



日本マスターズ柔道

ホームページ <http://jmja.jp/>

2019年1月9日
JMJA-News 第18号
日本マスターズ柔道協会

〒244-0801
神奈川県横浜市戸塚区品濃町
553-1 N-1302 森本薫方
電話 090-4022-5992
FAX 050-3730-0846
e-mail info@jmja.jp

発行 会長 吉成 隆杜

新年のご挨拶

日本マスターズ柔道協会 会長 吉成 隆杜

2019年の新年を迎え、日本マスターズ柔道大会に参加される選手、役員を含む全柔道関係者の皆様に対し、謹んで新春のご挨拶を申し上げます。

この度、三橋英夫会長の後を受けて日本マスターズ柔道協会会長に就任いたしました。

私は、平成16年に静岡県で開催された第1回日本マスターズ柔道大会に一選手として参加し



て以来、毎年大会に参加することを楽しみにしてきました。今や大会への出場は、私の人生を彩るかけがいのないイベントになっています。

私が、柔道を、中学生時代に始めてから半世紀以上が過ぎましたが、今も週何回か稽古で汗を流し、自分以上の柔道馬鹿はいないだろうと自負していました。日本マスターズ柔道大会に参加すると、私以上の柔道愛好家が全国に大勢いることに気づかされます。

かなりの宿泊費と交通費を負担しながら、試合に備えた稽古を重ね、メダルを獲得することを目標にしている人達が全国から集まってきます。

また世界ベテランズ柔道大会に参加すると、日本だけでなく世界中に、想像を超えた多くの柔道ファンの存在に驚かされます。柔道は日本のお家芸、と言われますが、そんなことを口にするのが憚られるほどの人気で、集まる選手の数も日本マスターズ柔道大会以上です。

このように日本だけでなく世界中から、30歳から80歳までの選手が1000人近くも集まる大会が、毎年開催される競技は他に例がありません。

大会に参加して、自分と同じく柔道を愛する仲間に出会える幸せを感じるにつけ、この柔道という武道をここまで普及させた嘉納治五郎師範に対し、尊敬の念を抱かざるをえません。飛行機もなく、海外旅行に水盃を交わす明治時代に、海外に指導者を派遣し、柔道を世界中に普及させようとした志がどこから生まれたのか、想像すらつきません。

同時に、日本マスターズ柔道協会を創設し日本マスターズ柔道大会を日本に根付かせた、日本マスターズ柔道協会の初代野口会長をはじめ歴代の会長、理事、役員の人達の意志と情熱には感謝の言葉しかありません。柔道が、若者だけでなく中高年にとっても血湧き肉躍る競技であることを気づかせてくれただけでなく、昨今、日本の柔道人口の低下を招いている中で、生涯柔道を実践する柔道家を年々増やし続けているのですから。

この流れを止めることなく、さらに大きな流れにして、次の世代に引き渡せるようにすることが、私の努めと考えています。皆様のご支援とご協力を賜りますよう、お願い申し上げます。



二〇一九年

役員人事

会長

吉成 隆杜

副会長

内藤 純

西久保 博信

専務理事

浅田 三男

事務局長

森本 薫

事務局次長

玉田 誠

田倉 幸夫

市山 好

原 優

〔会計担当〕
〔会計担当〕

幹事

石井 成明

役田 英穂

☆事務局便り☆

日本マスターズ柔道協会
二〇一九年総会及び懇親会
へのご案内

本年の総会は、毎年四月二十八日に講道館で開催される全国柔道高段者大会当日の午後五時から、講道館より地下鉄で二駅の神保町の学士会館で開催

されます。総会の後、懇親会もありますので、全国より高段者大会に参加された会員同志のさらに熱い柔道の絆が結ばれることを期待します。是非とも奮ってご参加ください。

会費…六〇〇〇円

日時…四月二十八日

(全国高段者大会の日)
十七時～十九時迄



2019年日本ベテランズ国際柔道大会
(第16回日本マスターズ柔道大会)

【期 日】2019年5月18日(土) 19日(日)

【会 場】福井県立武道館 (〒910-0039 福井県福井市三ツ屋町 8-1-1)

【試合日程】5月18日(土) 午前：形競技／午後：団体戦 (男女)

5月19日(日) 終日：個人戦／年齢・体重別 (男女)

【参加資格】30歳以上の全柔連・日本マスターズ柔道協会登録すみの日本人及び在留外国人男女

【参加費】試合の部：個人戦・団体戦の2種目以内6,000円、形競技の部1種目4,000円
・2種目6,000円

【申込方法】Web・FAX または郵送

【申込受付期間】1次申込み：2019年2月4日(月)～4月5日(金)

2次申込み：2019年4月6日(土)～4月15日(月)

●申込・問合せ・資料請求先

日本マスターズ柔道協会事務局 (Tel: 090-4022-5992 Fax: 050-3730-0846)

(詳細は当協会のホームページで大会要綱をご覧ください (http://jmja.jp/))

会場…学士会館…東京都千代田区神田錦町3-28

TEL 03-3292-1593 6

※講道館からは、春日駅より三田線で二駅目の「神保町駅」下車、A9番出口より徒歩一分です。

◎ご参加ご希望の方は同封の申込用紙に必要事項記入の上、左記番号にFAXをお送りください。

FAX: 〇五〇一三七三〇一〇八四六
(日本マスターズ柔道協会事務局)

大会プログラムへの 名刺広告掲載のお願い

本年より、大会プログラムに
名刺広告をのせることになり
ました。(一件・五千円)
ご関心のある方は、左記へお
問い合わせください。

日本マスターズ柔道協会事務局
担当…森本

電話…〇九〇―四〇二二―

五九九二

FAX…〇五〇―三七三〇―

〇八四六

御挨拶

日本マスターズ柔道協会
前会長 三橋 英夫



新年明けましておめでとうござ
います。

ご家族揃って明るく健やかに
新春を迎えたことをお慶び申し
上げます。

私は、昨年5月、大会前に突
然脳梗塞に襲われ、残念ながら
大会に参加出来ませんでした。
関係者の皆様には、多大なご迷
惑をおかけしましたことを深く
お詫び申し上げます。幸い、清
家春夫名誉会長はじめ執行部の
支援により大会は成功裡に終了
したと伺っており、安堵致して
しております。

闘病の際には、全国の会員
の皆様からお見舞や激励のお手
紙・言葉をいただきまして、大
変ありがとうございました。こ
の場を借りて厚く御礼申し上げ
ます。

お陰様で、10月から執行部会
に出席出来るまでに回復しまし
たが、体調を考慮し、この際、
会長を辞し、新年から吉成隆杜
副会長に会長をバトンタッチい
たしました。

二年前に清家会長の後を受
け、マスターズ柔道の普及振興
のため、会員の率直な声を聞き、
大会参加者増、広報活動の強化、
内外の柔道交流促進などに取
組んで参りましたが、無事任務
を終えることが出来ましたこと
は、偏に、各役員のご協力とご
支援に負うところが大きく、こ

こに深く感謝申し上げます。

また、全柔連や講道館はじめ
柔道関係諸団体の絶大なるご支
援ご協力に心から感謝し、厚く
御礼申し上げます。

新会長の吉成隆杜氏は、副
会長として世界ベテランズ大会
はじめ多くの大会で活躍しなが
ら執行部を支えてきてくれまし
た。特に、IT情報関係に造詣
が深く、今後の活躍を大いに期
待しています。

二年間を振り返りますと、第
14・15回大会が和歌山県白浜町・
愛媛県松山市と地方開催が続
き、参加者の減少が懸念されま
したが、地元や大阪・兵庫等近
畿地区からの参加者が増え、当
初の予測をはるかに上回る約600
人の参加をみる事が出来まし
た。これには、関係者の努力に
加えて、新たに大会ポスターの
作成、HPの充実活用、二段階
申込制の定着等が貢献している
ものと考えられます。

その他、全日本形選手権大会
の上位入賞、全国高段者大会に
おける技術優秀賞獲得、東京・
関東地区対抗選抜大会などで会
員の活躍に目を見張るものがあ
りました。また、世界ベテラン
ズ大会、ラオス・カンボジア遠
征や横浜遠征合同稽古など内外
の柔道交流の促進、他方、大会

試合成績の昇段(五段以下)審
議対象に関しては全国周知等マ
スターズ柔道の普及振興のため
の活動を積極的に行ってきまし
た。

これからも、協会設立以来の
歴史と伝統を尊重し、会長以下
役員、そして会員が健康に留意
しながら稽古や大会に積極的
に参加し、生涯柔道を実践しつ
つ柔道の普及振興に努めていた
きたいと思っています。

本年は、来年に迫った東京
五輪・パラリンピックで沢山の
メダル獲得が有力視されている
柔道に注目が集まり、柔道人口
の増加、特に、子供達そしてマ
スターズの仲間が増えることを
大いに期待しています。

日本マスターズ柔道協会の
益々のご発展と関係各位のご活
躍を祈念申し上げます。

O SOTO GARI



団体戦の人々

団体戦／個人戦五連覇
世界ベテランズ大会初優勝
感謝の年でありました。

茨城県 羽生 利彦
(セキユリティパワーズ大将／
M9・73 kg)



左から2人目が筆者

私と日本マスターズ柔道大会
との出会いは、2013年に柔
道の教え子である大木塾長から
団体戦出場の要請を受け、60歳
代の副将で参加したことからで
した。しかしその時は「第5位」
に甘んじ、悔しい思いをしまし
た。

2014年には、個人戦に
初めてM8のカテゴリーでエン
トリーし、初優勝。「金メダル」

を頂きました。その後2015年、2016年、2017年と連続で優勝し、2018年には70歳になりM9カテゴリーで「五連覇」をすることが出来ました。しかし団体戦においては、大木塾では優勝することが出来ませんでした。

愛媛大会は大木塾が参加しないとのことで、セキュリティパワーズ（西久保博信監督）チームに採用して頂き、大将（70歳代）として出場することになりました。先鋒坂本周作選手・次鋒松本勇治選手・中堅富吉司選手・副将上野清吾選手・大将が私と団体戦のメンバーが決まり、久保雅昭副監督以下選手と関係者で結団式をやり、一段とチームワークが強くなり、大会初日を迎えました。



初戦は坂出市柔道協会に5対0、2回戦は柔錬会Bチームに5対0、3回戦は衣川柔道同好会に3対0、準決勝戦は同志社に5対0、決勝戦は柔錬会に3対0で勝ち、全試合に失点もなく、第15回愛媛大会において、とうとう団体戦初優勝することが出来ました。後日にチームワークの勝利を祝って祝賀会を開催しました。そして団体戦での初連覇に向けて、来年も頑張ることを誓いました。団体戦の優勝は格別のものがあり、このような機会を頂いたことに感謝の気持ちがありました。



国内の大会ではM8を含めて、「五連覇」をしたので、今度、世界大会で自分の力を試したいと思い、第10回IJFベテランズ国際柔道大会（10月

17日～10月20日・メキシコ・カンクンで開催）に、皆様にお世話になりながら初めて挑戦しました。10月16日が公式計量であったが、飛行機の中では動くことが出来なかったため、時差ぼけをとるためと少し体重がオーバーしていたので砂浜を走り、また、筋トレをやりました。

その結果か、計量はパスをしました。10月17日の試合には、7人が参加。初戦はイギリスのスターン選手に腕ひしぎ十字固めで「一本勝ち」。準決勝戦はフランスのミチエル選手に横四方固めで「一本勝ち」。決勝戦はロシアのニコライ選手に「大外返し」で圧倒し、オール一本勝ちで優勝。金メダルを取り、世界チャンピオンになることが出来ました。そして、表彰式に日の丸が上がり、君が代を聞き、改めて今回呼びかけて頂き、参加出来たことに深く感謝した次第で有ります。

同大会には日本選手より海外の選手が多く、いまや日本の柔道からJUDOになったのだなと痛感致しました。そして、IJFベテランズ国際柔道大会にもっと多くの日本人が参加出来るよう全柔連に応援と援助協力をお願いしようと思いました。

第16回日本マスターズ柔道

大会は5月に福井県福井市において、世界マスターズ柔道大会はモロッコ開催と聞いていますが、どちらも二連覇に向けて練習に励んで行きたいと思っています。

2度目の参戦で団体戦の優勝

神奈川県 坂本 周作
(東京セキュリティパワーズ 先鋒)



今回が2回目の出場となりました日本ベテランズ国際柔道大会ですが、団体戦にて、最高のメンバーと最高の舞台で、優勝という最高の成績を収められた事、その試合内容に微力ながらも貢献できた事を大変嬉しく思います。昨年初めて出場させていただいた和歌山大会では、団体戦に初チャレンジさせ

ていたくも2回戦敗退という結果に終わりました。

個人戦とは違い、敗退後に熱いものが込みあがってきたことを今でも覚えています。今回の愛媛大会に出場することがあればリベンジさせていただきたいと強く思っておりまして、まさに今年それが叶いとても満足しております。世界ベテランズ大会でも団体戦があれば、是非このメンバーで参加し戦ってみたいと思いますが、世界での団体戦は現在廃止となつていくようなので、残念ながらそのチャレンジは不可能となりました。

ベテランズ大会の出場者数は国外の参加者を含め、年々増加していると聞いております。それとともにレベルも上がってきていると思います。【価値観】というのは人それぞれではありますが、間違いなくこのベテランズ大会の【価値】はますます高まっていくことと私は感じております。

私はこの大会について、日頃より柔道繁栄にご尽力されている30代から70代の柔道家たちが集結し、それぞれの柔道への熱い想いを様々な形でぶつけ合い、わかり合い、そして試合後には繋がり合い、コミュニケー

シヨンを深め、来年の舞台での約束を交わし、武士の旅を終える、その様な大会に思いました。高段者大会や、各地方で行われる大会の魅力とはまた違う何かを秘めている大会だと感じています。

だからこそまだ参加されたことのない方々、参加しようかどうか迷われている方々には、是非参加してこの大会を体感して頂きたいと思います。大会を終えた後には、必ず出てよかったと思えることを確信しております。

出場するにあたり「家族の了解をいただく」というところからある意味試合は始まっていると言います。日頃支えていただいている家族と一緒に、柔道をさせていただいているという感謝の気持ちを持って、開催地を旅してみるのもいいかもしれません。

最後に、今後もベテランズ大会の益々のご発展、ご繁栄を心より願っております。

SEOINAGE



この年になって

柔道が出来ることに感謝

神奈川県 富吉 司

(セキユリティパワーズ・中堅) / M5・81kg



真中が筆者

「先生！私と一緒にマスターズに出場していただけませんか？」そう声をかけてくれたのは神奈川県で整骨院を営んでいる坂本周作先生でした。彼は学生時代に全日本選手権に出場した経歴を持つ猛者で、神奈川県柔道関係者は皆が彼を知っている有名人です。

その彼からチームに誘っていただいた事はとても光栄だったのですが、今でこそ76〜77kgとそれなりの体格の私も、学生時代は軽量(65kg級)の選手であっ

たこと、大学を卒業すると同時に現役を退いてしまったことなど、自分の柔道が、実業団出身の選手も出場するマスターズで通用するのが不安でした。

「とても期待には応えられそうもないよ。」と一度はお断りをした私に、彼からの「義父(羽生利彦先生)と一緒に団体戦に出場するので今年は絶対に優勝をしたいんです！」という熱い思いに心を動かされ、足を引っ張らないように頑張ろうと出場を決意しました。

さて、現地には前日の朝一番の飛行機で向い、宇和島鯛めしにボンジュース、路面電車・松山城・道後温泉など初めての愛媛松山を満喫する事ができました。また翌日に行われた団体戦では「絶対に負けられない！」という使命感にプレッシャーを感じつつも、強力なメンバーに助けられながら目標である『優勝』を勝ち取ることができました。

今回のマスターズで対戦した選手たちは皆さんとても強く、その選手たちと試合ができたこと、交流を深めることが出来たことが松山でのいちばんの思い出です。また、大会を通じてお世話になったセキユリティパワーズ監督の西久保博信先生、マネージャーとしてチームをサ

ポートしてくださった久保雅昭先生、大将の羽生利彦先生、副将の上野清吾先生、次鋒の松本勇治先生、そして、団体メンバーに誘ってくれた先鋒の坂本周作先生。多くの仲間たちに支えられて愛媛松山での素晴らしい思い出を作ることが出来ました。この年になって柔道が出来ることに感謝！

団体戦優勝チームの

マネージャーとして

東京都 久保 雅昭



小学4年で柔道を始め、中学、高校、大学ではキャプテンだった。マネージャーには縁が無かった。その私が松山大会では、団体戦チームのマネージャーを務めた。チーム名は、西久保博信八段が監督のセキユリティパワーズ。選手5人のうち、全日

本選手権出場者が3人という凄いチームである。

副将の上野清吾先生は、私がスカウトした。あとの4名は、西久保監督が大将の羽生利彦先生から人選を依頼された。それは、昨年の南紀白浜大会直後のことであつた。今回素晴らしい選手が集まったのは、ひとえに西久保監督のプロデュース力だと、私は分析している。

先鋒の坂本周作先生は、25歳の時に全日本選手権にご出場。次鋒の松本勇治先生は、東海大相模から東海大学、神奈川県警。全日本選手権5回のご出場。中堅の富吉司先生は、全日本出場のご経験は無いものの、日整全国柔道大会団体戦で優勝。副将の上野清吾先生は、名門鎮西高校から国士館大学、熊本県警。全日本選手権7回のご出場。九州チャンピオン3回。大将の羽生利彦先生は、JR東日本女子柔道部の元監督。

決勝まで5回戦い、チームの失点はゼロ。メンバーのうち4人の方々が、個人戦でも優勝。うーむ、凄い！

私は、マネージャーとしては失格だった。次の試合、次の次の試合に備えて、対戦チームを観察するが、松本先生から『久保さん、それで私の相手は、右

ですか、左ですか？」と聞かれ、『あつそつだ！肝心な観察が抜けていた。技の特徴だけチェックしてもダメだ』と思った次第。団体戦の先乗りスコアラは、何十年ぶりだろうか。

ともかく、怪我もなく無事終了。来年の団体戦もこのメンバーで決定。それは松山大会終了直後のことであつた。祝勝会では美味しい酒を飲んだが、マネージャーとしては、更なる精進をせねばなるまい。

~~~~~

団体戦で準優勝／個人戦で優勝

兵庫県 鹿島 利登  
(団体戦準優勝/M7・81kg)



今回、第15回日本マスターズ柔道大会(2018年日本ベテランズ国際柔道大会/愛媛県松山市開催)に出場しました。同大会に出場するのは、2007年、

兵庫県姫路市で行われた第4回大会以来2回目となります。今回は個人戦のみの参加(M6・90kgで準優勝)でした。今回は団体戦(柔錬会A)と個人戦(M7・81kg)のエントリーとなりました。

団体戦1回戦は同志社Bに2-1、2回戦は東京BAKAに2-10、3回戦は大木塾明道館に4-10、準決勝は修心館に3-2で勝ち、なんと決勝までたどり着いたのでした。

決勝の対戦相手は、抜群の実力を誇り、圧倒的な力で勝ちあがつてきたセキユリティパワーでした。結果は、3-10で完封負けでした。セキユリティパワーは先峰からずらりと強豪選手を並べ、今大会無失点で優勝しております。こちらの実力はかなりかけ離れていると感じた試合でした。

翌日は個人戦です。緒戦は昨年同階級で優勝の埼玉県・大塚選手との対戦でした。大塚選手は力強い柔道でなかなか攻め込むことができませんでした。何とか技のポイントを取ることができ、優勢勝ちとなりました。次戦は足技のうまさには定評のある奈良県・阿古選手でした。噂どおり足技が強烈で先に技のポイントを奪われました。「万

事休す！」と頭の中では考えたのですが、なかなか攻め込むことができません。試合時間もありません。しかし何とか力を振り絞り大外刈りを仕掛けたところ、うまく入られたこともあり、一本勝ちとなりました。決勝戦は奈良県・杉本選手との対戦となりました。これで最後の試合です。

団体戦で5試合、個人戦で2試合消化しており、これが最後の試合となるのですが、体力的にはもう疲労困憊で技を出そうにも体がいうことを聞いてくれません。意思とは反対に技に入る手前で体は中途半端になり、とても相手を投げるといふ動作ができなくなってしまいました。それと相手の技を凌ぐのに精一杯でありました。そうこうしているうちに試合終了の合図がなり、漸く試合が終わりました。結果は指導1の差で勝ちとなり、優勝という栄誉をいただくこととなりました。

○ 日本マスターズ柔道大会参加で感じたこと  
今回日本マスターズ柔道大会に参加させていただき、感じたことについては、  
・対戦していただいた選手(先生)は何れも気力、体力とも充実していること

・勝負に対する心構えが素晴らしいこと  
・試合が終われば、お互いがノーサイドの関係性があること  
・真剣勝負の試合という大いなる緊張感の中で、相手との戦いは元より自分自身の戦いともなること  
等がありました。

それと何といつても全試合が終わった後の達成感と開放感を、愛媛県松山市の地で体感することができました。この感触を味わうことが出来たのは望外の喜びとなりました。

○ 今後の指針

平成29年3月に38年間勤めました兵庫県警察を退職しました。退職を機に一年間は心身のメンテナンスとリフレッシュに当てました。本年度から柔道修行の一環として、また自身の自己啓発として、この日本マスターズ柔道大会出場、講道館での高段者柔道大会出場を位置づけているところであります。

今大会では団体準優勝、個人優勝という結果は残せることができました。しかし、大会参加関係者の皆様の並々ならぬ気力、体力溢るる状況を鑑みますと、並大抵の努力では継続出場は難しいとの考えに至りました。今後一層不断の稽古、気力

の充実、心身共の健康管理が欠かせないことを肝に銘じた次第であります。

私の人生において、柔道との関わりは大半を占めます。柔道で育てられたと言っても過言ではないでしょう。今までも、またこれからの人生の中でも柔道(修行)は、何ものにも代え難い存在であると感じております。

今後も自らの気力、体力が続く限り柔道着をまとい、指導者として後進の指導は勿論のこと、日々の研鑽を怠らず柔道の実践者として精進していきたいと考えております。

最後になりましたが、今大会において指導、支援してくださいましたチームの監督及び選手の皆様、大会を開催された日本マスターズ協会の皆様、大会準備等でご尽力された関係者の皆様に敬意を表し、この場をお借りして感謝を申し上げます。ありがとうございました。

~~~~~

団体戦で準優勝、疲れが残り、個人戦は1回戦で骨折・敗退

兵庫県 大矢 八平
(M9・60kg)



柔錬会のメンバー6人を乗せたマイクロバスは、大会前日に明石海峡大橋を渡り、淡路島を越え、四国の徳島を経て愛媛へ向かいました。今回約600名の参加者がありました。

一日目は団体戦です。一回戦・二回戦・三回戦と進み、準決勝は修心館と当たり、決勝へと進みました。決勝戦ではセキユリティパワーズに敗退しました。

1日何試合もすると体力的にダメージが大きかったです。年齢的なものを感じましたが、80歳以上の元気な先生方を見ると、つくづく頭が下がります。私も、体力が続く限り挑戦したいと思います。

大会二日目は個人戦です。昨日の疲れがとれないまま、一回戦に出場しました。試合中巴投げを掛けたその時、「グキッ」と大きな音がしましたが、そのまま試合を続け、後で救護の先生にテーブ固定してもらい、帰路に着きました。帰宅した夜は痛みで一睡も出来ず、次の朝病

院でレントゲンを撮ってもらった結果、腓骨骨折でした。痛いはず。

70歳を過ぎて人生初めての骨折だったので、病院の先生はすぐに手術を勧めましたが、柔道が続きたい私は、なるべく自然に治したく、手術をせず治す事に決めましたが、年齢の事もあり、骨がくっつくまでに時間がかかり大変心配しました。おかげさまで骨がずれず無事にくつき、今は次の開催地福井県に向けて少しずつ練習を始めています。練習が出来なかった間は辛かったです。健康で柔道が出来る事は本当にありがたい事だとつくづく思いました。

今回、団体戦で準優勝出来たのも、私達柔錬会の監督である中村古先生のおかげだと思っております。表には見えない所で、色々支えて下さっている事で、この準優勝が出来たと思います。感謝の限りです。柔道愛好家の先生方、これからお互い頑張っていきたいと思います。最後にになりましたが、大会関係者の皆様大変お世話になりました。お疲れ様でした。

形競技の世界

「古式の形」で日々を送る

宮崎県 見原 道生
(古式の形・三位)



右側が筆者

私が日本マスターズ大会に出場したのは、兵庫県大会の時からで、この大会に参加して、世の中にはたくさん強い人がいることを思い知らされました。又日本には高齢者でも柔道衣を着て汗を流しておられる柔道家がたくさんおられることを知りました。

若い頃柔道をやり、この大会で柔道再開し、年々強くなっておられる先生方をたくさん見かけます。しかし、熱心にやりすぎると体を痛め、続けられない人もあります。

形は何とか体がもつので、この頃はもっぱら形稽古を行っています。「古式の形」にはまり、「古式の形」で日々を送っています。形稽古は柔道生涯スポーツとして最適です。特に「古式の形」は年をとられた先生方、リハビリの為に設けられたのではないかと考えさせられるくらいです。技の数も多く、順番を覚えるだけでも大変で、この年令になるとすぐ忘れるので、くり返し、くり返し記憶しなければなりません。

この姿勢が良くなったようにあります。高齢者になりますと体も堅くなり、受身がこたえ、取は体を直ぐに倒れる技があり、体の負担も大きく柔軟体操、筋力維持につとめなくてはなりません。形を美しく表現しなければならず頭も相当に使います。年輩の柔道家の先生方、若返りの為に是非「古式の形」に取り組んでみられてはと思います。

平成24年当時のマスターズ清家会長、三橋専務理事他たくさん丸の内倶楽部のメンバーが宮崎を旅行された際、わが明道館に足を運び子供達と一緒に汗を流して頂いた貴重な体験がありました。宮崎の大漣光好さん山田雅弘さんのお世話で当道

場での合同錬成会が実現しました。私は65才以上の先生方が中学生相手に1時間程続けて、力強く稽古をされる姿を拝見する事が出来感激しました。日本マスターズ柔道の発展を祈ります。

武運ここに極まれり

岐阜県 花村 信幸
(投の形・優勝)



マスターズ柔道大会が愛媛県松山市で行われると知ったとき、私は運命を感じました。

私には尊敬している先祖がいます。その人は日露戦争において旅順要塞の中で敵弾に倒れた兵士でした。数年前に仏壇の中にあった一つの勲章を手がかりにして、映画『永遠の0』のように彼を探し出しました。

元自衛官である私は彼の生き様に深く感銘を受けました。彼

の勲章を、戦艦大和乗員の子孫である自衛隊同期から頂いた東郷神社のお守りと共に仏壇に納めました。そして日露戦争について興味を持ち、知識を深めていきました。

松山市は日露戦争で活躍した軍人、秋山好古・真之兄弟の生誕地です。私は彼らをとっても尊敬しています。そのため、マスターズ愛媛大会は私にとって戦士としての巡礼の旅であり、負けることのできない戦いとなりました。

飛行機で松山空港に降り立った後、恩師の今尾省司先生と相方の水谷と共に秋山兄弟生誕地を訪れ必勝の祈願をしました。

翌日の大会当日、私は東郷神社の必勝のお守りを握っていました。先祖の兵士に祈願し、秋山兄弟に祈願し、そして手にはZ旗をあしらった必勝のお守り。これ以上の武運が有り得ましようか！満を持しての演武の結果、晴れて優勝することができました！

大会終了後、今尾先生と相方の水谷と共に再び秋山兄弟生誕地を訪れました。秋山兄弟は柔道家でもあり、敷地内には立派な柔道場がありました。館長様から特別に許可を頂いて道場から特別に許可を頂いて道場に上がらせてもらい、秋山兄弟に

優勝の報告とお礼をしました。岐阜に帰ってから、花村家の墓前で優勝の報告をしました。そして私に勇気を与えてくださった先祖の兵士に、百年の時間を越えて感謝しました。

子供たちに夢と希望を

岐阜県 水谷 八尋
(投の形・優勝)



「水谷先生、優勝できるように頑張ってください！みんなで応援してます！」

演武が始まる時、私は地元の子供たちの言葉を思い出しました。優勝メダルを持ち帰って、子供たちに夢と希望を与えた

三年前の夏、中学時代の柔道部員一同で、恩師であり「極の形」の世界チャンピオンである今尾省司先生の還暦祝いの会を開きました。その日、私は中学時代からのライバルで親友でもある花村と再会しました。

「なあハナ、もう一度柔道せえへんか？マスターズっていう大会に出て優勝狙おうぜ！」

その言葉が私達の始まりでした。間もなくして花村が柔道に復帰し、私と共に地元の各務原市柔道少年団で子供たちに柔道を教えるようになりました。

子供たちに柔道を教える一方で、私は今尾先生のご指導のもと「投の形」の稽古に励みました。形において「理合い」がいかに大切かを今尾先生から教わり、理合いを追求した稽古をするように心がけました。

そして一昨年、和歌山県で行われたマスターズ柔道大会に初出場しました。満を持して出場しましたが、4位という悔しい結果に終わりました。その悔しさをバネにしてさらに稽古に励み、一年の歳月を経て再びマスターズの晴れ舞台に上がりました。張り詰めた空気の中で、子供たちの声が脳裏に響きました。

優勝が決まったとき、子供た

ちとの約束を果たせたような気がして、ほっとしました。

岐阜に帰り柔道少年団の子供たちに優勝メダルを見せると、みんなキラキラと目を輝かせながら大喜びしました。

その後「水谷先生のようにになりたい！」といって沢山の子供たちが形の稽古を始めました。子供たちの真っ直ぐな目を見たとき、夢と希望を与えられたのは実は私のほうだったのだと気づきました。

白浜大会での忘れ物とりに愛媛へ
―固の形で優勝 極の形で準優勝―

奈良県 奥村 和之



右から二番目が筆者

私が日本ベテランズ国際柔道大会に出場したのは、前回大会の和歌山県白浜大会からで、私の形の相方である木下朋俊先生よりのお誘いがきっかけでありました。平成二十八年十二月より、この大会に向けて初めて『極

の形』を稽古し、普段稽古を行っている『固の形』と二種目にエントリーして挑むことにしました。しかし、どちらの部門も普段の自分たちの実力を出すことができず、ミスを重ね、どちらも三位と入賞はしたものの、反省と悔しさが残る結果となりました。

次の大会が愛媛県で行われると知ったときに、相方と私は「和歌山での忘れ物（金メダル）をとりに行く」を合言葉に参加を決定しました。ところが、『固の形』で奈良県代表の私達は、同時に全日本形競技大会の出場を大きな目標として日々稽古に励んでいるのですが、愛媛大会の日程がこの全日本の近畿代表選手選考会と重なってしまいました。形の師匠である南埜千賀先生と相方とで相談した結果、苦渋の選択ではございましたが、「ベテランズでの忘れ物とりにいく！」という私達の考えを尊重していただき、今大会への参加を決めました。

和歌山大会では『固の形』の部で地元和歌山ベアに大差をつけられ惨敗し、また、香港チームには0・4点差で敗れるという結果におわりました。これは初出場のため、これまでに経験のない大きな大会の雰囲気

まれ、緊張ため頭の中が演武中に真っ白になり、後半ペースを乱し、息の合わない部分が出たのが原因でした。また、初挑戦となった『極の形』部門でも、大きなミスをおかしてしまい、点数を半分減点されたのがひびいて大失敗してしまいました。完全に稽古不足でした。

今回の愛媛大会は、気合、稽古量ともに充分で挑んだのですが、やはり、大舞台での本番一発勝負に不安と緊張が入り乱れ、前日の奈良県から愛媛県までのマイカー移動の間、車内ではお手本ビデオを流しっぱなしにし、運転者は観ることができないのですが、音声だけでも聞いて不安を少しでも取り除こうとしたものでした。また、深夜に到着した松山での宿では夜中何度か起きてしまい、ふとんの

中でこっそり、スマホで日本代表ペアの演武動画を観るといふ行動をしていました。気がつくとも相方が隣に寄ってきて一緒に観ていたのには驚きました。

翌朝の本番当日、早めに会場に到着した私たちは、会場の外で『極の形』を反復練習していました。今思い返すとかなりおかしく変な人になっていたなと思います、笑いがこみあげてきます。会場に入るとやはり前回大会

でライバルであった香港ペアがいました。緊張はマックスに達しましたが、今回はこの緊張感が良いほうに身方し、意外と落ち着いて演武ができました。

小さなミスは少しありました。が、なんとか『固の形』で優勝、

『極の形』で二位と自分たちの中では最高の結果が出せたと満足しています。特に、『極の形』では全日本四国地区代表の金藤先生、溝渕先生ペアと同じ舞台で競技させていただけたことをとても光栄に思いました。

今、振り返ればこのベテランズ大会の魅力は、参加者の皆さんがきれいに輝く金メダルを指し挑戦することはもちろんのこと、それ以上に同じ志を持った日本全国だけでなく世界各国の柔道愛好家と交流を深め、共に闘い、共に汗をし、そして、次大会に向けてまた己を磨き修行するといふこの素晴らしさに気がさせていただくこと、これに尽きると思います。

最後に、南塾先生、相方、理解を示していただいた我が道場の師範をはじめ指導者の先生方、家族に心から感謝し、次の福井県大会に臨みたいと思います。

マスターズ柔道大会で夢の実現へ
(固の形・優勝・極の形・準優勝)

奈良県 木下 朋俊



マスターズ柔道大会に参加することとは、長年の夢でした。その夢が二〇一七年の白浜大会でついに実現し、初出場ながら形競技二種目と個人戦で合わせて三つの銅メダルをいただくことができました。紆余曲折の柔道人生の中で、これほど嬉しいことはありませんでした。

千葉大学柔道部を参段で卒業したのは三十年以上前のことです。その後は小学校教員を拝命し、細々と柔道の指導に関わらせていただいたものの、試合や昇段とはずっと縁のない生活をしていました。

転機が訪れたのは四十歳を超えてからでした。大恩ある先生から、参段のままで止まっていた段位を「指導者としてそれではいかん」と気にかけていただき、昇段のために「奈良県級別選手権」への出場を勧められたのです。

試合は年齢体重無差別のトーナメントでしたから、六十歳そこそこの体で二十代や三十代の重量級とも対戦しなければなりません。無理がたたって試合中に骨折をしてしまいました。が、運よく全試合一本勝ちで優勝することができました。その実績から四段に推薦していただき、二十年ぶりの昇段を果たしました。

そんな折にマスターズ柔道大会のことを知ったのです。「もつと強くなってメダルを取りたい。」

柔道に対する熱い思いが再燃しました。とは言え、私が指導する道場には小学生が数名通っているだけです。教員という業務の中では、出稽古に行くこともままなりません。

そこで私が自宅で取り組んだのが「十分間連続一人打込」です。調子に乗ると三百回近くこなせました。このことが試合での自信につながりました。

「おれは十分間技をかけ続けることができる。負けるわけがない。」

激戦区、M5・六十六歳級のメダル獲得は本当に価値のあるものだと思います。

また、今から五年前のことです。指導者仲間同士、酒席で語り合っている時に、奈良県柔道連盟の副会長であられる梶谷登先生から、「先生たち、コンビを組んで形をやってみないか？」と声をかけていただきました。その一言が形競技に取り組みきっかけでした。

八歳歳下の奥村和之先生とは実の兄弟以上に息の合ったペアとなりました。

何よりも恵まれたことは、形競技の第一人者であられる南塾千賀先生が私たちの師匠になっ

てくださったことです。覚えの悪い私たちに南塾先生は根気よくご指導くださいました。

形競技においてもマスターズ柔道大会は大きな目標となりました。

白浜大会では「固の形」と「極の形」の二種目で銅メダルをいただきました。そして、二〇一八年の愛媛大会。「もう同じ色のメダルはいらない」と、個人戦の出場を見合わせ、形競技に絞って出場す

ることにしました。

その結果が「固の形」で金メダル、「極の形」での銀メダルです。

このマスターズ柔道大会での栄光がさらなる自信となり、私たちは全国予選を通過してついに「全日本柔道競技大会」への出場を果たしたのです。五十五歳にして初の「全日本選手」となったわけです。

二〇一九年の福井大会では、もちろん二種目完全制覇を目指しています。そして、全日本入賞というさらなる夢の実現に向けて、ますます稽古に熱が入る昨今です。

活躍する 女性の柔道家たち

七年前から始めた柔道が

人生を変えた

愛知県 松田 里子

(F4・57kg)



昨年出場された方からこの大

会の話聞いて、次は私も参加しようとして一年間楽しみにしていました。そして待ちに待った第十五回日本マスターズ柔道大会に初出場し、銀メダルを戴きました。「銀メダル獲得」と言

えば聞こえは良いのですが、私が出場した階級にエントリーしていたのはたった三人。総当たりでの試合の結果、全員が一勝一敗でした。他のお二人は一本勝ちで私は優勢勝ちでしたので、実質最下位での銀メダルでした。とはいえ、勝つ自信など全くなかった私が試合前に掲げた目標は、「怪我をしない、少なくとも三十秒以上は試合をする」というものでしたので、一勝して銀メダルというのは十分すぎる結果でした。

現在柔道をしている大人の方の多くが子供の頃や学生時代に稽古を始めた方が多いのではと思います。私が柔道を始めたのはほんの七年ほど前のことです。当時小学生だった息子が友達達の誘いで地元の柔道クラブに入会し、稽古を見ているうちになぜか自分もやってみたいと思うようになりました。ですが、その頃保護者で入会するのはお父さんばかりで、母親の入会

は前代未聞。なかなか本気で取

り合ってはもらえませんでした。やつとのことでジャージでの準備運動に参加させてもらえるようになり、その後半年程で本格的に柔道着を着て稽古をさせてもらえるようになりました。

それから今までの間、柔道どころかスポーツの経験もほぼゼロだった私が、泣いたり笑ったりしながら、先生方のご指導と仲間や息子の励ましのおかげで、初段取得に続き三段への昇段も果たす事ができました。さらに今年初段を取得した次男の形審査では、相手を務め、母としてもかけがえない思い出ができました。

柔道を始めてから、予想もしなかった様々な経験があり、たくさんのお会いがありました。「柔道が人生を変えた」と言っても過言ではありません。マスターズ大会もそのうちの一つです。参加されていた先輩方のキラキラした笑顔はとても印象的で、皆さん柔道が大好きで心の底から楽しんでおられるように見えました。これからもこの出会いに感謝しつつ、私なりに成長し、生涯柔道を楽しんで行けたら最高です。そして来年も、再来年もその先もずっとマスターズ大会に参加していきたいと思っています。

日本マスターズ柔道の自称応援団長

清家 初枝

日本マスターズ柔道家の皆様、こんにちわ。柔道を愛する方々は、いつも青春真只中、お肌はツヤツヤ、ピカピカ、羨ましいです。私は、めでたく古稀となりました。気は若く、精神年齢は三歳？ああ・・・、見事に転びました。が、無意識に受け身をした様で、膝あたりを少々擦りむいた程度でした。これは、柔道見取り稽古のおかげでしょうか。

さて、第15回日本マスターズ柔道・松山大会も盛会に終わりました。私は、カナダのウエランドで開催された第1回世界マスターズ柔道大会に応援団として参加して以来、海外の大会に8回参加しました。また、国内のマスターズ柔道大会は、第1回静岡大会から第15回松山大会まで応援団として参加し、皆勤を続けています。

参加するのは、夫の応援だから当たり前だと・・・、そりゃあそうですが、同時に皆様の勇姿を応援する為でもあるのです。応援の際、困ることがあります。知っている方同士の対戦、心の中では、引き分けになあれと、念じてしまいます。

好きなのは団体戦、「二人は皆のため、皆は一人の為」、なんてステキなのでしょう。

柔道を愛する皆様が、いつまでもお元気で大会に参加され、ご活躍されますことを祈念しています。

「柔道・やわらみち」

まだまだ続く、どこまでも

続く苦しい道のりも

楽しく仲間と反省会

第二道場待っている

日々の稽古・鍛錬をしつかりやれば

怪我もなく、柔の道をいつまでも

程々無理で行きましょう

では、福井大会でお目にかかります。応援、頑張りますよ。
フレール・フレール・フレール、マスターズ柔道

40歳から柔道を始め、

5回表彰を戴く

愛知県 武内 睦子
(F5・70kg)



私が柔道を始めたのは40歳になってからでした。その頃、我が家の三人の子供達が地元の少年柔道教室に通っていました。はじめは、道場で稽古の見学をしていましたが、真ん中の長男がなかなかみんなと同じように稽古ができず、どうしたものかと思っていた時、お母さんの中で、柔道をされていた方がおり、その刺激で、「私も・・・」と子供と一緒に畳に上がり、習いはじめたのがきっかけでした。はじめたのはよかったです。最初は、柔道経験は全くなく、運動もほとんどしていなかったのですが、準備体操で筋肉痛になり、受け身も満足に出来ないようなありさまでした。今思えば、無

謀な挑戦をしたのだと自分でもびっくりしています。

それから、十年以上経ち、子供たちが教室を卒業した今でも、私は続けてお世話になっています。現役の選手のようなバリバリの稽古は出来ませんが、教室の子供たちと一緒にできることを色々と教わりながら、柔道の面白さと奥深さを感じています。

そして稽古以外にも、私は柔道を通じて出会えた方々には、色々な刺激をいただいています。また、子供の手が離れてひと段落した、5年ほど前から参加しているマスターズ大会も、そのような刺激のひとつです。

はじめて参加した際、大会など経験したことなかった私は、「子供たちはこんな感じで一人、畳に上がっているのだな」と改めて感じる事ができました。それまで、畳の外から応援していた私にとっては貴重な経験でした。今はペアを組んで「形の部」でも参加させていただき、少しでも上達できるように稽古を頑張っています。

マスターズ大会への参加は、私にとって年に一度の稽古の成果を試す機会であり、また地方大会は楽しい旅行気分になれるご褒美でもあります。そして、

マスターズ大会に参加されている先生方を拝見していると、まだまだ頑張って柔道を続けていきたいという気持ちが湧いてきます。これからも、たくさんの方々にご指導いただきながら、少しでも進歩していけるよう努力していきたいと思っています。

年に一度の挑戦！

福岡県 北田 裕美子
(F2・78kg)
(団体戦で優勝)



私が始めてマスターズに参加したのは、第10回大会からでした。マスターズの雰囲気もわからず、団体戦に出られることも知らず最初は個人戦のみのエ

ントリーでした。初めてのマスターズでの初試合で外国人選手との対戦にとっても緊張していたことを今でも覚えています。学生、社会人と試合には出ていましたが、現役を引退し時々練習するくらいの環境での試合に不安と緊張で心臓が口から出るのではないかと一度ほどでした。

しかし、試合前に面識のない他県の先生方や選手の方に声をかけて頂いたりして、緊張がだんだんとほぐれていきました。マスターズは畳に上がれば真剣ですが、畳から下りればみな和気藹々とした雰囲気のある大会です。マスターズつながりで全国の方と知り合うことができ、年に一度しかお会いできませんが、仲良くして頂いています。

マスターズ参戦1年目・2年目は個人戦のみでしたが、3年目の大会で九州の柔道仲間から声をかけて頂き、初めて団体戦へ参戦しました。住んでいるところ、年齢、所属が違う仲間と出る団体戦は個人戦とはまた違う楽しさがありました。第12回大会・第13回大会で・団体戦連覇し、そして今年第15回大会で新メンバーと共に優勝を勝ち取ることができました。翌日には筋肉痛と青あざに悩まされましたが、記念に残る大会となりました。

した。来年は福井での開催ということで、もちろんメンバーと一緒に個人戦・団体戦共に優勝を目指し、それと一緒に福井グルメも満喫できるよう、来年夏までスケジュール調整・体調管理を万全に行います。

こうして年に一度練習不足ながらも、楽しく参加できる大会を開催してくださる、日本マスターズ柔道協会や関係団体の方々には感謝しありません。

女性は仕事・子育て・家事等で練習に頻繁に行ったり、大会に出場したりする時間をなかなか取れなかったり、地方では柔道をする場が少ないというのが現状だと思います。そんな中でも柔道が好きな女性が1人でも多くこの大会に出場してくれることを期待し、楽しみにしています。

金メダルに生きる力と勇気を戴く

岡山県 乗本 早希子
(F3・70kg)

私は現役を引退して長いブランクがありましたが、ある切っ掛けから、第15回日本マスターズ愛媛大会に初めて出場させて



左側筆者

いただきました。

その切っ掛けとは、やっと授かった長男が他者とのコミュニケーションが苦手で、その息子に礼儀と忍耐力を学んで欲しい。自信と勇気を身に付けて『力必達』の精神、つまり「出来る事を信じて遣れば必ず出来る」を身に付けて欲しい。この願いから親子柔道教室へ通い出したのが発端でした。実は、父や兄も柔道家で周囲の理解と協力は云うまでもありませんでした。

一家の応援を受けて親子柔道を継続し、徐々に息子の成長も見られるようになりました。そんな中で、更なる息子の励みになればと思いマスターズへの出場を決意しました。

高齢の「お母ちゃん」には中々厳しい試練ですが、遣るからには勝ち負けは別にしても、一生懸命な姿を見せたいと試合に臨みました。



愛媛武道館での苦しい試合中に聞こえました、「お母さん頑張って！」「立って！」は、喋るのが苦手な息子が、夫と共に懸命に大応援する声でした。私の「負けじ魂」は高校の頃に帰ったように火が着きました。何があっても勝ってやると必死で頑張りました。お陰で優勝する事が出来て、金メダルと共に息子の生きる力と勇気を戴いたように思います。

この大会には、息子の先生でもあり私の幼友達でもある牧野貴仁先生が同行してくださいました。また、現役時代に切磋琢磨した戦友にも再会し、思い出話で楽しい一時を過ごす事が出来ました。「柔道っていいなあ」と改めて思った次第です。

この大会により、様々な人達との出会いがあり、「精力善用」「自己共栄」の精神を実感しました。

主催された日本マスターズ柔道協会様始め、柔道を愛する皆様方、また、開催地愛媛県松山市の皆様方にも心より感謝申し上げます。ありがとうございます。

福井県大会を目指して

福井県 鷹尾 浄子
(柔の形・準優勝)



右側筆者

昨年、愛媛県で開催された日本ベテランズ国際柔道大会（第15回日本マスターズ柔道大会）では、「柔の形」に出場しました。会場が大変広く、その大きさに私の緊張の度合いも大きくなりましたが、なんとか競技し終え、準優勝の成績を収めることができました。しかし、改めて振り返ってみると、まだまだ足りないところが多く、今後の課題としてしっかり稽古に励まなければならぬと感じています。

私が特に感じているのは、精神面を鍛えることです。いかなる時にも平常心で臨める精神力。これは、普段の稽古の質と量が大切なのだと思っています。稽古で十分に自信をつけることができれば、どんな場面でも平常心で臨めるでしょう。そのため15本の柔の形一つ一つを、受と取が互いに確認しながら常に丁寧に行っていくこと、また一人でも、間のとり方や姿勢等を確認しながら稽古することを心掛けたいと思います。ただ闇雲に行ってもいけないので、質と量のバランスを考慮して行いたいです。

以前、私の先生から「心技体」が三位一体となることで初めて自己修養できるのだ」と教わりましたが、この大会を通して、この言葉の意味を深く感じることができました。「心が安定することで技も身につき、体も鍛えられる。」逆に言えば「心が乱れば、技も乱れ、体も崩れる。」心技体それぞれがバラバラに存在するのではなく、一つとなることが重要だと実感しました。

今年5月には、私の地元、福井県で第16回大会が開催されます。昨年度の反省を生かし、この大会で自分の納得のいく競技

ができるよう、そして柔道を通して広がる人の輪を大切にしながら、今後も精進して参りたいと思います。

福井県大会では、よりたくさんの方々がお越し下さることを楽しみに、また、皆さまに福井県を十分に味わっていただけることを期待しています。

大会に参加することで、

全国を行脚

千葉県 金子 満男
(M7・81kg)



日本マスターズ柔道大会は、今年が第15回となりました。私自身は、10年前の第5回秋田大会からの参加で、途中、不参加の年がありますので、今回が7回目の参加です。

9月の或る日、協会会報担当西谷さんから、「5回参加表彰を受けた者を対象に会報に文章

を書いてもらうことになったので、原稿をお願いしたい」と電話を頂きました。これまで、第6回大分大会での二人参加のクラスで準優勝が最高で、未勝利が続いている私などが受けてよりしいものか迷いました。しかしながら、毎回好成績を収められている選手がいる一方、私のような好成績とは無縁の者が、大会にどのように向き合っているかについて知って頂き、これから参加を考えている方や今後の運営等の参考になればと思います。引き受けることと致しました。

今回の開催地松山は、小説「坊っちゃん」の舞台であるとともに日本最古の温泉と言われている道後温泉を有し、瀬戸内産「海の幸」も豊富など、ところで、昨年の白浜に続いて観光資源に恵まれたところです。会場となった県立武道館は、すこし不便な場所ではあるもの、斬新なデザインの立派な建物でした。

この大会の魅力は、所属柔道会を通じて参加する高段者大会とは違って、国体会場となった県で、その一年後に開催するという手法により、競技の楽しみに加え、観光やその土地でしか味わうことができない食べものなどが堪能でき、さらに懇親会

をつうじて普段接することのない地区の方々と交流が持てることです。今回、熊本から参加されたTさん（ご子息は明治大学ラグビー部でFBとして大学日本一に貢献）とも知り合いになりました。

試合結果は、今大会こそと臨んだものの、残念ながら一回戦敗退となりました。この結果の如何に関わらず、これからもこの大会に参加しようと思います。

最後に、私が勤務する千葉工業大学は、千葉県習志野市にあり、丸の内柔道倶楽部のOさんは非常勤講師として授業をコマ持っています。昨年まで居た図書館は、工科系大学ですので、工学系専門分野はもちろん、それ以外の分野でもそれなりに知識を深められるべく書籍を揃えています。一例をあげれば、体育学科を有する訳でもなく、特にスポーツに力を入れている訳でもないのに、「バイタル柔道―立技編・寝技編―」（これを借りて技のチェックをしたおかげで、私はある大会で勝利することができました）もあります。習志野市に隣接する市にお住まいの方でしたら、大学の定期試験期間中を除き、ご利用は可能ですので、調べごと等ありまし

たからお立ち寄りください。

5回表彰に、念願の初優勝！

愛知県 小久保 隆

(M7・66kg)



2018年5月に松山市で開催された第15回日本ベテランズ国際柔道大会に、(豊橋)鈴木道場より、鈴木七段(道場主)、伊藤五段、北野谷五段、そして私、小久保五段の4名が参加させて頂きました。

この大会をもって6年連続出場(伊藤五段は5年連続)となり、一つの区切りとなる5年表彰を頂き大変感謝しました。おまけに私たちの地元スポーツ広報誌『スポーツとよはし』の1面へ大々的に取り上げられ、嬉しいような気恥しいような気持ちで(もちろん嬉しさ8割)、さらに10年連続出場を目指し、長年愛し関わってきた柔道を、生涯現役スポーツとして改めて頑張ろうと決意する機会となり

私の目指す柔道

事務局次長 原 優

退職した四年前より真剣に柔道を研究する気持ちになり、『乱取り』と講道館に存在する裏の形を含めた『全ての形』を研究しています。

また、本年(平成三十年)四月頃から

乱取りの組手を相

手の組手に合わせて左右で対応し、左右で同等の技を掛ける稽古をしています。それまでずっと左組でしたので右組の相手に右組で対応して技を掛けるのはまだまだ慣熟の為の時間が必要なのですが、これにより体のバランスが良くなり、乱取り稽古後の筋肉の痛みはなくなりました。長年右組の相手と左組で対応すると引手が取れない「く」の字の形となり体のあらゆる個所に無駄な力がかかっていたと実感します。

同時に四年前から毎週月曜日と木曜日の午後四時から六時まで講道館において醍醐十段が指導される口伝会(古式の形の研究会)の会員として参加させて頂いています。その会で入手した資料である『起倒流』と題する本(講談社の昭和五十八年刊)の「地の巻」(起倒流の主要な伝書の一つである)の中に左記の文章があります。

「業を行なつていてもどちらにもかたよることなく、根本となる元気を中央に納めて、必用なときに、必要なところへ自由自在に発動できる、いわゆる不動智の修行を目指すことである」

この文章から、私は、組手は左右どちらでも対応できる柔道を目指すべきと判断しました。若くはありませんので、柔道とゴルフの追求は生存中だけではなくあの世でも継続していきたいと思っています。



ました。毎年、大会の1、2ヶ月前から鈴木道場の仲間と共に減量し、週二回の、短時間ですが、内容のある練習を重ね、試合に挑むのも6年間続いた訳ですが、大会に対するモチベーションを維持するには、真剣勝負の試合とは別に、第10、11、13回の講道館、第12回の佐賀、第14回の白浜、第15回の松山と

いろいろな地域で開催されるのも魅力となっていました。会場に到着し何とか計量にパスして長時間の減量から解放されて、それぞれの名産をツマミに4人の仲間と飲む一杯のビールは最高です！6回目の出場となった松山大会個人戦で、念願の初優勝を飾ることができ、非常に喜んでおります。私はM7・66kgの階級ですが、毎年、優勝者が入れ替わる本命不在の階級です。

ある意味、誰にも優勝のチャンスがあり、誰もが一回戦敗退の可能性もある、そんな階級と思っています。これからも日々のトレーニング（ジョギング、筋トレ、ストレッチなど）を続け、軽量級の柔道なので、対戦相手よりスピードでまさる先手必勝の攻める柔道で、連覇を目指し、第16回福井大会に望みたいものです。最後にM7・66kg

級の皆さんと元気に福井で再会出来ることを楽しみにしております。



頸椎損傷から復帰、生涯柔道を楽しみたい

千葉県 須長 悌治 (M9・81kg)



会社を定年後、関連会社に勤務していた六十一才の時、高校時代に柔道部で一緒に汗を流した見瀬 輝夫氏（当時の講道館道場指導部長）と再会したのが、高齢者柔道を始めたきっかけです。

す。誘われるままに講道館の大道場に立つと、足が畳みに着かず、足払いで簡単に一本というありさまでした。

二〇〇七年頃に、思いもかけずに醍醐十段から声をかけていただき、感激のあまりそのまま口伝会（古式の形の稽古研究会）に入会しました。週二回、醍醐先生にご指導をいただき、今年で十一年になります。

マスターズ大会は、第七回の新潟・長岡大会が初参加です。その時は「古式の形」と「M8・73kg」に出場させていただきました。翌年第八回千葉勝浦大会では、「M8・73kg」で優勝、「古式の形」で二位、「団体戦」で三位と、この大会では運良く、金銀銅の全てのメダルを獲得することが出来ました。

その後、頸椎損傷の大怪我をしてしまい、右半身が動かない重症でしたが、手術の後、リハビリに励んだ結果、今日では、健康時の七割位まで回復しました。

今年で七十五才になります。週二回程の稽古とジム通いでリハビリに励んでいます。

そして、当面の目標は、全国高段者大会と日本ベテランズ国際柔道大会に出場して、まず一勝することです。

地元の道場で、子供達に元気をもらいながら、怪我をしないで生涯柔道をこれからも楽しみたいと願っています。

《追記》

第十四回和歌山白浜、第十五回愛媛松山と参加させていただきました。

今年は、福井とのこと、歳のせい、開催地の名所旧跡観光を今から楽しみにしています。

生涯現役をモットーに！

兵庫県 安立 俊二 (M8・100kg)



左側が筆者

平成30年5月の松山大会において、10回出場表彰を受けました。感激です。

私とマスターズ柔道大会との出会いは、兵庫県姫路大会でした。その時は、これが最初で最後の参加だと思っていましたが、その後、私の出身地である

大分県で開催されたのをきっかけに、再度出場し、その後連続出場することになり、和歌山大会で晴れて10回出場となった次第です。

お陰様で、南は九州、北は北海道と多くの先生方と出会いました。特にマスターズ柔道大会で出会う度に、私にやさしく声を掛けてくれる東京の久保雅昭先生、そして、私が昭和51年3月に、九州柔道選手権大会（全日本柔道選手権大会）に大分代表として出場したとき、熊本県代表として出場していた上野清吾先生と出会ったことも素晴らしいものでした。

私がマスターズ柔道大会への出場を重ねるうちに、同じ地区の柔道仲間、「多くの先生方との出会いがあつて楽しいから、マスターズ大会と一緒にしよう！」などと声をかけていると、出場者が増え、現在、同地区から10数名の柔道仲間が出場するようになりました。

申し遅れましたが、私が柔道を始めたのは、東京オリンピックが開催された翌年の昭和40年4月で、高校生の時でした。

平成元年、勤務先の柔道部監督となり、同時に少年柔道教室（全日本柔道連盟に登録していました）を発足させました。そ

の教室も、平成22年3月末の定年退職と同時に、解散しました。その子供達も、成長して、今では警察官や教員等になっていま

す。
現在、私は警備保障会社と契約し、柔道教師として、ある官庁の柔道部員を指導しています。少しガタがきていますが、お陰様で、まだ身体も丈夫で、健康でありますので、今後生涯現役をモットーに、柔道に係っていき、マスターズ柔道大会の出場を続けて生きたいと思っています。勿論、福井大会も仲間と一緒に、団体戦、個人戦と出場する予定です。

福井大会に出場予定の各先生方、今後ともどうぞよろしくお願い致します。頑張つて、大会を盛り上げましょう。

最後に、日本マスターズ柔道大会の更なる発展、繁栄を祈念して、筆を置かせていただきます。



ハワイでの柔道交流

専務理事 浅田 三男

日本マスターズ柔道協会の練習会「二金会」は、毎月第一金曜日に講道館大道場にて開催されており、毎回30名前後の方が参加されています。この日は、全日本実業柔道連盟の女子合同練習会も行われておりますので、テレビでしか見られない有名女子選手を身近に見ることが出来るのですが、同時に海外から修行にいられた柔道家も練習されており、これら外国人の方達との柔道交流も楽しみの一つです。

外国人と言えば、2015年7月の二金会で、海外から来た子供達と一緒に練習をしました。練習後、彼らはソウルオリンピック銀メダリストのケビン・浅野先生が主宰しているハワイオアフ島・パール市にあるリワード柔道クラブの生徒であることがわかりました。私は丁度家族旅行でハワイに行く予定がありましたので、浅野先生に是非道場を訪問したいと申し出たところ、快諾を頂きました。

7月末にハワイに行き、ホノルル市から車で一時間のパールシティ高校にある道場を訪問しました。眼下に昔日本軍が奇襲したパールハーバー（真珠湾）の全景が見渡せる高台にあり、これがあのパールハーバーかと感慨深いものがありました。高校は夏休みに入っており、何人かに道場の場所を聞いたところ知らないという答えが返り、本当にここなのかと不安になりました。日も暮れて来たところ、高校の外側の建物（カフェテリア）に明かりがついており、やっと道場を見つけることが出来てほっとしたことを覚えております。

当日、道場には1964年の東京オリンピック銅メダリストのジエームズ・ブレグマン氏、81kg級全米2位のジョシユア・ホワイト氏の両氏も来られており、三人で子供に得意技を教えて欲しいと頼まれました。他の二人の方とはレベルが違うので恥ずかしい気がしましたが、子供たちの熱心に柔道に取り組んでいる姿を見て、大外刈りで相手をどのように崩すかを披露しました。

道場には、父兄の方も多く見学に来られおり、また日本人の中村夫妻が柔道の指導をされていたので、技の説明等の通訳をして頂き大変助かりました。

練習後、近くのレストランで、クラブの皆さんに御馳走して頂き、ハワイ旅行と共に柔道交流を堪能しました。私の帰国後、日本マスターズ柔道協会の内藤純先生も息子のお嫁さん（ハワイ出身）と一緒に道場を訪問されています。この道場には、日本人を初め多くの有名な柔道家が訪問しており、その内容はウェブ

サイト forward judo club で見る事が出来ます。最後に、浅野先生より、日本マスターズ柔道協会の会員の皆さんが、ハワイに来る機会があったら、是非道場を訪れてほしいとのコメントを頂きました。



最前列左からブレグマン氏、ホワイト氏、浅田、浅田の後ろが浅野先生

私が柔道をする意味

―「精力善用・自他共栄」の
独善的解釈―

福島県 宮田 安志
(M7・90kg)



もともと柔道に関心はあった。中学2年生の一時期、柔道部に在籍してはいたのだが、本格的に取り組むようになったのは33歳にして福島市内の町道場に入門してからである。33歳といえ、一流選手ならば現役を引退している年齢であるが、私はその真逆を行ったことになる。職場でのストレスが原因で体調をすっかり崩し、入院生活を送って、体力回復の必要に迫られたという事情もあったのである。

勤務の事情から毎週県内各地に出張してゆく私は、その先々で道場や学校に頼み込んで出稽古をお願いした。どこでも快く受け入れてくれた。有り難かった。あれから25年以上経つ

た今でも、仲よくお付き合ひしてくる方は少なくない。

しかしながらそればかりではなく、性分として、柔道に適していたのかも知れない。もともと負けん気が強く、物事は突きつめてゆく方である。投げられても、絞められても喰らいついてゆくという面が、ここまで継続できている大きな要因の一つと思っている。

しかしながら、講道館で稽古するようになり、また、マスターズ大会に参加するようになってから、これまでのように「性格」だけで柔道をしていた考えが一変する。

講道館でいつも頭が下がるのは、一般社会ならとうに定年で引退しているような年齢の方々が、白帯を締めて礼法や受け身、つまり一から懸命に学んでおられる姿に接してからである。

この方たちは社会では相当の地位にあったのだろうが、それを忘れて第二の人生を柔道の修行に求めたんだろうなと思っただけである。初心に戻って本当に自分に必要なものを追求する、そんな「精力善用」があってもいい。そう思うとやはり感動を禁じえないのである。

またマスターズ大会で毎回感心するのは、高齢の参加者の方

がいきいきとしておられることである。若いころ、よほど鍛えたのだろうが、その鍛練を継続しているからこそ実戦の場に立てる。それが、私たちのように後に続く者に気力を与えてくれる。後進を育ててこそ先の達者である。そんな「自他共栄」があってもいいのではないか。

今後自分は、いかに柔道にかかわっていくべきか？私も還暦の大会に乗ってしまった。でも、勝ち負けさえ度外視すればまだまだ高校生や大学生と十分乱取りでできるし、毎日トレーニングも欠かさない。今風の言い方をすればまだまだ「伸び代」はある。ケガをしたことがない、我慢だけけど、もつともつと強くなりたいたいし上手になりたいのである。

現在小学生数人に柔道を指導しているが、自分が無心で柔道が好きでなければ、子供たちは敏感だからすぐ離れて行ってしまう。実際子供たちから学ぶことも多い。いっしょに鬼ごっこで走り回ったり、体を動かして率先していかなければ彼らはついてこない。

徹底した現場主義と当事者意識、これを信条として今後も柔道とかかわっていききたい。

まず、自分の精力が善でなくてはならないが、それを他にさげなく学びとってもらおう。そんな私の「精力善用・自他共栄」である。

////////////////////////////////////

初参加で優勝

来年も大会参加を目標に精進したい

千葉県 石井 大輔
(M2・73kg)



第15回愛媛大会に初めて参加させて頂き優勝する事が出来ました。昨年の和歌山大会にも参加しようと思っておりましたが、大会申込直前に左膝靱帯断裂をしてしまい、欠場する事となってしまいました。翌年の愛媛大会に参加する事を目標に、

まずは怪我の完治に努め、リハビリとトレーニングを続けてきました。又、怪我が怪我なだけに中々柔道が出来ずに、ウエイトトレーニングを地道に続けてきました。柔道を再開した当初は、恐怖心から中々技が掛けられず、消極的な柔道しか出来ず、

消極的な柔道しか出来ず、歯がゆい思いばかりでした。普段私は練習拠点として子供（小学校5年生・小学校2年生）の通う道場と母校の市立船橋高校で練習をしています。中々高校生とは稽古が出来ず、小学生や中学生と体を動かす程度にしか練習が出来ずにいました。

しかし愛媛大会優勝を目標に地道にリハビリとトレーニングを続けてきました。励みとなったのは12月（平成29年）に生まれたばかりの三男に誕生のお祝いのメダルを渡してやる事！又小学生の大会を控えた長男・次男と共に「確固とした目標設定」をして一日一日無駄にする事無く、勝つても負けても良いので互いに「柔道を通して青春ごっこをやろう！」「父は優勝！子供達は県大会入賞！」と共に目標を立てて精進していきました。

この目標に向けて子供達とは道場で目標を持たせた高い意識での稽古を、休みの日や練習の無い日は、私が仕事で居ない日でも、目標に向けて子供たちは自ら坂ダッシュや階段ダッシュ等のトレーニングをする姿がありました。私自身も仕事帰りに必ずトレーニングジムに立ち寄り、2時間のウエイトトレーニングをし、そのままスーツと革靴をリュックに入れ（荷物・5キロ位）、そのまま減量着を着て5キロ走って帰るというトレーニングを雨の日でも毎日続けてきました。

そんな事を続けていくうちに、他にこんなにトレーニングして努力している人間はそうはい居ないだろうと自分への自信にも繋がっていきました。とはいえ靱帯が切れている状態でもある為、不安と自身とが相互に心の中で葛藤している日々が続きました。

大会出場にあたり、自身の減量の為（5キロ程度）ありましたが食事管理も徹底しました。色々と調べて、減量に協力してくれた妻にも感謝しております。（こうでも言うておかないと夫婦間も上手くいきませんから（笑））

子供たちも自分と一緒に毎日不器用なりに努力していきました。靱帯が断裂していましたが、リハビリの一環として下半身の筋力強化にも取り組み靱帯が切れている分、筋力でカバーするしかありません。又柔道を再開してもテーピングとサポーターで毎回ガチガチに固めて稽古。柔道内容も散々なので軸足である為、得意技の背負い投

げ・小内刈り・大内刈りも使えず騙し騙し稽古をしていきまし
た。練習が終われば膝も腫れ、
練習後のアイシング等のケアも
怠らずに毎回のトレーニング・
休みの日の柔道と尽力していき
ました。

そこで唯一練習で使えた技が
「巴投げ」でした。しかも右組
の場合通常左足を使う処、左膝
の負傷によりそれが出来ずにあ
み出した技が右組で右足を使用
した巴投げです。普段使わない
技を徹底的に大会迄使用し何度
もやり続けました。その成果も
あり今大会、決勝迄の3試合は
全て逆足の巴投げでのポイン
トで勝利し優勝する事が出来ま
した。

大会結果に全て「巴投げ」と
明記があったのには少し笑えま
したし何よりも「努力は人を裏
切らない」と身を持って感じる
事が出来ました。

子供たちと同じ目標設定をし
た事で8月に行われた県大会で
5年生の長男が初めて3位入賞
を果たしてくれました。(次男
は惜敗してしまいました)今
大会を通じて親子で努力は報わ
れる！という素晴らしい経験が
出来ました。まだまだこれで終
わりではありません。来年もこ
のマスターズ大会参加を目標に

日々精進して行きたいと思いま
す。

今大会に出場し良い経験が出
来た他の話ですが私は最近出場
する試合で試合終了後に対戦し
た選手に「ありがとうございま
した。」と言いにいくようにし
ていました。今大会でも同じ事
をしていると、対戦相手が知り
合いの後輩であったり同級生で
あったりと試合後は仲良くなる
事が出来ました。これこそが「自
他共栄」である事に気付かされ
ました。

今後も柔道を通して「精力善
用」「自他共栄」で柔道に取り
組んでいきたいと思っています。

最後に笑い話として大会
前々日、減料の最終調整として
地元千葉でスーパージョウに行っ
たのですが、その露天風呂の
日替わりの湯が「道後の湯」・
「明日本場で入るし」(笑)と
一人で笑ってしまいました。

勿論現地では本場の道後温泉に入
浴しましたが矢張りスーパージョウ
湯と本場の温泉とは大違いで
した(笑)

大会参加に当たり、主催者様、
関係様ありがとうございました。



「高齢者が転んでも頭を打たない勉強会」の指導には
高齢の柔道経験者がふさわしい

神奈川県 清水勝彦

私の人生は、秋田の漁師村から上京して、東
京の大森工場に就職してから始まる。

工場の近くの町道場に通い、初段をもらって
から61年が過ぎた。昭和37年に工場の仲間数名
と名ばかりの柔道部を立ち上げ、大森の町道場
で稽古に励んだ。しかし残業などで、全員揃っ
て稽古する事が困難になり、工場の片隅に木組
みを組み合わせ、その上に、家庭の古畳を敷き
詰めて稽古に励んできた。夜の稽古と冬の稽古
はとても辛かったが、やがて大田区の大会にも
参加出来るようになった。今も昔の大田区の先
生方と大会などで会うと、とても懐かしい。初
段入門から61年、年齢的にもあとわずか、墓に
も縋る気持ちで現役を続けている。大会に参加
する先生方のように頑丈な体格でもなく、優れ
た素質を持ち合わせた人間でもない。柔道界に
大きな貢献をした事もない。ただ柔道から離れ
られないだけである。

世の中の善も悪も知り尽くし、毎日のトレー
ニングに励んでいる後期高齢者であるが、健康
で体力のあるうちに、社会奉仕をしたいと思い、
地域のボランティア活動に参加している。高齢
者宅の庭の木を剪定し、それをトラックに積み、
市の処理場へ運ぶというような肉体労働を得意
としている。また月二回は、地域の高齢者の皆
さんと歌体操のボランティア活動に参加し、イ

ンストラクターとして一緒に健康運動に励んで
いる。

そんな中で、柔道の受身を応用して、「高齢者
が転んでも頭を打たない勉強会」を年に二回行っ
ている。この度、八回目を迎えるが、参加して
いる方は、柔道にご縁のない高齢者ばかりであ
る。その参加者の中で、「柔道は怪我をするから
危ない」と言う言葉をよく聞くようになった。
このような言葉を子や孫に語られると情けない
気持ちになるが、かと言って、否定できる答え
もない。柔道人口の減少を眺めているだけであ
る。県の教員クラブの一員として高校の柔道大
会にはいつも応援に行っているが、競技人口の
減少はここでも顕著になっている。

私としては、この「高齢者が転んでも頭を打
たないための勉強会」を行うことで、少しでも
柔道の効用を広め、柔道の信用回復に勤めたい
と思っているのだが、高齢の柔道経験者ほどこ
のような勉強会をするのに向いていると思っ
ている。というのも、倒れても頭を打たない自信
を持っている経験者でも、高齢になれば、気力
があっても、運動不足が重なりと体力は衰えて
くる。怪我のリスクは増してくる。高齢な柔道
経験者ほどこの勉強会を最も身近に指導できる
のである。

また市内の高校柔道部の生徒も、学業の合間
にこの勉強会に協力をしてくれている。是非協
力して、高齢者の転倒事故をなくし、命を救う
社会奉仕に参加すると同時に、柔道人口の回復
にもつながっていききたいと思う。皆さんのご意見
やアドバイスをお待ちしております。

第15回日本マスターズ

柔道大会について

愛媛県 川野 英二

(M3・60kg)



日本マスターズ柔道協会の皆様におかれましてはますますご清祥のことと存じます。

今大会で六年連続の出場となり、本年は表彰も頂きました。

今回は開催地が地元の愛媛県松山市ということで、前日の会場設営からお手伝いをさせて頂きました。そして、開会式での選手宣誓という貴重な経験もさせて頂きました。

大会前から愛媛県の先生方からどういった大会なのか？出場するにはどうしたらよいのか？等々問い合わせを受けました。愛媛県の先生方には認知された大会となつたはずですが、

大会には、県内の柔道関係者や友人、そして教え子など大勢

の方々が応援に駆けつけてくれました。中でも柔道を頑張っている自分の子供たちに、試合をしている私の姿を見せられたのが良かったと思います。

私は、現在も町道場での指導や、各大会の監督・審判をしながら、県柔道協会で少年部の強化育成委員も勤めています。それによって、次世代の子供たちに、柔道のすばらしさを理解してもらい、競技人口を増やし、底辺拡大を目指しているところでもあります。

毎年開催場所が変わり、全国各地に居る先輩や同期や後輩、そしてマスターズ大会でできた友人と再会できることを楽しみにしています。マスターズ大会に出場の度にたくさん柔道家の友人がでS N S等で繋がっています。友人ができるということはこのマスターズ大会ならではの楽しみだと思います。

福井大会にも出場予定で、今から大変楽しみにしています。

なお、一緒に稽古してくれる中学生・高校生・大学生の皆さんに感謝の気持ちを忘れずにこれからも精進していきたいと思っています。

最後になりますが、日本マスターズ柔道協会の今後益々の発展と会員皆様のご健康とご活躍

を心よりお祈り申し上げます。

日本マスターズ柔道大会への感謝

島根県 松井 利夫

(M7・73kg)



私が最初に、日本マスターズ柔道大会に参加したのは、平成25年第10回日本マスターズ柔道大会（講道館）です。当時、職場の同僚から誘われたのですが、個人試合は、年齢別・体重別で行われ、同僚は、個人戦で出場して銅メダルをもらったと伺いました。彼が入賞できるのなら、私も入賞できるかもしれないと思い、できることなら優勝を目指そうと参加したのです。

私と柔道との出会いは、中学校、高校で柔道部に所属し、全国高校総体にも出場してそれに活躍したのですが、大学で

は柔道部に入部しないまま、社会人になったのです。職場が警察であったため、柔道の稽古もあり、また毎年、部内の試合が開催されることもあり、練習する機会にも恵まれた環境でした。退職するまで毎年のように部内の試合に参加しました。また、その他の試合にも出場しました。柔道のほかにも地区の相撲大会にも何度か出場したりしました。この間、小学校で子供の指導をしたり、警察署の道場や中学・高校柔道部で練習したりして鍛えていました。

そんな時に、日本マスターズ柔道大会の誘いがあり、個人戦で連続6回出場させてもらいました。大会では全国各地の先生方との出会いがあり、毎年参加している懇親会でも各地の人達と交流させて頂いたとき、大変貴重なひとときとなり、生涯柔道を目指そうと強い気持ちが湧いてきました。日本マスターズ柔道大会の成績は、銀メダル1回、銅メダル2回と入賞しましたが、まだ、優勝経験はありません。今後の残された目標として、優勝を目指し、一生懸命精進していきたいと思っています。

また、日本マスターズ柔道大会の個人戦は体重別ということもあり、個人的に減量しなければ

ばならないことから、試合前には柔道の練習に加え、ランニング、減食をしなければいけません。結果として、健康管理の面からもよく、すっきりした（？）体形になり喜ばしいことばかりです。

これからも柔道を継続し精進していきたい、気力体力の維持に努めていきたいと思っています。また、勝負にこだわるのも大事ですが、出場する先生方と戦える喜びや出会いも大切にして生涯柔道を実践していきたいと思っています。

最後に、日本マスターズ柔道大会のご発展を祈念するとともに、試合関係者の皆様に感謝を申しあげます。

マスターズ柔道について

東京都 大石 萬喜

(M9・73kg)



私が最初にマスターズに出場したのは平成二十三年第八回千葉大会でした。当時、醍醐先生に古式の形をご指導いただいたおりでしたが私の相手をして頂いていた毛利先生から誘われたのがきっかけで形の部の「古式の形」に出場しました。古式の形を習っていた先生方の多くがマスターズの会員でマスターズ創立にかかわっていらつしやいました。

その後、小池先生から警察関係の方々を紹介して頂き、団体戦にも二回ほど出場することができました。講道館で開催された平成二十五年第十回大会では、私が一本勝ちをすれば準決勝進出が決定する状況でしたが終了間際に大矢先生の巴投げを食らい優勢負けで破れてしまいました。

マスターズは参加すること重要ですが私の中では仲間と親睦を深めることの方が更に重要だと考えています。前年度の白浜大会では東京から浜松、伊勢、志摩、吉野と回り、宿舎では酒を酌み交わし楽しい時間を過ごすことができました。これに味を占めて今年度の愛媛大会では五回出場を果たし、該当者三十八名を代表して賞状を頂きました。また、初めて個人戦に

出場しましたが見事に1回戦負けでした。それよりも松山城見学や夜の懇親会が思い出となっております。

来年度の福井大会の計画も名幹事のお蔭で着々と進んでおり、今から楽しみです。

日本マスターズも若い参加者が増え喜ばしことはありませんが、世界柔道連盟の影響を受けて設立の理念とは違う方向に進んでいるようで心配です。私は、生涯柔道を目指していますので畳に立てること、そしてマスターズに出場することを長生きの糧にし、無理をせず健康に留意して十回出場を目指します。

第15回愛媛大会について

滋賀県 田村 省一
(M7・100kg)



「あゝっ、また柔道に助けられた。」そんな思いを強く感じた大会でした。人生も終盤に差し掛かってきて、勿論、仕事は一生懸命していますが、日常生活は、たまにゴルフに行くくらいで、これといった趣味もなく、物欲も薄れ、漫然とした日々を過ごしていました。そんな時、ふと思い出したのが、マスターズ柔道大会でした。以前から存在は知っていましたが、60歳還暦の記念に、「よし、挑戦してみよう。」と思い立ったのです。

実は、私は介護の仕事をしているのですが、周りの高齢者の方々に、歳を重ねても、諦めない心や、挑戦する気持ちを持ち続けてもらうために、自ら実践しようという思いも重なりました。そして同時に、自分の練習環境に理想的な場所、瀬田柔道会さんとお会いすることができたのも、これがご縁というものでしょうか、私を大きく後押ししてくれたのです。

私と柔道の本格的な始まりは、高校時代、入学後すぐ左組に変え、二年生、三年生の時に、大阪代表で国体に無差別級で出場させて頂きました。私は、山下君と同期ですから、あの当時、山下、松井、吉岡の三羽鳥と言われた猛者達が、高校柔道会を席巻しておりました。沢山の思い出があります。

その後、大学、実業団と進み、レギュラーとして試合に出場し、実業団では、全日本実業団一部で上位入賞を数度果たしましたが、個人タイトルは高校時代以来、42年ぶりになります。長い人生、柔道はもういいと離れた時期もありましたが、やっぱり柔道が好き、柔道に支えられた人生です。

私は、ご縁があつて、タイ王国に、今まで二十数回訪問しているのですが、私の人生最後の夢は、晩年は向こうに住んで、タイの子供たちに柔道を教えた。その為には、元気でいたい。練習の出来る体に感謝して、来年も連覇を狙います。

UCHIMATA



団体戦で6回出場、マスターズ柔道大会に深い思い入れを感じるようになった

兵庫県 藤波 徹
(団体戦のみ出場)



筆者左側

私がマスターズに初めて出てから(第10回講道館)もう6年が経ちました。出場したのは地元元安立俊二先生の強い誘いがあつたからです。当時、私は50代後半で某少年柔道の指導員をしていました。しかし、既に選手として衰え、試合をやめようと思っていたので、直ぐに返事は出来ませんでした。先生は、「勝敗よりも、そこに出ている人達と知り合う事で人生が豊かになれる」と言われました。「もう全然強くないので」と引きましたが、お酒の席で飲んでいくうちにいつの間にか「試合に出る。」と言っていました。

それから毎年参加しました。試合では対戦相手の素晴らしい技に柔道の深さを感じたことが度々ありました。柔道の友人の10歳年下の荒井敏文さんとは常に一緒にいました。彼は神戸実業団でも監督をしており、地元の衣川柔道同好会をまとめていました。団体戦では当初は選手が集まらず、彼と私の2人だけになつてしまひ棄権した時もありました。そうして毎年、荒井さんはメンバーを集め、(第14回白浜)では2チーム団体戦を組むことが出来ました。団体戦優勝経験のある安立先生率いる衣川Aチームは『念願の3位入賞』を果たしました。その強さが際立ちました。又、今年(第15回愛媛)の個人戦では、顔見知りの若い兵庫県勢の入賞が多かったです。

私は歯科医ですが、歯科大の後輩達も怪我を恐れて、もう柔道をしません。しかし、柔道の試合に出場される御高齢の方々がまだまだ大勢、全国におられる事が良く分りました。何年も試合を観戦し、皆様の試合に対する心意気を感じて、感動し続けております。現在も地元の名石では良く衣川柔道の方やマスターズに出た方々と快い酒を飲み交わします。私の柔道は趣味の領域ですが、私はマスターズ柔道大会に深い思い入れが出来ました。だから、身体を鍛えて腰痛を治し、心を強く持つて、再び出場したいと願っています。試合は怖い(楽しい)です。私は柔道の発展に貢献出来たかも知れません。今後も、日本マスターズ柔道大会の発展を祈念します。

味の領域ですが、私はマスターズ柔道大会に深い思い入れが出来ました。だから、身体を鍛えて腰痛を治し、心を強く持つて、再び出場したいと願っています。試合は怖い(楽しい)です。私は柔道の発展に貢献出来たかも知れません。今後も、日本マスターズ柔道大会の発展を祈念します。

アラブで柔道に出会う

千葉県 坂東 雅邦
(M 8・66 kg)



私が海外で柔道体験したのは、まだ学生の頃(1971年)で場所は中東でした。当時まだ円が360円の固定レートで、フル

ブライツ奨学金でも受からなければ普通の学生が外国に行ける事など先ずなかったのですが、幸いに当時のアラブ連盟東京事務所等のご支援もあり、生まれて初めて飛行機に乗り日本を出る事が出来たのです。

羽田からエジプト航空のDC 8に乗り、香港―バンコク―ボンベイを経由して、早朝のカイロに着きました。在カイロの先輩に電報を入れて迎えをお願いしていたのですが、誰もおらず、JALのカウンターもその日は便がないと言う事で誰もいない。仕方なく一人で、当時エジプト人と結婚していた別の先輩の奥様のご実家まで、タクシー運転手と揉めながらも何とか辿り着きました。

数日すると日本大使館の方から、講道館の指導者がセミナーを開くので通訳を手伝ってほしいという依頼があり、カイロ郊外のヘリオポリスにある体育館で二日間お手伝いしました。驚いた事に、受講者の大半は軍の高級将校や警察のエリートでした。エジプトには随分前から柔道が伝わっていて、軍や警察がいち早く教練の武道として取り入れたそうです。講道館指導者による綺麗な送り足払いには全員驚き感服していた事を覚えて

います。先生方はその後アレキサンドリアで10人抜き試合を披露して、これも大喝采で、大いに柔道人気盛り上がったそうです。

また、私の方は、居候させていたでいた先輩の奥様のご実家で、ご長男が高校で柔道を習っているとと言う事で、お互いあまり上手でない英語で柔道の話などしていました。ある日、サダト大統領がイスラエルと戦うという声明を出し、ご長男が『戦意高揚』したのか、私とリ

ビングルームで乱取りをしようと言いました。ご家族は皆さんやめろと言うし、私も困ったのですが、勢いに押されて組合いました。幸い隙が出た処を私が大外刈りで彼をソファの上に投げる事が出来、お互いに怪我もせずに済みしました。ご家族の皆さんには『ミスターバンダーはストロングだ!』と褒められました。私の下手な柔道が褒められたのは後にも先にもこれ一回でした。

その後レバノン経由でヨルダンのアンマンに回りました。空港からタクシーに乗り『安いホテルに連れて行ってくれ』と言うと『ヒルトンだ』と言う。『それは高いだろう』と言っても『いや安い』と言うし、どうも嘘

つきの感じでないのでそのまま乗っていると、一字違いの『ハルトン』というホテルに着きました。巡礼宿のような感じで確かに安かったのですが、20位ベッドのある大部屋に一人で泊まる事になりました。トイレは共用、シャワーは水だけで有料(¥50位)でした。

其の二階の部屋に屯している数名の若者の一人が、『ボスが日本人(アラビア語でヤバーニー)に会いたいと言っているからちょっと部屋に来てくれ』と言うのです。行ってみると、純白の頭巾を被ったいかにもお金持ちの子息という感じの青年が、数名の『子分』に囲まれて待っていたのです。彼曰く『ヤバーニーはジュウドウという武術をやるそうだがお前はやるのか?やるのであれば見せてくれ。』と言うので、こんな感じで投げるのだと一人打ち込みを見せると『良く分らんから俺の子分とやってみろ』という。子分の代表が出てきたので、さすが大内刈りで倒すと、『今は良く判らなかつたからもう一度見せてくれ』という。好奇心旺盛なのと話題に飢えていたのでしよう。それで二回目は体落しで投げると『今度は良く判った。シヨコラーン』と言う事で、

何とか『難局』を乗り切り、その後しばらくお互い不自由な英語で談笑を楽しみました。

私はそんな感じで一ヶ月半をアラブで過ごし帰国しましたが、思いもかけず『月の砂漠』のイメージの中東でコテコテの日本文化である柔道に会えた事は強く記憶に残り、今考えれば、この経験がその後のシカゴやアトランタの町道場での師範代としての稽古やラオスやカンボジアでの柔道を通じた途上国支援などにも繋がっているように思えます。

~~~~~

東京都 岡口 勝之  
(M2・60kg)



私は長崎県の壱岐という玄界灘に浮かぶ島で生まれ育ちました。離島のため合同練習や試合の機会が少なく、少人数の決まったメンバーと毎日練習していました。今思えば稽古環境はよくありませんでしたが、「強くなりたい」という一心で稽古に励みました。

高校卒業後は東京都内で就職。仕事は柔道とはまったく関係ありません。日々忙しかったのですが、「もっと強くなりた」という思いから、都内だけでなく神奈川や埼玉など各地へ出稽古を繰り返し、柔道の事を考え続ける毎日でした。

それだけ情熱を燃やした柔道ですが、両親に柔道をする姿を見せたことがありませんでした。学生時代も壱岐から離れた長崎市や佐世保市で試合が行われていたため、仕事が忙しい両親が応援に来ることでできなかったのです。年齢を重ね様々な人と交流するうちに、子と思う親の気持ちを知り、いつしか「両親に柔道をする姿を見てもらいたい」と思うようになりました。

そんな中、ついに両親に柔道を見せる機会がきました。初出場だった2013年講道館大会

で優勝することができ、その際に世界マスターズの存在を知ったのです。2013年の世界マスターズはアラブ首長国連邦の首都アブダビで開催され、試合当日は母の誕生日でした。これは何かの運命だと感じ、両親を海外旅行へ誘い、試合を見てもらうことにしました。

アブダビの会場は、企業の広告、クレীনカメラ、テレビ中継があり気持ちも高まりました。私の階級は予選リーグからです。初戦は先に指導をリードされた状況から、袖釣り込み腰で有効を奪い勝利。2戦目は巴投げで開始早々に技ありを奪うものの、小内巻き込みを返され負け。3戦目はお互いポイントがない状況で時間終了間際に勝負にいったところを返され負け。結果、1勝しかできず予選敗退となりましたが、精一杯戦う姿を両親に見てもらったという夢は叶えることができました。

そうは言っても、自分の柔道を見てもらうだけではなく、「勝ち抜き姿、優勝する姿を見せたい」と思うのは当然です。さらに稽古を積み、2014年にスペインのマラガで行われた世界マスターズへ両親を連れて再挑

戦しました。しかし、ここでも初戦敗退という厳しい結果に終わってしまいました。

仕事の都合などもあり、次年度は世界マスターズ参加も難しく、「勝ち抜き姿、優勝する姿を見てもらう」ことはできないかもしれないと思っていたところ、またしてもチャンスが訪れました。2015年の日本マスターズが、壱岐から近い佐賀県の嬉野市で開催されることになったのです。両親に連絡をすると、父が応援に来てくれることになりました。

三度目の正直、負けるわけにはいきません。初戦は二段の足払いで崩し、そのまま絞めで勝ち。続く2戦目は抑え込ませておきながら下から絞めて勝ち。1964年東京オリンピックで岡野功選手が見せた「ネズミ取り」という絞め技です。決勝は一本背負いで一本勝ち。やっと優勝する姿を見せ、父に金メダルを掛けることができました。遠く離れて生活していますが、両親は私の良き理解者であり、心強い応援団です。これからも大切に、またチャンスがあれば勝利をプレゼントしたいと思います。

最後になりましたが、両親に柔道を見せることができたのもマスターズ大会があったからです。マスターズ大会を創設し、継続していただいている皆様に感謝しています。

~~~~~

初出場で優勝
柔道を楽しめることに感謝

愛知県 吉田 剛章
(M3・100kg超)



数年前から興味をもっていた日本ベテランズ国際柔道大会は、例年、地元の柔道大会と重なっており、出場は難しかったのですが、今年は重なることなく、初めて出場することができました。大会前日。計量時に配られた

温故知新

神奈川県 本多 秀吉

11月9日
(金) 数十年
ぶりに講道館
の畳の上で二
金会稽の稽古に
参加させて



いただきました。大学時代の試合や月並み試合等々、数々の試合を行った時の事がつい昨日のように思い起こされました。マスターズ柔道の事は、以前から知っていましたので、同年代の人達より多少健康で元気だと思っている事等から、いつか再びやってみたいと思っていたところでした。15年程前より高等学校のボクシング指導に関わっていましたので、しばらく柔道からは離れており、本場に久しぶりの稽古となりました。稽古では、いきなり茨城の羽生先生と乱取りを行い、年齢を超えた素晴らしいパワー・技術に圧倒され、大変良い勉強をさせていただきました。ありがとうございました。大道場正面付近では、大学同期の講道館の松井勲先生と後輩の高橋進先生、山本三四郎先生が古式の形の稽古をしており、柔道着を着ての久しぶりの再会にとても嬉しさを感じ、「帰ってきたな」という感慨に浸る事となりました。元氣である以上、また講道館に通い、試合にも是

非出場しないといけないと思った一日でした。

ところで、長年柔道を行っていく中で常に疑問に思っていたことがあります。それは柔道の「柔」の意味するところは何かということ。柔能剛制（じゅうよくごうをせいす）という言葉は、中国の中世の兵法書の「六韜三略（りくとうさんりやく）」の中に出てきます。様々な解釈がありますが、中国における時代の変遷を頭に入れないから考えると、「剛」というのは、その時の強い国や為政者を指し、いくら強い国や王であっても一時の大洪水によって没してしまう。転じて「剛」を制するのが可能なのは「水」である。と解釈することが出来ると考えられます。また中国には、もともと水に対する思想があり、「老子」の一節には「天下に水より柔弱なるはなし、しかし堅強なるものを攻めるにこれによく勝るものなし」とも表現されています。昨今頻発する地震、大洪水等の天変地異を見るに付け、何となく水が最強である感じはよく分かるような気がします。

この中世の兵法書を学んだのが、関口氏心（うじむね）1597～1670大和郡山々紀州「関口新心流柔術」であり、それまでの徒手格闘術の角力、和術、体術、腰の廻り、鎧組討等表現がある中で「柔術」という表現を使い始めた人だと言われています。その後、江戸時代に鎖国の中で徒手

の格闘術が、各地で広範に深化していく時代を経るわけですが、嘉納先生が各流派の柔術を学んだ時代に、この「柔」の文字を踏まえて「術」を「道」にして「柔道」にし、独自に統合・深化していったと考えることができると思います。

「剣道」「弓道」「棒術」「槍術」……様々な武道の表現が、武具のダイレクトな名詞であるのに、なぜ「柔」の文字を使ったのか、疑問の答えが以上のような歴史的背景の中から解き明かされたように考えられます。

ということで「柔」の答えは「水」という結論になるという訳ですが、これはあくまでも私個人の見解でありですので、以降は専門の方々等にご意見を伺いたいところです。

引用・参考文献「古武道の本」BooksUsotica 第26号 2003.9.18第2刷発行B822.83 学研 他



パンフレットをみて、正直『びっくり』しました。大学や実業団で活躍された同世代の選手たちが多く出場していたからです。試合当日も、面影がある選手を目の前にして、自分からは話かけることもできず、修行の足りないさを実感いたしました。

3試合を戦い、最後は肩で息をする状態でしたが、判定でなんとか勝利することができました。勝ったことはもちろん嬉しいことでしたが、それ以上にこの大会を通じて、試合に出場されている選手のみなさんが、心から柔道を楽しんでいる姿勢に感心をいたしました。初めての出場で楽しむ余裕がなかったわたくしは、対戦した選手のみなさんともっとお話をすればよかったと帰路で反省いたしました。

現在、名古屋市内にある米田柔整専門学校で、教員として講義をもちながら、柔道部男子監督を務めております。入学してから初めて柔道衣に袖を通す学生から全国レベルの学生もいる柔道部で、一緒に汗をかいています。それぞれのレベルで柔道に取り組んでいる姿勢にこちらが学ぶことも多くあります。彼らを通じて、柔道は、生涯スポーツとしての価値が十分あることを実感しております。学生の

中から、日本ベテランズ国際柔道大会に出場する選手が多く出て、一緒に試合を楽しむことができることを望んでおります。

最後になりましたが、柔道を始めるきっかけをつくってくれた父、柔道を指導してくださった高校時代の恩師・袖山雅雄先生、大学時代の恩師・重松裕之先生、吉田秀彦先生にこの場を借りて、感謝申し上げます。おかげさまで、柔道が好きで続けております。

6回目の松山で連覇途切れる。来年は家族を連れて来よう！

青森県 高橋 俊哉
(M6・100 kg)



6年前、50歳になったのを期に、噂のマスターズ大会に僕も出てみようと思ったのは、講道館で開催された10回大会でした。その時は、なぜかとても調子が良くて4試合すべて一本勝ちで優勝してしまいました。

勝ったのももちろん嬉しかったのですが、皆さんが本当に柔道が好きで、柔道をこころから楽しんでるというたマスターズの雰囲気がとても新鮮に感じられました。こんなことを書いてはお叱りを受けそうですが、昇段の点数を気にしている方々が少なくない高段者大会とは違った、勝負にかける一種の潔さみたいなものを感じたのでした。

以来、講道館、佐賀、講道館、和歌山と、青森から妻と同行したり、東京に住む娘たちと現地で合流したり、言ってみれば家族旅行の口実にマスターズ大会を利用し、佐賀の嬉野温泉でのんびりし、和歌山の南紀白浜ではパンダを見たり熊野古道を家族全員で歩いたりして、気がついたら5回の連続出場と相成りました。「馬には乗ってみよ、人には添うてみよ、マスターズには出続けてはみよ」ということでしようか、毎回参加しているうちに幾人かの知り合いも出て、会場入りするのが一層楽

しみになり、妻に至っては何人かお気に入りの選手までできる始末です。

今回、6回目の出場となった愛媛を訪れるのは学生時代の合宿以来、実に34年ぶりです。学生の頃は合宿でずいぶんいろいろなところに行っていたのですが、一切観光はなく、愛媛松山で記憶に残っているのは道後温泉くらいです。ということで、大会前日、路面電車に乗って道後温泉に行ってみたら、当地はインバウンドの誘致に激しく成功しているらしく外国の方で溢れていました。これはだめだと、早々に温泉は諦めて、徒歩、松山城を目指しました。当地松山は司馬遼太郎の「坂の上の雲」の舞台、秋山兄弟や正岡子規が坂を登りながら見上げた雲はあの雲かと、ひとり感動しながら登りきった城山、そこで待っていたのは瀬戸内海に沈む夕日でした。

グで小外刈を合わされ、あえなく一本負け。6連覇の野望は瀬戸内海の藻屑と消えたのでした。去年は最年長、今年は最年少という気の緩みか、はたまた試合前日、観光なんかにつつまぬかしていたバチが当たったのか、いやいやなによりも家族を連れてこなかったのが最大の敗因、次回大会には土下座をしてでも家族に同行を頼むことにしよう。

松山の皆さん、ありがとうございました。

中高年の元気で若者に

刺激を与えたい！

大阪府 船田 直仁
(M5・60 kg)



この度、日本マスターズ柔道協会様より会報の原稿依頼があり驚きとともに嬉しい気持ちで一杯です。

一昨年の白浜大会出場で五回出場となり、昨年の愛媛大会にて五回出場の表彰をしていただきました。都合、六回連続出場している私ではありますが、これも自らの努力以上に周囲の方々の励ましや御指導のお蔭だと実感しております。

私が柔道を始めたのは、中学校の部活動からであり、体格にも恵まれず負けてばかりの少年でした。高校入学後には、他の部活動も考えていましたが、中学時代に一緒に汗を流した仲間の誘いもあり柔道部に入部しましたが、中学時代とは比べものにならない稽古内容で直ぐに初段を取得出来たのですが、大した成績を残すことも出来ずに高校卒業とともに柔道とも無縁な学生時代を経て社会人となりました。

そんな状態で体重も増加し健康診断の結果を見るのが辛い四十代も半ばに差し掛かった頃に、たまたま高校時代の柔道部OB会が行われ、酒の勢いも相まって「たまには道着を着て暴れたい」という流れになり、OB会主催の練習会が定期開催される様になりました。

母校は既に統廃合され柔道部もなく、道場を確保出来ない状態でしたが、こんな事情を理解

していただき早く道場を御貸し
ていただいたのが、現在私が所
属するスポーツクラブTRYの
中川隆師範でした。

実際に道着に袖を通すのも
二十七年ぶりという事もあり、
体も動かず受け身もままならな
い酷いあり様でしたが、久々に
道着を着て汗を流すのが楽し
く、恐ろしいOB会がその後も
続く事になりました。

その後、練習だけでは飽き足
らず、大会に出たいという流れ
になり、地元 of 市長杯団体戦に
出場し、平成の高校生と対戦し、
全員一本負けという当然の結果
でした。

そこから一念発起し現在に至る
わけですが、気が付けば同年代
の柔道家が多く存在し、お互い
に刺激し合いながら交流を深め
ております。

マスターズ柔道大会出場も同
年代で活躍されている諸先輩
方の勧めもあり出場していま
すが、実際に自分の親の世代の
方々も活躍されている姿に大き
な感銘を受け、今では自分の母
親を帯同し、元氣な同年代の
方々の姿を拝見させていただい
ていますが、とても良い刺激に
なっているようで楽しみにして
いるようです。

今後競技人口も減少の一途で

すが、我々中高年柔道家が元氣
な姿を見せ、良い意味で青少年
に刺激を与える事が出来る様に
努めて行くべきではないでしょ
うか？

////////////////////

6 回出場を達成し、
1 年の生活の目標に！

三重県 莊司 裕
(M7・66 kg)



私は、昭和49年に開催された
東京オリンピックに刺激を受け
てスポーツに目覚め、「柔」や「柔
道一直線」など、テレビドラマ
の影響を受け、中学校入学と同
時に柔道部の門を叩きました。
柔道と出会って51年、これ程ま
でに永く柔道に携わることにな
るとは、予想していませんでし
た。

強くなりたいと始めた柔道で
したが、中学と高校では指導者
に恵まれず、柔道教本などを参
考に、殆ど自己流で稽古を行っ

てきました。それでも、強くな
ることを諦め切れずに、進んだ
大学では、超一流の指導者や仲
間と出会い、柔道を学ぶことが
できました。

大学卒業から7〜8年経った
ころ、知り合いに頼まれ少年柔
道指導のお手伝いをするようにな
り、それから33年、現代に至っ
ています。

以前から、一度出てみたいと思
っていたのと、知り合いに誘
われたのがきっかけとなり、平
成25年、若手の指導者も徐々に
増えて少し余裕ができたので、
マスターズ柔道大会出場を決意
しました。

永い間競技柔道から遠ざかっ
ていたので、まずは競技に耐え
られる体作りをしようと考えま
したが、大きな間違いでした。
先ずやるべきことは、トレーニ
ングのできる体作りから始めな
ければならないことを痛感しま
した。

自分では、トレーニングを
積んで出場した10回大会でした
が、あえなく準決勝敗退。

それから6年、今年の愛媛
県大会において、5回出場の表
彰を頂くことができました。今
では、マスターズ柔道大会出場
が、1年の生活の目標になって
おり、少年柔道指導の傍ら、中々

自分の稽古はできないけれど
も、少しの減量と食事による健
康管理を心がけています。

日頃の稽古では、体の衰えを
痛感する毎日ですが、大会会場
に行くとき大先輩諸兄の奮闘を見
るにつけ、私などまだまだ若造
だと痛感させられることばかり
であります。健康管理を兼ねた
目標として、今後も大会出場を
実現したいと思っています。

最後になりましたが、大会運
営に携わっていただいている皆
様に、心より感謝申し上げます。

////////////////////

個人戦で肩を脱臼するも

道後温泉で湯治

北海道 大内 基樹
(M7・66 kg)



夏目漱石で有名な街、松山で
の大会は参加するのが楽しみな
大会でした。北海道から四国に
行く事自体なかなか大変な事で
す。大会への参加が第一の目的

ですが、旧友と会える事や、妻
と一緒に観光する事も楽しみの
一つでした。

和歌山の大会では団体の決勝
戦で逆転負けして準優勝だった
ので、リベンジすべく、監督と
して、選手選抜を行ったにもか
かわらず、先鋒と大将が都合で
欠場になり、二回戦で負けてし
まいました。本当に残念でなり
ませんでした。

翌日の個人戦はM7・66kg級
に参戦し、2回戦では前年優勝
者に一本勝が出来ました。しか
し準決勝戦では、相手の背負い
投げに思わず手を着いてしまい
「バチ」との音とともに肩を脱
臼してしまいました。癖になっ
ていたので、その場で自分で整
復して試合を続行しましたが、
1対2の旗判定で負けてしまい
3位に終わりました。

試合後、右手がまったく上
がられないので救護室で診ても
らったところ、二頭筋断裂の可
能性があるので、救急当番病院
行きを勧められたのですが、遠
方からきたとの理由で、その場
でテーピングと三角巾の処置を
してもらいホテルへの帰路につ
きました。この日から、道後温
泉に宿泊したため、ちようどよ
い湯治になりました。温泉効果
で痛みも和らぎ、妻と一緒に観

世界に柔道の輪を拡げて

日本マスターズ柔道協会
創設名誉会長 野口 宏水



私には二人の崇拜する歴史上の人物がいる。大学入学以降、お二方の恩恵を存分に享受している。お一方は、三度の欧米視察を経て「西洋事情」で欧米文化を日本に紹介（その中には私が生業としてきた生命保険事業も含まれる）、日本の近代化に貢献された福澤先生。もうお一方は、一八八八年柔術諸流派を統合、講道館柔道を完成された嘉納治五郎師範で、日本初のIOC委員となり、日本発柔道文化は今や世界一九八カ国に発信伝播されている。

私は、慶應義塾で体育会柔道部に入り、後に日本体育大学学長を務められた清水正一師範をはじめ、先輩、同輩、後輩から柔道のみならず、人間道をも学んだ。一九五八年、明治生命入社後も、会社、三菱武道部、実業団を通じ、

多くの同好の士から諸々の薫陶を受けた。渡航自由化前の六三年には、第一回全慶応道米柔道使節団に参加し、すべてが先進国の戦勝国米に、柔道だけは優越感を持つことができ、遠征で米国を征服した気分浸った。

「物質万能、個人中心主義が世界に悲劇をもたらしている。西洋文明に未来はない。この危機的な地平の彼方に一条の光を投げかけているのが自然と共存する東洋文明だ。だから、私は合理主義を超越した東洋の雰囲気求めて柔道を学んでいる。」

時代は下るが、九九年、カナダウエランドの第一回世界マスターズ大会での対戦相手エウアドルドクター J・フアイトウイテイは、こう言って私の優勝を祝福し、握手を求めてきた。

明治生命やその後勤めたアリコジャパンでの海外出張、丸の内柔道倶楽部の親善旅行で訪れたアメリカ、フランス、フィンランド、イタリア、スペイン、エジプト等では柔道愛好家が世界中いたるところに居た。試合で使う言葉や礼儀作法も日本流。日出ずる国日本に始まった柔道に、一条の光を見出した彼らの言葉を聞いて、「世界は柔道を求めている」と確信した。

世界マスターズ大会に参加するきっかけは、柔道部先輩で、ワシントン柔道クラブ館長の宮崎剛さん（昭三〇年卒）が柔道部のOB会「三田柔友会」の会報で、バン

アメリカンマスターズ大会で優勝されているのを拝見したことによる。

大会は第二回以降 ②カナダ・ノヴァスコシア ③米・フェニックス ④英・ロンドンデリー ⑤柔道発祥の講道館 ⑥オーストラリア・ウイーン ⑦カナダ・トロント ⑧フランス・トゥール ⑨ブラジル・サンパウロ ⑩ベルギー・ブリュッセル ⑪英・ロンドンデリー大会を除きすべて金メダルを獲得）十回を重ねてきた。

また第五回講道館大会を機に、日本マスターズ柔道協会を発足、国体開催地で毎翌年に開催することとなり、昨年第五回記念秋田国際大会を終えた。【追記：⑪アトランタ ⑫モントリオール。十二回カナダ・モントリオール大会を以て世界マスターズ大会は幕を閉じ、以降は国際柔道連盟IJFに引き継がれている。更に私自身の十二回大会の戦果は、世界マスターズ全十二大会参加・金10、銀2にて、最後のモントリオール大会にては、文字通り10個を獲得。必死の覚悟で臨み。試合後の念願の10個目の金メダルは将に万貫の重みでアリマシタ！】

生涯柔道を通しての草の根外交を旗印に、齢七十、八十を数えて、顔のシワは殖えても心は若々しく、誰に強制されることなく、自主的かつ自費にて世界各地へ柔道着を肩に、世界の柔道愛好家と試合場で相見え、闘い終わっては互いの健闘と技を称え合う、そこ

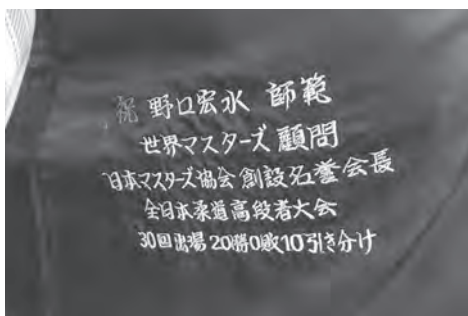
に旧い友情が蘇り、新しい友情が芽生える。国境、人種、言語、宗教等を超え、互いの健康、健壽を喜び、さらに訪れる国や地域の歴史、遺跡、文化、風習等に触れ、人生に更に豊かさや輝きを加える……。無上の喜びだ。

もう一つの楽しみは、メダルを胸に日本の在外公館を表敬訪問することだ。大使の話や聞き、柔道の形を披露すること。さらに現地の道場を訪問し、交歓稽古や技の指導に加え、同行のご夫人方は持参の折り紙等で日本文化を紹介し、迎える道場の方では手作りの料理や地ビールで、歓待していただくことだ。遠くサンパウロ、ブリュッセルでは八十歳を最年長にいつも五十人以上が参加している。

清水正敬元柔道部監督（昭40年卒）がいつも同行してくれるので心強い。九五年には、橋本龍太郎元首相からネパールのスルティ・ブレンドラ王女の柔道初段位授与式にも陪席した。宮崎さんの他、世界的なジャーナリスト古森義久君（昭38卒）、パリ日本文化会館館長の中川正輝君（昭41卒）、全伯講道館有段者会副会長の関根隆範君（昭38卒）等三田柔友会員や、塾員で産経新聞パリ支局長 山口昌子さん等との邂逅も楽しさが加わる。図らずも今般、米・ケンタッキー州より、ケンタッキーカーネルの称号を贈られた。レーガンやクリントン等歴代の大統領、エルビス・プレスリーやタイガー・ウッズら

有名歌手やスポーツ選手が受けているもので、産経新聞の対馬好一君（昭和51年卒、柔友会）が「柔道で世界平和に貢献、米州政府、野口七段に名誉称号」と報道。それを読んだ多くの人がからお祝いしていた。大変名誉なことと感謝しております。

右は、私の母校である慶應義塾大学の発行する「三田評論」（2009年2月号）の巻頭随筆「丘の上」に掲載されたもの。この度、本誌への転載許可願を提出して許可頂いたものです。当協会創設に当たって、往時の諸賢諸兄弟のご協力を頂きながら日本マスターズ柔道協会の発足に辿りつき、今日の発展隆盛に繋がったことを改めてここに披歴して、共に喜びを改めて分かち合いたいものと念じます。宜しくご一読をお願い申し上げます。



これは私の上着の内側に刺しゅうされている。（元警視庁師範・溝井賢治氏から寄贈された）

光を楽しむ事が出来ました。この後、フェリーで広島に渡り、原爆ドームを見学したり、お好み焼きを食べたりしました。

小学3年生から柔道を始め、50年以上経ちました。指導者として、「札幌市手稲柔道少年団」を創立してからは33年経ちました。まだまだ修行中で、今でも柔道の奥の深さを認識する毎日です。札幌に戻り、次回開催の福井市の大会に向けて道場の子供たちと日々、稽古に汗を流しています。……頑張るぞ……

~~~~~  
 仏弟子になり、  
 結果にこだわらない心境に！

奈良県 田房 豊彦  
 (M9・66kg)



小学校5年生で柔道を始めた私は、19歳の時、東京オリンピック柔道軽量級での中谷雄英選手の活躍に興奮し、「次のオリン

ピックの軽量級は自分が活躍するぞ」と、会社の柔道部での練習に気合いが入りました。

身体の小さかった私は、練習中に無理な技をかけて右肩を脱臼しましたが、「こんな負傷に負けてたまるか」と激しい練習を続けました。それが原因で習慣性の脱臼になり、相手と組み合おうと腕を前に出すだけで、右肩を脱臼するようになり、選手生命が断たれました。

「柔道がやりたくて会社に入っただのに、なんということだ」と元氣のない毎日を過ごしていた時、脱臼や骨折を治す専門学校があることを柔道部の先輩から聞きました。

会社を辞め専門学校に入学しました。脱臼・骨折の治療方法を学んだことで、専門学校の柔道部での練習では右肩を脱臼することはありませんでした。専門学校を卒業する頃には、右肩周りの筋肉をさらに強化する必要性を強く感じ、今度は体育大学で学ぶことにしました。

体育大学に入学した時は32歳でしたが、柔道部員として若い部員に交じって練習に汗を流しながら、学業に取り組むことができました。

大学を卒業後、大学院に進み柔道を続けました。40歳にな

り、体育大学の非常勤講師として学生の柔道指導に取り組みました。50歳で大学の講師を辞め、大阪府柔道整復師会の柔道部員になりました。関西実業団では50歳代の部の選手として試合に出場するようになりました。

そんな時、私の心境に大きな変化がありました。それは私がホノルルマラソンで柔道着を着て走ったことを知った柔道の大先輩に、ある方を紹介されたことから始まりました。

「おまえと同じように柔道着でマラソンを走っている住職が奈良におるから紹介しよ」と、有名なお寺の住職さんを紹介されました。

その住職さんは、会うなり私に「柔道の弟子にしてください」と言われました。私はその言葉を真摯に受け止め、住職さんを柔道の弟子にしました。そして私の柔道場から畳8枚を運び込み、お寺の境内に柔道場を作りました。そこで住職さんに柔道の指導をする代わりに、私は住職さんの仏弟子にしていた

ことができました。お互いに弟子になり合って、静かに自分の心を見つめるうちに、結果にこだわらない心を育てることができました。

年齢を重ねるごとに充実感が

増していきました。しかし60代後半になり、いよいよ人生下り坂かと感じ始めた頃、マスターズ柔道大会を知りました。

そこには60歳でも70歳でも試合に臨み、さらなる高みを目指し全力でぶつかり合う元気な人たちがいました。健康寿命日本一を目指し、健康増進対策に取り組んでいる私は、このマスターズ柔道大会が健康寿命向上の具体的な実践の場だと捉えました。

第12回大会の9月20日は父の誕生日でしたが、結果にこだわらず試合に臨むことができました。70歳を過ぎても試合に打ち込める素晴らしい喜びを噛みしめています。これからも体力の続く限り、マスターズ柔道大会に出場したいです。

大会を運営される協会関係者の皆様に心より感謝申しあげます。どうぞ今後ともよろしくお願いいたします。

KOSOTO GAKE



第9回山口大会 (M5・66kg級、金メダル・M5・無差別級、銅メダル)

~~~~~  
 10回出場表彰を受け、
 マスターズ大会を振り返って！

千葉県 平野 健太郎
 (M6・73kg)

私がマスターズ大会に初めて出場したのは、今から10年前の第5回秋田大会でした。その数年前から同じ道場(木更津柔道会)で一緒に稽古をしている鈴木治雄先生や石邑勇先生(二人共、第1回大会から出場)から「マスターズ大会に参加しないか?」と誘われていました。40歳を過ぎてから再び柔道を始めた私は、まだまだ柔道の試合ができる身体ではありませんでした。

45歳を過ぎた頃、やっと体もしぼれ、動きも良くなり、柔道の試合がしたくなり、第5回秋

田大会に出場する事を決めました。体重も減量し、M4・66kg級にエントリーしました。

初めてのマスターズ大会なので、参加選手のレベルが分からず、不安と緊張で試合前夜は、ほとんど眠れませんでした。大会当日、会場に行くことやほりどの人を見て強そうです！そして、試合（一回戦）が始まりました。私自身、20数年ぶりの試合です。緊張のせい、体が思うように動かず防戦一方でしたが試合の後半、相手の掛けた背負い投げを潰し、崩れ縦四方固めで抑え込んでやっと「一本」勝ちしました。次の準決勝でも自分の本来の動きができず、相手のペースに合わせた試合展開になってしまい、途中5秒ほど抑え込まれ、ヒヤットしました。が、そのあと私の掛けた内股で「有効」を取り、やっと優勢勝ちしました。いよいよ決勝戦です。

決勝戦の相手は、梶選手（神奈川県）です。試合の後で知ったのですが、第3回岡山大会のこの階級（M4・66kg級）で優勝し、マスターズ大会で負け無しの強豪です。また、サンボなどの格闘技もやっていて、関節技が得意のようです。今日も関節技で勝ち上がって来ていま

す。私を応援してくれる先生や先輩、仲間たちから「関節技に気を付けろ！」とアドバイスをいただき、決勝戦が始まりました。予想していた通り、梶選手は、私の掛けた技をつぶし、又は自分から引き込み寝技に誘い、関節を狙ってきます。試合時間のほとんどが寝技の攻防です。試合時間が2分を過ぎた頃、梶選手の片足取りで私が後ろにひねりながら倒れ、「効果」ポイントを取られ、その後けさ固めで抑え込まれましたが、私が必死に逃げようと腕を伸ばしたところ、梶選手はその腕を取り、関節技を決めました。その時、時間終了のブザーが鳴り、試合終了です。

先ほどの抑え込みが25秒で、「技あり」で私の負けです。準優勝でした。千葉から一緒に参加した先生方からは「初めての参加で銀メダルはすごい！」と褒められました。その日の試合（3試合）すべてに自分の柔道ができていないと思い、悔しくてたまりませんでした。来年は自分が納得できる柔道をして優勝するぞと心に誓い、すぐに（第6回）への出場を決めました。

第5回秋田大会から第15回愛媛大会まで、11大会連続で出場しております。たくさんの方々と知り合いになったことを幸に思っております。

今後もマスターズ大会に出場し続け、20回・30回と出場回数を増やしていきたいと思っています。生涯現役を目指します！

10年のブランクの後再開、
やっぱり柔道は楽しい！

愛知県 林 峰裕
(M3・66kg)



私は、平成25年9月に講道館で開催されました『第10回記念日本マスターズ柔道大会』より毎年出場させて頂いており、この度5回出場表彰を受けましたことを、大変喜ばしく思っております。

幼い頃より「もの作り」が好きだった私は、電気系の高校・

大学を卒業し航空機エンジニアとして電装改造設計に携わり、現在では人事部門を担当する会社員です。

高校入学を機に柔道を始め、大学時代には柔道部で汗を流すかたわら、母校の高校柔道部コーチとして一生懸命稽古を続けておりましたが、大学卒業と同時に一旦柔道から離れてしまいました。

その後、結婚し、子どもが産まれ、新たな環境での人間関係が育まれる中で、もう一度柔道をやりたい！柔道での快い汗を楽しみたい！という気持ちが強く湧き上がってきました。ちょうどその頃近所に住む友人の子ども達が、偶然にも柔道場へ通っていることを知りました。これが縁と成り柔道と再会し、学生時代の思い出の柔道が生涯スポーツとして生まれ変わったのは30歳を過ぎてからです。

約10年の長いブランクで、体力的にも技術的にも自分の思い描く技の切れやパワーも無く、もどかしい気持ちを抱えながらの稽古でしたが、徐々に身体も柔道の動きに慣れ、心の底から楽しめるものとなりました。今では、現役の中学・高校・大学生や社会人の仲間たちと切磋琢磨しながら汗を流す日々は、私

の生きがいと言えるものです。

その私が、楽しげに帰って来る姿を家で見ていた当時年中さんだった娘が、「柔道の稽古を見たい。」というので、同年代の子どものたちの稽古を見学させたところ、嬉しい事に「柔道をやってみよう！」と同じ道場へ入門することになり、現在親子共々「精力善用」「自他共栄」柔道の楽しさ、素晴らしさを学んでおります。

これからも日本ベテランズ国際柔道大会（日本マスターズ柔道大会）に毎年出場する事を目標として、生涯柔道を実践してゆき健康な身体作りと技術の向上に努めたいと思います。

本大会は、世界各国の諸先輩方及び同世代の選手・愛好者の方々との交流やSNSにて情報交換をするなど素晴らしい出会いの場となり、次の5月に福井県福井市で開催される大会も楽しみます。

最後に日本マスターズ柔道協会の皆様また日本ベテランズ国際柔道大会関係者の皆様へ感謝を申し上げますとともに、柔道の愛好者が増えるよう柔道を継続する事で今後とも、微力ではありますがですが尽力していきたいと考えております。

リック リトルウッド氏の

逝去を悼む

埼玉県 勝呂 孝

去る2018年7月24日、『マスターズ柔道協会NZ理事のリック氏が急逝した』とオークランドから連絡が入った。当日朝、起床したとき頭痛を訴え、そのままその日のうちに亡くなったそうである。突然の思いもかけない出来事であり、NZ柔道界全体に衝撃が走ったという。日本人の奥様、ゆみこ様も『全く突然のことです』と混乱しながらメールを寄せられた。

リック氏は1972年ミュンヘンオリンピックのNZ柔道選手、オークランドの自宅に道場を開き、多数の門弟を育てた。多くの関係者が葬儀に訪れ、外国からも多くの弔文が届けられたと言う。思えばこの人らしい豪快な最期でもあった。享年77歳（私と同じ）。

リック氏とは今から40年ほど昔、私がまだ若手航海士の時代にNZとの共同調査で何度かオークランドに入港した際に知り合った。市内にはいくつかの柔道クラブがあり、互いに張り合っていた。当時、私は船内の柔道経験者を連れて外国寄港先で柔道

クラブを訪問するのを常としていた。まだ、東京オリンピックの余韻が残り、日本柔道の人気が高かった頃である。行った先々で練習稽古をし、どこでも歓迎された。「港々に女あり」、ではなく「港々に柔道場あり」、の時代であった。その当時の門弟たちに時を隔てて講道館で再会し、互いにその偶然を喜び合ったこともある。

リック氏は同市のメインストリートの一角に武道具店を開き、その横に「たぬき」と称する純日本風居酒屋3軒を経営していた。門弟たちも稽古終了後そちらで一杯やった後に帰宅する。車で帰るのに危険でないのか、と思うがこちらの交通規制は日本よりずっと緩いそうだ。「たぬき」は日本語も通じてとても繁盛していた。韓国や中国人の経営するあやしげなラーメン店や寿司屋が点在する中で、ここだけは日本人の心安らぐ店であった。そのほか彼は市内に何軒かビルも所有しており、なかなかのやり手であった。ちなみに、NZでは人手が少なく仕事を複数持つのは珍しくない。

仕事柄、大阪にはご夫婦で年中行き来していた。離婚の多い同国では仲の良いカップルとして人目を引いていた。全国高段者大会にはNZチームを率いて

毎回参加していた。また、マスターズ大会にも国内、海外を問わず出席していた。会場では「オー センチュウ！」と先に声をかけてくれるのはリック氏のほうであった。また、宴会の席上チーム一同でマオリ族戦士のダンスを披露してくれたのも楽しい思い出である。

葬儀ののち、彼の道場は8月1日から稽古を再開したそうである。後任はロブ・レビー氏。門弟同士で結婚した日本女性も何人か。彼らとも従来通りのマスターズの関係が続けて行きたいと願う。

リック氏は根っからの柔道愛好者であった。棺には、柔道着を着て横たわり、あの世へ旅立ったという。遥かにご逝去を悼み、南冥の空に向かってご冥福を祈りたい。

合掌



（写真は2017年3月リック氏の道場にて）

マスターズ柔道が

私の生きがいになった

東京都 鈴木 淳

（M3・73kg）



松山大会_個人戦

今年の愛媛県松山大会は、マスターズ5回出場表彰とM3・73kgでの久しぶりの個人優勝と深い大会になりました。

例えばマスターズについては20代の頃、町道場の先生方に、大先輩方のトーナメント戦で日本一、世界一を決めるマスターズという大会があると聞いた事がありました。当時はそれについてそれ以上は知りませんでしたし、自分には遠い話で興味がなかったとも言えます。また当時は今と違い、インターネットこそありましたが、マスターズ大会自体には全柔連もIJFもまだ積極的に関わっておらず、情報自体がほとんどなかったと記憶しております。それから時間が経ち、歳を重ねて30代になる頃には、あんな

に一生懸命稽古をしていても、もう出る大会が1試合のみの高段者大会くらいしかなくなってしまうことに、少し物足りなさを感じていました。



嬉野大会 団体戦

30代前半になったある日、私は千代田区スポーツセンターで、吉成先生から大会の詳細を教してもらいエントリーすることになりました。まさか30代から参加できる大会とは思っていませんでした。意外でしたが、そして初めて参加したのが、2011年千葉県勝浦市で開催の大会で、M1・73kgでのエントリーでした。その時は自費で遠方まで赴いて試合に出る事に違和感があった事と、どんな大会かよく分かっていなかったの、慌てて当時販売されたばかりのIJF公認の柔道着を試着用としてゼッケン付きで購入し、会場入りしたのを覚えております。

しかし試合が始まってみると、対戦相手は旧ルールの、衿の分厚く生地が硬い柔道着を着用した選手ばかりで、慌てて買う必要なかったかなと思ってしまいました。心地よい緊張感の中、終わってみれば優勝する事が出来ました。会場では60代以上の部の大先輩方の白熱した真剣勝負のトーナメントに魅せられて「すごい！」と圧倒されたのと、自分が歳をとってこうありたいと思う姿がそこにあったのを鮮明に覚えています。

その時からマスターズ柔道が私のひとつの生きがいになったのだと思います。常々私が人に話をするのですが、柔道をやっている本場にラッキーだったと思います。それは柔道がまさに生涯スポーツとして実践可能だと思ふところです。子供には子



仲間と



供の、学生には学生の、社会人には社会人の、また高齢者には高齢者のそれぞれのペースでそれぞれのスタイルで安全に行う事が出来るからだと思っているからです。そんな柔道という競技を選んで今日まで続けてこれたのは本当にラッキーだったと思います。それには先生方や多くの仲間たちにも恵まれたという事も大きかったです。

来年は福井大会という事で、今年生まれた第一子と妻を連れて家族旅行も含めて楽しみにしていたのですが、9月に稽古中にアキレス腱を断裂してしまい、次回大会に間に合うのかはわかりませんが、前を向いて精進して行きたいと思ひます！また元気なみなさんとお会いするのを楽しみにしています。



愛媛県武道館



開会式



極の形



古式の形



懇親会



団体戦



団体戦



団体戦



団体戦

二〇一八年日本ベテランズ国際柔道大会
(第十五回日本マスターズ柔道大会)

結果

【形競技の部】

投の形

1位	取	水谷 八尋	岐阜県
	受	花村 信幸	岐阜県
2位	取	鶴飼 沙千	岐阜県
	受	森下 美加	岐阜県
3位	取	ミツチエル	スチュアート
	受	シノビック	マリーン
		ニュージールランド	

固の形

1位	取	奥村 和之	奈良県
	受	木下 朋俊	奈良県
2位	取	ソリドール	マーヤ 東京都
	受	チョイ ウエイフォン	香港
3位	取	カドリン	グレッグ オーストラリア
	受	ホームズ	マシュー オーストラリア

極の形

1位	取	金藤 宏行	香川県
	受	溝渕 充	香川県
2位	取	奥村 和之	奈良県
	受	木下 朋俊	奈良県
3位	取	青山 善一	島根県
	受	野口 英則	島根県

柔の形

1位	取	チャン ウィンヤン・グレイス	香港
	受	スズキ ユミ	香港
2位	取	松本 紀子	愛知県
	受	鷹尾 浄子	福井県
3位	取	岩田 美喜	愛知県
	受	内田 みゆき	愛知県

講道館護身術

1位	取	カドリン	グレッグ
	受	ホームズ	マシュー
2位	取	植木 良夫	栃木県
	受	古峯 弘道	栃木県
3位	取	井上 喜雅	香川県
	受	中山 章司	香川県

五の形

1位	取	清家 春夫	千葉県
	受	小池 健三	埼玉県
2位	取	安東 鉄男	大分県
	受	板井 慎吾	大分県
3位	取	加古 若子	愛知県
	受	竹澤 毅朗	愛知県

古式の形

1位	取	清家 春夫	千葉県
	受	小池 健三	埼玉県
2位	取	安東 鉄男	大分県
	受	板井 慎吾	大分県
3位	取	見原 道生	宮崎県
	受	木下 勝巳	宮崎県

【別体重別個人戦の部】

M1

60 kg級	1位	山口 耕右	福岡県
	2位	ブイツソンビンセン	兵庫県

66 kg級	1位	柴田 道秀	愛知県
	2位	石川 良如	兵庫県
	3位	小谷 武	鳥取県
	3位	入田 英之	愛知県

73 kg級	1位	鴨川 裕太	大阪府
	2位	秋山 直太	千葉県
	3位	桑原 晋太郎	山口県
	3位	池畑 太志郎	兵庫県

81 kg級	1位	田畑 泰行	神奈川県
	2位	前田 信太郎	山口県
	3位	杉本 洋	埼玉県
	3位	齋藤 俊	大阪府

90 kg級	1位	前田 雄司	鳥取県
	2位	朝倉 克哉	東京都
	3位	浦崎 晋平	福岡県
	3位	赤迫 諒介	大分県

100 kg級	1位	出口 雄樹	広島県
	2位	岡田 建彦	滋賀県

M2

100 kg超級	1位	木村 元太	兵庫県
	2位	斎藤 正伍	広島県

60 kg級	1位	池田 剛	兵庫県
	2位	小島 清人	愛媛県
	3位	大山 隆弘	香川県
	3位	野村 匡	高知県

66 kg級	1位	江戸 正人	愛媛県
	2位	堀田 篤	愛知県
	3位	池澤 孝平	滋賀県
	3位	松本 邦彦	兵庫県

73 kg級	1位	石井 大輔	千葉県
	2位	小宮山 彰人	京都府
	3位	東山 善晴	広島県
	3位	有地 潤一	埼玉県

81 kg級	1位	植原 健太	兵庫県
	2位	浅里 直哉	福岡県
	3位	近藤 史章	大分県
	3位	岡谷 亮宏	京都府

90 kg級	1位	坂本 周作	神奈川県
--------	----	-------	------

2位	松岡 健治朗	兵庫県
3位	瀧田 大司	富山県
3位	黒岩 義彦	高知県

100 kg級	1位	岩井 学	千葉県
	2位	永井 誠	兵庫県
	3位	網谷 真実	富山県
	3位	佐無田 亮	大阪府

100 kg超級	1位	浦西 大師	京都府
	2位	金城 洋平	神奈川県
	3位	壽浦 圭吾	千葉県
	3位	鈴木 武男	千葉県

M3

60 kg級	1位	川野 英二	愛媛県
	2位	林 健太郎	埼玉県
	3位	田坂 康裕	兵庫県
	3位	佐藤 政美	宮城県

66 kg級	1位	中山 直秀	長崎県
	2位	平 慎一	高知県
	3位	中山 幸久	兵庫県
	3位	前川 賢次	大阪府

73 kg級	1位	鈴木 淳	東京都
	2位	松下 直揮	愛知県
	3位	中川 大輔	高知県
	3位	清水 優也	愛媛県

[illegible]

3位 岡本 有 大阪府	2位 高田 茂 大阪府	1位 羽生 利彦 茨城県	90 kg級	1位 今里 宏一郎 東京都	F4 178 kg超級の統合
3位 阿古 裕弘 奈良県	3位 鈴木 善幸 愛知県	2位 田島 恒男 熊本県	81 kg級	2位 リトルウッドリック ニュージーランド	1位 野村 紗矢香 和歌山県
1位 青沼 武 茨城県	1位 吉成 隆杜 東京都	3位 西川 求 東京都	M9 81 kg級・M9 90 kg級の統合		2位 中尾 小都枝 鹿児島県
2位 高木 孝順 東京都	2位 上木 保男 千葉県	3位 キャントリル スタンレー イギリス	1位 吉永 豊貴 大阪府	M11	3位 杉本 有里 埼玉県
3位 高橋 正次郎 奈良県	3位 片桐 且元 千葉県		2位 諸山 和美 愛知県	M11 60 kg級・M12 66 kg級の統合	F3 48 kg級・F4 48 kg級の統合
3位 宮田 安志 福島県	3位 伴 章二 埼玉県		3位 片桐 清司 滋賀県	1位 永島 健次郎 千葉県	1位 内田 みゆき 愛知県
100 kg級	90 kg級		3位 渡辺 茂和 奈良県	2位 山本 健夫 東京都	2位 浅山 満 香川県
1位 田村 省一 滋賀県	1位 松山 幸二 神奈川県		60 kg級	3位 岡田 庫二郎 兵庫県	3位 福山 雅美 鹿児島県
2位 児島 恭司 岐阜県	2位 平田 広満 熊本県		M10		F3 52 kg級・F3 57 kg級の統合
3位 盛 龍也 沖縄県	3位 宮原 孝文 福岡県		1位 清水 周 東京都	M11 73 kg級・M12 81 kg級の統合	1位 西森 沙恵 兵庫県
3位 スミスデレク イギリス	3位 布施 玄秀 大阪府		2位 橋 春夫 大阪府	1位 森川 弘文 茨城県	2位 三好 藍子 香川県
M7 100 kg超級・M8 100 kg超級の統合			3位 鬼柳 一字 岩手県	2位 森本 唯行 神奈川県	F3 70 kg級
1位 ココタイロニック イギリス	100 kg級		3位 田倉 幸夫 東京都	F1 63 kg級・F1 70 kg級の統合	1位 乗本 早希子 岡山県
2位 上野 清吾 熊本県	1位 安立 俊二 兵庫県		66 kg級	1位 稲田 環 山口県	2位 佐藤 知子 埼玉県
M8	2位 久保 雅昭 東京都		1位 石本 知也 岡山県	2位 有田 愛香 高知県	F4 57 kg級
60 kg級	60 kg級		2位 中村 古 兵庫県	3位 バッハシルヴィ 東京都	1位 福永 美香 山口県
1位 清原 敬一 大分県	1位 植田 茂美 香川県		3位 清田 洋一 大分県	2位 ヨウイウェイフォン 香港	1位 伊藤 里実 和歌山県
2位 三上 貴士 東京都	2位 伊賀 信義 山口県		73 kg級	1位 井上 歩 兵庫県	2位 松田 里子 愛知県
3位 前田 和男 神奈川県	3位 大矢 八平 兵庫県		1位 鶴内 洋輝 広島県	2位 チョイウェイフォン 香港	F5 63 kg級・F5 70 kg級の統合
3位 西谷 博一 東京都	3位 山下 豊 石川県		2位 内藤 光伸 神奈川県	F2 63 kg級	1位 武内 睦子 愛知県
66 kg級	66 kg級		3位 西尾 勝彦 奈良県	1位 ユウイックラムニツキ 香港	2位 稲垣 富美子 和歌山県
1位 井上 数夫 神奈川県	1位 田房 豊彦 奈良県		3位 五十嵐 徳英 千葉県	F2 70 kg級・F2 78 kg級の統合	F6 52 kg級
2位 久保 宗一 香川県	2位 濱口 國光 愛知県		81 kg級	1位 北田 裕美子 福岡県	1位 ミルネスハンナ ノルウェー
3位 阿部 守 神奈川県	3位 馬場 猪虎雄 兵庫県		1位 池田 正男 兵庫県	2位 ソリドーワルマーヤ 東京都	2位 山中 智規 香川県
3位 山口 幸雄 栃木県	3位 佐野 静太 大阪府		2位 飯屋 悟 兵庫県	F2 78 kg超級・F3 78 kg超級	F8 52 kg級・F9 52 kg級の統合
73 kg級	73 kg級		3位 彦素 久仁雄 滋賀県		1位 齋院 志津子 神奈川県
1位 紀野 修二 大阪府					2位 加古 若子 愛知県

2018年日本ベテランズ国際柔道大会(第15回日本マスターズ柔道大会) 団体戦結果

2018 Japan Veterans International Judo Championships / Teams Results

			男子 団体戦				
修心会 SYUUSHIN KAI	混成 MIXED	1		14	札幌柔道連盟 北海道 SAPPORO JUDO FED HOKKAIDO		
明道館 MEIDOH	福岡県 KAN FUKUOKA	2		15	judo3.0 混成 JUDO 3.0 MIXED		
エネルギーチームA ENERGY TEAM A	大阪府 OSAKA	3		16	同志社WRJC(A) 京都府 DOSHISHA WRJC(A) KYOTO		
納所柔道クラブ NOUSO JUDO CLUB	京都府 KYOTO	4		17	エネルギーチームC 大阪府 ENERGY TEAM C OSAKA		
ニューゼーランド NEW ZEALAND TEAM NZL	ニュージーランド NZL	5		18	柔錬会B 混成 JUREN-KAI B MIXED		
東京武道館柔友会 TOKYO BUDOKAN	東京都 TOKYO	6		19	丸の内柔道倶楽部 東京都 MARUNOUCHI TOKYO		
東京柔道BAKA TOKYO JUDO BAKA	東京都 TOKYO	7		20	衣川柔道同好会A 兵庫県 KUNUGAWA JUDO A HYOGO		
同志社WRJC(B) DOSHISHA WRJC(B)	京都府 KYOTO	8		21	近紀会 混成 KINKI-KAI MIXED		
柔錬会A JUREN-KAI A	混成 MIXED	9		22	八尾柔道協会 大阪府 YAO JUDO ASSO OSAKA		
千里TRY SENRI TRY	大阪府 OSAKA	10		23	坂出市柔道協会 香川県 SAKAIDE JUDO ASSO KAGAWA		
北海道さんご柔道 da BEAR HOKKAI DOSANKO JUDO DA BEAR	北海道 HOKKAIDO	11		24	セキュリティパワーズ 東京都 SECURITY POWERS TOKYO		
大木塾・明道館 合同チーム OKIJUKU・MEIDOKAN	混成 MIXED	12		25	エネルギーチームB 大阪府 ENERGY TEAM B OSAKA		
衣川柔道同好会B KUNUGAWA JUDO B	兵庫県 HYOGO	13		26	柔錬会C 混成 JUREN-KAI C MIXED		

			女子 団体戦					
熱姫 ATSUHIME	鹿児島 KAGOSHIMA	1				3	BooFooWoo BOOF00W00	和歌山 WAKAYAMA
judo3.0 jUDO 3.0	混成 MIXED	2				4	三国 SANGOKU	混成 MIXED
						5	香川 KAGAWA	香川 KAGAWA

第九回

ベテランズ国際大会

参戦記

世界ベテランズ柔道大会に参加して感じたこと

ー日本の柔道人口減少にはどめを！

神奈川県 井田 幹夫



今回メキシコ・カンクン大会では敗者復活戦にまわり、敗れて残念ながら3年連続のメダル獲得はできなかった。我が範疇のM9・66kgでは、2年連続のイタリアの不動の金メダリストが、今回M8から来たオランダ、アメリカ大会のカナダの金メダリストと準決勝で対決して敗退、敗者復活戦にまわると三つ、番狂わせがあつて、なかなか見

応えある試合が展開された。自分は今M9最後の年なのでメダルに手が届く可能性から一層遠ざかったのだと思ひながら、尚更筋トレに力が入る。

試合はいつも通り、大会初日にM6(55-59)からM10(75-79)のクラス、2日目はM1とM3、3日目はM4とM5、4日目はM2と女子であつた。初日は比較的年齢が高く、従つて参加者が少なく、観客も少ないのが通例だが、予想に反して観客席は選手を含めて女性・子供など多くの人が詰めかけ、満席状態であつた。試合が始まると自国選手に対する応援も盛んで、興奮したコーチの声が大きくて、審判から注意を受けると思う珍しいシーンがあつた。私は、大会に対する熱気を去年のイタリア大会と同様に感じつつ、近頃ベテランズ大会の風向きが以前と比べてちよつと変わつてきているなと思つた。自分が観客席に座つて観戦していると、後ろの方に若手の選手らしき人が数人いたが、その中にどこかで見たような、小柄でがっしりとした体躯の選手を見た時、ウクライナのザンタラ選手ではと思つたので、すぐに声かけたら、やはりザンタラ選手であつた。ザンタラ

選手は直近の世界ランキング6位で、2014年ロシア大会で66kg級で、海老沼選手と対戦しており、結果は3位であつた。今年のバクー大会では阿部一二三選手と対戦し敗退したが、3位になつてゐる有名なメダリストである。もちろん当該選手はベテランズ大会には出場できないので、誰かの応援で来たのであろうが、そんな世界的選手がわざわざウクライナから来て、この会場で観戦していることに驚いた。

私は対戦した相手からも、各国のベテランズの出場者のレベルや意気込みが一段と向上しているなと感じた。会場では随所にフランス、ブラジルの選手たちの姿が目に入つた。そこで今年の各国の大会出場者の数はどうなのか、興味を引いたついでに調べて見たので披露したい。そこからそれぞれの各国のベテランズ大会、ひいては柔道への思いと熱意の一端が垣間見えるのではと、あえて載せることにした。

今年はお出場者総数789人、内男子663人、女子126人、出場国は45カ国。出場者数の第1位はフランス(男女含む。以下同文)148人、第2位はブラジル144人、3位はアメリカ68人、以下ロシア45人、

イタリア38人、メキシコ32人、ウクライナ22人、スエーデン21人、カナダ20人、アゼルバイジャン20人で、柔道母国日本は18人である。特に女子については出場者126人の内、フランス40人、ブラジル22人で実に半数を占めているが、我が国はたった1人ある。

そこでついでに去年のイタリア大会はどうであつたのか調べると、出場者は男女合わせて1105人で、フランスは実に男女合わせて252人、ロシア69人、ブラジル59人、ドイツ84人、スペイン38人、ウクライナ33人である。フランスにとつて隣国イタリアとは云え、サルディニア島が試合場なので、それなりの費用や時間も要する。にもかかわらずフランスは実に出場者の23%を占めると云う、圧倒的突出の前にひれ伏すだけだ。

更に一昨年のアメリカ大会ではどうだろうか。フランスは140人、ブラジル133人、開催国アメリカ151人で、我が国はいずれも20人以下である。フランス、ブラジル両国は開催国がどこであろうと、毎年多数の出場者を送り込んで来る、その名に恥じない柔道大国であることは間違いないだろう。これをどう見るのか、日本は強い柔道家がいる

から出場者数の比較論は的外れだ、量よりも質が重要なのだ、あるいは柔道母国としてこの数は残念と思うのか等々、人それぞれによつて考え方は異なるだろうが、一つ云えることは、この出場選手たちが、(老齢者を含めて)いずれも現役、つまりレベルは様々であつてもそれなりの実践的指導者層を形成しており、自国の柔道の普及に日々貢献していると言っても過言ではないだろう。この多くの実践的指導者のもとで、多くの成人・児童青少年が日々柔道に打ち込んでいる姿が浮かんて来るのは私だけだろうか。

ずっと以前にベテランズ大会への出場者数の多寡は近い将来、柔道の底辺の拡大・普及と柔道大国→強国への道程に連動するひとつの指標となると思つていたが、今やそれは樂觀的思ひ込みで、今年、去年、一昨年の国別出場者数を見て、もはや指標ではなくこれが現実なのだと認識せざるを得なくなつた。以前からフランスは柔道大国とも聞いていた。だが一般的にヨーロッパでは幼少年期に柔道を習つても成人になるとやめてしまふのが通例だと聞いていたので、柔道大国といえども、その中身は未成年層が大半を占め

ているのではと自分なりの解釈にとどまっていた。しかし今回の調査でベテランズ大会でのフランスの圧倒的出場者数を前にして、かかるあさはかな認識を払拭しなければならぬと思った。

聞けばフランスではひとつの道場に100人から200人以上の多くの練習生を抱えているので、それで柔道家は斯業に専念しつつ食べていけるということである。フランスが国・柔道団体の柔道家の育成と国家資格の賦与、柔道教育の積極的関与が実を結び、日本が柔道人口20万人に対して、60万人で、日本の3倍も有する柔道大国になった。ブラジルも今や柔道人口200万人になり、世界一の柔道大国へとなった。その現実が3年間（もつと以前からかもしれない）を通じての大会でフランス、ブラジルが多くの出場選手を送り込んで来たことで裏付けられたのである。今年のバクー世界大会でフランスは男女合わせて金1銀1銅2で日本に次ぐ第2位、団体戦2位で、ブラジルはメダル銅1にとどまり、両国と日本との差はまだまだと云えよう。しかしベテランズ大会への圧倒的な突出力を前して、柔道大国から柔道強国へと転化する日はそ

んなに遠くのことではないと思うのは私だけであろうか。

私はある在校生400人の中学校の柔道の校外指導員をしているが、この区は総人口約20万人で中学校10校のうち、柔道部はわずか3校で、その内の1校は今年から部員の募集を停止した。この学校の在校生は800人で、市内の有数の大規模校で各種スポーツ競技で多くの優勝者を輩出しているが、こと柔道については存廃の危機に直面して、今やお先真つ暗のなさない状態に置かれている。剣道部は10校中9校設置されていて、指導者が転動して穴があくと区の協会・指導者が部活動に支障のないよう指導者を学校に紹介・配置していると最近聞いた。

かく云う私も来年3月退任で、今後継者探しに奔走中だ。一度廃部になったらその復活は極めて困難だ。せつかく小学時に柔道を学んで中学に行っても受け皿がなく、しかたなく他のクラブへ入部していることは、今日どこにでもある一般的な姿となつて来ている。近年柔道の底辺拡大が叫ばれているが、子供の少子化でその実現性はますます遠のくばかり。子供が少なから柔道人口が減少する論法に一理はあろうが、それだけで

はないだろう。最近近くに空手の道場ができたが、なかなか盛況の様子で、特に未就学の児童たちが近所で空手着を着てうろついている姿がやたら目につく。

現状をどう克服したらいいのだろうか。まずは資格を持つ指導者の育成が第一であろう。柔道の指導をしている者はどの道場でも結構いるようだが、資格を持つ人は極めて少ない。資格を取ったらと勧めてもボランティアでやっているのでは、お金をかけてまで資格を取ろうとは思わないと云う。そう云いながら結構指導法について得々と自説を展開する。「学ばざる者教えるべからず」なのだが、馬耳東風のやつかいな存在だ。

柔道人口減少傾向は、拡大にあるのではと思う。柔道を学ぶ子供は自然には増えないし、興味も生まれない。前述である国のコーチが審判から注意を受けたといったが、コーチは随意にやっているのではなく、選手とは別にコーチとして登録し、参加費を支払ってコーチボックスに座っているのだ。いままで選手登録したことは当然であるが、コーチ登録などの手続きなど聞いたこと皆無である。其の

国では果たして自費でコーチとして登録したのであるうか。



残された4大会への参加を夢見て

千葉県 五十嵐 徳英
(M10・73kg)

今年（2018年）も、日本マスターズ柔道協会の「世界ベテランズ柔道大会参加ツアー」に加えて頂き、3回目となるIJFの世界ベテランズ柔道大会に出場しました。今年から自

身の年齢区分がM10（75才〜79才）となり、その年齢区分の中で最も若い選手になるので、今年こそはその思いで参加しましたが、試合の結果は銅メダルで、去年のイタリア大会、その前のアメリカ・フロリダ大会を超える結果を得ることが出来ませんでした。

世界大会に参加するについては、「自分の年から言って、この先世界大会で試合が出来るのも、指折り数えるしか無いから」と、家族に無理を頼み込んでの参加ですので、「次こそ是非家族の納得する結果を持ち帰るために頑張りたいと思っています」と云うことは、来年の大会もまた精進を重ねると約束する事になる訳で、常々一緒に稽古する若手に「機会があれば試合には出るようにしろ、すればおのずと稽古に身が入り強く成れる」と言っていることを自身が実践して見せていることに繋がっていると自負しております。

世界大会への参加で感じることは、柔道の試合とは別に、その土地に行かないと目にするこ

都市水道のような立派な遺跡を残した人々が居たことを見聞きし、その前のフロリダ大会では、アメリカと云う国の規模の大きさ（国土の広さ、経済の豊かさ等）に感じ入りました。



M10・73kg級の表彰

今回の参加で最も印象に残ったのは、観光に向いたチチェン・イツアの遺跡で、土産物屋の店先に、装飾された髑髏が無数に並んでいた事でした。スペインの侵略を受ける前にメキシコの地に居たアステカ文明の人々には、神に生贄を捧げる（生贄は生きたまま心臓をえぐり取り、動く心臓を神に捧げ、遺体は切り刻み料理し食べてしまった）風習があったとの事で、髑髏はその生贄になった者のものとの事でした。生贄にはある程度の地位のある者が選ばれ、名誉なこととされていて、進んで生贄になった者も居たとのこと

でした。どのような宗教に入信すればそのような気持ちになれるのか、我々の精神では到底考えられない文化があった事を知らされました。

今回メキシコの大会に参加しなければ、たぶん、以上のようなことは知らずにいたことを思えば、現地に向くことは見分を広めるのに大役役に立ったということです。

自分に残された世界大会への挑戦の機会はあと4回しか無いので、次回も参加し、今回以上の成果をめざすこともさることながら、次回モロッコの地でどのような経験をする事が出来るのか楽しみにしているとこ



チチェン・イツアの遺跡

TOMOENAGE



早稲田実業から世界へ、

指導者として先鞭を切る

早稲田実業学校 教諭

小室 宏二



私事ですが本年4月より早稲田実業学校に勤務し、柔道部の強化を担うことになりました。

私自身40歳になってからの転職ということもあり不安もありましたが、私が一番携わりたかった「教員として柔道部の強化」をすることに大きな魅力を感じ決意をしました。これによりこれまでと働き方は大きく変わり、土日も休みなく部活動という生活になりました。そのため連覇していた日本ベテランズは出場を断念しました。一方、偶然にも校務や部活動に影響のない日程だった世界ベテランズに

は挑戦することができました。出場するにあたり、部員総数5名（中高6学年）ほとんどが白帯という我が部の生徒にはこのようなことを話しました。

「今はまだ都大会に出場することもやつのチームだけだ、この早実の道場から全国大会、世界大会に出場するようなチームを目指していきたい。まずは先生が挑戦してくる。必ず優勝してくるからみんなも『自分たちにもできる』という自信を持ってほしい。」

年度当初、高い目標は掲げたものの、思ったような成果が出ず自信を無くしていた生徒に対し、少しでも自信を持つてほしいということで投げかけた言葉でした。とはいえ、この「優勝宣言」が思った以上に自分を苦しめました。試合が始まってみると、去年のような気楽さがなく、慎重に戦っている自分に気が付きました。なにせ優勝宣言していますから、うっかりでも負けるわけにはいきません。初戦、2回戦と得意の寝技で勝ち抜けるも、時間いっぱい戦ってしまいスタミナを消費しました。続く3回戦では延長戦に突入、寝技を警戒されるなか小内

巻込で試合を決めました。疲労のため、力の抜けた準決勝では背負投で一本勝ちするも、決勝戦ではフランス選手に「技あり」を先行されてしまいました。その後は徹底的に防御する相手選手を前に、開き直った私は普段の試合では掛けることのない裏投で勝負にできました。これが見事に決まり逆転の一本勝ちで優勝を飾ることができました。優勝を意識しすぎて慎重だった今大会、ポイントを先行されたことが逆に功を奏しました。

日本に帰ると、学校関係者や生徒が大変喜んでくれました。

なかでも生徒はインターネット中継を見ながら応援してくれていたようで、優勝することができて本当によかったです。またこの優勝が、早実柔道部復活の狼煙になればいいなと思っています。来年度からは本格的に強化が始まりますので、応援よろしくお願いいたします。

O UCHI



GARI

十字絞返しの解説

小室 宏二

今回は「十字絞返し」についてご紹介します。この技は絞技（逆十字絞）と抑え込み技をミックスした点が最大の特徴です。古くから知られている技術ではありますが、それぞれの動作は寝技の基本技術の積み重ねであることから、初級・中級者でも学ぶべき技術のひとつです。今回の世界ベテランズでも1回戦でこの技が決まりました。

(写真の番号に合わせて解説しています)

- ① 亀の相手に対し、脇下から右腕を差し込み、四指を内側にして深く襟を握る。
- ② 左手も四指を内側にして後ろ襟を握る。(握り拳1つ分程度の間隔を開ける)
- ③ 右足はつま先を相手の膝裏あたりに引っかける。
- ④ 左足は相手の左上腕部あたりをめがけ、滑り込むようにして入り込む。同時に左肘を相手の胸元に差し入れる。(これにより逆十字絞の効果が出る)
- ⑤ 思い切って滑り込み、胸を合わせる。(滑り込みが浅いと返しにくくなるので注意)
- ⑥ 右足で蹴ってひっくり返す。(左足で返すと絡まれてしまうので注意)
- ⑦ 右足と左足を勢よく交差し、その勢いで俯せになる。
- ⑧ 滑り込んだ時から常に絞めのプレッシャーをかけ続ける。抑込技としては不完全なので絞技重視で仕掛けることがポイント。

◎この技術は動画でもご覧頂けます。

柔道：十字絞め返し (JUDO Cross choke turn over)

<http://urx.blue/NUjd>



小室宏二 柔道固技教本 ～寝技で勝ちたいすべての柔道家へ！



第10回IJFベテランズ

国際柔道大会参戦記

日本マスターズ柔道協会

副会長 西久保博信

●9回目の国際大会

ブリュッセル（銅メダル）、アトランタ（金メダル）、プタペスト（団体戦・銀メダル）、モントリオール（形・銅メダル）、フランクフルト、アブダビ（銀メダル）、マラガ（銅メダル）、フォートローダーデール（フロリダ）、2017年のイタリア（サルジニア島）は欠場、2018年メキシコ・カンクン大会に9回目の国際大会参戦を果たした。

●第10回IJFベテランズ国際柔道大会

メキシコ・カンクン大会は参加国45カ国、総参加者数789名（男性663名・女性126名）参加者数3人は第1位フランス148名、第2位ブラジル144名、第3位アメリカ68名。因みに日本からの参加者は日本マスターズ柔道協会の9名を含め18名でした。

●11月15日成田Jメキシコシティ↓カンクン

日本マスターズ柔道協会の選手9名、応援団（奥様方）2名

添乗員1名計12名のツアーは10月15日14時25分、勇躍成田を出発。一路メキシコシティへ、日付変更線を越えて同日12時55分メキシコシティ到着、16時35分メキシコシティ発、17時30分漸くカンクンに到着。かつて経験のない長い長いフライトで夕食もほどほどに深い眠りについた。

●11月16日登録・計測（計量）

前日16時間を超えるフライトで計測出発まで自由行動となり、カンクンの朝日をカメラに収めたり、プライベートビーチを散策したりして昼食後ホテルを出発、登録・計測会場の「イベロスターカンクン」へ、例年3時間以上の行列を覚悟して遅めの出発をしたのだが会場の行列の形状が違う、先着者は椅子に座ってIJFの職員から配られた調査票に登録に必要な項目に書き込みをして順番待ちを、順次空いた椅子に後から並んだ者が座る、その席を譲ってくれたのが明らかに日系人の顔をしたブラジルの選手だった。ブラジリアン柔術を含め世界1の柔道人口を誇るブラジルと世界2位のフランスから三桁の選手が来ているのに日本人は18人、もって海外の試合に参戦すべきであると思つた。9選手全員、登録・計量をパス。ホテルに帰っての夕食は一番盛り上げるところだが、M8（65

〜69歳）2人、M9（70〜74歳）2人、M10（75〜79歳）5人の顔ぶれでは大食漢がいらないせいか、メキシコ料理が合わないのか？酒豪がいらないのか、明日の試合に備えてか？「テキーラ」飲んだのは私一人で寂しかった。

●11月17日 M6〜M10 大会参加

M10（75歳〜79歳）一回戦の対戦相手はラトビアの「Aasrovs Va r enchin」選手、ベテランズ大会常連の選手でスペイン・マラガ大会で優勝している。私とは過去「アブダビ大会」「フロリダ大会」の2度対戦している。アブダビでは一本勝ち、フロリダは僅差の優勢勝ちと2度とも私が勝っているが体幹力の強い選手である。組んで30秒過ぎ「横捨て身」気味に左に振られて「技有り」そのまま引き手を絞られて崩れ袈裟固め「技有り」合わせ一本で敗退、敗者復活3位決定戦にも敗れ「フロリダ」「カンクン」二大会連続メダルなしの屈辱を味わった。「両膝関節変形症」進行の影響にはしたくないが確かに防御が弱くなっているのか？日常の精進努力が足りない



いのか？80歳（IJFの試合出場制限）迄、後残すところ4年間チャレンジを続ける決意を固めた。

●10月18日「チチェン遺跡」へ

7時30分チェックアウト後、専用バスでホテル出発、途中現地ガイド（日本人女性）からメキシコに関するレクチャーで面積は日本の5倍であること。旧領土は現アメリカのカリフォルニア州、テキサス州、アリゾナ州を含む広大な面積を有していたこと。アステカ文明、マヤ文明を築いた原住民のこと。特に原住民は身長150cm頭頂が大きい、首が短く、背が丸い、これは重量物を額に掛けた帯で引きずった名残であるとのこと。スペイン人との混血が進む中、人口の2割を占めているとのこと。アメリカ・トランプ大統領の国境に壁を築く、宣言に対して、もともとメキシコの土地だ、壁の手前に穴を掘って向こう側に出るだけ」と意に介していないようだ。

メキシコと日本との関係は良好とのこと、現在日本の自動車メーカー5社がメキシコに生産工場を置いている。メキシコで走行している車の2／3が日本車であることも納得がいく。今後もっともっと日本からの進出を歓迎する政策がとられ



ている。中心街の交通渋滞も激しく至る所で警察のパトロールカーを見かけたが警察官が市民から尊敬を受けていないという話には驚いた。その理由として車を止められ免許証の提示を求められると免許証の裏側に添えて紙幣を出すと人に見られないようにお金だけ受け取り免許証を返す、袖の下ではなく、袖の上（買取）がまかり通るから。第二の理由、警察官には学歴・職歴を問わず誰でもなれる、警察官になったからといって親類・縁者誰も評価してくれないらしい。この話には吃驚した。

●ユカタン半島とマヤ文明

「0零」の発見はインド人と長い間伝えられてきたが、最近その定説が覆され、マヤ文明が数百年前から使っていたことが証明された。更に「チチェンイツァー」のマ

ヤの「最高神ククルカン」を祀るピラミッド「エルカステージョ」（ククルカンの神殿）4面の階段と神殿への1段を合わせると365段となり太陽暦の1年を表している。近くの天文台「エル・カラコール」という現在の天文台の形にとっても似ている建物で天体観測を行っていた。マヤの天文知識は非常に高くコンピュータのない時代に1年を365日と割り出していた。この建物で太陽の動きも観測していたのだ。「大球戯場」全長168m、幅70mのメソアメリカ最大の球戯場「フエゴ・デ・ペロタ」と呼ばれるこの球技は2チーム各7人の選手と審判で構成されヒジやヒザ、腰等を使ってゴムのボールを飛ばし、中央のリングに通すことで勝敗を競った。競技が終了すると死の儀式が執り行われ、勝った方のチームの代表が、神の国への生贄となつたと考えられる。「ワシとジャガーの台座」壁画のワシとジャガーのレリーフから生贄の儀式を行つた場所ではないかといわれている。「戦士の神殿」千本柱と呼ばれる無数の柱に囲まれた神殿。階段上部には生贄の心臓を置いたといわれるチャック・モールやククルカン像が鎮座し、中央高原との交流を決定づける建造物として重要視されている。アステカ文明とマヤ文明とが接触以降「生贄」の風習

が伝えられたのではないかと。「聖なる泉セノーテ」とは石灰岩の陥没穴に地下水が溜まったユカタン半島独特の泉。水の底には雨の神チャークが住むと信じられており、その生贄として人間が生きたままここに投げ込まれたといわれている。この泉に浸かると10歳は若返ると書かれており、マスターズ柔道会員の内藤純、片桐清司両会員がチャレンジした。昼食後専用車でカンクンへ、途中「ドルフィンビーチ（カンクンモニュメント）」記念撮影後、カンクンホテルゾーン和食「花いち」にて夕食。カンクン空港へ、21時26分発 AM50便で空路メキシコシティへ、23時55分空港到着、「カミノレアル空港ホテル」着ハードスケジュールの1日が終わった。

●10月19日 テオティワカン遺跡 アステカ文化を象徴するピラミッド群に圧倒された。ここまで来たら少々足の不自由な人もワイヤーロープを頼りにチャレンジしたくなる。但し小学生の登山は禁止されている。何故なら競争で登ろうとして落下事故で死傷者を出したことがあるからだ。行きは良い良い帰りは怖い。高所に登るときは降り（降りる）時が危険なのである。ピラミッド群の中で最大の太陽の塔は願い事が叶うパワースポットとしても有名で沢山

の人がトライしていたが頂上まで登った人は20パーセントぐらいだという。マリアッチを聞きながらの昼食の後。

「国立人類学博物館」へ。1964年にメキシコ人建築家ペドロ・ラミレス・バスケスによって完成された傑作でアステカ文明を知るうえでは欠かせない場所でありましょう。「シウダデラ市場」でお土産を買い。17時30分、「レヘンテホテル」にての休憩はシャワーと荷物整理であつというまの2時間が過ぎ、20時から「ラテンアメリカタワー」でのディナーを最後に空港へ。10月20日（土）午前1時20分発 AM058便で空路、直行便に帰国の途へ。日付け変更線通過 10月21日（日）午前6時20分 成田空港着。「カンクン&メキシコシティ7日間」の旅を終えた。お疲れ様でした。



メキシコ・

カンクン大会



・ 計 報

本年、栗本忠弘相談役と家亀岩男相談役が逝去されました。謹んでご冥福をお祈り申し上げます。



2019年『日本マスターズ柔道協会有志ラオス・カンボジア訪問団』出発に当たって

丸の内柔道倶楽部・

ラオス柔道を育てる会・

カンボジア柔道応援団

坂東 雅邦

我々『日本マスターズ柔道協会有志ラオス・カンボジア訪問団』は1月24日から31日の1週間ラオスとカンボジアを訪問する。伊藤久雄団長、浅田三男副団長他総勢17名、内柔道家13名（平均段位4・8段）家族4名という大訪問団である。

ラオスについてはマスターズ柔道協会や丸の内柔道倶楽部のメンバーを中心にすでに6回の遠征団が派遣されてきて、そのパイプ作りの実績は多くの皆様に評価いただいている。カンボジアは前回2017年3月に初めて6名がアンコール柔道場を訪問したのに続いて二度目の訪問となる。今回は首都プノンペンのカンボジア柔道連盟の本道場に先ず訪問し、より組織だった交流を果たしたいと考えている。

目的は先ず柔道を通じた国際交流、つまり友達作りが第一であるが、途上国で柔道に励

んでいる皆さんへの激励や支援も大事と言える。1月26日には毎年恒例の『ラオス武道演武会』に参加して、ラオス政府高官や日本国大使始め数百名のラオスの観客の皆さんに向七段、藤岡五段による講道館護身術の形を披露する。この他3か所の道場を訪問して激励、指導、交流の活動を行う。

勿論折角の機会を利用してのラオスのナムグムダム湖やメコン川、カンボジアのアンコールワット、アンコールトム遺跡などでの観光も大いに楽しみにしている。

ラオス・カンボジアの美しい場所を見て多くの優しい人々と交流を深めながら、我々の目指す生涯柔道が如何に良いものかを少しでも両国の柔道指導者や若い生徒さん達にお伝えできれば嬉しい限りである。また全員無事に旅程をこなし元気に帰国できるよう道中気合を入れてやつて参ります。



◆ 編集後記 ◆

私の編集は、今回で3回目になります。実を言うと、2回目の時ほど気持ちが乗らない。何か新しい事をしなくてはという思いが強くて、少し混乱していたかもしれない。7月27日に編集会議を開いて、方針を皆さんに伝え、了解を取り付け、さらに8月の執行部会で正式に承認された。9月11日に最初の原稿依頼を郵送した。

この時の方針としては、原稿依頼先は、①団体戦の優勝チームと準優勝チーム、②初参加で優勝と準優勝の人、③5回表彰を受けたが、その間メダルに届かなかった人④形競技の優勝か準優勝のチーム④女性の団体戦で優勝と準優勝のチームで60名くらいだった。

ところが、1ヶ月が過ぎてほとんど数名しか反応してこなかった。そこで10月20日と10月27日の土曜日の午後に依頼先に電話を掛けて回った。初参加の人の大半がM1・M2の若者であったためほとんどつかまらず、書く約束してくれたのは、10人くらい、これでは、本にならない。

締め切りまであと1ヶ月ちょっととあせった結果「5回表彰、10回表彰」の受賞者全員に依頼してみようと思いついた。原稿依頼の手紙を出したのは、10月27日

だったので、締め切りまで一ヶ月しかない。そこで11月30日から12月10日にかけて確認の電話を掛けてみた。「こちらは日本マスターズ柔道協会の会報担当の西谷と申します」というと「どうもどうもいつもお世話になってます。そういえば会報の原稿依頼をもらいまして、まだ書いていないけれど締め切りまでには送るよ」という答えが返ってきた。この段階でやっとなんか付く」と一安心した次第です。

その後、何人かの問合せなど受けながら、最終的に、新会長、前会長の挨拶を含めて51の原稿を載せて、第18号会報は皆さんのもとに旅立つことになった。

さて、今年度の最大の出来事といえば、三橋前会長が倒れたことだ。素晴らしい柔道家の悲劇を自分のこととらえたと同時に、数ヶ月の入院とリハビリの日々の後、先日丸の内倶楽部の稽古の後に次のように言われたのが、強く心に残りました。「皆さん、柔道が出来るという幸せを心から感じて欲しい。世界には柔道がやりたくても、出来ない人がたくさんいることをわすれないでください」

(西谷 博二)
イラスト：森本由希子さん