

## オリンピック選手との交流会

11月11日（月）、自衛隊の広報活動の一環として、パリオリンピック柔道女子70kg級代表であり、混合団体戦銀メダリストの新添左季選手（自衛隊体育学校所属）を招いた技術講習会が上越高校で行われました。この活動は、上越地区の中学生、高校生を対象としており、本校柔道部も上越地区の一員として参加してきました。

技術講習会では、新添選手の得意技である「内股」や「小外刈り」といった柔道の技や試合など実践の場面で使える技術を一流選手から学ぶことができました。

その後、質問コーナーやサイン色紙争奪じゃんけん大会などで交流を深め、最後に新添選手からメッセージをいただき、記念撮影を行いました。新添選手のメッセージの中には、努力することや辛い時でも諦めずに取り組み続けることの大切さについての話がありました。オリンピックメダリストだからこそ伝えることのできる説得力あるメッセージで、柔道だけでなく、今後の人生にも活かせる内容でした。

技術講習会後には、「来て良かった」、「勉強になった」と生徒が振り返っており、充実した活動となりました。

### 技術講習会の様子



### オリンピックや世界大会の実物のメダルを触らせてもらいました

