

○帝京科学大学 高田由基先生による講義の様子と生徒の感想

講義名：「将来の自分を考える～横浜清風高校2年生におくる7つの言葉～」

☆講義を受講した生徒から講師の先生へのお礼と感想

2年 K.Kさん

齋藤さん 高田先生 工藤さんへ

本日はお忙しい中、私たちのために貴重な講話をしていただきありがとうございました。40分間と少ない時間ではありましたが、とても為になるお話をたくさん聞くことができました。

大学の説明では、建学の精神の将来に直結する学びが印象に残りました。たくさん資格を取るということで、大学の在学中だけでなく将来を見据える教育というのが良いところだと思いました。さらに、キャリア支援サポートという就職活動をサポートする組織も良いところだと思いました。

高田先生のお話では、7つの言葉のうち私は2つが心に深く心に残りました。それは、「勝ったときの喜びと負けたときの悔しさを忘れるな」と「地道は近道」です。1つ目の言葉は、私は、サッカー部に所属しているためこの言葉に深く共感したからです。私は負けることがとても嫌いで、負けた事をすぐに忘れようとしてしまいます。ダメだと分かっているでも忘れようとしてしまいます。ですが、高田先生の言葉でサッカーだけでなく勉強や色々な事での負けは、忘れてはいけないのだと深く実感しました。2つ目の言葉は、私はすぐに楽な方の道を選ぼうとしてしまいます。できるだけ楽な方がいいと思ってしまっています。ですが、高田先生の言葉でその意識を今から変えていかなければいけないなど決心する事ができました。

工藤さんのお話では、工藤さんの今までのエピソードを聞き、1歩引いてみて広い目で見るということに共感しました。私の少年期も工藤さんと共通するところが多かったのです。今の自分が点でしか物事を見ていない、狭い視野なのだと実感することができました。

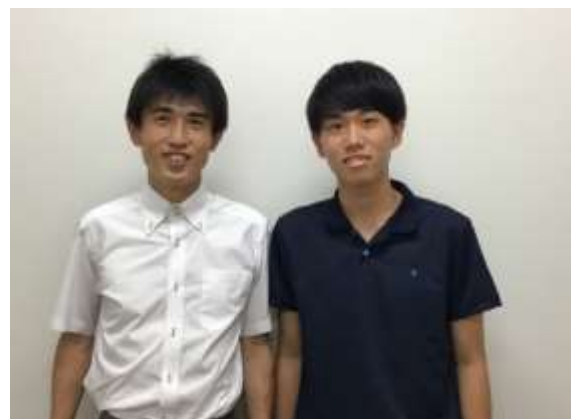
今回の講話で、とても多くの大切なことと帝京科学大学の良いところを知ることができました。最後になりますが、本日は貴重な講話をしていただき本当にありがとうございました。そして高田先生、お時間がない中、講話後にお写真を一緒に撮っていただきありがとうございました。とても有意義な40分間でした。

☆講師の先生からの返答

K.Kさん

感想ありがとうございます。「勝った時の喜びと負けた時の悔しさを忘れてはいけない」この言葉、この思いは一生懸命やったからこそ持つものです。「どうでもいいや」とテキトーにやっていたら喜びも悔しさもありません。そして、負けた時の悔しさこそが、これまで私の原動力になってきました。もちろん得意・長所を伸ばすことも大切ですが、負けや苦手こそ伸び代があります。そこから逃げずに向き合うことで大きく成長できるでしょう。写真を撮りに来てくれたこともうれしかったです。応援しています。がんばっていきましょう！

高田由基



☆講義を受講した生徒から講師の先生へのお礼と感想

2年 T.Iさん

ウルトラマラソン (事前調べ)

帝京科学大学の先生がウルトラマラソンをしているとのことですが、ウルトラマラソンとは何だろうとなったので調べていきたいと思います。フルマラソンは 42.195km を走る競技ですが、ウルトラマラソンは 42.195km 以上を走る競技です。例えば 60km、70km、100km があり、さらに 200km から 300km の大会も存在するそうです。代表的なのは 100km で制限時間は 14 時間だそうです。横浜市から富士山まで約 80km であることを考える (直線距離で換算している) と、途方もない距離を走っていることがわかります。200km は福島県いわき市、300km にもなると三重県伊勢市まで行けます。ちょっと想像を越えた遠さになります。100km も走るとなるとやはりエネルギー不足に陥るので、コース各所のエイドステーションには食べ物やご当地グルメなども置いてあるそうです。私には、走っているときは辛いのかなと思いました。100km も走るとなると体力と胆力が凄まじいのだろうなと思いました。私自身は、長距離持久走は得意ではないのですが、(そんな余裕は無いと思いますが) 景色を楽しむだとか、走ることを堪能したい人にとってはとても魅力のある競技なのではないかと思いました。100km でタイムを競うのは本当に想像できないです。世の中には知らない競技やあり得ないと思えるような競技があるのだなと思いました。

【参考文献】 <https://melos.media/training/22121/3/>



トレーニング「フルマラソン」と「ウルトラマラソン」の違いを解説。距離、時間、走り方、コース

帝京科学大学 講演会 帝京科学大学 高田様 齋藤様 工藤様

本日はご講話していただきありがとうございました。最も印象に残っているのは「地道は近道」という言葉です。高田先生は中学からかかさずにランニングを続け、忙しい時期の小学校教員でも通勤ランを続けていたと聞き、好きなことでも常に継続というのは難しい事ですが、何よりも地道な行動が大事であると学びました。また、成功が全てでは無く、失敗からも学ぶべきことがあり、時には勝利よりも得るものがあるのではないかと感じました。日本代表という日の丸を背負う事を経験している人が講義してくださったという事実に未だ心臓が高鳴っています。ウルトラマラソンの平均時間は約 11 時間 30 分前後と聞いたことがあります。そこで高田先生の記録が 6 時間 40 分と聞き、驚嘆しました。継続は力なりという言葉の代名詞なのではないかと思いました。出会いを大事にすること、感謝を伝えること、丁寧に行うことなど、誠意を持ち表現する事で周りにも良い繋がりが持てる事も学びました。

工藤さんの講話では、一歩引いて物事を考え客観的に様々な視点で見て融通をきかせることで、自分の将来の幅を広げられることを学びました。工藤さんの場合は、立ちほだかった壁を野球のプレイヤーから指導者、大学学部の一期生であることを強みとした大学職員など、客観的に見て自分を活かすことが 1 番であるとも学びました。

人生の生き方は一辺倒ではなく、地道な継続をして融通を利かせることが重要であると学ぶことができました。大学への進学する「意味」を少し理解できた気がします。帝京科学大学はキャリア支援等、就職面でとても魅力的で興味が湧きました。また、写真を一緒に撮っていただきありがとうございました。写真を添付させていただきます。日の丸を背負った高田先生と撮影出来るととても光栄です。もしよろしければコメントを頂けると幸いです。本日は本当にありがとうございました。

☆講師の先生からの返答

T.Iさん

ウルトラマラソンについて関心・疑問を持ち調べてくれてうれしいです。Tさんの感じた通り、人生の生き方は一辺倒ではありません。本当にいろいろなことが起こります。そしてその人生、時を重ねれば重ねるほど、こんなにもたくさんの人に支えられているんだと感ずることが増えます。出会いと感謝の気持ちを大切に！写真を撮りにきてくれたことも嬉しかったです。ありがとう。一生懸命やっつけよう！

高田由基