

——そうそう  
ウチの子がね  
ただでさえ集中力が無いのに

「試合になると  
さらに緊張して  
体がカチコチになる」

って言うんだけど……

適度な  
緊張があるからこそ  
発揮できる  
って言ったよ

じゃあさ  
緊張は集中力の  
邪魔をしないって  
こと？

たしかに  
だら〜ッとしてるときに  
集中して取り組む  
なんてできないもんね

たしかに  
本番前ってすっごく  
緊張するもんね

それあるな  
ウチの子も言ってた

それも  
そうだよー

頭の中まっ白に  
なっちゃって  
何もできないとか  
ホントつらいし……

カチコチになっちゃ  
出せる力も出せなく  
なっちゃうよねー

「リラックスして  
いつも通りにすれば  
いいのよ」なんて  
声をかけてみたりは  
するんだけどね……

そうね……  
森さんは  
集中力は

「緊張しすぎる」のが  
よくないんだよね

そうだよー……  
何かいい方法  
ないのかな……

それがね——  
あるのよ！