



月刊部員新聞

2009年4月 第41号

編集・発行 Unit

体力トレーニング部②

前回までのあらすじ(第37号を「覧下さい」)新規赴任してきた富士は主任の財前に体力トレーニング部の顧問を依頼され、活動場所となるトレーニングルームを見学に来た。

「そうかい。それじゃ必要な機材のリストアップと、おっと、あまり高価なものだぞ。それと部活の具体的な運営を考えよう。」

「わかりました。でもその前に掃除と部員集めが必要ですね。」

「そうだな。何か良いアイデアがあれば教えてください。」

「そういつて財前は教員室に戻っていた。まずはこの掃除だな。」

用務室から掃除道具を一式借りてきた富士は窓を開け、ゴミ拾いから始めた。パンの袋、割り箸、カップラーメン、ペットボトル、吸い殻、体操着と次々に出てくる。

「高校なのに吸い殻も見ていないとこうなるよな。」

「あつという間に袋いっぱいゴミが集まった。」「さて機材をチェックするか。フリーウエイトは・・・やっぱ細かいやつか。曲がっているし、カラーもない。これはちよつとなあ。プ

レートも少ないし。ベンチ台は3台あるけどどれも破れている。何よりグラグラだ。これじゃ危なくて使えないな。スクワットラックはなしと。ダンベルもない。あとはレッグエクステンションとカールか。ワイヤーが切れていて、ただの椅子と。通販で買った腹筋台が4台か。安物買いの銭失いとはこのことだな。」

「ぶつぶつ独り言を言いながら富士は機材を調べている。部屋の大きさはバレーコートほどだろうか。高さは3メートルほどあり圧迫感はない。しかし、コンクリートの無機質な天井と壁がこの部屋をよりいっそう殺風景なものにしている。」

「どこから手を付けようかな。ちよつとこの部屋の雰囲気を変えたいよな。物置みたいで、トレーニングをする感じじゃないし。前と同じ感じでこの部屋に来られても困るしな。天井も壁もコンクリートだからペンキで塗るか。」

富士は部屋を見回しながらいった。

「何色にするかなあ。やっぱ天井は黒だよな。問題は壁だな。黒じやつまらないし、白もなあ。インパクトがあるのは赤だけどなあ。全面赤も気分が悪くなりそうだし、

下の方だけ赤にして上は黒にすればいいか。でも財前さんは〇にするかな。」

富士の頭の中には活気に満ちたトレーニングルームが想像されている。なによりも赤い色は闘争心をかき立てる色でもある。

「それより、運営方法だな。それを決めてから機材を考えるか。あとは部員か。集まるかなあ。各部活にいればその子を指導していけばいいんだけどなあ。」

下校を促す放送が流れた。6時とはいえまだ外は明るい。グラウンドからは元気な声はまだ聞こえてくる。

「どれ今日はこのくらいにして帰るか。」

すつかり埃まみれになった富士は戸締まりをして体育科に向かった。

「おう、帰ってきたか。」と、財前が声をかけた。

「だいぶ片付いたかい。」

「ええ。何とかゴミだけは。財前さん、あの部屋の雰囲気を変えるために、天上と壁を塗りたいのですが、

かまわないですよ。」

富士は続けた。

「コンクリートの打ちっ放しがあまりに殺風景すぎてトレーニングをする気分になれないんですよ。やるのであればしつかりとトレーニング

グをしてもらいたいですよ。」

「そうだなあ。確かに殺風景だよな。ちなみに何色を考えているんだ。」

富士は自分の構想を話した。

「赤か。良いんじゃないのか。まあ俺も全面赤はどうかと思うが、そういうことなら良いだろう。ただし、業者を雇うことはできないから、自分でやってくれな。」

「わかりました。運営方針とか機材のリストアップはもう少し待ってください。」

「それは問題ない。しつかり計画を立ててくれ。」

「はい。それと今ある機材を修理してもらうことはできますか。」

「それは大丈夫だろう。業者は授業の道具をお願いしているスポーツ店だから。」

「そういつて財前は机をあさりはじめた。富士としては少し残念だった。修理ができれば道具を入れ替えることができたからだ。そんな富士に気付かず、財前は引き出しを探している。

「おう、あつあつあった。これがその業者の連絡先だ。」

「ありがとうございませう。明日にでも連絡をしてみます。」

「そうしてくれ。どれそろそろ帰るか。」

「そういうと財前は荷物を持ち部屋から出て

行った。体育科にはもう誰も残っていない。

「俺も明日の準備をして帰るか。」

富士も帰り支度をするませ、帰路についた。

「運営方針か。まずは何を決めるべきかな。」

富士は自宅で今までの資料を眺めながら、考え込んでいた。

「トレーニング内容の道筋や目的がなければ、ただやっているだけになつてしまつたらうし、なによりも部活の先生を説得する材料にならない。トレーニングをするテーマを考えなきゃいけないな。」

しばらく考え込んだ後、ポツリと言った。

「競技に生かせる身体作りと、障害を防ぐだろうな。それを基本理念として展開するしかないな。」

Unit代表 澤野 博(さわの ひろし)

日本体育大学卒。社会人経験を経て欧州へ留学。乳酸を中心としてトレーニングを幅広く学ぶ。帰国後、部員となって競技者を支えるという意味で「Unit」を設立。競技種目、競技レベルを問わずトレーニング指導を中心に活動。医療系国家資格の臨床検査技師の資格を持つ異色のフィジカルコーチ。

ご意見、ご要望、仕事依頼、お問い合わせは下記まで。
0422-34-5055 (Fax 兼用)、090-1999-2845 または sawano@team-unit.com