



日本マスターズ柔道

ホームページ <http://jmja.jp/>

2020年1月20日
JMJA-News 第19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

2020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、謹んで新年のご挨拶を申し上げます。

昨年は第16回日本マスターズ柔道大会を、福井市で、地方大会としては過去最大の700人を越える選手を迎え、無事終えることができました。年々参加選手が増えるとともに、全日本柔道選手権大会をはじめ日本を



代表する大きな大会で実績を残した選手の皆さんが多く参加されるようになり、大会の人気と知名度も増してきたことを実感しています。

しかし、出場選手の殆どは、関東、近畿、東海地区からの参加者が大半を占め、その他の地区からの参加選手は各県数名といった寂しい数字に留まっています。

今後の課題の一つが、出場選手の少ない地方に対しPR活動を活発にし、大会参加経験者の皆様か

らは友人知人に直接声をかけて頂き、未だ日本マスターズ柔道大会の感動を経験していない人達に大会の存在を知ってもらいたいことだと思っています。

トーナメントでメダルを競うことは、若い柔道家だけに与えられた特権ではありません。歳を重ねた柔道家にも、若い時代の実力の差を埋めてメダルを獲得するチャンスが何度でもあるという事を、過去16回に及ぶ日本マスターズ柔道大会の実績が物語っています。

また、従来日本マスターズ柔道大会の成績が、五段までの昇段審議の対象として認められていましたが、昨年から、六段、七段の昇段審議の対象として認められるようになりました。これもマスターズ柔道家にとって大きな励みになると思います。

今年開催の第17回日本マスターズ柔道大会は、オリンピック後の12月19日、20日に講道館で開催の予定です。日本マスターズ柔道協会としては1000人を越える選手に参加してもらいたいことを目標としており、オリンピックや全日本柔道選手権とは異なる意味で国内最

大の柔道イベントにしたいと考えています。

今年もまた試合場で皆様にお目にかかることを楽しみにしています。

二〇二〇年

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

市山 好

二瓶 直人

監事

浅田 千秋

役田 英穂

【会計担当】

☆事務局便り☆

日本マスターズ柔道協会
二〇二〇年総会及び懇親会
へのご案内

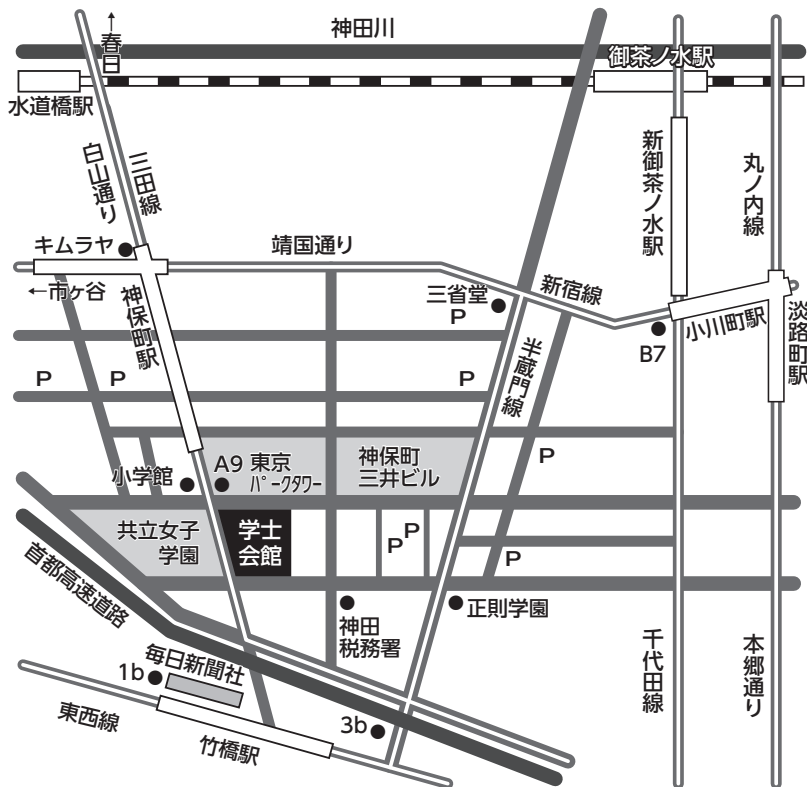
本年の総会は、毎年四月二十八日に講道館で開催される全国柔道高段者大会当日の午後五時から、講道館より地下鉄で二駅の神保町の学士会館で開催

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



2020 年日本ベテランズ国際柔道大会 (第 17 回日本マスターズ柔道大会)

【期 日】2020 年 12 月 19 日(土) 20 日(日)

【会 場】講道館

【試合日程】12 月 19 日(土) 午前：形競技／午後：団体戦(男女)
12 月 20 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

【申込方法】Web・FAX または郵送

【申込受付期間】1 次申込み：2020 年 8 月 3 日(月)～10 月 9 日(金)
2 次申込み：2020 年 10 月 10 日(土)～10 月 23 日(金)

●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(2020 年 7 月掲載予定)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

本年も、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：〇九〇一四〇二二一
五九九二

FAX：〇五〇一三七三〇一
〇八四六

新役員よりご挨拶

日本マスターズ柔道協会入会の
きっかけと今後の目標

事務局次長 市山 好

2018 年度から事務局次長
として、会計担当になりました
市山です。



私が柔道を始めたのは中学からで、中学・高校の6年間はあの程度熱心に柔道に打ち込みましたが、その後15年間は柔道着に袖を通すことはありませんでした。

柔道再会のきっかけとなったのは、会社帰りに毎日通っていた新橋の居酒屋に、稽古帰りの丸の内柔道倶楽部の先生方が良く顔を出されており、そのうちに顔見知りになり一緒に柔道をやらないかと誘って頂いたからです。

柔道再開から約33年間、今もこうして柔道を続けてこれたのも、丸の内柔道倶楽部との出会いのお陰だと感謝しております。

皆さんご存知の通り、丸の内柔道倶楽部会員の皆さんは、日本マスターズ柔道協会創設時より、役員、選手として活躍されています。その関係で早い時期

から日本マスターズ柔道協会への参加を勧められておりましたが、なかなか重い腰はあがりませんでした。

しかし、2017年に三橋英夫前会長の方から事務局の会計の仕事を手伝って欲しいとのこと、ご依頼がありました。私に会計の仕事が務まるか少し悩みましたが、会社勤めも後1年で終わる事もあり、お引き受けすることにしました。

入会後は事務局の仕事をすれば良いと思っておりましたが、せっかく入会したなら、大会にも選手として参加しなければ不味いとの周囲の強い声があり、何に参加しようかと迷っている時、事務局次長の原優さんから一緒に形に出ようよとお誘いを受け、形競技に参加する事になりました。

参加する形の種目は『五の形』です。私にとって五の形は始めて習う形でしたが、パートナーの原さんの支援を受け、愛媛で開催された第15回日本マスターズ柔道大会に初参加しました。競技の結果は9組中4位でした。その後も稽古を重ね福井で開催された第16回日本マスターズ柔道大会にも参加しましたが、結果は12組中4位でした。これまで2回の参加では、ど

ちらも4位で入賞は出来ませんでした。我々二人の当面の目標は採点結果で70点代を出すことです。

五の形は演じる形の数は5本と少ないですが、教本の概説には『この形は、天地自然の姿であり、その理法をかたどって柔道的に表現した芸術味あふれる形である。』と記載されており、奥の深い形です。

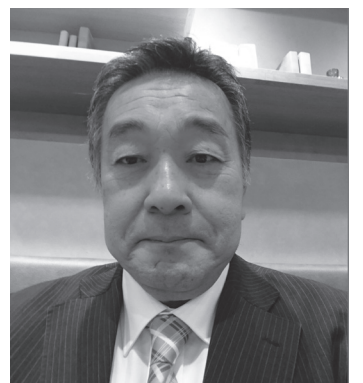
今我々が指導を受けている、保科素先生（八段）からは人のマネをするのではなく、自分達の個性（色）を出すようにと難しい課題を投げかけられています。

一朝一夕には出来ませんが、自分達の個性が出せるよう、これから稽古を続けて行きたいと思っています。

今年の第17回日本マスターズ柔道大会は、12月に柔道の総本山である講道館で開催予定です。我々も参加予定ですが、多くの会員の皆様の参加をお願い致します。

日本マスターズ柔道協会

事務局次長 二瓶 直人



この度、事務局次長を任命されました二瓶と申します。マスターズ協会には最近入会したばかりです。私が柔道を始めたのは小学校4年の時で、相撲が強かった事から父に「柔道に向いているかもしれないので習ってみろ」と諭され、地元札幌市内の体育館に週1回通い始めました。初めての試合に、袈裟固めの一本勝ちをし、勝つ事の痛快さを覚えてから柔道に大きな魅力を感じ夢中になっていきました。中学に進むと真っ先に柔道部に入部、2年の終わりには初段を取り、地元の中体連の大会で優勝する事もできました。高校は稽古の厳しい学校で、また北国なので、冬の暖房機器の無い道場には霜が降りる日が何日もありました。この為、最初に寝技の乱取りをたっぷりやり、汗をかいた上で打ち込み、立ち技の乱取りという進め方でした。この時期が私の柔道の基

礎をつくりました。夏には合宿もあり、厳しい稽古の甲斐あって2年で二段に昇段、先輩達にも恵まれインターハイや体重別ジュニア選手権にも出場できました。

浪人して大学は早稲田に進み、勿論柔道部へ入部、大澤師範、小野澤師範の下、合宿所もでき稽古漬けの4年間でした。また道場改修事に伴い3年から4年になるまでの約1年間は、警視庁、講道館、他大学への通い稽古を余儀なくされ、まるでジプシーのような日々が続きましたが、この通い稽古のおかげで受けが強くなり、強い大学と試合をしても負けなくなりました。貴重な体験でした。インカレにも出場でき、4年には四段に昇段しました。

社会人になると仕事の為、稽古はできず、というよりも怠けてやらなかったのですが、35歳の時に、仕事の取引先であり、職場が近かった関口さん（故人）に誘われ、丸の内柔道倶楽部の稽古に時々行くようになり、ここでマスターズ協会の先輩方を知ることになります。丸の内警察の道場で最初に印象に残った事は、形の稽古を皆さんが熱心に行っている事で、昇段審査があるとしても、何故そんなに熱

心なのか尋ねると「技の理合いが解る」との事でした。試合で勝つ為だけに、がむしゃらに稽古をしてきた私には初めイメージが湧きませんでした。後に、後になり柔道の本質をつく大切な事だと気付きました。同時に勝ち負けの前に、柔道の本質を良く考えながら、もっと丁寧な稽古を積み良かったなと後悔の気持ちすら感じました。

本当に会員の皆さんには、柔道への研究熱心さと思い入れの強さを感じます。まさに愛して止まない柔道への取り組みに感銘を受けます。柔道には自分を導いてくれた先生、先輩がいて、人生で多くの事を身に付ける事ができたと思っています。また助けられてきたとも思います。最近柔道から遠ざかってしまいましたが、これからは皆様のお役に立てればと思っております。原さんの後任という事で荷が重いですが、次の方に引き継ぐまでは力不足と言われないよう努力する所存です。ご指導の程も何卒宜しくお願い致します。



セキユリテイ

パワーが

団体戦で連覇達成

周作さん二連覇達成したよ！

セキユリテイパワーズ

マネージャー

久保 雅昭



本年1月 坂本周作さんが亡くなった。37歳という若さだった。

昨年の松山大会団体戦の先鋒を務め大活躍。個人戦でも二連覇を達成。宮崎日大高校から、秋田経法大学。遠藤純男先生の教え子で、全日本選手権にも出場した。お兄さんは、國學院大學柔道部監督の坂本大記さん。

また、周作さんは松山大会で大將を務められた羽生利彦八段の娘婿である。

若いから病気の進行が早かったのだろう。訃報を聞いた時、セキユリテイパワーズの選手一同と監督は、言葉にならないほど驚いた。

本年の福井大会は、羽生先生がスカウトされた栗野靖浩先生が先鋒となった。2010年世界選手権73kg級の銅メダリスト。現在筑波大学コーチ。

また次鋒は、東京学芸大学准教授で学術博士、同大学柔道部監督の久保田浩史先生が務められた。栗野先生、久保田先生ともに、筑波大学のOB。

中堅は、昨年大活躍された富吉司先生。

不動の絶対副将は、上野清吾先生。

大將は、70代では向かうところ敵なしの、羽生利彦先生。

マネージャーは、私、久保。

監督は、西久保博信八段。

一同は、『二連覇することが周作さんへの何よりの供養』を合言葉に一致団結した。

筑波大学の柔道は、知的な柔道との印象を強く抱いた。試合運び、技の組み立てが上手い。栗野先生、久保田先生ともに小柄ではあるが、大男を手玉に

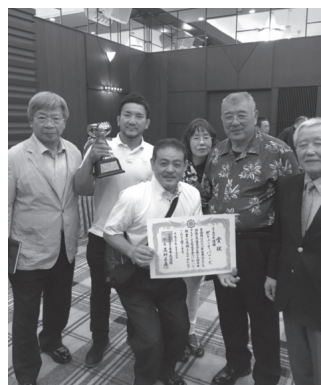
取った。

本年も富吉先生、上野先生、羽生先生の大活躍で史上初の二連覇を達成した。

例えば坂本周作さんの性格は優しく柔らかで柔道も柔らかくそして強かった。

周作さん二連覇達成したよ！天国でゆっくり休んで下さい。

そして今度生まれ変わったら全日本選手権優勝を目指して下さい。



海外からの投稿

日本での柔道修行

アントン シャハロフ

ニュージールランド・

ダニディン市

レンシユウデン道場

ある日、私は自分の柔道をもっと良くする為にどうしたら良いか？とウィリアムズ先生にお尋ねしました。



師曰く『日本に行つて来い、行けば武道の伝統的な価値を学べるし、ニュージールランドよりも高い水準の稽古ができる』。私は勇み立ちましたが、同時に日本への旅に心配も生じました。3か月の稽古を申し込んだのですが、自分の実力が毎日の稽古に耐えられるか不安だったからです。そうして私は2017年の12月に初めて日本に参りました。

リトルウッド先生が私に、京都に行くように勧めてくれましたので、まずは京都に行きました。京都で2ヶ月半滞在し、京都学園高校、京都大学、それと円心柔道クラブで稽古をさせてもらいました。最初に稽古したのは高校だった訳ですが、のっけから私の実力は及ばないと実感しました。一方、そのような稽古で自分の技が磨かれるという希望も持ちました。それは実に激しいもので、それまで

ニュージーランドでやってきた稽古とは全く異なるものでした。学生達のなかでは、柔道がスポーツ以上のもので、私の滞在中にも何度も大会試合への出場がなされていました。私は高校で3時間稽古をし、加えて円心柔道クラブで乱取りをしていました。途中何回か怪我もしましたが、私の心は強くなり、体は稽古に合わせて弾力的になってゆきました。

京都の後は東京に移り、柔道発祥の地―講道館で稽古をしました。ここでは柔道の別の面、武道らしさの表現を大事にする事を習いました。フレンドリーな指導者の方々から技の改善方法を教えていただき、また投げの形の指導もしていただきました。ニュージーランドに戻ってから、私は所属のクラブで他の稽古仲間と投げの形を教えたり、日本で得た様々な価値ある知識を伝えたりしました。

ニュージーランドに帰国してからまた更に稽古に励み、2019年には、6週間の稽古の為に再度日本に参りました。この時は日本文化と言語の吸収にも一層集中しました。私は日本人が幅広い才能を持っている

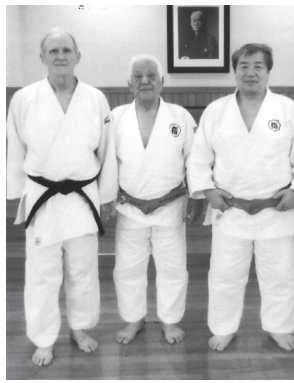
事も分かりましたし、日本人が生活や人生をどうやって送ってゆくのかをより理解できるようになりました。この時の新しい友達と前回からの古い友達が私の日本に対する理解を大きく広げてくれたのです。

また近いうちに日本を訪れてもっともっと日本について学びたいと思っております。

(翻訳・坂東雅邦)

柔道はチームスポーツだ！

ポール ショルメイアー
米国ネバダ大学哲学科教授



私は初めて講道館を訪れた時の事を忘れることができません。私は其の頃初段を頂いたばかりの身でしたが、休暇を利用して柔道発祥の地で稽古をしようと思ったのです。しかし、不安もありました。どんな事をし

なければならぬのか正直言って分からない部分が多かったのです。特に研修コースについて行ける実力が備わっているかが心配でした。

到着してみると事務所の皆さんが実に歓迎してくれて面倒も見て下さるのです。彼らが英語に堪能な事が分かって大変安心もしました。彼らは私が三つの夏期講習である形講習、技講習、暑中稽古、全ての受講を希望するという事を確認すると、すらすらと受付手続きをしてくれました。すべて完了してから私はすこしブラブラと散歩に出ました。

まもなくホステルの部屋にチェックインして、ラウンジでリラックスしていると、誰が現れたと思いますか？何とオーストラリアの代表チームです！彼らは根っからのアスリートという感じで、またデカいのです！私は身がすくみ、場違いな所に来た思いでした。果たして講道館に来たのは正しい決断だったのかと迷い始めました。こんな連中と稽古ができるのか？身体がバラバラにされてしまわないか？！

しかしこのオーストラリアの皆さんは実にフレンドリーで気さくな皆さんで、世界クラスの選手と思えないほど姿勢の低

い皆さんでした。いつも笑顔でジョークを飛ばしあいバカ騒ぎを楽しんでいるのです。私の気持ちはまさに起死回生、愉快なクライズデールのケンタウルスの気分でした。

しかし彼らと稽古する機会はありませんでした。その時は救われたかもしれませんが、今思うと惜しい事でした。当時は、彼らが講道館での個人指導を受けに来ていたのではと思っていました。今になると、東京地区の大学チームと稽古する為に来ていたのではないかと思えます。

講道館の大道場での初めての乱取りはまさに『挑戦』でした。乱取りだけのクラスには慣れていませんでしたから。それでまずは自分で準備体操をして、それから体格の同じくらいの相手を探しました。マア！どこを見ても黒帯だらけ。私の技などはこの道場の優秀な柔道家達には及びそうもありません。しかしこの皆さんとの稽古は楽しかったです。ポンポン投げられるのは仕方ありません。しかし時々うまく投げる事もできました。もしかして彼らが投げられてくれたのかもしれません。しかし中には私の方が技で上回っていると思う相手も少ない

ながらもおられました。こういう皆さんとは自分の技を完成させる為にベストの投げ方をするように心がけました。

私の目標は力を要せずに投げる事です。一方相手の技がうまく入った時は投げられるという事や明らかに間違った入り方をしてきた時はアドバイスするというような事も会得しました。

間もなく気が付いたことですが、ある種の柔道家は技の向上の為に頑張っている。一方で別の種の柔道家は自分の技を立証する(見せつける?)為に稽古をしています。つまり前者はより良い柔道家になる為に稽古して、後者はより良い柔道家である事を立証する為に稽古をしています。私は前者との稽古を優先して、後者の方はできるだけ避けました。私は遥々日本まで来て怪我をして稽古が出来なくなるような事は嫌だったので

す。そうして夏期講習が始まりました。世界中の柔道家が講道館になだれ込んできます。道場は混み合い状態に近いのです。それでも私は乱取りの相手を探す事が出来ました。ほとんどの場合、技の練習の相手もうまく探せました。しかしたまに相手を間違えてあざやこぶが残るような事

もありました。

一人の中国人の仲間が私の心に残っています。彼の見かけはおっかない感じなのです。

体格は私より少し大きくて、いつもしかめっ面をして私らとの稽古を見下しているかのようにした。当然ながら私は彼を避けました。しかし技コースでの乱取りが始まるや彼が私に乱取りを申し込んできたのです。どうしようか迷いましたが、多分私を上位者と思ってる事と思い受けました。

直ぐに彼も初段成り立てながら技がしっかりしていると気づきました。私の技も大した事はありませんが彼の技は私よりもやや劣る感じでした。私は生き返った感じでした。彼をできる限り助けて、お互い良い乱取りができ、その後の他の人との乱取りもうまくゆきました。

研修の講師の皆さんは大変高い技をお持ちで、特別講師の先生方もまさに最高峰という感じでした。先生方は極めて辛抱強く、俄か初段の私達に接してくれました。私達の間違いにも何ら驚く様子もなく、私たちの未熟な部分はさらに学ばせる良い機会ととらえてらしたようです。

こうして夏も終わる頃までに

私は新しい技を学び、今までの技も改善することができました。とは言っても私の技はまだまだ磨きをかけるといような段階ではありません。しかし私が学んだ一番大切な事は、『柔道はチームスポーツだ』と言う事です。試合などでは個人対個人で戦いますから個人的な競技スポーツに見られがちですが、全ての試合のスキルは先生方や他の柔道仲間から学ばせてもらうものではないでしょうか。

私は問いかけたのですが、誰がたった一人で柔道を習えるのでしょうか？『自他共栄』は私の修行の根本です。英語では Mutual Benefit。誰もが誰かに支えられ、誰もが誰かを支えると言う事です。私はこの教えを母国での修行中に部分的には気づいていましたが、今回の講道館への旅でこの教えをさらに深く身に着けることができました。

また今回の旅で世界中の沢山の素晴らしい柔道家の友達を作りました。中国人の友達も！いまや頻繁に E-MAIL でやり取りする仲です。彼は12年後講道館に戻り、私達はまた乱取りを行いました。彼は実際のところ少しシャイになっていました。

(翻訳・坂東雅邦)

第10回大会より参加、

日本人の素晴らしさを

母国に伝えたい

スウェーデン・ヴェテランズ

柔道世話役

アンドルー・カールソン

(M4・90kg)



福井大会の団体戦で NZ チームの中堅を務める

2013年9月、東京の講道館での試合が、私の初めての日本マスターズ大会でした。

Roine Sundberg, Mats

Westlund 等、そして私たちの

妻の Helene, Kattis, Maria も応

援として一緒に行きました。そ

れは、私にとって25年ぶりに日

本、そして講道館に帰ってきた

時でした。

私は1988年、22歳の時に東京に3か月滞在し、講道館で稽古をしたことがあり、懐か

しく思い出深いものでした。講道館での試合は特別なものでした。

計量は豪華な構内で行われました。試合登録方法と計量はとても簡単に済みました。体重計のグラム表示が小さな紙で隠されていて、少しの体重オーバーが見逃されると、ほっとしたこと

を思い出します。観客席に座っていた女の子たちが試合中にすごく緊張しているように見えました。試合前に、階級別に選手が集合したため、事前に対戦

相手がわかりました。採点版は電光掲示板ではなく、古い白板に手で書くタイプでした。タイ

マーもなく観客が残り時間を選手に伝えていました。Mats と私は M4・90キロの同じカテゴリーでブロックも一緒でした。

敗者復活選はなく、対戦して勝つか、不戦勝しかありませんでした。試合の進行はとてもスムーズに進みました。

結果は、私は銅メダル、Mats は表彰台わずかに届かず5位でした。Roine は M4・66

キロで銀メダルでした。それ以降、私は今まで5回、日本マスターズ大会に参加しています。講道館でもう一回、それ以外は他の開催地でした。講道館での試合は信じられな

いほど素晴らしい経験ですが、その他の開催地も素晴らしい会場と環境でした。全ての試合が素晴らしい思い出と経験です。

日本マスターズ大会は2つの銅メダルだけではなく、多くの友人と経験を私に与えてくれました。私と仲間たちは複数の柔道クラブでの練習に誘ってもらいました。

大阪では素晴らしい友人ができ、練習や夕食会、そして地元の名所にも連れて行っていただきました。

私は今まで2回団体戦に参加しました。一番最初のチームはニュージランドとの混成チーム、そして二回目のチームはスウェーデン、ノルウェイ、ニュージランドそして日本との混成チームでした。

歓迎夕食会では生涯の友人を得られました。今では毎回日本から戻る度に、また日本に戻るよう願うようになってしまいました。

私 は Dejan Colic, Lars Eliasson, Gustav de Amaral, Kim G Andersen 等、Hanne Myrnes 達の影響で日本マスターズに参加しました。私もスウェーデンで、より多くの人

す。日本の人々の優しさや素晴らしさ、そして少し異なる文化についても伝えたい。

柔道は私に、たくさんの素晴らしい思い出と経験、そして多くの出会いを与えてくれました。

五回表彰の人々

生涯柔道について

石川県 安井 重臣

(M5・60kg)



最後列 左端が筆者

私は中学生から柔道を始め、中学、高校では良い成績もあまり残せず練習の厳しさから続け

ていくつもりはありませんでした。しかし自衛隊に入隊した私は何か運動をしようと思った時に体に染みついた柔道が頭に浮かびました。小松基地に配属された私は、地域の道場に練習に通い楽しく練習をすることができました。

月日もたち、息子が五才になったのを切っ掛けに以前からの誘いのあった少年柔道の指導者を手伝うことになりましたが、指導の時間で自分が柔道をするところからは遠ざかっていました。それでも中学生相手の練習で少しは体力の維持ができていたと思います。

マスターズに出ていた小松市柔道協会の先生から「第6回大会が君の故郷である大分で開催されるから出てみないか」と誘われたのがマスターズとの出会いでした。初めて参加して緊張感、楽しさ、悔しさ、次に向けての意欲など競技者としての気持ちたちが蘇り、教え子達選手の大いへ臨む気持ちが共有できた気がしました。マスターズでは本大会で皆が仲良くなる雰囲気も好きになり、マスターズを目標に自分自身も頑張ろうと益々柔道に身が入りました。しかし、マスターズに出たい自分の気持ち

があっても少年の大会が重なった時は、少年大会を優先してだったので毎回出場することはできません。6回目の出場は去年行われた福井大会でした。極めの形の競技と個人の部の2種目に出場し形では入賞できたものの個人戦は一回戦敗退し残念な結果となり、また次の大会へ臨む意欲へと変わっていました。

今回初めて出場した形の大会では、心臓の音が聞こえそうなくらい緊張し、気持ちを落ち着かせるため一つ一つの動作で深呼吸をし臨みましたが、自分には上手く演技出来た気がしていました。他の競技者の演技も気になり見ていましたが、どの競技者もレベルが高く入賞したのが奇跡だったと思うくらいでした。この大会を通して、形の競技の奥深さを知ると共に形の競技者にも新しい仲間が出来、次の大会での再会を約束しました。

しかし、「さあ次の大会に向けて頑張るぞ」と、気合十分だった昨年の夏、左の前十字靱帯を損傷してしまいました。現在リハビリの最中ではありますが、少年柔道の指導と自身の目標を両立できるよう奮闘しています。再会を約束した友人に会う楽しみ、新たな強敵に出会うであろう

う個人戦に向けて、焦らず再起して出場出来るよう努力していきます。こんな気持ちになれるのもマスターズと出会ったからだと思います。

柔道との出会いと これからの人生

静岡県 安江 幸師
(M7・90kg)



●柔道との出会い

柔道との出会いは、昭和五十年四月、高校に入学してから。中学までは水泳をやっていたが、「やるなら強い部活に」と思って見学にいき、入部を決めたと記憶しています。

当時は、高校から柔道を始める人が多く、私の学年も全員が素人。ただし、教えていたいただいていた先生方は愛知県警師範等、

全日本でも活躍していた方々ばかり。当時は、入部数か月は、寝技しかやらせてもらえず、また、同じ学年で、一人でも休むと先輩からの特別訓練を、練習前に毎日やらされた事、昨日のように思い出されます。

今思えば、特別訓練が自分の基礎体力を作り、今という体感が鍛えられたおかげで、高校最後の大会においては、優勝を目指すことができるまでに鍛えていただいた事を覚えていきます。

社会人となつてからは、練習したくてもどこでやって良いのかわからなかったため、寮の駐輪所の柱で打ち込みを行っていました。その後、地元の柔道関係者を探していただき、ようやく練習ができる場所が見つかりました。今思えば、このスタートが無ければ、今も柔道を継続しているということとはなかったと思います。

●日本ベテランズ国際柔道大会との出会い

あることがきっかけで、6年前から、日本ベテランズ国際柔道大会に出場しています。何よりも嬉しいことは、柔道を通して全国に友人が増えたこと。私の何よりの財産です。また、今更ですが、この大会で学んだこ

とは、嘉納治五郎という人物が
いかに大きな存在であるかとい
うことと、柔道を行うことの本
質がようやく理解できたという
ことでしょうか。

●これからの人生

柔道を学ぶ上で一番大切なこ
とは、1922年に嘉納治五郎
先生が発表された理念である「精
力（最）善（活）用・自他共栄」
です。自分の弱い精神や肉体を
柔道の修業を通して学んでいく
ことにより、最終的には社会の
ために自らの力や知識を使うこ
とにより、社会に貢献すること
にあると感じています。この一番
大切なことに気づくまで55年と
いう月日が掛かりましたが、こ
れからの人生において、少しで
も、多くの方々に伝えていた
らと思っっていますし、何よりも
自らが率先垂範していくことに
より、生きることの大切さを感じ
て行けたらと思います。

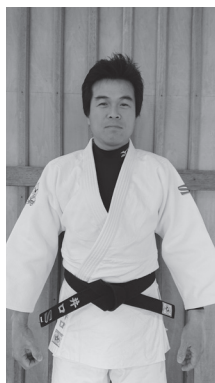
この生ある限り、元氣と勇氣
と優しさを、いつまでも忘れる
ことなく前進していけるよう精
進していく所存です。

最後になりますが、諸先輩方
にご指導をいただく中で、今こ
うして柔道を続けてこられた環
境を与えて下さった、本当に多
くの方々に感謝を申し上げます

ともに、1日も長く生涯柔道を
貫きたいと思っています。柔道
を続けていこうと思っっている皆
様、一緒に頑張りましょう。そ
して、これからもよろしくお願
いいたします。

生涯柔道!!

和歌山県 井口靖仁
(M4・81kg)



私が柔道に出会ったのは、小
学校5年生の時です。町内に柔
道教室があり、先生に「柔道を
してみないか？」と誘われ入部
しました。当時は、柔道って何？、
どんな事をするの？と全く知り
ませんでした。最初は、礼儀作
法から始まり、基本動作等厳し
く指導して頂きました。

それから、中学、高校、大学
と選手としてずっと柔道を続け
てきました。社会人になり一時
は柔道から離れていましたが、
地元に戻り結婚して平凡な日々
を過ごしている時に、先輩から

「一緒に柔道教室で子供達に指導
してくれないか？」と誘われ指
導者として柔道に携わるようにな
りました。

自分も指導者になり、子供た
ちに礼儀作法、基本の体力づく
り、寝技や立ち技等を時には優
しく、時には厳しく指導してい
ます。最初は全く挨拶が出来な
かった子が出来るようになった
り、「風邪をよくひく子に体力
がついて学校を休まなくなった」
などと保護者から聞くと非常に
嬉しく、また「朝あつたら挨拶
してくれるし、柔道している子
は良い子ばかりや」などと近所
の人に言われると、柔道を指導
していて本当に良かったなあと
思いました。

また、子供達に指導する一方、
自分も選手としてたまに県内の
団体選手権大会や地域対抗柔道
大会等の団体戦の試合に参加さ
せて頂いていましたが、ある時、
マスターズ柔道大会があると知
合いの指導者より聞きました。
それは年齢別、体重別の大会で
個人戦もあるとの事でした。

最初に出場させて頂いたのは
2012年の山口大会でした。
会場に入り一番驚いたのは、自
分よりも年配の先輩方が多く、
高齢者の方でも非常に元気に気

合が入った試合をしている事に
感動致しました。これが生涯柔
道なのだと痛感しました。

それ以降、特別な用事が無い
限り参加させて頂いています。
今回5回出場との事で、表彰を
させて頂きました。

柔道に携わってきたおかげで
沢山の先輩や後輩、また先生方
に恵まれ、今の自分があると思
います。本当に柔道をやってい
て良かったと痛感しています。

柔道と仏教

柔道の前身である起倒流柔術の流祖で
ある茨木又左衛門利房は柳生但馬守宗矩
と同様に沢庵禅師に師事していたことは
周知のとおりです。嘉納師範の作成され
た柔道の精神を表す言葉①自他共栄②精
力善用はどこから来たのかを探索してい
ましたら、仏教の教えを説く言葉に出く
わしました。前出の①と同じ意味を表す
自利利他と②をさらに具体的に説明した
六度万行（六波羅蜜）です。六度万行と
は1布施（親切）2持戒（言行一致）3忍辱（忍耐）4精進（努
力）5禪定（反省）6智慧（修養）を実践して生きること、つま
り自分の有する能力を最大限に善用して生きることです。古式の
形を稽古する様になって7年経過しましたが、そのおかげで起倒
流柔術、沢庵禅師、臨済宗、曹洞宗との出会いがありました。柔
道に関わる人間として技量の追求だけではなく柔道精神の実践人
になりたいと思います。



東京都 原 優
(M8・66kg)

今後も益々精進し「精力善用」
と「自他共栄」の理念を元に、
後進の指導と、また、選手とし
て生涯柔道に携わって行きたい
と思います。

今後の夢は教え子達と同じ
チームで年齢別の団体戦に出場出
来れば良いなあと思っています。

最後になりましたが、日本マ
スターズ柔道協会の皆様方のご
健康とご多幸、さらにはご活躍
を心から祈念致します。

柔道は私の健康のみならず

神奈川県 井上数夫
(M9・66kg)



私(右)とMさん(昭和47年当時)

古希を迎え家族に祝福してもらった年齢となりました。子供達から年相応の扱いを受けている今日この頃ですが、自分では「まだまだ若い者には」という気持ちを持って頑張っています。今回日本マスターズ柔道協会から5回表彰者を対象に、会報への投稿依頼があり、日頃心掛けていたことを書かせていただきました。

平成15年初めてマスターズ柔道大会に出場してから早いもので6年の歳月が経過しました。毎年大会出場を目標に練習を重ねております。猛稽古?のため

か食欲旺盛になり体重の維持管理が難しくなりました。余り気にもしなかった体重管理ですが、今では、朝・夜2回の計量測定を行い、暴飲暴食も控えるようになりました。それ以上に柔道の鍛錬にも真剣に取り組むようになり日頃の運動不足を補うことができました。お陰で体調も良くなり生活習慣病の発症リスクを減らすことができました。これも偏に日本マスターズ柔道大会のお陰だと感謝しております。

ここ5年の成績を振り返りますと、66キロ級での準優勝1回を挟み、4回優勝することができました。現在も充実した気持ちで日々練習に励んでいます。また、柔道仲間と、柔道の魅力を語り合う機会も増えてきました。そのお陰で40数年前に道場仲間であった2年後輩のMさんと再会し共に練習する機会を得ました。

Mさんは柔道訓練日があると午前4時に起床し、午前6時過ぎには柔道の形稽古、午前7時から約1時間の寝技と乱取りで汗を流します。終了後は早々と道場を後にし、会社勤めや英会話スクールに通っています。夜も講道館の訓練日には必ず参加しているスーパーおじさんです。

その小さな身体で、大怪我を克服し満身創痍となった今でも元気一杯頑張っています。

これからは、怪我や病気は避けては通れません。練習中怪我することも多々あるでしょう。また、どこからともなく「もう年齢だから柔道を辞めたら」と囁く声も聞こえて来ます。私は「柔道していたから怪我をした」とは考えません。何処にいても転倒や衝突によって怪我する事があると思っています。怪我は「練習しながら治癒させる」という昔ながらの手法と筋トレによって克服することになっています。

また、私は、病気にも最大限の注意を払っていますが、病気の予防には、ストレス解消が一番だと思っています。私は柔道で流す汗や疲労感が達成感となり、ストレス解消法に繋がっているのだと思っています。その達成感により体内のエンザイム(酵素)が活発に働いて、病氣予防に役立っていると思っています。

これからのMさんの「怪我に打ち勝つ精神力」や「元気一杯のパワー」をもらい、老骨にムチ打ってマスターズ柔道大会の連続出場に向けて精進して参ります。マスターズ柔道大会の存在無くして私の今日はありませ

ん。これも偏に協会皆様のご尽力の賜物と深く感謝し、今後もし指導ご鞭撻のほど宜しくお願い申し上げます。

父に見せたかった柔道

東京都 関 喜洋
(M4・81kg)



私の家は、柔道一家といわれけではなかったので、中学の部活動が柔道との出会いでした。

中学時代は、本当に弱くレギュラーどころか補欠にすらなれないような選手で、やっと3年生

最後の試合に出られることになり、父に始めて柔道をしている所を見せれると張り切っていました。が、当時から入退院を繰り返していた父は残念ながら試合を見に来ることは出来ませんでした。

何とか、「父に試合を見てもらいたい」という気持ちだけで高校でも柔道を続け、あんなに弱かった自分ですが、少しずつ強くなっていき地区大会では、個人・団体と優勝する事が出来ました。

そんな私が全校の父兄に配る資料の様なものに試合中の写真が掲載され、クラスの懇談会の時に「この写真の生徒は、うちのクラスの子で柔道部のキャプテンなんです」と説明をされ、父が「嬉しかったよ」と恥ずかしそうに言っていたのを昨日の事のようにハッキリと覚えています。

結局、このときの試合は、第一シードになりながらもベスト8で負けてしまい、この年に父も亡くなり、自分の試合を見せる事は出来ないまま柔道を離れることになりました。

そして就職し29歳の時に起業し現在に至る訳ですが、ずっと柔道の事が頭の片隅にあり、会社も安定してきましたので、40

歳の時に思い切って柔道を再開する事にしました。

2014年から日本マスターズ柔道大会に毎年参加させて頂き、6回目の出場初めて銅メダルを取る事が出来ました。

私もあと少しで、父が他界した年齢と同じ49歳となりますが、健康に気を付けて金メダルを取る姿を天国の父に見てもらえる様に頑張っていきたいと思えます。

また、日ごろお世話になっていきます編集担当の西谷先生にも、私の様な普通の選手にもこのように寄稿の機会を与えて頂きました事に感謝いたします。

本大会は、柔道愛好家にとっ
てかけがえのないものになって
おり、益々のご発展をお祈り申
し上げます。ありがとうございます。
ました。

生涯柔道

鹿児島県 古川しげみ
(TOYO姫・監督)

最初にマスターズ柔道（ベテランズ柔道）大会のことを知ったのは、大学の恩師が退官なさった時の別府大学柔道部同窓会の

席であつたのを覚えている。その頃は、柔道界に戻ってわずか
で、現職校の部活コーチと地元
の少年団の手助け程度の関わり
だったので、正直自分事として
は捉えていなかった。

六年前のある日、鹿児島柔道
会の中尾先生から「一緒に試合
に出しましょう」とのお声かけを
頂いた。その頃にはコーチから
部顧問として柔道に携わって
ものの、自分のために稽古を
しようとは考えたこともなく、
正直迷ったのだが、お祭り好き
の血と、最愛である愚息の高校
進学（柔道部）が重なり「よし、
頑張る姿と結果を見せてやる」
と相成り、参加することにした
のだった。

勤務先の出水中央高校の柔道
部員が、私の稽古相手も務めて
くれて感謝・感謝。そうして、
息は絶え絶え・・・足はもつ
れ・・・雑巾のように宙を舞う日々
から、ほんの少しだけ体が思う
ように動きだし始めた頃、久し
ぶりの講道館の畳の上での試合
に挑みました。大山・中尾・古
川の三人娘（笑）の「鹿児島チー
ム」で優勝することができまし
た。その後も中尾・古川の二人
で出た佐賀嬉野大会。北田・中尾・
古川三人での講道館大会と3連
続優勝をしましたが、和歌山大

会で連勝がストップ。リベンジ
に燃えていたところに病気の発
覚・運動禁止・・・治療のた
め愛媛大会チーム「熱姫」と福
井大会チーム「TOYO姫」では、
名だけの監督参加で、それはそ
れはイライラモヤモヤして過
していました。

そして令和元年の今年、令和
初開催であつた「鹿児島インター
ハイ」を無事に終えたところで
手術を決定いたしました。

そろそろ、運動開始の許可を
得られそうになりましたので、
来年末の講道館大会への出場を
目標に、この一年少しずつ身体
と相談しながら稽古を始めてい
きたいと考えているところです。

指導者であつた父の影響で、
三歳から畳の上を転がり始め、
小学校高学年から中学ではバ
レーに励み、高校で再び柔道
の世界へ戻り、大学・実業団へ
と進んだ柔道人生。頸のケガで
引退した後「看護の道」へと進
み、そして現職である高校教員
に・・・。

途切れた時期がありつつも
四十年近い柔道人生になりつつ
あるいま、息子とベテランズ柔
道大会への参加・親子出場を夢
見ていますので、これからも柔
道とともに生涯を過ごしていく
ことは確定のようです。

生涯柔道という、同じ志を持
つ世界中の皆様と来年末の講道
館で、道着姿でご挨拶できる日
を心から楽しみにしております。



高みを目指すも柔道ならば、
長く続けて努力するのも柔道

大阪府 甲能 武
(M5・81kg)



この度、日本ベテランズ国際
柔道大会（日本マスターズ柔道

大会）「五回出場表彰」をいた
だきました。年々規模も大きく
なり華やかになっていく同大会
認知度も上がり参加する私たち
にとつては大変励みになります。
私が初めて出場したのが、第七
回新潟大会で45歳でした。出場
を決めたのは、自身が所属する
企業の柔道部の先輩である山城
武史師範・野口修氏に誘われた
のがきっかけでした。私は、同
大会で優勝経験のある両先輩方
に続けと「優勝」という二文字
を目標に、M4・81kg級と同無
差別級に出場しました。が、結
果は共に1回戦敗退。この時、
山城武史師範がM8・無差別級
に優勝、野口先輩がM4・73kg
級で第3位と両先輩の活躍を横
目に、肩を落とし、悔しい思い
で家路に就いたのを思い出しま
す。ほろ苦いデビュー戦だったの
を今でも記憶しています。

この敗戦がきっかけとなり、
私はベテランズ大会で優勝する
ことを目標に、自身の所属する
柔道部での稽古の他、出稽古、
そして、筋力トレーニングと生
活のリズムとして日々柔道に取
り組んでいます。結果が全てで
はないのですが、大会に参加し、
成果が発揮できた時の喜びは何
ものにも代えがたいものがあり
ます。また、大会に参加する毎

に顔見知りになる先生方も増え、声を掛けていただいたり、また交流を深めたりと柔道を続けていくのに大きな張りとなります。

現在、私は54歳です。膝の痛みや古傷で力が入らない部分も出てきています。何時まで柔道が続けられるのか未知の部分ではありますが、「高みを目指すも柔道ならば、長く続けて努力するのも柔道」をモットーに、日々充実した生活が送れるよう継続していきたいと思います。生涯柔道・生涯体育の実践が、来る第二の人生を豊かにしてくれるものと信じております。そして、微力ではありますが、ほんの少しでも柔道に恩返しできればと思う次第です。

ベテランズ大会の企画・運営をされておられます先生方に感謝申し上げますと共に、本大会の今後益々のご発展を祈念しております。

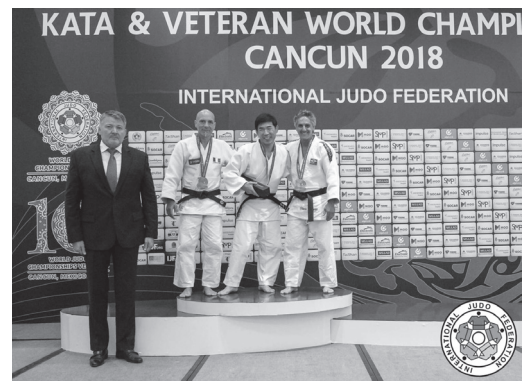
~~~~~  
 思いが全てをつくる

福島県 秋山 直樹  
 (M5・60 kg)

私は、2018年10月、メキシコのカンクンで行われた「第

10回世界ベテランズ柔道大会」で金メダルを獲得しました。カテゴリーはM5（50歳から54歳）の60kg級です。

私が日ごろ心掛けていることを三つ紹介させていただきます。  
 一つ目は「そう思ったらそうなる！」できると思つたらできない、できないと思つたらできないということなんです。私はできると思ったら、何をすべきか考えます。行動します。後ろ向き3Dを禁止します。「だって」「でも」「どうせ」これらの言葉の後ろには否定的な言葉が続きます。成功につながる行動は起こりません。  
 思いが行動につながり、行動は結果につながります。思いが一番大切なのです。しかし思いを動かすことは難しいことです。それを簡単なことに変える方法は「自分の言葉を前向きに変えることです。」「やれる」「いける」「できる」「面白そうだ」自分の言葉は脳が直接聞いています。他人の言うことは聞けなくても、自分の言うことは絶対聞きます。自分の言葉は自分の心を動かします。表情が変わります。心は行動に、行動は結果に連鎖します。だから自分がコントロールできるのは言葉なのです。「言葉を選べば人生が変わる！」間違いないありません。



二つ目は、「栄養」「睡眠」「心の元氣」のバランスを整える。私は60kg級の選手ですので毎日が減量です。食べられないと思うのではなく「食べるを意識する減量」です。肉、野菜、乳製品、ナッツ、納豆、豆腐、青魚、海藻、果物・食べた方がよい健康食品を上げたらきりがありません。これらを楽しんで毎日食べています。宇宙一素敵な奥さんが用意してくれます。  
 睡眠は、広めのベッド、耳栓、真っ暗な部屋、ラベンダーの香りで夜9時に寝ます。  
 心の元氣にはこつがあります。生きていけば、良いことも悪いことも起きます。起きた出来事は変えられませんが、自分の心は変えられます。コントロールできるのは出来事ではなく、自

分の心の方です。例えば、雨の日に「何で今日は雨なんだ」と怒るよりも、「今日は雨を眺めながら音楽を聴こう」などと楽しいことを考える方が幸せです。また、「ありがと」の言葉と「笑顔」を惜しげもなく、家庭でも職場でも振りまくと良いのです。幸せのエネルギーが増えています。



三つ目は体を動かすことです。柔道の練習を毎日できる大人は少ないでしょう。しかし少しなら運動を続けられます。掛け算は1よりも大きな数をかければその答えは増えていきます。ラジオ体操や散歩や家庭でできる筋トレや家事や掃除、人が嫌がる力仕事は感謝もされて一石二鳥です。自分の運動量1を小さくめに設定することが長続きする

こつです。

生涯スポーツとは「だれもが、いつでも、どこでも気軽に参加できる」ものです。健康と幸せの増進のために、私は続けます。同じ思いの方がたくさんいてくれることをうれしく思います。ご拝読ありがとうございます。

生涯現役

愛知県 松下嘉明  
 (M3・81 kg)



私と柔道のかかわりは、29年前の中学1年の入学時の部活見学から始まりました。部活に入った当初は、これといった目標もなく、練習も辛い毎日でしたが、中学1年の終わりころには、技も覚え、投げる事ができるようになって、段々と楽しくなってきました。  
 そんなとき、学校間の合同練習があり、隣の中学の子に町の

道場での練習に誘われ、中学2年のときにその柔道会に入門しました。そこで、柔道会の先生始め多くの名門大学の先生方に指導いただくチャンスがあり、更に興味がわいてきました。また、平日夜間、土曜の練習に道場への送り迎えをしてくれた両親にも感謝しておりましたが、全国大会目指すことも、県大会に出場することもなく学生時代を終えました。

社会人になってからも柔道を続け、30歳を過ぎたところからお世話になって道場の指導者の一端を担がせて頂くことになりました。現役をしながら小さな子から中学までの子を指導してゆく中、たくさんさんの高校や大学に出稽古させて頂いた、たくさんさんの柔道関係者の方々とも出会うことができ、楽しくたくさんさんの事を学ぶことができました。

また、試合前に父親に「明日の試合頑張ってくるわ」と言うことと必ず戻ってくる言葉が「その年になっていくら頑張ったって、テレビに出てくるような有名選手になるのは無理だと思っ、また人を押しのけて上に立つような性格でもないのだけれど、社会人になっても続けている事は自分の宝だと思っから、せつ

## OB会「柔道部復活プロジェクト」

日本マスターズ柔道協会  
名誉会長 三橋 英夫

「三橋先輩、大変だ、母校柔道部が無くなってしまった。」後輩からの電話。

私は、神奈川県下で最も古い県立希望ヶ丘高校で柔道を始めた。柔道部ができたのは1911年。以来、太平洋戦争での中断はあったものの百年の歴史を持つ柔道部です。しかし、最近、少子化やスポーツの多様化等により、中・高校柔道部の休・廃部が急激に進んでいる。かつては県大会に150校近く参加したが、最近30校に減っている。遂に、我が母校も20年前から部員がいなくなり、廃部となってしまった。

2001年、我々はOB会を結成し、「柔道部復活プロジェクト」に挑戦しました。公立高校という制約下で、どうすれば「部」が復活出来るのか。OBが在校生に対し何が出来るのか。「復活のため考えられることは、全て実行しよう。」というのが我々の結論でした。

オープンスクールで中学生にピラ配布と演武。新入生向けボスター掲示とピラ配布。OBが柔道との出会いを講演。学校記念祭に演武披露等でアピールしました。また、近隣中学の柔道部顧問にも働きかけましたが、残念ながら在校生の反応はほとんどありません。戦後、草の上に畳を敷いて自主的に柔道を始めた時代とは違っのか。

学校長等には、恒例行事の観桜会、記念祭、オール運動部OB会等あらゆる機会を捉え、柔道部復活を強く要請していった。

「そつだ！柔道を始めるには、畳が必要だ。」その畳は、格技場に積まれたままの状態。OB会が畳を拭いて、干すという「畳清掃会」を毎年記念祭に実施する提案を記念祭運営委員会に諮ると、「学校全体が記念祭一色になっているのに格技場だけが異種空間になるので駄目」と取り付く島の無い返事でした。しかし、心身を鍛え、社会に貢献する柔道に対する熱い思いを説いた結果、「飲食禁止」の誓約書をだすことで、OKとなった。以来10年間OBだけで畳を拭き続けた。

また、在校生に期待した復活運動だったが、なかなか先が見え

てこないで、活動の方針を柔道経験教諭の招請に転じていった。そして、2010年4月、遂に我々の声が届き、男女2人の柔道指導経験のある教諭を迎えることができた。これら教諭の力で同年秋に女子2名による「柔道同好会」が発足。駐輪場でスニーカーを履いての「打込」からスタートし、翌年、格技場に少しのスペースを割いてもらっての練習が始まった。雨天でも毎日柔道着が着られることが部員にとって大きな喜びとなった。毎年2、3人が加わる同好会活動が認められ、2014年7月、遂に念願の「柔道部」に昇格・復活した。

OB会としては、漸く産まれた卵に技術指導とともに、柔道着、投込みマット、タイマー、そして、国際仕様のカラー畳50枚の寄贈等で支援している。

2015年からは、毎年男子部員が入部し、現在は男子1・2年生合わせて9人。昨年には、横浜市大会団体戦二部10校の中で優勝（一部は強豪私立高校）。個人戦初段の部では100余人が参加する中で3位入賞を果たす者まで出てきた。

OB会発足から20年、毎年の「畳清掃会」等により念願の柔道部が復活し、百年の伝統がつながりました。学校長等の深い理解、顧問教諭や柔道関係者の指導・協力等もありますが、何と云っても、柔道に対するOB達の熱い思いと学校との橋渡しをしてくれた「古畳」に感謝したいと思います。

側面からの応援として、我々の運動が、神奈川県新聞・地元タウン誌や、テレビ神奈川の部活応援番組「しゃかりき」で報道されたことが部員の大きな励みとなつている。また、運動の中で柔道部の長い歴史とOBの学校当時の経験を綴った文集を2度作成したことがOB間の絆を強めてくれたと思います。

マスターズ会員の皆さん！母校柔道部はどうなっていますか。応援して柔道人口を増やそうではありませんか。





かくチャンスがあつて試合に出られるのなら思い切つて楽しんで来い」でした。また、体力的に落ち込んでいたとき、「最後の試合を親父に見てほしい」と言つたら、「何を言つてる。動ける体力のあるかぎりは生涯現役だ」と激励を受けたのを今でも覚えています。

7年前にインターネットで「日本ベテランズ国際柔道大会」を知り、東京の講道館で行なわれた第10回から出場させていただき、第12回（佐賀県）を除き、今年の福井県で行なわれた第16回まで出場させていただきまし

た。「日本ベテランズ国際柔道大会」は学生時代に果たせなかった全国大会と思いながら、また遅き青春を楽しみながら出場させていただいています。名門大学出身の方や全国大会のチャンピオンだった方々も多数出場されており、このような経験はなかなかできるものではありません。自分の試合前にご年配の方々の試合を見せていただいたときに「この方々は勝ち負けも大事にしなから、また参加することを楽しんでやっておられるな」と思い、勉強させていただいておられます。ここで学んできたことを同年代、若い世代に伝えて

一緒に出場し共感してもらえように、体力が続く限り、日本ベテランズ国際大会に出場し続けようと思っています。

# 10回出場を目指し

兵庫県 西山 五郎  
(M7・60 kg)



2019年福井大会で、5回出場表彰状をもらいました。すでに16回の開催ですから、5回出場は珍しくもなく40人ほどの方が表彰されていました。とは言いがた、表彰してもらうのはうれしいものです。最初は第4回の姫路での開催時で、現

にお世話になつていいる道場の館長の属しているチームの一員として団体戦に出場しました。それ以降は主に個人戦で、第6回の大分、第13回の東京、以降和歌山、松山、福井の大会に連続して出場しました。大分と東京の間が空いていますが、兵庫から少し遠い場所での開催と、勤務地の関係で参加しなかった／出来なかつたということが理由です。2015年の東京開催以降は比較的開催場所が近く、車で行くことが可能なので参加することができました。遠隔地になると旅費や日数の面で難しいです。しかし、毎回遠くの方が多く参加されており、そういうのを拝見すると頭が下がる思いです。

福井大会では、5回出場の方が40数名、10回出場やフル出場の15回の方も多くいらつしやり表彰を受けられました。この大会は強制されたものではなく、皆さん柔道が好きで自発的に参加されています。素晴らしいものだと思ひます。私自身の戦績は今一つパツとしないのですが、福井の大会では何とか銀メダルを取りました。銅より銀、うれしいですね。今回は金メダル獲得を目標に、稽古に励みたいと思ひています。こういった目標が

ないと、稽古もだらだらとマンネリ化してしまい、張りがなくなつてしまひますから。

私は今年で60歳を2年ほど越しました。金メダル獲得に加え10回出場も目標と思ひています。あと4回出場すれば達成ですが、体力、気力、財力が持つかという問題があります。体力は、まあ稽古を続け、体に気を付けていれば何とかなるでしょうが、気力の方は？はてなマーク。ええ加減な性格ですから出場放棄してしまうかもしれない。更に問題なのは財力。最近開催地が近かつたので参加できたが、これからは遠くでの開催を予想。収入も減る出費をセーブするしかない。これが一番難しい。

とまあ勝手なことを言ひていますが、こういった大会に参加できるのも、運営に携わる方々がおられるからこそ。本当に感謝します。

ところで、2020年はオリンピックイヤー。柔道競技も楽しみです。日本選手の活躍で盛り上がり期待しています。2019年に開催したラグビーのワールドカップは当初あまり注目されていませんでしたが、日本がアイルランドやスコットランドといった強豪に勝ち、俄か

ラグビーファンが急増しました。柔道も日本選手の活躍で盛り上がり、俄かファンではなく本当に柔道をやりたいという子供が増え、現在低迷の柔道人口が増え、今後も発展することを期待しています。日本発祥のオリンピック競技というの他にはないですから。

写真は、20数年前ロンドン駐在時、柔道の練習後のパブでの一コマです。向かつて左端が前回の東京オリンピック中量級英国代表のシド・ホーア氏、右端が松山大会でロンドン以来久々にお会ひした札幌在住の東郷氏。稽古後のビールは美味しかったですね。

# 私の柔道人生

兵庫県 西森沙恵  
(F3・52 kg)



「日々努力」、恩師である大学の監督（現部長）がサイン色紙

にいつも書かれている言葉です。私もこの言葉が好きで、自分の柔道の格言にしています。

学生時代は、正直、しんどいことが嫌いで、自分を追い込むなんて出来ませんでした。社会人になり、柔道をやめようと思ったのですが、就職先の社長から、もう一度やらないかと声をかけられ、柔道部まで設立していただき、もう一度頑張ってみようという気持ちになったのです。

そこで、柔道ってこんなに楽しいスポーツだったのかと心底思えるようになり、練習も自分からするようになりました。また、その頃から、自信が持てるようになり、試合の成績も残せるようになりました。しかし、どうしてもあと一歩が勝てず、目標は夢のままで終わってしまいました。もっと自分を追い込むことが出来たら、あと一歩で勝てたんじゃないかと、後悔しつつ、投げやりの気持ちのまま、現役を引退しました。

その後、結婚、出産、育児と、柔道から遠ざかっていましたが、娘が小学校に上がる時に、柔道をさせたいと思い、伊丹に引越してまいりました。娘が柔道を始めてまもなくでした。親が言うのもおかしいと思われるかもしれませんが、娘には、日本

一になって世界で活躍できるだろうセンスがあることに気が付きました。それから、強くなつて欲しい一心で指導し、人としての成長のためにも、日常生活も厳しくするようにしました。

そんな時、同じ道場のマスターズ常連の先生から、あなたも出てみたらどうかとお誘いを受けました。試合なんて久しぶりだし、負けるのは嫌だしと最初は渋っていたのですが、娘に厳しくしておいて、自分は逃げるのか、また、私が頑張っている姿は、娘にも刺激になるかもしれないと思い直し、出場を決意しました。それから、6年連続して出場させて戴いています。元氣である限り、連続出場記録を更新するつもりでおります。

時が経つのは早いもので、娘も中学3年になり、来年は高校生、寮生活をするため、私の元を離れていきます。親としては、人として成長し、社会に出ても行き抜く強さを培って欲しいと願っています。その上、柔道人生を充実させ、成功してくれたら、この上ない喜びではあります。そこで、一段落するとはいえ、私にとって柔道は変わらず日常生活の一部です。少年柔道に指導者としても携わっております。

私には、もう一人娘がいて、小学一年生です。また一からというところですよ。こちらは、センスはありませんが、非常に負けん気が強く、扱い難いタイプです。どう育ててゆくか、試行錯誤中です。

毎日、朝起きて、栄養バランスを考えた食事を作ります。柔道をするための体作りは大切です。また、ふとした時に、ああ、こんな練習をしてみようと思いついたことをメモしたり、練習までに構成を練ったりします。

夜の練習に間に合うように夕食を作り、しっかり食べてから娘と共に練習に参加します。考えてあったメニューで子供たちの反応を見て、気になる事があれば、違うメニューで強化したり、終れば、一人で、プチ反省会はかせません。気が付けば、ずっと柔道のことばかり考えている自分がいて、俗にいう柔道バカなんだと思います。

母として、指導者として、柔道経験者として、娘達や子供達に、柔道に関わっている様々な人々に、柔道バカとして、柔道の良さ、楽しさを伝えていきたいと思っています。そして後悔しないように、精一杯頑張ることの大切さ、頑張ることは決して恥ずかしいことではないというこ

とを伝えたいのです。

私の柔道人生はまだまだ続いていきます。今回振り返ってみて、やはり「日々努力」してきだし、これからも「日々努力」だなど改めて思いました。『会報への投稿のお願い』が無ければ、こうして文章として書くことも無かったし、また自分と柔道を見つめ直すよい切っ掛けになりました。この機会を作ってくれた日本マスターズ柔道協会、そして会報の編集委員会の皆様に感謝致します。

大会を通して、できた仲間

鹿児島県 中尾 小都枝  
(F3・78kg超)



日本マスターズ柔道大会に参加するようになり6年が経ちました。初めはちょっとした興味本位でしたが、今では日本マスターズに参加することで、全国にできた仲間に出会えることが参加の楽しみの一つになっています。また、佐賀、福井での大会には両親が応援に来てくれたことで、応援をもらうことのパワーを感じることができ、一緒に両親との旅行も楽しく親孝行に繋がっているかなと思っています。だからこそ、柔道ができることに感謝です。

柔道は、仲間がいるからできると思っており、大会では団体戦に参加しています。メンバーも大会で出会えた仲間に参加しています。ひとり一人が柔道を好きで、来年はどうしようかではなく、いつどの様にして集合すると次を見据えており、頼もしいと思います。それぞれ住む場所、仕事、年齢が違うけど仲良しです。チームメンバーだけではなく、大会に出場している選手みんなと仲良しになりたいと常々思っています。初めて出た大会から、表彰終了後、女性柔道家に声掛け集合写真を撮っており、試合では良きライバルですが、試合が終われば一つの柔道一家になれます。



この仲間は、大会が終われば終了ではなく、SNSを使って、情報交換や災害時には安否確認をするなどして繋がっています。

この繋がりがもつと大きくなれば、もつと楽しいのではとも感じています。日本ベテランズ大会には、昔とても強かったと聞く人から、最近始めましたという人まで様々な方が集まります。

大会に興味はあるけど、まだ参加につながついていない人もいます。このためもつと集まってくれると思うので、みんなと楽しく柔道ができた良いなと思います。来年はオリンピックもあり、再びスポーツに注目が集まる年です。生涯柔道として、日本ベテランズ大会にも、たくさんの方が興味を持って、できればたくさんの方が参加してくれ、たら良いなと感じます。そして、大会の表彰終了後、みんなと集まって写真を撮りたいと思っています。

柔道の修業には

終りが無いことを実感

石川県 田中博幸

(M3・81kg)



私は小松市柔道協会（石川県）の田中博幸と申します。今回は日本マスターズ柔道協会での会報の依頼を受けました。まだまだ修行のみですが体験談、柔道に対する思い、これからなどについて書かせてもらいます。

私は日本マスターズ柔道大会に5回出場させていただき、そのうちの一つの大会にて優勝することができました。その時に日頃お世話になり、小松市柔道協会の仲間からも絶大なる信頼のおける故泉茂一郎先生にアドバイスを受けました。「優勝するのはあたりまえじゃー」当時ほさついいこと言うなと思いましたが、しかし今でもその一言が鮮明に覚えており、一言で人を動かすことができる大先生は、偉大だとつくづく感じています。

日本マスターズ柔道大会では、

30歳〜90歳までの生涯柔道を目指している柔道家の熱い戦いが繰り広げられております。選手たちは相当の準備をし、覚悟を持って試合をします。しかし試合では、勝った、負けただけでなく、相手を思いやる「礼法」「マナー」「柔道に対しての「志し」」など、非常に「人間力」が高い大会であり、これが柔道の姿だと感じます。

私はこの大会で、柔道を通じ、様々な出会いがありました。その中でも小松市柔道協会の各先生方、仲間たち。心の底から応援してくれている老若男女。またこの大会に出場している選手と今でも交流を持たせてくれている人もいます。柔道を通じて、こんなに達成感、充実感、出会いを持たせてくれる周りの人たちと、柔道に感謝しております。

私が柔道に対し最近思うことは、一つの物事にも幾通りの答えがあるということであり、背負い投げ、内またといった技でも様々な技術があり答えがある。柔道の修業とは決して終わりが無い。しかし自分自身の探求心を持ち、行動することとします。まだまだ偉そうなことを言えるような柔道家ではありませんが、これからの「精力善用、自他共栄」を忘れずに、柔道の

## 福井の親子に感謝感激

東京都 今里宏一郎

(M10・90kg)

マスターズ柔道福井大会一日目の団体戦に出るため、会場の県立武道館の最寄り駅「越前鉄道八ッ島駅」に降り立った。なんと切符を車内で手渡し無人駅。丁度乗り合わせた北海道チームの人達と道を尋ね尋ねしながら武道館に向かった。



福岡明道館チームの一員として臨んだ一回戦は突破出来たものの、二回戦は優勝を果たしたセキユリティパワーズチームに手痛い敗北をきし、無念の脱落。明道館との混成チームも敗退したことで、予定していた2チームの懇親会を早め、5時に「福井駅」集合と声がかかった。

まだ時間があると試合の進行を見入っていたら、いつの間にかグループの面々が消えていた。あわてて外に出ると薄暗い館内にいたせいかあまりにもまぶしい世界が広がっていて、気がつくとも田畑の広がる風景にどちらから来たのかさっぱり分からない。

見つけた土地の人と覚える若い女性に駅の方角を聞いてみると、スマホを取り出し一瞬懸命に検索をしてくれ、あつちと指さしてくれた。

運良くたどり着いたとしても、駅まで10分、電車で15分くらいだが、30分に一本の電車にうまく乗り合わせなかったら完全に遅刻だなど、暗澹たる気持ちで歩きだし、通りで信号待ちをしていると、先ほどの女性が後ろから追いかけてきて、車で送りましよう、と言った。

女性は武道館で弓道の練習をしていて、母親が車で迎えに来ていたのだ。好意に甘えて車に乗せてもらったが、母親は八ッ島駅の行き方が分からない様子なので、実は福井駅にいききたいのですが、と厚かましく申し出たところそれではと20分かけて福井駅に送り届けてくれた。よかったー、ぎりぎり集合時間に間に合った。このひらかわさん親子に感謝感激。福井が大好きになった。

素晴らしさを後輩たちに伝え続けていきます。



私が柔道を続ける理由

広島県 北村 岳伸  
(M4・66kg)



日本ベテランズ国際柔道大会への参加は、香川県に引越した際にお世話になった、坂出市柔道協会の宮脇先生、中山先生、来田先生に誘われたのがきっかけで、2014年大会から参加しています。今回、出場5回の表彰をいただき、また会報への投稿の機会をいただきました

初参加では、3位入賞の成績を収めることができましたが、翌年以降は全て初戦敗退が続きました。毎回実力のなさを痛感しつつ、少々の悔しさと、大会・懇親会で挨拶を交わせるようになった方々との再会を楽しみに参加を続けた結果、早5年が過ぎてしまいました。

私が柔道を習い始めたのは小学3、4年生のころ。当時開催されていたオリンピッククのテレビ放送で初めて柔道を見て興味を持ったところからです。30年以上の柔道歴では、目立った成績は何もありませんでした。地元

の少年団の大会で3位になったのが最高の記録。高専に進学し、それ以前よりは真剣に柔道に取り組みむようになったものの、大きな活躍もなく今に至っています。

それでもなぜ柔道を続けていくかという、一番は、もう少し強くなりたいという柔道を始めた頃からの想いが未だに残っているからです。

また、自分の子供も柔道を習い始めてくれたので、できれば高校生になる位までは乱取りの

相手をしたいというものです。

指導者や審判もするようになり、たくさん先生や子供達と関わる様になりました。指導している子供達との練習もあります。最初にマスターズに誘ってくれた先生方は、自分が転勤で引越した後も、一緒にマスターズに行くぞと声をかけてくれます。

自分の思いだけでなく、周りからも支えられて続けられているのだと感じています。

試合に負ける度に、また一からやり直したと憂鬱な気分になりますが、その気持ちに負けないう、道場に足を運んでいきます。大会も出場するからには、やはり勝ちたい。

最近では、あまり好きではないウェイトトレーニングも再開しました。来年、再来年に向けて少しでも進歩できればと思っています。

今回、2019年の大会で、5年ぶりに銅メダルを獲得できました。入賞の喜びはひとしおです。しかし、小学生の頃から超えられない3位の壁を超えたい。来年のオリンピックの選手の活躍を応援しつつ、自らが金メダルを目指して頑張っていきたいと思っています。

そのチャンスを毎年与えてくれる日本ベテランズ国際柔道大

会には大変感謝しています。この場を借りて関係者の方々に礼申し上げます。

日本マスターズ柔道大会の復帰への感謝と教え子の初優勝に感動

滋賀県 濱中芳文  
(M8・66kg)



私は、第11回マスターズ柔道大会（講道館東京）の初出場から5年振りとなる、第16回マスターズ柔道大会（福井県）に復帰参戦する事が出来ました。

柔道復活への原動力となったのは、恩師である片桐清司先生の存在と教え子の藤江由香さんとの出会いであります。それが

なければ、柔道への復帰も感動も味わう事無く、只々、柔道を捨て平凡な人生を過ごしていたと思います。

それは、今から5年前に体調を崩し、入院をし、体力もなくなり、柔道が出来ないことから柔道指導から離れ、又、一線からも身を引いて道場を息子に任せ静養しておりました頃でありました。

教え子の兄妹（当時小2と幼稚園の年中）の入門から1年後に、藤江さんが入門されて、親子共に休まずに頑張っていると聞いて安心しておりました。ところが、その半年過ぎた頃でしようか、その藤江さんが我が家を突然訪ねて来られて『先生にお願いがあります、私の個人的な柔道指導と黒帯取得に先生の力を貸して下さい』と言われた時は一瞬驚き、戸惑いました。しかし本人は真剣で意思も固く、最初は『道場は息子に任せているので建前上それは出来ない』と拒んでいたのですが、『先生が息子さんを育てて来た様に先生から直接個人指導を受け、子供と一緒に強くなりたい』と、再々に渡り尋ねて来られました。そして、こんな言葉も『私が初段を取得したら、一つお願いがあります。私の夢でもあり希望なのですが。』



初段を取ったあと、先生と一緒  
に（マスターズ柔道大会）に出場  
したいのです。宜しくお願いしま  
す。』でした。まさか、教え子か  
らこんな嬉しい言葉を貰うとは  
夢にも思わなかったのです。以前  
に、第11回マスターズ柔道大会  
（東京）参戦後の会話の中で、『女  
性出場者が少ないので藤江さん  
の階級にチャンスがあるよと言っ  
ていた。』とも言われてしまいま  
した。

その言葉に元気と勇気を貰い、  
病氣療養中のこんな私が本当に  
役に立つのだろうか、少し不安  
でしたが、又、柔道が再び出来  
る喜びを実感し、可能な限り柔  
道を続け柔道に恩返しをしよう  
と心に決め、何とかその願いの力  
になれないものかと息子とも相  
談した上で、通常の練習日以外  
の毎週土曜日の午前中のみを条  
件に「個人指導&強化練習」の  
名目で、指導をスタートさせま  
した。以来、現在も、一般と子供  
合わせて10名で継続中です。

昇段審査に向け、二人三脚で  
取り組み、妥協する事なく一生  
懸命に頑張りました。そして3  
年前に2度目の挑戦で、念願で  
あった初段を獲得しました。取  
得に至るまでは、練習中に起き  
左膝の靭帯を断裂するという大  
怪我にも動じず、まるで怪我が

無かったかの様に振る舞う強い  
精神力の持ち主に圧倒され、刺  
激を受けました。そのお陰で、チャ  
ンスがあればマスターズ柔道大会  
に出場しようと言う気持ちがあ  
らずに湧いて来て、私の稽古に取  
り組む姿勢も違ってきて、今で  
は生涯柔道をするぞと心に決め  
たのです。

さて、恩師の片桐清司先生の  
存在です。いつも我が道場を気  
遣い、激励を頂いています。先生  
に、今回「第16回マスターズ柔  
道大会」に、教え子の藤江由香  
さんと共に出場しますと連絡を  
入れると、とても喜んでくれま  
した。そして、先生から、今回  
の福井大会では、団体戦・滋賀  
勇士チームの副将（60歳代）に  
指名して頂きました。病み上が  
りの私が、団体戦の大役が務ま  
るのかと思案していると、先生か  
ら励ましと感謝を綴ったお手紙  
を頂戴しました。その内容が『貴  
殿には、日本の伝統武道である  
柔道に永年ご精進され、生涯柔  
道を楽しむマスターズ（ベテラン  
ズ国際）柔道大会への参戦と共  
に、大会の妙味、華であります  
団体戦へご参入頂き、感謝いた  
します。』を、受けた時は、感激  
し感無量の一言でした。  
恩師と教え子の2人の後押し  
があったからこそ、今度こそはと

## 第16回日本マスターズ柔道大会／ 福井市開催のこと

千葉県 五十嵐 徳英  
(M10・73kg)

今年（2019年）も、日本マスターズ柔道大会  
に出場し、第2回大会以来15回目の出場を果たすこ  
とが出来ましたが、今回の大会はこれまで出場して  
来た中でも、感慨深い印象に残る大会でした。

自身の現役時代のそれも若い頃、勤務する会社が、  
福井県敦賀市に建設中の敦賀原子力発電所の工事を  
担当していた関係で2年間ほど現地に赴任し、その  
後も、新型転換炉「ふげん」の建設で2年間、その  
後の定期検査等で関りがありました。その間、昭和  
43年（1968年）～昭和が終わる頃（1980年）  
まで、選手の年齢区分で言えばM1になるか、その  
前頃に敦賀柔道協会にお世話になり柔道の稽古をさ  
せて貰い、敦賀市民チームの選手として福井県大会  
にも出場させて貰うこともありました。

そんな関係で、今般のマスターズ柔道大会の福井  
市開催が決まった頃から、40年以上前に一緒に稽古  
した皆さんと連絡を取り合い、敦賀市の現在稽古を  
している選手に大会参加を勧めて貰いたいと伝えて  
いました。

その後、団体戦に敦賀市民チームを組み出場した  
いが選手が揃わないとのこと、マスターズ柔道協  
会の本部が調整し、他の所属で試合に出たいがチー  
ムが組めない選手を紹介頂き、友情参加と云うこと  
で、チームを組み団体戦への試合参加することが出  
来るとの連絡が有りました。そんな訳で、40年以上  
前にお世話になった地での大会に、敦賀市のチーム  
も団体出場すると云うことで、楽しみにして迎えた  
大会でした。

初日に行われた団体戦での、「敦賀地区柔道協会」  
チームの成績は、初戦で強豪「同志社 WJC B」  
チームと対戦し敗れてしまいましたが、マスターズ

柔道大会への初参  
加を果たし、選手  
も結果に悔いなし  
と云う感じであつ  
たと思います。

小生自身の試合

の結果ですが、初  
日の団体戦は所属  
する「東京武道館  
柔友会」が初戦で  
「大木塾明道館合  
同」に、次の試合は「滋賀勇士」に、更に次の試合は「同  
志社 WJC B」と勝ち上がり、準決勝で「セキユ  
リティーパワーズ」に敗れましたが、銅メダルを獲  
得することが出来ました。



左が敦賀地区柔道会会長、  
真ん中が筆者

個人戦はM10・73kg級へ出場し、優勝することが  
出来ましたので、40年以上前に一緒に稽古した柔友  
の前で（敦賀地区柔道協会の会長は福井県柔連の副  
会長／役員席に座り小生の試合を観戦して貰った）  
面目を施したと云うことになりました。

今般の2日間の試合で、運よく勝ち上がったこと  
で、団体戦で、4試合、個人戦で3試合と合計で7  
試合を消化した訳ですが、自分の試合は圧倒的に華  
麗な技で一本勝ち出来る技術は持ち合わせず、時間  
いっぱい相手と力比べをするような勝ち方なので、  
自身でも良く頑張ることが出来たと思つて居ます。

従来、地方開催のマスターズ柔道大会に出場した  
場合には、すぐにその日のうちに帰京するのが常で  
したが、今般は敦賀に移動し、久しぶりに会う敦賀  
柔協の皆さん（試合観戦に来られなかった方も含め）  
と祝勝懇親会をやって頂き、美味しいお酒と楽しい  
会話を楽しむことが出来ました。

こんな特別の思いが出来たのも、マスターズ柔道  
と云う、柔道を続けて行こうと云うモチベーション  
を与えてくれる場が有って、自身が柔道を続けてこ  
れたからこそ事ですので、感謝しているところで  
す。

以上

の思いが沸いてきての参戦でしたが、試合では期待を裏切る結果になりました。団体戦では他の選手メンバーの活躍のお陰で勝ち上がり、リーグ予選の3回戦で敗退。(2負け1不戦勝)でした。又個人戦では(M8・66kg)に出場するも、東京の田中さん(五段)に背負い投げを受けて、1回戦負けに終わりました。そんな中、我が道場の藤江さんは(F4・5・63kg以上70kg以下級)に参戦し、初出場にも拘わらず愛知県の選手に優勢勝ちし、見事に「初優勝で金メダル」を獲得し我が道場に華を飾りました。金メダルを首に掛けて帰って来た時、応援に駆け付けてくれていた息子さん(中1)と、片桐先生も一緒に喜んでくれました。

初出場の大舞台の中での優勝、その金メダルを私の首に掛けてくれた時は「感激と感動」に、嬉しくて泣きそうでした。私は、今回も1勝も出来ず教え子に先を越されてしまいました。前回「第11回大会」東京(講道館)に続いて未だに1勝も出来ていないのです。少なからず悔しさの残る大会でもありました。

これを機会に、健康でもっともっと日々研鑽を重ねて、生涯柔道に向き合って一層頑張りたい

と思います。そして、恩師の片桐清司先生の計らいで優勝者の藤江さんを中日新聞社に持ち上げて頂き、瀬田野学柔道場で取材をして頂きました。その取材の中で、藤江さんは『演中先生の後押しがあつて、今の自分がある』と語ってくれていた事は正直嬉しかったです。(本当は逆なのに)取材には、私と息子さんも(星七君・中1)同席しての記念写真でした。我が濱中道場から初の女性出場で初優勝を飾ることが出来たことで、他道場の女性(母親)達にも、マスターズ柔道大会の魅力を県内に拡大して行き、更には、ママクラブ結成で滋賀県初の女子団体戦出場へと女子柔道普及振興に務めて行きたいと考えています。

最後に片桐先生には、中日新聞社取材及び日本マスターズ柔道協会会報の投稿に関して、機会を与えて頂きました事、誠に有難う御座います。心から感謝すると同時に、今後とも何卒よろしくお願い致します。



## 柔道との出会いを振り返って

東京都 ソリ・ドワール・マヤー  
(F2・63kg)



2018年度のマスターズ柔道大会での形競技の様子

初めて柔道と出会ったのは、二〇〇七年のことである。二〇〇六年に国費留学生として来日し、大学院生として国際武道大学に入学した。母国のドイツでは中学校1年生から空手道を稽古し、剣道や合気道の経験もあったが、スポーツクラブで空手の指導員もした。それをきっかけに、武道全般の歴史を学び、空手道の指導者や競技者としての能力の向上を求めて国際武道大学への入学を決めた。元々、柔道を習うきっかけは崩しと足払いを身に付けて空手競技に活かすつもりだったのである。

二〇〇七年4月から体育学部の授業で柔道を学び始めたと同時に

に、ゼミの教授であった柔道の先生のご紹介で、柔道部で練習することになった。1年目は白帯を締めて特別扱いされながら楽しく柔道できた。しかし、8ヵ月が経ったら黒帯になり、特別扱いが徐々になくなり、専門的に柔道に励む柔道部員との実力の差を痛感した。体の使い方には空手の癖が強くて、乱取りでは中々上達できなかった。また、空手とは間合いの取り方は正反対で、相手と密着する寝技に対しての違和感が強く、全く進歩できなかった。そこで、上達する方法を探して、インターネットで調べると、寝技研究のホームページを見つけて寝技研究会へ出稽古することを決めた。女性は一人もいなかった寝技研究会の稽古は辛かったが、約4年間通う内に徐々に上達するようになり、寝技に関心と自信を持つようになった。おかげで、自分のペースで意識しながら稽古することの重要性に気付いて、技の研究の楽しさも見つかり、形にも関心を持つようになった。大学では形の授業を受ける機会もあったが、特に「固の形」にはまった。「固の形」の稽古を通じて相手を抑える感覚が身に付けられ、絞め技と関節技の基礎も学べた。「固の形」の授業を4年間続けて受講しても毎回新しい発見があった。

そして二〇一六年に、二〇一四年から出場してきたマスターズ柔道大会の形競技に初挑戦し、二〇一八年に「固の形」で準優勝することができた。同二〇一八年はドイツで西ドイツ地区の予選会に出場し、ドイツ全国形選手権大会の出場権を獲得し、本大会において「固の形」で18組中の5位という結果になった。

自分の柔道経験を振り返ると、柔道のおかげで様々な出会いがあり、視野も広がり、人生はより豊かになってきたと強く感じている。柔道の縁で、ブータンとカンボジアに行く機会を得られ、そして去年はマスターズの柔道仲間と遠征でラオスに行くことになった。

しかし、柔道を長く継続するためには何が必要だろうか。柔道を続けるには、稽古を楽しむこと、自分に合う稽古法を見つけること、目標を決めること、そして仲間を作ることは重要であるが、良い先生に出会って学び続けることは最も大事であると私は思う。国際武道大学で出会った恩師を初めに、今まで指導して頂いた先生方や稽古相手をして頂いた柔道仲間には心より感謝している。これからは「継続は力なり」という私の最も好きな言葉の通りに、皆様と共に柔道を楽しく続けていきたい。



生涯スポーツとしての「柔道」

神奈川県 阿部 守

(M8・66kg)



左端が筆者

柔道との出会いは中学生の時に、約50年続いています。

地元（宮城県石巻市）の県立高校に進学し柔道部に入部しました。柔道部はインター杯、国体に出場する強豪校で厳しい稽古に明け暮れました。

インター杯県予選の準決勝で敗退し、恩師の助言もあり全国大会出場を目指し、卒業後も続けることにしました。就職した会社の寮の近くに現在もお世話になっている藤沢市内の石井道場と巡り合いました。門下生のレベルは高く、厳しい稽古で年々

成長し念願の全国大会に出場することが出来ました。

この時期に人間的にも成長出来た出会い（機会）がありました。神奈川県柔道教室の指導者として道場より師範代として派遣され、いろいろな経験をさせて頂きました。

現在も生涯柔道を目指し、指導しながら選手として高段者大会、マスターズ国際大会等での入賞を目指し稽古しています。

第16回大会で6回目の出場になりましたが、10回出場を目標に健康に留意しながら生涯柔道として継続して行きたいと思っています。

また、全国の柔道愛好者の方たちとの出会いを楽しみにしています。



## 福井大会の

## 会場風景



開会式



武道館正面



投の形



個人戦



懇親会



古式の形

二〇一九年日本ベテランズ国際柔道大会  
(第十六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 | 沖 和久     | 兵庫県  |
|    | 受 | 森 憲治     | 大阪府  |
| 3位 | 取 | 玉田 誠     | 兵庫県  |
|    | 受 | ファンタン ヒウ | ベトナム |

固の形

|    |   |            |     |
|----|---|------------|-----|
| 1位 | 取 | 奥村 和之      | 奈良県 |
|    | 受 | 木下 朋俊      | 奈良県 |
| 2位 | 取 | カキット フォン   | 香港  |
|    | 受 | ユイツラム ニツキー | 香港  |
| 3位 | 取 | 木之本 達明     | 愛知県 |
|    | 受 | 大元 美久      | 愛知県 |

極の形

|    |   |       |     |
|----|---|-------|-----|
| 1位 | 取 | 奥村 和之 | 奈良県 |
|    | 受 | 木下 朋俊 | 奈良県 |
| 2位 | 取 | 黒川 康信 | 福井県 |
|    | 受 | 辻野 祐紀 | 福井県 |
| 3位 | 取 | 角地 良一 | 石川県 |
|    | 受 | 安井 重臣 | 石川県 |

柔の形

|    |   |           |         |
|----|---|-----------|---------|
| 1位 | 取 | 松本 紀子     | 愛知県     |
|    | 受 | 鷹尾 浄子     | 福井県     |
| 2位 | 取 | チャン ウン ヤン | グレース 香港 |

|    |   |        |      |
|----|---|--------|------|
|    | 受 | スズキ ユミ | 香港   |
| 3位 | 取 | 鈴木 由美  | 東京都  |
|    | 受 | 老子 千晶  | 神奈川県 |

講道館護身術

|    |   |        |     |
|----|---|--------|-----|
| 1位 | 取 | 長田 康秀  | 福井県 |
|    | 受 | 辻野 祐紀  | 福井県 |
| 2位 | 取 | 長瀬 あゆみ | 岐阜県 |
|    | 受 | 久保田 浩史 | 東京都 |
| 3位 | 取 | 矢野 敏一  | 大阪府 |
|    | 受 | 上山 次郎  | 大阪府 |

古式の形

|    |   |       |     |
|----|---|-------|-----|
| 1位 | 取 | 菅波 盛雄 | 千葉県 |
|    | 受 | 水野 博介 | 愛知県 |
| 2位 | 取 | 清家 春夫 | 千葉県 |
|    | 受 | 小池 健三 | 埼玉県 |
| 3位 | 取 | 斉藤 英二 | 新潟県 |
|    | 受 | 吉田 幸一 | 新潟県 |

五の形

|    |   |        |     |
|----|---|--------|-----|
| 1位 | 取 | 清家 春夫  | 千葉県 |
|    | 受 | 小池 健三  | 埼玉県 |
| 2位 | 取 | 毛利 修   | 埼玉県 |
|    | 受 | 大石 萬喜夫 | 東京都 |
| 3位 | 取 | 黒川 康信  | 福井県 |
|    | 受 | 山本 幸雄  | 福井県 |

【別体重別個人戦の部】

M1

|        |    |        |     |
|--------|----|--------|-----|
| 60 kg級 | 1位 | 山口 耕右  | 福岡県 |
|        | 2位 | 山中 浩太郎 | 奈良県 |
|        | 3位 | 川崎 慎矢  | 福岡県 |

|        |    |          |          |
|--------|----|----------|----------|
| 66 kg級 | 1位 | 川住 基     | 新潟県      |
|        | 2位 | グラートイゴール | ニュージーランド |

|  |    |       |          |
|--|----|-------|----------|
|  | 3位 | ブイツソン | ビンセン 兵庫県 |
|  | 3位 | 外園 良輔 | 千葉県      |

73 kg級

|    |       |     |
|----|-------|-----|
| 1位 | 柴田 道秀 | 愛知県 |
| 2位 | 鴨川 裕太 | 大阪府 |
| 3位 | 門馬 優  | 宮城県 |
| 3位 | 秋山 直太 | 千葉県 |

81 kg級

|    |        |     |
|----|--------|-----|
| 1位 | ウドンミョン | 韓国  |
| 2位 | 佐藤 大輔  | 埼玉県 |
| 3位 | 馬木 慎弥  | 京都府 |
| 3位 | 齋藤 俊   | 大阪府 |

90 kg級

|    |         |     |
|----|---------|-----|
| 1位 | 奥澤 耕輔   | 福井県 |
| 2位 | 浦崎 晋平   | 福岡県 |
| 3位 | 矢吹 和久   | 岡山県 |
| 3位 | キム サンジン | 韓国  |

100 kg級

|    |       |     |
|----|-------|-----|
| 1位 | 下川 真幸 | 滋賀県 |
| 2位 | 杉山 和宏 | 富山県 |
| 3位 | 富田 幸平 | 福井県 |
| 3位 | 松浦 将和 | 兵庫県 |

100 kg超級

|    |       |     |
|----|-------|-----|
| 1位 | 西村 久毅 | 福井県 |
| 2位 | 栗田 侑宜 | 静岡県 |

|    |           |     |
|----|-----------|-----|
| 3位 | ミン ビョングック | 韓国  |
| 3位 | 木村 元太     | 兵庫県 |

M2

|        |    |       |     |
|--------|----|-------|-----|
| 60 kg級 | 1位 | 池田 剛  | 大阪府 |
|        | 2位 | 山田 篤  | 新潟県 |
|        | 3位 | 小島 清人 | 愛媛県 |
|        | 3位 | 藤本 匡  | 兵庫県 |

66 kg級

|    |       |     |
|----|-------|-----|
| 1位 | 武田 孝之 | 京都府 |
| 2位 | 原田 大輝 | 兵庫県 |
| 3位 | 松本 邦彦 | 兵庫県 |
| 3位 | 川野 裕史 | 大阪府 |

73 kg級

|    |               |     |
|----|---------------|-----|
| 1位 | ファイズラクマノフルスタム | ロシア |
| 2位 | 寺居 大志         | 京都府 |
| 3位 | 久保田 博明        | 長野県 |
| 3位 | ペトロフドゥミトリ     | ロシア |

81 kg級

|    |        |      |
|----|--------|------|
| 1位 | 高橋 雄哉  | 和歌山県 |
| 2位 | 小宮山 彰人 | 大阪府  |
| 3位 | 白崎 力也  | 福井県  |
| 3位 | 広田 拓也  | 石川県  |

90 kg級

|    |       |     |
|----|-------|-----|
| 1位 | 大澤 利之 | 東京都 |
| 2位 | 溝口 正隆 | 京都府 |
| 3位 | 山口 忠士 | 兵庫県 |
| 3位 | 桑原 克敏 | 群馬県 |

100 kg超級

|    |       |     |
|----|-------|-----|
| 1位 | 田中 博幸 | 石川県 |
| 2位 | 高岡 浩平 | 石川県 |
| 3位 | 河合 裕一 | 石川県 |

|         |    |       |     |
|---------|----|-------|-----|
| 100 kg級 | 1位 | 佐無田 亮 | 大阪府 |
|         | 2位 | 金刺 廣長 | 愛知県 |
|         | 3位 | 丹羽 十堂 | 愛知県 |
|         | 3位 | 岡田 建彦 | 滋賀県 |

100 kg超級

|    |       |     |
|----|-------|-----|
| 1位 | 濱永 朋  | 兵庫県 |
| 2位 | 浦西 大師 | 京都府 |
| 3位 | 熊谷 竜也 | 福井県 |
| 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 | 栗原 正幸 | 埼玉県 |
|        | 3位 | 倉部 二郎 | 北海道 |

66 kg級

|    |       |     |
|----|-------|-----|
| 1位 | 中山 直秀 | 長崎県 |
| 2位 | 前川 賢次 | 大阪府 |
| 3位 | 中山 幸久 | 兵庫県 |
| 3位 | 西山 安修 | 高知県 |

73 kg級

|    |       |      |
|----|-------|------|
| 1位 | 松下 直揮 | 愛知県  |
| 2位 | 安達 真也 | 新潟県  |
| 3位 | 田中 秀昌 | 神奈川県 |
| 3位 | 山内 三史 | 大阪府  |

81 kg級

|    |       |     |
|----|-------|-----|
| 1位 | 田中 博幸 | 石川県 |
| 2位 | 高岡 浩平 | 石川県 |
| 3位 | 河合 裕一 | 石川県 |



|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>3位 福島 一宏 神奈川県</p> <p>90 kg級</p> <p>1位 古味 直憲 高知県</p> <p>2位 手塚 勝彦 埼玉県</p> <p>3位 小山 敬上 兵庫県</p> <p>3位 ミツチエル スチュアート<br/>ニュージーランド</p> <p>100 kg級</p> <p>1位 宇積 宏和 徳島県</p> <p>2位 キム ユンス 韓国</p> <p>3位 天野 資大 高知県</p> <p>3位 高橋 俊博 千葉県</p> <p>100 kg超級</p> <p>1位 浅野 宗樹 京都府</p> <p>2位 堀内 真 京都府</p> <p>3位 菅野 真貴 群馬県</p> <p>3位 佐藤 文彦 茨城県</p> <p>60 kg級</p> <p>1位 嬉野 茂 兵庫県</p> <p>2位 田坂 康裕 兵庫県</p> <p>3位 エリアッソナルス スウェーデン</p> <p>3位 佐藤 政美 宮城県</p> <p>66 kg級</p> <p>1位 古田 隆二 福井県</p> <p>2位 清水 泰平 神奈川県</p> <p>3位 北村 岳伸 広島県</p> <p>3位 西脇 清 愛知県</p> | <p>73 kg級</p> <p>1位 角地 良一 石川県</p> <p>2位 谷本 晃 滋賀県</p> <p>3位 畑本 孝幸 和歌山県</p> <p>3位 サントステケイロスジュニアジャイロ<br/>ブラジル</p> <p>81 kg級</p> <p>1位 嘉見 俊宏 愛知県</p> <p>2位 岡田 尚之 東京都</p> <p>3位 関 喜洋 埼玉県</p> <p>3位 梶谷 亮治 大阪府</p> <p>90 kg級</p> <p>1位 石黒 慎二 福井県</p> <p>2位 鈴木 大介 大阪府</p> <p>3位 細川 恒夫 大阪府</p> <p>3位 瀬谷 貴光 石川県</p> <p>100 kg級</p> <p>1位 上園 義明 大阪府</p> <p>2位 土山 貴寛 福井県</p> <p>3位 室 王貴 大阪府</p> <p>3位 島崎 浩一 福井県</p> <p>100 kg超級</p> <p>1位 阿部 智浩 京都府</p> <p>2位 パク デセン 韓国</p> <p>3位 谷川 礼 埼玉県</p> <p>3位 仲秋 貞博 千葉県</p> <p>60 kg級</p> <p>1位 秋山 直樹 福島県</p> <p>2位 村田 貴弘 山口県</p> | <p>3位 在間 昭治 東京都</p> <p>3位 新美 保夫 愛知県</p> <p>66 kg級</p> <p>1位 明楽 賢一 神奈川県</p> <p>2位 谷前 昇 和歌山県</p> <p>3位 中道 直樹 福井県</p> <p>3位 平賀 誉治 愛知県</p> <p>73 kg級</p> <p>1位 中村 崇宏 京都府</p> <p>2位 横山 久徳 東京都</p> <p>3位 高柳 依正 東京都</p> <p>3位 酒井 博昭 北海道</p> <p>81 kg級</p> <p>1位 土屋 靖 和歌山県</p> <p>2位 甲能 武 大阪府</p> <p>3位 古川 修 兵庫県</p> <p>3位 市川 勝広 東京都</p> <p>90 kg級</p> <p>1位 小坂 重人 秋田県</p> <p>2位 柏田 訓 愛媛県</p> <p>3位 俵 文章 佐賀県</p> <p>3位 阿部 雅人 東京都</p> <p>100 kg級</p> <p>1位 片山 幸昌 兵庫県</p> <p>2位 瀧波 英一郎 福井県</p> <p>3位 小崎 太 熊本県</p> <p>3位 高宮 和弘 山形県</p> <p>100 kg超級</p> <p>1位 檜山 尚浩 福岡県</p> | <p>2位 アリルエフ ビタリー<br/>ニュージーランド</p> <p>3位 野田 隆治 大分県</p> <p>3位 津越 政範 北海道</p> <p>60 kg級</p> <p>1位 松本 史明 和歌山県</p> <p>2位 森田 義行 神奈川県</p> <p>3位 浅岡 一志 埼玉県</p> <p>3位 森田 賢一 静岡県</p> <p>66 kg級</p> <p>1位 喜多 康之 兵庫県</p> <p>2位 富田 寛司 兵庫県</p> <p>3位 小川 武樹 神奈川県</p> <p>3位 今野 龍一 神奈川県</p> <p>73 kg級</p> <p>1位 上田 一美 愛知県</p> <p>2位 及川 賢一 岩手県</p> <p>3位 東郷 達郎 北海道</p> <p>3位 園田 和男 大阪府</p> <p>81 kg級</p> <p>1位 山本 久良 大阪府</p> <p>2位 西村 一晃 滋賀県</p> <p>3位 稲毛 克也 富山県</p> <p>3位 宮田 良信 大阪府</p> <p>90 kg級</p> <p>1位 小口 伸夫 東京都</p> <p>2位 林 義人 富山県</p> <p>3位 雄崎 誠人 兵庫県</p> <p>3位 森本 正則 滋賀県</p> | <p>M6 100 kg・M6 100 kg超級の統合</p> <p>1位 ヘンドリック コッペ オランダ</p> <p>2位 矢野 敏一 大阪府</p> <p>3位 養性 剛 兵庫県</p> <p>3位 松本 一夫 岡山県</p> <p>60 kg級</p> <p>1位 木元 献治 神奈川県</p> <p>2位 西山 五郎 兵庫県</p> <p>3位 間 信男 大阪府</p> <p>3位 佐々木 政彦 埼玉県</p> <p>66 kg級</p> <p>1位 大内 基樹 北海道</p> <p>2位 田中 勝義 北海道</p> <p>3位 鈴木 常夫 神奈川県</p> <p>3位 唐木 真成夫 埼玉県</p> <p>73 kg級</p> <p>1位 岡島 俊一 大阪府</p> <p>2位 松井 利夫 島根県</p> <p>3位 ムニエ ミッシエル 東京都</p> <p>3位 板東 篤司 徳島県</p> <p>81 kg級</p> <p>1位 八本木 通秋 福井県</p> <p>2位 佐藤 英則 東京都</p> <p>3位 長谷川 正仁 神奈川県</p> <p>3位 田所 英幸 栃木県</p> <p>90 kg級</p> <p>1位 佐藤 克広 北海道</p> <p>2位 鍵山 裕久 東京都</p> <p>3位 安江 幸師 静岡県</p> |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                |                                 |                                 |                         |
|----------------|---------------------------------|---------------------------------|-------------------------|
| 3位 清水 博一 兵庫県   | 2位 大塚 俊彦 埼玉県                    | 1位 松山 幸二 神奈川県                   | 3位 瀬古 里美 三重県            |
| 3位 宮原 孝文 福岡県   | 2位 吉永 豊貴 大阪府                    | 1位 石本 知也 岡山県                    | 1位 村 扶希子 石川県            |
| 3位 藤波 徹 兵庫県    | 3位 篠田 強一 群馬県                    | 2位 杉原 尚 茨城県                     | 2位 三好 藍子 香川県            |
| 100 kg級        | M 8   100 kg・M 8   100 kg 超級の統合 | M 9   100 kg・M 9   100 kg 超級の統合 | F 3   57 kg級            |
| 1位 田村 省一 滋賀県   | 1位 ナギーヒンツイストバン ハンガリー            | 1位 安立 俊二 兵庫県                    | 1位 乗本 早希子 岡山県           |
| 2位 尾鼻 康朗 奈良県   | 2位 タスナデイルスロ ハンガリー               | 2位 久保 雅昭 東京都                    | 2位 ユイツラム ニツキー 香港        |
| 3位 児島 恭司 岐阜県   | 3位 上野 清吾 熊本県                    | 60 kg級                          | 3位 ソリドール マーヤ 東京都        |
| 3位 盛 龍也 沖縄県    |                                 | 1位 清水 周 東京都                     | F 3   78 kg・78 kg 超級の統合 |
|                | M8                              | 2位 田倉 幸夫 東京都                    | 1位 野村 紗矢香 和歌山県          |
| 60 kg級         |                                 | 3位 橋 春夫 大阪府                     | 2位 中尾 小都枝 鹿児島県          |
| 1位 橋本 和佳 千葉県   |                                 | 3位 勝呂 孝 埼玉県                     | 3位 吹田 京子 埼玉県            |
| 2位 八坂 楠夫 千葉県   |                                 |                                 |                         |
| 3位 三上 貴士 東京都   |                                 | 66 kg級                          | F 4   57 kg級            |
| 3位 前田 和男 神奈川県  |                                 | 1位 飯塚 正春 栃木県                    | 1位 松田 里子 愛知県            |
|                |                                 | 2位 山田 雅弘 宮崎県                    | 2位 伊藤 里実 和歌山県           |
| 66 kg級         |                                 | 3位 栗田 明 愛知県                     | F 4   5   70 kg級の統合     |
| 1位 大塚 忠 神奈川県   |                                 |                                 | 1位 藤江 由香 滋賀県            |
| 2位 阿部 守 神奈川県   |                                 | 73 kg級                          | 2位 武内 睦子 愛知県            |
| 3位 原 優 東京都     |                                 | 1位 田島 恒男 熊本県                    |                         |
| 3位 田中 茂 東京都    |                                 | 2位 羽生 利彦 茨城県                    |                         |
|                |                                 | 3位 浅田 三男 神奈川県                   |                         |
| 73 kg級         |                                 | 3位 宮脇 政美 香川県                    |                         |
| 1位 高田 茂 大阪府    |                                 |                                 |                         |
| 2位 栗山 不二夫 神奈川県 |                                 | 81 kg級                          |                         |
| 3位 武田 純 石川県    |                                 | 1位 諸山 和美 愛知県                    |                         |
| 3位 一言 力 静岡県    |                                 | 2位 片桐 清司 滋賀県                    |                         |
|                |                                 | 3位 吉成 隆杜 東京都                    |                         |
|                |                                 | 3位 渡辺 茂和 奈良県                    |                         |
| 90 kg級         |                                 |                                 |                         |
| 1位 高木 孝順 千葉県   |                                 |                                 |                         |



2019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) 団体戦結果  
2019 Japan Veterans International Judo Championships / Teams Results

|                                                            |    |      | 男子 団体戦 |     |    |                                                                   |
|------------------------------------------------------------|----|------|--------|-----|----|-------------------------------------------------------------------|
| エネルギー D 大阪府<br>ENERGY D JPN                                | 1  |      |        |     | 21 | 同志社WRJC B 神奈川県<br>DOSHISYA WRJC B JPN                             |
| judo3. 01 宮城県<br>JUD03. 01 JPN                             | 2  | 1-4  |        |     | 22 | 敦賀地区柔道協会 福井県<br>TSURUGA JUDO ASSOCIATION JPN                      |
| セキュリティパワーズ 東京都<br>SECURITY POWERS JPN                      | 3  | 0-5  |        |     | 23 | 柔錬会 A 混成<br>JURENKAI A MIXED                                      |
| 順道館櫻井道場 群馬県<br>JUNDOKAN SAKURAI DOJO JPN                   | 4  | 4-1  |        |     | 24 | 京都円心道場 京都府<br>KYOTO ENSHIN DOJO JPN                               |
| 明道館 福岡県<br>MEIDOKAN JPN                                    | 5  | 1-2  | 3-1    |     | 25 | エネルギー B 東京都<br>ENERGY B JPN                                       |
| 衣川柔道同好会 A 兵庫県<br>KINUGAWA A JPN                            | 6  | 4-1  |        |     | 26 | 滋賀魂 滋賀県<br>SHIGA TAMASHII JPN                                     |
| 柔錬会 B 混成<br>JURENKAI B MIXED                               | 7  | 4-0  |        |     | 27 | 東京柔道BAKA 東京都<br>TOKYO JUDO BAKA JPN                               |
| 福井県柔道連盟 B 福井県<br>FUKUI JUDO FEDERATION B JPN               | 8  | 1-2  |        |     | 28 | 衣川柔道同好会 B 兵庫県<br>KINUGAWA B JPN                                   |
| NJC B 京都府<br>NJC B JPN                                     | 9  | 1-3  |        |     | 29 | 札幌柔道連盟 北海道<br>SAPPORO JUDO FEDERATION JPN                         |
| 丸の内柔道倶楽部 A 東京都<br>MARUNOUCHI CLUB A JPN                    | 10 | 4-0  | 3-0    | 1-2 | 30 | 氷見市柔道会 富山県<br>HIMI JPN                                            |
| 君津柔道会 千葉県<br>KIMIDU JPN                                    | 11 | 2-1  |        |     | 31 | RickLittlewood(TeamNZ) 海外<br>RICKLITTLEWOOD(TEAMNZ) INTERNATIONAL |
| 衣川柔道同好会 C 兵庫県<br>KINUGAWA C JPN                            | 12 | 0-4  |        |     | 32 | エネルギー C 大阪府<br>ENERGY C JPN                                       |
| 同志社WRJC A 神奈川県<br>DOSHISYA WRJC A JPN                      | 13 | 1内-1 |        |     | 33 | 坂出市柔道協会 香川県<br>SAKAIDE JUDO ASSOCIATION JPN                       |
| Judo 4 life 海外<br>JUDO 4 LIFE INTERNATIONAL                | 14 | 2-3  |        |     | 34 | 丸の内柔道倶楽部 B 東京都<br>MARUNOUCHI CLUB B JPN                           |
| 八尾市柔道協会 A 大阪府<br>YAO JUDO ASSOCIATION A JPN                | 15 | 0-2  |        |     | 35 | NJC A 京都府<br>NJC A JPN                                            |
| 大木塾明道館合同チーム 混成<br>OKIJUKU & MEIDOKAN MIXED                 | 16 | 2-3  |        |     | 36 | 各務原市柔道チーム 岐阜県<br>KAKAMUHARA JPN                                   |
| 東京武道館柔友会 東京都<br>TOKYO BUDOKAN JPN                          | 17 | 2-1  |        |     | 37 | 八尾市柔道協会 B 大阪府<br>YAO JUDO ASSOCIATION B JPN                       |
| 北海道どさんこ柔道 da BEAR 北海道<br>HOKKAIDO DOSANKO JUDO DA BEAR JPN | 18 | 0-4  |        |     | 38 | judo3. 00 宮城県<br>JUD03. 00 JPN                                    |
| 滋賀勇士 滋賀県<br>SHIGA YUSHI JPN                                | 19 | 2内-2 |        |     | 39 | 福井県柔道連盟 A 福井県<br>FUKUI JUDO FEDERATION A JPN                      |
| エネルギー A 富山県<br>ENERGY A JPN                                | 20 |      |        |     | 40 | 柔錬会 C 混成<br>JURENKAI C MIXED                                      |
|                                                            |    |      |        |     | 41 | 東京都柔道整復師会 東京都<br>TOKYO JUDO SEIFUKUSHIKAI JPN                     |

|                                             |   |     | 女子 団体戦 |     |   |                                        |
|---------------------------------------------|---|-----|--------|-----|---|----------------------------------------|
| 坂出市柔道協会 香川県<br>SAKAIDE JUDO ASSOCIATION JPN | 1 | 0-3 |        | 0-2 | 4 | judo3. 0 混成<br>JUD03. 0 MIXED          |
| TOYO姫 鹿児島県<br>TOYO HIME JPN                 | 2 | 2-1 | 0-2    | 2-1 | 5 | のむまつ和歌山 和歌山県<br>NOMUMATSU WAKAYAMA JPN |
| 三国 混成<br>SANGOKU MIXED                      | 3 |     |        |     | 6 | ISHIKAWA 石川県<br>ISHIKAWA JPN           |

# 二〇一九年世界ベテランズ 国際柔道大会

## 参戦記

世界ベテランズ柔道大会 参戦記

日本マスターズ柔道協会  
専務理事 浅田 三男



2019年の世界ベテランズ柔道大会は、10月10日〜13日の間、アフリカ北部に位置するモロッコ王国のマラケッシュで、49ヶ国・1,200名の選手が参加して開催された。70歳となり階級がM9に上がることで、アフリカ大陸に足を踏み入れたことがないので、観光も兼ね大会に参加することを決定した。羽田空港から13名で、カタールの

ドーハ、モロッコのカサブランカと乗り継ぎ、24時間かけ疲労困憊でマラケッシュに到着した。

日本マスターズ柔道大会では、毎年2〜3kg減量して73kg級に出場しているが、同階級には昨年度優勝の羽生先生が出場することや海外に行く前の減量は大変なので、自然体で臨もうと考え、81kg級に階級を上げ挑戦したが、長旅の影響か、大会前日の計量では、73.9kgと出発前に比べ体重が減少していた。

大会会場は、ホテルの前の空き地に大きなテントが張られ、内部は試合会場と観客席が分離されており、試合会場は5面、演出や照明・音響設備も素晴らしく、畳の上に立った時、これが国際大会だと感激した次第である。試合は二回戦で敗退、その後の敗者復活戦も二回戦で負け、メダルに今一歩届かなかった。ドイツ、アメリカ、チェコ、ラトビアの選手と四試合を行い、一本を二回、技ありを三回取り、逆に四人の相手から一本を一回、技ありを三回取られるなど、接近した内容の試合で満足している。また、全試合がYouTubeにアップされて、世界中にライブスケールの大きさに驚いた次第

## 拡がる世界ーモロッコ訪問記ー

神奈川 齋院 志津子  
(F8・52kg)

出逢いは、ある日突然やって来る。2018年5月松山での大会で、モロッコ出身の長谷川アワテフさんと出逢った。お住まいを尋ねると横浜とのこと。日本に30年住んでいる彼女は、日本語も流暢だ。「柔の形」の部に出場されていた。

今度、稽古をしませんか？ から始まったお付き合い。私はモロッコと聞くと、製本を始めるきっかけとなった栃折久美子さんの「モロッコ革の本」が脳裏をかすめた。一気にモロッコが近づく。

秋の深まる頃から稽古を始めた。聞くと妹さんがモロッコで道場を開いていること、毎年8月に1ヶ月間里帰りをしていることを知る。「一緒に行きたい！」行くからには、しっかりと形の披露が出来なくてはならない。本気を出すためには大会の出場しかない。こうして、2019年福井の大会に出場した。結果を出すことは出来なかったが、稽古には励んだ。「柔の形」年を重ねた人間だが、本物の形はまだ先に、新たな挑戦の日々が始まる…。

そして、2019年7月30日、

アブダビを経由して、モロッコでの1ヶ月間の旅は始まる。最初の10日間は、最北端のテトウアンというリゾート地で、のどかに地中海の澄んだ海に浮かんでいた。いよいよカサブランカ郊外にある妹さんの道場へ移動する。私は近くにホテルがあればと希望したが、治安も女子の一人歩きには適さないと、20日間娘さんの部屋を借りることになった。1階は赤い畳が敷き詰められた90畳近い道場、地下には同じ広さのジムがあり、各種の器具が所狭しと整っていた。

モロッコの道場も8月は一ヶ月間の夏休みで、指導者と近くに住む形を覚えたい方の参加で始めた「柔の形」は、3日間の予定が6日に延びる。男子初心者の参加がある日もあった。一度始めると、二時間はあっという間だ。ある日は護身術をという指導者もいた。巨体の男子、私には到底無理で、教えられるレベルでないことも自覚している。他の形も、しっかりと覚えなくてはならない。

8月17・18日はラバトでアフリカ大会が開催された。カラフルな客席、応援も熱い。選手達は懸命に闘っていた。妹のソヘさんは国際審判員の資格を持ち、この日も審判で登場した。ある日は、ジュニアの練習も見学し

た。嘉納治五郎師範の写真と精神が大きく飾られていた。ふれ合ったモロッコの人々は、陽気で異国の私を温かく迎えてくれた。文化の違いを越え、柔道を通して拡がる世界を体験する旅となった。柔道は、人生に活力を生む泉かもしれない。





である。

試合終了後は、皆一緒に食事や観光を楽しんだ。最近は一マートホンの翻訳アプリを使用すると、現地の人と直接会話ができ、言葉の垣根がなくなってきたおり、技術の進歩に驚くばかりである。マラケッシュの有名観光地の「ジャマ・エル・フナ広場」のスーク（迷路の様な市場）では、品物に値段が表示

されておらず、それを皆で片言の言葉で、高い・安い・もっと負けると交渉して買うのが楽しかったが、最終的にどちらの方が得をしたかは不明である。

来年度の世界ベテランズ柔道大会は、9月にポーランドで開催と発表されている。東欧のポーランドも、まだ訪問したことがないので、日程があれば参加して見たいと考えている。

ベテランズ福井大会と  
世界ベテランズ大会に参加して

神奈川県 長谷川 正仁  
(M7・81kg)

私がベテランズ大会に参加するのは、5回目で、初めて妻と参加することとなりました。柔道を初めて53年が経過していま

## 世界ベテランズ柔道大会への誘い

マスターズ会員 大塚俊彦

北アフリカのモロッコ、マラケシュで2019年10月10日より10月13日の四日間、大会が行われました。世界51カ国から柔道好きな人が集まりました。参加人数は1168人で日本からは19名が参加しました。

大会に出場するには約日本円で2万5000円かかります。約1000人として2万5000円×1000人で25,000,000円です。他に宿泊費・飛行機代をプラスして100,000円から200,000円ぐらいかかると思っています。世界にはよっぽど柔道が好きながいて、自費で参加しています。

その割に和気あいあいとして柔道やっています。また、お金がかかっていますが、歳で体が動きません、ですが相手も歳をとって体が動きませんが、そこで、相手がよろけて倒れるのを待ち引きが難しいです。ベテランズ大会ですが30歳から5歳刻みで75歳まで出場できます。去年メキシ

コのカンクンで行われたベテラン大会は、確か80歳まで出られたよう気がします。

レスリングの世界ベテランズ大会は3年前位から60歳位までに出場が制限されました。柔道もこれから毎年年齢の上限が下げられてきて、多分70歳までと言つのはあと数年だと思っています。去年出場した75歳から79歳の柔道好きな諸先輩はだいぶがっかりしていました。

数日後マラケシュで世界ジュニア柔道大会が同じ会場でありました。IJFのホームページで、YouTubeでライブ中継をやっていました。ベテランズ大会も同じホームページで、全試合YouTubeでライブではありませんが出ていますので見て下さい。ジュニアにはもちろん賞金がつきます。監督にもつきます。ベテランズには賞金はありません。花みたくのありません。入賞すると、3位までは国旗が上がります。優勝すると国歌が流れます。日本の君が代を流してみたいものです。

柔道好きの60代の人は修学旅行だと思って、退職金をはたいて、外国に行ってみませんか？70歳までかもしません。30代から50代の柔道好きな人は、お金と1週間位の日にちを作り、ガンガンに勝負してもらいたいと思います。

ですが、まさか試合に妻と一緒に参加するとは、柔道を始めた頃には思いもしなかったことです。また、こんなに長く柔道をして、協会等の仕事をするとも思っていませんでした。

今回の福井大会では、榮理事長（福井県柔道連盟）、富澤副理事長（福井県柔道連盟）のお力で、撮影要員を確保して頂き、彼らの献身的な活躍により、全試合ビデオ撮影することが出来ました。撮影した映像はその後、マスターズのホームページで公開し、好評を得ていると思います。是非ご覧ください。

5回目の参加ともなりますと、多くの友人や知り合いが出来る、福井県でも再会が出来るという楽しみがありました。最も驚いたのは、ニュージーランドの友人に35年ぶりに懇親会で会うことが出来、交流が再開したことです。



ベテランズ大会に参加するようになり、自分の体調管理を十分に行う様になったことも、試合に出る際の自分での進歩だと思っております。年間5大会に出ている私は、25ヶ月に1回は試合に出ている計算となりますが、自分で病院や医療機関に行き、メデイカルチェックを行っているのに、毎回怪我が絶えず、怪我と自分の節制する意思との戦いの連続です。しかし怠惰な私には試合があるお陰で、健康管理や日常管理を行う様になったとも言えます。また、自分より年長の方々が元気に毎年ベテランズ大会に参加されているのを見て、自分でも70歳、80歳まで元気で柔道を出来る身体作りを行わないといけないという思いを新たにしています。

福井では個人戦3位、団体戦ベスト8まで進むことが出来ました。

ベテランズ大会に参加するようになったのは、先輩である内藤先生にお誘い戴いたのが切っ掛けでした。初回参加の山口大会では全く要領を得ていない状態で、ホテル、電車の予定を手配することも大変でしたが、今では、毎回自分で予約したり、安い経路を見つけてルートを決めるのも楽しみの一つになって

います。まだ、現役で仕事をしているのと、従来の試合に対する考えが抜けず、試合の合間に観光をする等と言う心の余裕がないのをどのように変えていくかがこれからの課題です。学生の時とは違う試合への臨み方や体調管理を行い、今後の試合に臨んで行きたいと考えています。

2020年のベテランズ大会は12月に講道館で開催と決まりましたので、多くの柔道家が日本国内から、また、海外からも参加されると思います。是非とも彼らと目的を一致させて、試合に臨みたいと思います。

今後も、妻と一緒に試合に臨んで行くと思います。この秋には早くもその機会が訪れ、世界ベテランズマラケシユ大会に参加して参りました。体調不良もあり、改めて健康管理の難しさを感じておりますが、今後とも体調管理を十分に行い、試合に臨んでゆきたいと思っています。

また、ベテランズ大会で得た海外の友人とも長く交流を続けて行きたいと思っております。



# 私のモロッコ大会参戦記

埼玉県 大塚俊彦  
(M8・81kg)



世界ベテランズ柔道大会が2019年10月10日から13日までありました。私は65歳でした。成績は65歳から69歳までの部で3位になりました。81キロ級です。この大会は世界で51力国1168人が参加しました。四日間で行われて、行われませんでした。私は世界大会では3位が最高で、これで3回目です。後の2回は、90キロ級で、50歳と55歳の時でした。

年齢は、M1からM9までです。去年はM10まであり79歳まででした。今度は70歳の時が3位以上に入れるチャンスの時だと思っています。優勝すると表彰式の時に国歌が流れ、国旗が上がります。国旗は第3位まで上がります。ですが優勝しないと君が代は流れません。ですから私

の場合は2回目がルーマニア国歌、3回目がフランス国歌(ラ・マルセイユ)を聴きながら日本の国旗が上がるのを見ました。

レスリングのベテランズ大会は3年前位から、上限が60歳位までに下がりました。柔道も70歳ぐらいまでに近々なってくると思われます。ですからあと4年位がチャンスじゃないかと思っています。レスリングは13年間位飯能市の木藤達哉コーチに教わりました。全日本マスターズレスリング大会と日本社会人選手権大会のマスターズの部で優勝したことがありますので世界大会に出してもらえなと思う、ギリシャであったベテラン大会に出ようと思いましたが、会場がはじめはクレタ島の予定で、旅費が高くて申し込みませんでした。後にアテネに変わったので、いくらか安くなるので申しこんでおけばよかったと思います。レスリングはどうせ勝てないと思いますが、1回位世界大会に出ておきたかったです。その後60歳に上限が変わり派遣選手の選考もできました。

柔道の参加条件は、30歳以上の1級以上でIJFに加盟している国内連盟の登録会員です。大会の開催前1年以内にナシヨ

ナルチームの代表としてシニアレベルの国際大会に出場していないことなどの条件があります。

国の代表ではないので、登録料、ホテル旅費、全て実費です。しかし、ゼッケンはJPNなのでやっぱり代表ですかね？

今回、私は、M8の81で出場しました。M7、M6の時は90から81をさまよっていました。今回のM7の81キロを見て思いましたが、M7の中では人数が多く20人でした。30代、40代はもっと人数が多く、60歳から64歳では一番多かったです。去年メキシコのカンクンで行われたベテランズ大会は、M7・81キロの優勝者はゾロリンマンブレット(ドイツ)、銅メダルペロメアコブユーリー(ロシア)、5位大塚俊彦私でした。

ゾロリンは強く17年3位、16年は出ていない、15年2位、14年も2位、13年も2位、12年1位、11年も2位、

私は81キロで、11年のフランクフルトでは5位、16年フロリダ5位、18年カンクン5位、17年イタリア1回戦負けで、ゾロリンとは今まで1回も当たったことがありません。届いたことがあります。

81キロで強い名古屋の加藤彰

一七段は、世界ベテランズ大会3位、アブダビ2013年は、ゾロリンが2位で当たっていない、2014年スペインマラガでは、セミファイナルで当たり、強い加藤さんもゾロリンに苦しんでいる。5位、ゾロリン2位。

2015年アムステルダム、セミファイナルで本年度優勝のロシアのペロメアコブに屈し、5位になりました。ゾロリンは2位でした。

2016年フロリダでは、加藤七段は準々決勝でその時の優勝者に負けてしまった。その時今回3位に入賞した佐藤英則選手(東京出身)は東北初出場だったためか、足を持ててしまい1回戦で負けになってしまった。ゾロリンは出場していない。

その今年度優勝候補のゾロリンを技でガンガンに攻め、指導3を取り、反則勝ちで神奈川の長谷川正仁選手が一本勝ちをした。初戦で優勝候補を下し、たいしたもんだと思われる。長谷川選手はモロッコで柔道指導を昔したとのことで世界ベテラン大会は初出場の方です。奥さんもモロッコの方で今大会と一緒に出場したようです。2回戦は今回準優勝のオーストリアの人で負けてしまい9位なっていました。2019年M7・



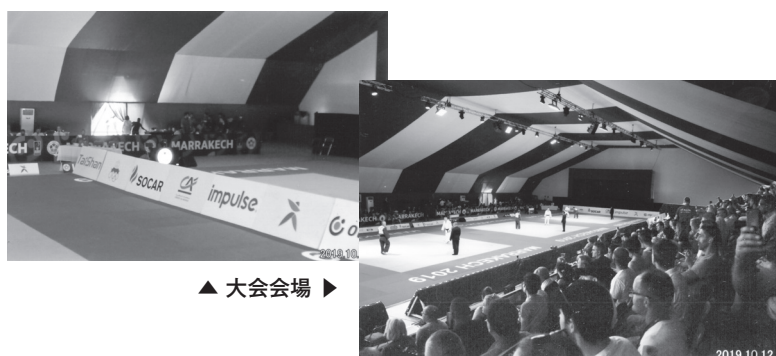
# モロッコ・マラケッシュ世界ベテランズ大会

## 日本人出場者の成績

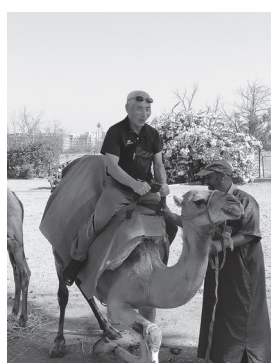
2019年10月10日(木)～13日(日)

|       |    |       |    |
|-------|----|-------|----|
| 秋山 直樹 | M5 | 60kg  | 7位 |
| 浅田 三男 | M9 | 81kg  | 7位 |
| 藤岡 哲也 | M8 | 66kg  |    |
| 羽生 俊彦 | M9 | 73kg  | 1位 |
| 長谷川正仁 | M7 | 81kg  | 9位 |
| 井田 幹夫 | M9 | 66kg  | 7位 |
| 池田信一郎 | M2 | 90kg  |    |
| 上木 保夫 | M8 | 81kg  |    |
| 片桐 清司 | M9 | 81kg  |    |
| 松本 和夫 | M6 | 100kg | 7位 |
| 門間 優  | M1 | 73kg  |    |
| 大塚 俊彦 | M8 | 81kg  | 3位 |
| 佐々木圭太 | M3 | 66kg  |    |
| 佐々木安廣 | M9 | 66kg  | 1位 |
| 佐藤 英則 | M7 | 81kg  | 3位 |
| 田島 恒夫 | M9 | 73kg  | 2位 |
| 宇野慎太郎 | M1 | 66kg  | 1位 |
| 吉永 豊貴 | M9 | 90kg  | 3位 |

81キロは1位ロシア・ロメアコブ、2位オーストリア・クリズ、3位日本佐藤英則選手でした。  
1回戦で、佐藤選手はフランスの選手に勝ち、2回戦は優勝したペロメアコブに関節技で屈し、敗者復活戦にて2年程前3位だったアゼルバイジャンのアミン選手に競り勝ち、その後ロシアの選手に勝ち、次にドイツの選手にも勝ち、堂々3位になりました。世界大会なのでなかなか時間や出場費がかかるので大変です。がんばってまた長谷川選手に出場してもらいたいと思っています。



▲ 大会会場 ▶



モロッコ・  
マラケッシュにて





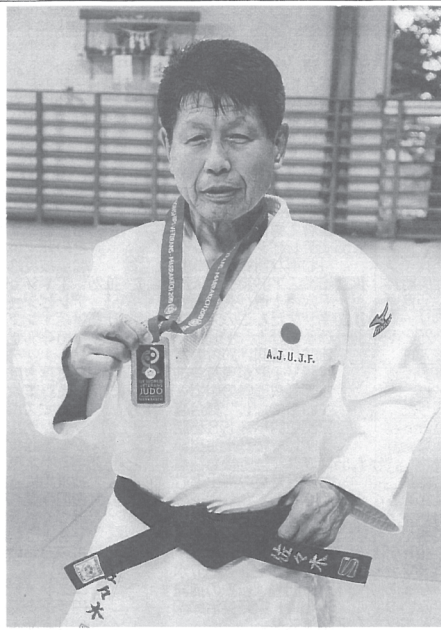
トピックス

佐々木安廣さんの活躍が、「岩手日日新聞」に掲載されました。

# 柔道人生の集大成

ベテランズ選手権 佐々木さん(富士大)世界一

花巻 富士大理事・教授にモロッコで開催された柔道の世界ベテランズ選手権大会のM9(70-74歳)クラス66歳で優勝した。約65年もの競技歴で世界一に上り詰めた佐々木さんは「表彰台で『君が代』を聞き感動した。やっと到達できたという満足感があつた」と柔道人生の集大成と



世界ベテランズ選手権大会で優勝し、金メダルを手にする佐々木さん

なる栄冠を喜んでい。過去に日本マスターズ大会を2度制している佐々木さんは、日本代表に推薦されて同選手権大会に初出場。1回戦でウクライナ選手に返し技で一本勝ちし、準決勝は優勝経験もあるイタリヤ選手を相手に反勝勝ちを収めた。フランス選手と対戦した決勝は、得意とする小外刈りからの体落としで技ありを奪うと、さらに相手の体落としを切り返して一本勝ちで頂点に立った。出場が決まった5月ごろから学生との稽古や筋力トレーニングなどで体力を強化。力の強い外国人選手対策として、スピードを意識しながら得意な連絡技のバターンに磨きをかけた。現地では減量も強いられ、良いコンディションで一番に臨んだという。小学1年生で柔道を始め、同大での指導に加え、同市大通りの花巻道場の師範として多くの後進を育ててきた佐々木さん。「自分の組み手で素早く仕掛ける」と、力の強い選手が相手でも練習してきた技を掛けられる。組み手、スピード感の大切さをしっかり教えていきたい」とかみしめた。国際大会出場を通じ、競技強化や競技人口増加について海外との差も感じたという「フランス選手団は人数や勢いがすごかった。シニア世代に対する啓蒙活動や強化が柔道人口の底辺拡大につながっており、それによってさらに強い選手が出てくる」と主張。指導者や競技協会の視点から、社会スポーツとして多世代で柔道に取り組む体制づくりなども課題に挙げた。

## 野口宏水名誉会長 「日本スポーツ グランプリ」を受賞

今年、日本マスターズ柔道協会の野口宏水名誉会長が第14回日本スポーツグランプリを受賞されました。この賞は、『長

年にわたりスポーツを実践するとともに、広く国民に勇気と感動を与え、顕著な功績をあげられた中高年齢層の個人またはグループ』に対して授与されるものです。柔道としての受賞は久しぶりとなります。

令和元年12月1日、野口名誉会長の受賞祝い会が70名余の

参加者のもと、盛大に開かれました。写真はその時の模様です。なお、名誉会長のご子息で、現在東京オリンピック・パラリンピック組織委員会に勤務されている野口毅水氏が一文を寄せてくださいました。





「表彰式にて、鈴木スポーツ庁長官と」「日本スポーツグランプリ」受賞式のこと+a

野口 毅水



今回の受賞に至ったこと、皆さんのお陰あつてのことと思います。

9月28日の表彰式に同伴しましたので、その様子を報告します。茨城国体開会式後の役員懇談会で、各大臣、各県の幹部や競技役員が五百人集まる前で、9人が栄に浴しました。平均年齢89歳、最高齢96歳、始まる前には係の人から「にこやかに受けましょう」と言われ、皆が「オーッ」と拳を上げていました。いざ授与の場面では係員の指示にも動かずに固まっていた人もいて、父は試合場の開始線に立つような表情でハレの舞台に立っているのを可笑しく見

ていました。

令和の時代の初めての国体、懇談では即位の礼前の新天皇皇后両陛下も2メートル位のところで受賞者とゆっくりお話をいただき、その中で「速報です」と放送が流れ、「本日のラグビーワールドカップ対アイルランド戦、19対12で日本が勝ちました!」、まさかと一同大歓声、最後は「天皇陛下万歳!」の大合唱となりました。受賞者同士で「いい土産(?)になりますね」とにこやかに話していました。

同伴者に「受賞者のここがすごい!と思うエピソードを」とアンケートを求められ、こう書きました。

「プレイヤーとしてだけでなく、皆でシニア柔道を盛り上げようと取り組んできたことです。」

『草の根外交』と称して、柔道で世界を巡っているうちに世界マスターズ協会会長となり、講道館での世界大会開催を実現したもの、その後ひょんなことから、「では日本でマスターズ協会を作って大会をやろう」と初代会長となつて、柔道仲間と奔走して大会を実現したことです。

大会は今年で16回を数え、全国から同好の士が集まり年々盛

んになる勢いです。本人は試合に出られずとも全国の大会開催地を訪れ、定例の稽古では飲み会には参加するなど、『生涯柔道』を貫く意欲満々です。」

6年前にガン手術の退院後に、渋谷区柔道会の皆さんを中心に、「全国高段者大会30回出場記念祝賀会」をやっていたいただきました。これが、慶應義塾で柔道を始めて以来、プレイヤーとしての集大成となったものと捉えていましたが、マスターズ協会の皆さんと、柔道を通じての草の根外交の実践が、今回の評価につながったものと思います。

私自身は今、東京オリンピック・パラリンピック組織委員会に勤務、山下泰裕JOC会長に3回ほどお会いする機会がありました。マラソン・競歩の札幌移転を巡ってIOCと緊張感ある会議の合間にしばし柔道談義、受賞に際して全柔連会長として推薦いただいたお礼を申し上げると、「この賞は柔道界からはなかなかないんですよ(今度も剣道は3人)」と言われました。「専門家の方が受ける賞ではないですから」とは言いましたが、山下先生は期待されているのかな、するとこの後の柔道界からの最有力候補は

マスターズのメンバーの中にいらっしゃるのではと思う次第であります。

私も一介の柔道愛好家で、今は近所の警察署で、小中学生と稽古をしています。父も何回か訪れており、受賞のことを話しました。「みんなは入り口について、技が効かなかったりで難しいこともあると思うけど、柔道を通じて、勉強や将来は仕事や人間関係に、人生に広がりができる。80過ぎて柔道のお蔭で元気に生きている人が身近にいることも知って、続けてほしいな。きつと良いことあるから」と。

また父の受賞を機会に、ご出席の柔道関係者は末永く柔道に親しみ、そうでない方は柔キチを暖かく見守ってもらえればということが本人の望みだと思います。

ありがとうございました。  
(令和元年十二月二日記)



## 『日本マスターズ柔道協会有志 ラオス・カンボジア訪問団』の報告

伊藤久雄元専務理事を団長、浅田三男現専務理事を副団長として、総勢17名(内柔道家13名、家族4名)が2019年1月24日から31日の1週間、ラオス・カンボジアを訪問した。以下は帰国後にツアー参加者から届いた手記であります。



ラオス・ビエンチャン武道場にて



ラオス・ビエンチャンにて



◀◀カンボジア・シュムリアップ鬼道場にて

# ラオス・カンボジア訪問団に

参加して

同団幹事長 坂東雅邦  
(丸の内柔道倶楽部・  
浦安市柔道協会)



プノンペンの空港にて

今回の訪問団の企画は2018年9月のマスターズ執行部会に提案され、題記の名称での有志の企画として承認された時点から始まりました。目的は柔道を通じた国際友好と途上国柔道への指導、激励と支援にあり、当初10名程度の参加を予測していましたが、最終的に総勢17名の大チームになり大変嬉しく思います。

特に今回はリピーターが5名で残る12名が初参加という新しいチームでした。佐々木七段ご夫妻は岩手から、稲田女子四段は福岡からという大きな広がりも見ることが出来ましたし、ソリドーワル四段含めて初めての女子柔道家が二名も参加されたこと

いう斬新なものでした。

皆さんが沢山の新しい経験をされ、また新しい友人もできてチームにとっても意味深い遠征になったと思いますし、さらに訪問国の柔道関係の皆さんにとっても日本との柔道での繋がりの楽しさと有意義さをご理解いただけたと感じています。

ラオスに於いてはラオス柔道連盟会長のケマサート・ピラパンデット氏の旭日小授章授与のお祝いにも参列できましたし、恒例の日本大使館主催のラオス武道演武会にも参加し、向、藤岡両先生による見事な講道館護身術の形を披露できました。この演武会に於いて柔道のみが日本からの高段者が参加された事はラオスの政府高官や一般の皆様には大きな喜びをもたらす事

が出来たと伺っています。メコン川の夜景を見ながらのパーティーやナムダムダム湖でのランチクルーズでもラオス柔道連盟の皆様と爽やかで楽しい時を過ごせました。ラオス柔道連盟の会長さん始め皆さんに大変お世話になり感謝に堪えません。

またJICA柔道隊員の瀧本君もラオスの皆さんと明るく仲良く過ごされておられて頼もしく思いました。この長い友好関係を今後もさらに深まって行く事を願ってやみません。

カンボジアについては正直な処、プノンペンに着くまでは心配しておりました。2年前にシュムリアップのアンコール柔道場を訪問した以外は太いパイプができていなかった為です。それ故、プノンペン空港でカン

ボジア柔道連盟の方々に花束で出迎えられた時は大変驚き、嬉しくて舞い上がりそうでした。さらに柔道連盟の本道場では80人以上の皆さんに歓迎され、真剣に乱取りをしたり、指導内容を熱心に聞いてくれたり、今後の友好促進に大変励みに成りました。懇親会も大いに盛り上がり、リン会長、ラブス事務局長始め軍と警察のトップの副会長さんお二人とも楽しい会話ができました。カンボジアは2023年のSEA Games(東南アジアンのオリンピックみたいな重要な大会)の開催国である事や昨年の講道館巡回指導と段審査(国際部飯屋先生、審議部畠山先生)などが大いに奏功した熱い柔道熱を感じる事が出来ました。

## ラオス・カンボジアツアーの感想

日本マスターズ柔道協会 元専務理事 伊藤 久雄

両国の社会体制、歴史文化は別にして、ビエンチャン、プノンペン道場で乱取りした子供達は熱心で可なり練習を積んでいると実感しました。強かったです。

個人的に印象に残ったのは、ポルポト政権下のカンボジア大虐殺とナチドイツのホロコーストの虐殺方法との違いでした。

ホロコーストは、組織的で大規模な殺人工場であったのに対して、カンボジア大虐殺は、直接人間が手を下した野蛮な殺人行為だったということです。





平たく言えば今後の友好促進と支援の推進に我々自身の弾みができたと言う事です。JICAラオス事務所の吉田氏もお忙しい中、稽古を見に来てくれました。カンボジアへの柔道青年協力隊員の派遣も熱心に推進してくれているそうです。放映されたかは確かではないですがTVの取材も来てくれました。カンボジア柔道連盟が如何に我々の訪問に期待してくれていたかを示すエピソードです。総じて我々も草の根ベースで色々と協力して行ける、行くべきと感じました。

最後のシエムレアップは二度目という事もあり、アンコール柔道場の鬼先生とソピー若先生とは日本でもお会いしていました。今回は日本から一昨年の春に着いた30畳を有効に使った道場で楽しい稽古と指導ができました。2年前のマットだけの道場とは大違いで子供達も伸び伸び稽古を楽しんでいました。ソピー若先生は昨年講道館二段を頂き、もともと優秀な柔道家ですが、ウォーミングアップにダンス風の音楽を使用するなど独自の工夫が見られ頼もしく思う一方、我々も今後日本での子供達への指導に当たってもっと

新しいアイデアを工夫・創出すべきと感じさせられました。

このアンコール柔道場にはかねてより丸の内柔道クラブの小川郷太郎元カンボジア大使や長谷川敬氏の支援活動がなされており、今現在も新道場建設という大プロジェクトが真剣に検討されています。我々もできる範囲で支援させていただき新道場完成の暁にはこけら落しにチームとして再訪問したいと熱く思う次第です。

今回の両国訪問では、従来太いパイプが築かれてきたラオス柔道連盟との友好関係がさらに深まった事、また同様な友好関係をカンボジアでも今後作って行ける事、そしてそれが求められている事が確認できました。私が小川、長谷川両先生のご指導の下に発足させて頂いた『カンボジア柔道応援団』が及ばずながらも一つの核となり、今回の訪問団の先生方とそのお弟子さん達、ご家族の皆様などに協力の輪が広がる事を期待しております。

最後ですが、このにわかに編成された大チームが怪我、病氣、事故など一切なく安全に活動と移動を完了できたことは素晴らしい事でした。各メンバーがしっかりとしていればこそこの事です。

す。改めて感謝申し上げますと共に、今後長い友情と団結で途上国柔道との友好・支援に共に前進してゆきたいと願う次第です——我々自身の幸福の為に。

追記…この度、上記カンボジア王国シエムレアップ市に新道場を建設するプロジェクトは2019年11月18日に正式にGOがかかりました。112畳の立派な道場です。小川剛太郎先生のご尽力に敬服し、また出資者の御方に深く感謝しております。2020年4月の完成予定だそうですので、是非5月頃にマスターズ有志遠征団を編成してこけら落としなどのお祝いに馳せ参じたいと思います。

2019年12月2日



日本マスターズ柔道協会有志カンボジア・ラオス柔道支援の旅を終えて

埼玉県 向 博文  
(M8・81kg)



〈はじめに〉

私は、今回ラオスは二回目で、カンボジアは初めての旅であった。今回はご家族含め、総勢17名の大使援団で、伊藤団長、浅田副団長、(指導部長)、阪東幹事長、坂田副幹事長の布陣での柔道支援・旅行であった。

# 1. 柔道支援

## (1) ラオス柔道について

ア・演武会(護身術演武) 取・藤岡、受・向で急遽決定したペアであったが、事前に講道館で稽古を重ね、本番を迎え、緊張の中、一杯の演武が出来、演武終了後皆様から「良かったよ」等の嬉しい言葉を戴き、「肩

の荷が下りた」感があつた。一番に相手の藤岡先生に感謝申し上げたい。

イ・ラオス柔道連盟会長の叙勲のパーティーに参加させて戴いたこと

ウ・JICAの柔道指導員の下、前回にも増して個々人の成長が見られたこと。

エ・今後も可能な限りラオス柔道を支援して行く。

(2) カンボジア柔道について 二箇所の道場を回った。

特に日本人ボランティアの鬼先生の柔道場では、日本人柔道指導者はいないものの、日本で指導を受けたソピー選手指導の下、科学的柔道に取り組んでいて将来が期待出来る子供達が数名いた。

## 2. 観光その他

(1) ラオスは数多くの寺院、広大な人工湖であるナムダムダム湖、メコン川沿いレストランでの懇親会

(2) カンボジアはアンコールワット、アンクルトム等の遺跡、シエムリアップ湖上ハウス。ポルポト政権時に残虐行為のあった刑務所跡地での犠牲者の顔写真を見た時、胸が痛んだ。



東京都 西谷 博一  
(M8・60kg)

ラオス、カンボジア柔道ツアー

（おわりに）

街の印象は、昭和40年代の日本の姿を見ているようで、活気があった。  
・特にスマホの普及には目を見張るものがあつた。  
・中国資本の進出が加速度的であつた。

今後もラオス・カンボジア柔道の発展のため、微力ながら協力して行きたい。特に今回、同行して頂いた女性陣、マーマ、たまき先生、奥様方の心細やかな御配慮に感謝いたします。次の機会があつたら又参加したい。参加した全員に感謝します。阪東先生、本当にお世話になりました。

坂東さんが企画したツアーを知った時、今回は参加出来そうながあつた。日程が1月末であることが理由だ。私のやつている商売は、毎年10月から4月末頃までが稼ぎ時で、平日をまとめて休むのは、難しいのだが、1月の末は仕事の谷間になっていくからだ。ついでに、一緒に仕事をしてきた妻も誘おうという考えが浮かんで、そう伝えると、最初は喜んだのだが、柔道の稽古を中心に見える日程に、チョット不安があつたようだ。でも私のサポートということについて来るといふことになった。

#### 【ラオス】

さて、ツアーが始まり、飛行機の乗り換え地ハノイの空港そしてビエンチャンに降り立ち、きれいだが少々田舎くさいホテルに着いた。どこまでも信号のない一本道、道路脇の露天商、そして2人乗りのバイク。28〜30度の気温の中にとこれこそ東南アジアに踏み込んだという感じになった。都市の中心地なのに、電気のついていない建物が目立つし、歩道はコンクリートがはがれていたり、自動車を歩道に乗り上げて駐車場代わりに使っていたりとか、この

無秩序な感じは、どこから来るのかなと考えてしまうほどだ。

翌日、武道館で合気道、柔道、剣道の演武を見学する。高い身体能力を活かした演武は、独自に考案したものが多く、日本とは別の形に発展しそうな予感があつた。我々も子供たちや若者たちと乱取りをさせていただき、ようやく気持ちがあぐれてきた。

その晩、ラオス柔道会会長の受賞のお祝いで招待された町並みと少々差のある高級レストランでのバイキング。翌日のメコン川沿いのレストランでの会食。そこでふれあつたラオスの人々は、我々に対する好意や武道に対する熱意などで、今後もずっと良好な関係を続けられそうなの、思いに満ちていました。

#### 【カンボジア】

プノンペン、にぎやかな町だ。ビエンチャンより活気があつるが、もつと雑然としており荒れた感じがする。でも柔道にはとても熱心で、稽古も会食も最大限に楽しめた。私もまだ体元気があり、打ち込みや乱取りをやった青年も充分満足したみたい。会食でも下手な英語のコミュニケーションも盛り上がった。素晴らしい交流だつた。

翌日は、市内観光ということ、立派な宮殿の次に、いよいよ、ポルポト政権時代の大量殺戮の収容所に案内される。日本語のうまいガイドさんは、両親がこの時なくなり、孤児になつたとのこと、熱心な解説でした。

太平洋戦争、フランスの植民地支配が終わり、米ソの冷戦時代が始まり、ベトナム戦争が終結。共産主義化を急ぐ為政者、続く内戦の中、異様に多くの犠牲者を生んだ不幸な歴史を持つこの国の人々に幸あれという気持ちになりました。柔道が少しも役に立つなら私でも役に立ちたいという思いも有ります。シムリアアップ。一転して美しいリゾート地のような街並。アンコールワットが世界遺産に指定されたことによる観光収入のためか、よく整備されている。アンコールワット、アンコールトム遺跡の観光の後、鬼さんという女性が、カンボジアの孤児や不幸な子供達のために開いている日本語教室などと一緒に運営している柔道場を尋ねた。小さな道場に集うこれも運動能力の高い青年たち。ここでの短い交流を通して、この愛らしい人々との今後の交流が益々豊になり、太い幹になることを願わずにいられない思いが募つた。

「柔道有志遠征ラオス・カンボジアツアーに参加して」

丸の内柔道倶楽部 大森 伸洋



私は柔道を通じて海外を訪れたのは初めてでしたが、現地ではラオス・日本武道センター、プノンペン武道場、アンコール柔道場を訪問して両国の子ども達と一緒に稽古をすることができました。

明るい笑顔が素敵な子ども達は、たいへん礼儀正しくて、稽古に励む姿からは、とてもレベルが高いと感じるとともに、これから子ども達が更に成長して世界で活躍する日が訪れることが私の楽しみになりました。道場訪問以外にも、いくつかの観光スポットを案内していただきましたが、カンボジアのトゥール・スレン虐殺博物館はとても衝撃的なものでした。かつてのポル・ポト政権が約



170万人もの人々を虐殺してしまった史実を伝えるもので絶対にあつてはならない出来事でした。二度とこのようなことが起きないよう世界の平和を願うばかりです。

ラオスとカンボジアを巡って思ったことは、若い人たちがたいへん多く更なる成長への息吹を強く感じたことです。両国の柔道もこれから若い人たちを中心にますます発展されることを願っております。

今回のツアーでは参加された皆様に大変お世話になりました。ありがとうございました。

## 小川郷太郎氏 叙勲 受賞お祝いの会

デンマーク大使、カンボジア大使などを歴任された小川郷太郎氏が、2019年春の叙勲を受賞され、9月10日に70名の柔道仲間が盛大にお祝いの会を催しました。

小川氏は、カンボジアの復興に寄与するべく、シムレアップに道場建設を進めておられます。今年4月、112畳の柔道場が完成する。



瑞宝中綬章



皇居春秋の間



河野外務大臣より手渡させる



カンボジア・シムレアップの国際日本文化学園の敷地内に、左写真(イメージです)のような柔道場を建設中。(2020年4月完成予定)

## ◆ 編集後記 ◆

9月に編集会議を開いた。今回から横浜の武道館で指導員をされている長谷川正仁さんが編集メンバーに加わってくれた。強い見方だ。奥様はモロッコ出身の柔道家でもある。外国人との交際範囲も広そう。早速編集方針が決まった。今回は海外からの投稿を載せよう。それによって、海外からの参加を増やす刺激にならないかと自然に頭がはたらく。でも待てよ。この会報は海外には送っていないし、送るにしても、せめて英語版を作る必要がある。とすぐに消極的になってしまった。

でも、とりあえず、今年は手始めに、海外からの投稿を載せるだけでもやってみようということ、3名の方の原稿を載せてあります。英語からの翻訳は、アメリカ駐在20年の坂東正邦さんに2名分をお願いし、残りの1名は、長谷川さんがごなたかに頼んでくれた。

さらに2020年の大会は、12月19日、20日に講道館で開かれるが、海外からの参加を期待したい。なにか、積極的な誘致方法はと考えて、思いついたのが、ポスターを英語、フランス語、ドイツ語、中国語等で作って各

国の柔道会に送ってみるというアイデアであるが、本来全柔連の仕事だと、事務局長から指摘された。それでもマスターズとしては、ポスター作りだけでも進めたいと思っているところだ。

今年は、日本マスターズ協会の生みの親とも言ふべき、野口宏水名誉会長が第14回日本スポートグランプリを受賞されたお祝い会に、ご子息の野口毅水氏が出席され、一文を寄せてくれました。また、カンボジア大使などを歴任された、東大柔道部出身の小川郷太郎氏が春の叙勲を受けられ、皆でお祝いをしたこと。さらに、2019年1月に有志で行ったラオス・カンボジアの柔道遠征の報告も載せていただきました。出来ごとが多く、盛りだくさんの内容となりました。

さて、今号に載せた『海外からの投稿』であるが、翻訳の素晴らしい事もあるが、我々日本人とは違った柔道への思い入れを感じるの、私だけであろうか。次号はもっと多くの方の投稿を募りたいと思っています。

(西谷 博二)

イラスト…森本由希子さん

