

## 【努力は報われるのか！？ 高校生への職業講話より 代表:鈴木】

毎年春になると高校生に向けて職業の講演を依頼されます。今回は、そのお話を簡単に伝えたいと思います。最初に学生に質問します、Q努力は〇〇〇、〇に入る言葉を考えてください、と。殆どが「努力は報われる」と答えます。果たしてそうでしょうか！？例えば、プロのサッカー選手になれる確率は0.04%、ほぼ0に近い。この狭き門に我々大人は、夢は叶うから絶対に諦めるな！というのは酷だと思います。

世の中、AI化が進み今ある職業の半分以上がなくなると言われている時代。このなかでみんなはどうやって生きていく？日々変化するなかで、学生時代何をしたらよいのか！？残るであろう職業に就くことを目標にするのか！？そうではない、これからの時代活躍するには「考える力」、「コミュニケーション能力」が大切である。そして、今まで知識が大切と言われていたことはおおよそスマホ(AI)が解決してくれる。つまりチャンスは誰にでも訪れる。このチャンスを見逃さず、チャンスを活かすことができるのは、コツコツと努力を続けてきた者だけです。

結論「努力は報われないことが多い、しかし、チャンスを掴むことができるのは努力をしてきた人間です」と伝えます



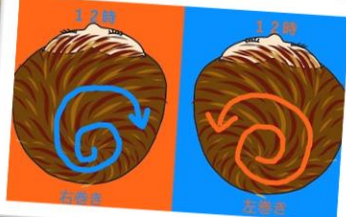
## ●友永恵大【友永 俺のトライアスロン vol. 60】

香川県丸亀市で行われた「第76回丸亀ハーフマラソン」に挑戦してきました。この大会は超高速コースとして知られており、自己記録更新を目指して全国から選手が集まりました。コースはゆるやかなアップダウンとほぼ平坦で走りやすく、21.0975kmを力走しました。駒澤大学の篠原選手や、川内選手など日本トップ選手の走りを目撃し、そのスピードに感動しました。そして、自己記録も更新しました(1:40:06)。まだまだできると確信し、今後も記録更新を目指して頑張ります！



## ●藤田大也【元美容師・大也の雑学 日本人7割が右側サイドの毛がハネる？vol.8】

日本人の7割ほどは、つむじの渦の巻き方は右巻きというデータが出ています。(時計回り)イコール右サイドの根元の髪の毛の流れの向きは後ろ側に倒れていますので、そのまま逆方向の前(いわゆる、はねる方向)へ毛先は動いてしまいます。跳ね解消方法は、乾かす際に根元を前向きに押し倒して乾かす、パーマやストレートパーマアイロンセット等何でも藤田にご相談下さい！！



## ●前島一輝【頑張りすぎないトレーニング vol.3】

夏まで3か月を切りました。夏までにダイエットやボディメイクを考えている方も多くいるのではないのでしょうか。これらの効果や結果が表れるのはおおよそ3か月程度かかると言われています。もちろん食事やトレーニング頻度で個人差は出てきますが… おすすめのトレーニングはやはりBIG3つまり脚・胸・背中です。大きな筋肉を鍛えてあげると基礎代謝も上がるので効果的です。中でも背中は姿勢改善や肩こりにも効きます。知らず知らずのうちに後姿は意外と見られています。これから薄着の機会も増えるので今のうちから始まませんか？



## ●坂口芽依【ゆる〜く続ける美容と健康習慣 vol.8】

GWも終わりましたね。みなさんお休みはどこにお出かけしましたか？子供が田舎の実家にお泊りに行った2日間、久しぶりにゆっくりと一人時間。PCを使った動画の編集にドはまりしてしまい、一人だしいいか、と食事と睡眠をないがしろにしたところ、肌の治安が一気に悪化しました。スキンケアも大切ですが、特に30歳を過ぎると、睡眠・食事・運動の重要性を痛感することが多くなりますね。夜更かしは厳禁で、時間が欲しければ早起きを教訓にしようとして心に誓いました。写真は、きっかけとなったキザニア甲子園の動画編集体験です。



## ●鈴木秀司【ついに完成！MAX玄関マット vol. 197】

ようやく完成です、発注から1ヶ月以上かかりましたが会社入口の玄関マットです。オリジナルなので、デザイン、素材など全てこちらでオーダー。割と厚目の素材にした分、高級感が出た(はず)と思いますが、文字が見づらい…(汗)「くつはこちらでぬいでください」と書いていますので、ぜひお脱ぎください。初めて来る人は、だいたい靴を脱がずに入りますが(笑)ということで、お気に入りなので、皆さん汚さないように！って、マットの意味がないですね。思う存分、踏んでください。



SPORTS MAX



## 【SPORTS MAX LINE】

イベント情報や、運動脳力向上に関する情報などお知らせしています。



## 生徒募集中！

紹介者にはスポーツマックス赤Tシャツをプレゼント。入会者は入会金無料！