

「努力は絶対に裏切らない」という言葉は
聞いたことがありますか？私は、この言葉を
先輩から応援されてから、新体操を今でも楽
しく続けられています。
五歳から始めた新体操。きっかけは、友だ
ちの紹介でした。この頃、私の新体操のイメ
ージは、体が柔らかくて、リボンをクルクル
と回しているのだろうと思っていました。体
が柔らかいというイメージに近づくために、
毎日泣きながら柔軟をしていました。2～3
年後、2年生になった頃には、ブリッジや側
転が軽々とできるようになりました。出場し
たクラブチームの大会で二位をとりました。
しかし、この頃まで良かったのですが、3年
生になり、別のクラブチームに移ることにな
ってしまい、大きく環境が変わり、苦労が始
まりました。大会が少しずつ出場するようにな
りましたが、以前のクラブチームの大会よ
り、規模が大きくなり人数も多くなりました。
その結果、とても緊張してしまいました。な

ぜならば、徒手で何も持たずに演技をしない
といけないからです。これは私にとって大き
く立ちはだかった壁でした。
そんなとき、先輩のお姉さんたちが、「たく
さん練習したんだから、大丈夫！努力は裏切
らないからね！」と優しく、応援してくれま
した。結果は、メダルはもらえませんでした
が、緊張せずに楽しく演技をすることができ
ました。学年があがり、4年生ではじめて、
手具を使った演技を作成することになり、自
分の心の中の手具に対する自信や余裕が一気
にくずれていきました。手具を扱うことだけ
で精一杯で、さらに、踊りや表現など演技を
しないといけなく、難しさを感じていました。
そんな中でも、一番難しかったのが、リボン
です。しかし、そんな不安な私を助けてくれ
たのが先輩たちでした。リボンをするときは、
いつも先輩たちが、「芽衣ちゃん、きつとで
きる！たくさん練習したよね！努力は裏切ら
ないよ！」と応援をし続けてくれました。そ

ん	な	先	輩	た	ち	の	毎	日	の	応	援	に	よ	り	、	苦	手	だ	っ	
た	り	ボ	ン	は	、	今	は	大	好	き	な	手	具	に	な	り	ま	し	た	。
今	で	も	大	会	に	出	る	と	き	は	、	「	練	習	し	た	か	ら	絶	
対	で	き	る	！	た	く	さ	ん	の	努	力	は	裏	切	ら	な	い	か	ら	
大	丈	夫	！	」	と	言	い	聞	か	せ	て	い	ま	す	。					
	日	々	、	少	し	ず	つ	の	努	力	の	積	み	重	ね	が	、	い	つ	
か	大	き	な	自	信	に	つ	な	が	る	、	と	い	う	教	え	は	、	私	
が	先	輩	に	な	っ	た	今	は	、	後	輩	た	ち	に	伝	え	て	い	ま	
す	。	そ	し	て	、	応	援	の	パ	ワ	ー	を	後	輩	た	ち	に	わ	け	
て	い	ま	す	。																
	「	努	力	は	絶	対	に	裏	切	ら	な	い	」	と	い	う	先	輩	の	
応	援	は	、	自	分	に	自	信	を	つ	け	て	く	れ	た	大	切	な	言	
葉	で	す	。	こ	の	言	葉	と	応	援	は	、	こ	れ	か	ら	大	人	に	
な	っ	て	も	大	切	に	に	、	み	ん	な	に	分	け	て	い	き	た	い	
で	す	。																		