



ラケットを置かずに、指導者としての日々

市之瀬 正行さん (坂本)

私

は今、長年続けている硬式テニスを通じて多くの友人たちがいます。さまざまな職業を経験された方々とともに、練習や試合、イベント等を通じて多くのことを学び見識を育んできました。

30代前半には日本テニス協会公認の上級指導員の資格を取り、縁あってさまざまな場所での指導をし、テニス仲間を広めてきました。技術やルール、指導要綱が時代とともに変化し、研修会や講習等を通じて時代に取り残されないよう勉強させていただいています。

60年弱ほどテニスをプレーしていますがその間、テニス以外にゴルフやダンスなど、他のスポーツも経験することで新たな発見を感じることができました。長く勤めた会社を定年退職した後、ゴルフ場に再就職をしましたが、そこで得た接客術はテニスの指導に役立っています。

年間を通じてテニスを中心にゴルフなども楽しみながら、ゴルフ場での勤務や地域のお手伝いをさせていただき、充実した時間を過ごしています。

ぜひ、皆さんも身体を動かす機会をもってスポーツをやってみるのはいかがでしょう。勇気をもって一歩踏み出し、ともに楽しみましょう。

心も体も動かし、地域に恩返し



定年退職を迎えた後、これからは地域のために何か役立ちたいと考え、シルバー人材センターに登録しました。自分の経験や体力を少しでも地域の役に立てたいという思いからの決断でした。

現在は、草刈りなどの仕事をしています。通りすがりの方や地域の方々から「きれいになったね」「いつもありがとう」と声をかけていただく、「また頑張ろう」という気持ちにさせてくれます。

これからも無理のない範囲で、自分のできることをコツコツと続けていきたいと思っています。自分の働きが少しでも地域の快適さや安心につながっているのなら、こんなにうれしいことはありません。退職後も、誰かの役に立てることに感謝しながら、元気に活動していきたいです。