

皆さん、こんにちは。日本語の先生のりこです。

え、最近のエピソードで、「達成感」というエピソードがありました。皆さん、聞いていただけましたでしょうか。達成感、この中で、私の生徒さんがですね、今年の8月に初めてのハーフマラソン、初挑戦、人生初のマラソン大会、人生初のハーフマラソン。ね、それを見事完走しました。すごく感動しましたという話をしたのを覚えていますか。先日ね、その生徒さんと久しぶりに話したんです。本当に久しぶりで、私は嬉しかったんですが、なんとね、この生徒さんは、彼女は、10月に、10月にフルマラソンにも挑戦して、見事完走したそうなんです。拍手。個人的にエールを送りたいと思います。

私はね、またまたものすごく感動しました。だって8月にハーフマラソンやったばかりなんですよ。で、10月もハーフマラソンもう一回するって言ってたんですよね。え、でも、彼女は8月ハーフマラソンをやってみて、あ、できると思ったんですね。だから、10月予定を変更して、ハーフマラソンではなくて、フルマラソンに挑戦したそうなんです。そして、見事完走。

1年で、こんなに大きなことを達成してしまう、彼女が素晴らしいと思いました。なかなかできることじゃありません。そして、彼女は来年の目標も教えてくれたんです。来年の1月には、またハーフマラソンを走って、そして、フルマラソンも予定に入れている。彼女は今日も走り続けているんです。怪我だけしないようにね、うん、あの、たくさん走りすぎて、トレーニングしすぎて、怪我だけはしないようにしてほしいけれども。私は彼女の夢、目標を今日も応援しています。頑張れ。

あの、私はね、何回もよく話しているので、皆さんご存知と思うんだけど、本当に運動が苦手なんです。運転が苦手。え、若い時には、日本に住んでいた時には、プールに行っていました。泳ぐのは好きなんです。でも、一生懸命泳ぐ、たくさん泳ぐという感じじゃないんだよね。なんかちょっと気持ちがいいかな、ちょっとだけ泳いで終わり。今はね、全然運動しませんね。

ちょっとジョギングにチャレンジしたこともあったんですけども、1週間でやめてしまった。私は本当に意志が弱い。運動に関しては意志が弱い人間なんです。他のことで、これをやろうと思ったことは、だいたいできるんだけど、運転だけは本当に多分苦手というか、嫌いなんだろうね。だから、私の体は、実はもうぼろぼろです。年をとって、どんどんぼろぼろになっていて、このままではやばい。ヤバイところまできているかもしれません。

ね、あの他のエピソードでは高齢者のタキミカさん、ね、NHKニュースの記事で、タキミカさんという高齢者の方が、ね、あの年をとってジムに通い初めて、今ではジムのインストラクターになったっていう話もしたじゃないですか？ね、私もこれを聞いて、とても感動して、うわ、人間ってやろうと思えば、できるんだなと思ったんだけど、やっぱり運動は苦手なんだよね。何か私のような人でも簡単にできることがないでしょうか、みなさん。歩くことだけ、私は、歩くことだけはやっています。

はい、音楽を聞きながら、ポッドキャストを聞きながら、歩くのは、全然大丈夫なんですけどね。うん、皆さん、ま、最近ね、よく似た話をたくさんしているかもしれない。達成感とか今年

成し遂げたこととか、でも、最近、この生徒と話して私は本当にまたモチベーションがアップしたんです。

みなさん、あの、今年出来なかったこと、あってもいいんですよ。ね、でも、何か自分ができること、頑張りたいことあると思うんです。ですから、もうすでに、来年のことを考えて、ね、来年何かやってみてください。私はそれを応援しています。頑張れ、ファイト。

あのね、ファイトという表現ね、韓国語にもあるんですよ、fighting、韓国語ではfightingって言うです。皆さん、韓国のドラマで、時々、このフレーズ聞いたことがないですか？fighting、ね、日本語でファイト。でも、最近ファイトって聞かないな、ま、頑張れ。頑張ってください。私はここからマイクの前から皆さんを応援し続けます。

はい、というところで、今日はですね、またまたインスピレーションな話、私の生徒が、ハーフマラソンやったという生徒さんが、いつのまにかフルマラソンにもチャレンジして完走していたという話をみなさんとシェアさせていただきました。以上です。