてしまった。その結果、日本人全体が『長文離れ』を興しているのではないか」と話しています。

この記事を読んだ皆さんは、どう考えるでしょうか？ 皆さんは日頃から本を読んでいるでしょうか？ 私は読書の習慣を身に付けることが、自分の人生を変えるきっかけになると考えています。生徒の皆さんの様子を見ていますと、まさしく読書に関する習慣や個人差が大きいのではないかと感じます。こうして私が読書の大切さを皆さんにお話しするのは、「自分と向き合う」時間を意図的に作ってほしいからです。特にこの年末年始の時期は最適です。本校の図書室には約33,000冊の本があります。是非たくさん本を手にとってみましょう。一週間に一度は図書室に行って、本を手にとってください。私からの宿題です。

さて、ちょっと違った視点で考えてみます。一流と言われ成功しているアスリートの多くが、読書を習慣にしています。では、なぜ読書が良いのでしょうか。今年最も話題になった人物の例を一つ紹介したいと思います。今年アメリカのメジャーリーグで大活躍した大谷翔平選手は、なぜあんなに活躍できたのでしょうか？ もちろんパートナーである奥

様の存在や、日頃からの彼自身の練習に対する真摯な姿勢や努力が好結果をもたらしたのだと思いますが、私は大谷選手にはもっともっと根底にモチベーションを高める大きな理由があるのだと考えています。それが「読書」です。

日本ハム時代の大谷選手の部屋の本棚には、トレーニングや栄養学の本に交ざって、思想家・中村天風の『運命を拓く』、京セラ創業者の経営者・稲盛和夫の『成功への情熱』、アメリカの実業家・アンドリュー・カーネギーの『富の福音』などのタイトルが並んでいたそうです。これらの本は彼の愛読書の一部です。ロサンゼルス・ドジャースに今季から移籍して、チームはワールドシリーズ優勝、個人としてナショナルリーグのホームラン王と打点王に輝き、MVPも受賞するなど超人的な活躍をしている大谷選手ですが、私は彼がたとえチームが連敗したりスランプに陥った状況下でも、腐ることなく真摯に野球に取り組み、高いモチベーションを維持できている秘訣は「読書」にあると考えています。

あるスポーツライターは大谷選手に関して、「野球の練習と睡眠ばかりが日々の生活の大部分を占めていると見られがちですが、実はかなりの読書家でインドア派であり、ゆっくりと読書に時間を費やすことも多いそうです」と話しています。また大谷選手が高校生のときに作成した「目標達成シート」にも、将来の成功の要素の一つとして「本を読む」と記されていました。日本ハム時代の監督で恩師である栗山英樹さんから、野球以外のことから幅広く知見を取り入れることの重要性を教えられたそうです。その効果は、実際にグラウンド上で生かされていて、例えば先ほど紹介した『運命を拓く』という本からは、著者の中村天風がエジプトで出会ったヨガの指導者に「死ぬまでは生きている。死を考えても仕方ない」と言われたことを読んで知り、大谷選手はマイナス思考の無意味さを見出したそうです。大谷選手がプレッシャーのかかる場面でも普段の力を発揮できるのは、読書から得たポジティブ思考があるからと言えるでしょう。また、読書することで生まれる「一人の時間」を大切にしているのです。

大谷選手には遥かに及びませんが、私の読書の習慣についてもお話しします。皆さんにはあまりお勧めできる読み方とは言えませんが、いつも私は4～5冊の本を同時進行で読んでいます。今話題の小説から歴史小説、ノンフィクション、自己啓発など様々な異なるジャンルから読む本を毎回選んでいます。本校の図書室で見かけたおススメの本もよく借ります。私にとって読書は落ち着いて考える時間と元気をもらえる源（みなもと）です。

さて今日は「自分と向き合う」時間として読書を皆さんにお勧めし、読書を高いモチベーションに繋げている大谷選手のエピソードを紹介しました。大谷選手の名前「翔平」の「翔」の字は、翔陽高校の「翔」と同じ漢字です。来年は翔陽高校の皆さんが、ぜひこの漢字のように「はばたく」1年になるように私は祈っています。

最後に2点、お知らせがあります。皆さんもお気づきのとおり、このたびの本校創立20周年を記念して、PTAサポート隊の皆様から体育館に校歌のボードを設置していただきました。また来年度から校舎トイレの改修工事が始まり、より快適な環境に進化します。

それでは、皆さんがこれから始まる冬休みを「自分に向き合う」時間を大切にしてお有意義に過ごされるよう期待して、私の話を終わります。新年、元気にお会いしましょう。