

10月は益田市スポーツ月間であり、島根県においてはスポーツ推進月間です。また、10月の第2月曜日は体育の日として国民の休日となっています。暑くもなく寒くもなく、晴れた日の多い10月はやはりスポーツを楽しむのに絶好の時期といえるでしょう。

スポーツには、様々な楽しみ方があります。

まずは「観る楽しみ」です。持てる資質と才能を、厳しい練習でさらに磨き上げた選手が力と技を競い合うのが、競技であり試合です。勝敗、順位そして記録を賭け、身体能力を最大限に発揮しようとする動きにはスピードとパワー、そして美しさがあります。また、勝負事というものは作戦やチームワークの完成度に大きく左右されますし、当日の体調と精神状態、ときには相性や運も強く作用します。おのずと、スポーツ観戦には手に汗を握る緊迫感があります。

地元あるいはひいきにする選手やチームを「応援する楽しみ」も捨てがたいものがあります。スポーツに打ち込む姿は人々の胸を高鳴らせ、夢と感動を与えてくれます。益田市においては、今春の益田翔陽高校のセンバツ出場など地元スポーツの快挙が相次いでおり、私たちを勇気づけてくれています。

「みずから競技する楽しみ」はさらに大きなものでしょう。ここ一番という大舞台に勝負を賭け、実力を出し切るその一瞬一瞬に生命が躍動します。また、人と人とのつながりという面でも、チーム仲間との友情、指導者とアスリートの中の師弟の縁などが自然と深まります。スポーツは精神と人格を高め、生涯を通じての生きがいにもなります。

適度な運動は、身体面でも精神面でも健康を増進させます。健康づくりは本人そして社会全体の医療費の軽減につながるというメリットもあります。スポーツ都市宣言を行っている益田市としては、今後ともスポーツをされる方々、またスポーツそのものを応援していくべきだと考えています。