



日本マスターズ柔道

ホームページ <http://jmja.jp/>

2021年1月20日
JMJA-News 第20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

2021年の新年を迎え、日本マスターズ柔道協会会員の皆様、また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。

昨年は嘉納師範生誕160年の年でした。その記念すべき年に予定されていた東京オリンピックと日本ベテランズ柔道大会（第17回日本マスターズ柔道大会）が、何れも新型コロナウイルスのために延期となってしまい、我々柔道家にとつて残念な年となつてしまいました。1年近くの間、道場が閉鎖され、それまで当たり前のようにできていた稽古ができなくなり、改めて柔道が我々の生活の中で占める大きさを感ずることになったのではないのでしょうか。

この間、「何時から稽古ができるようになりますか?」とか、「今年の日本マスターズ柔道大会は予定通り開催されますか?」という質問が、私のところに何度となくありました。同じような質問を受けた柔道指導者の方は多かったはずですが、「柔道ができることが、どれだけ有難いことか、改めて分



かりました」とか「稽古ができなくてつらい」とか、こんな言葉は何回聞いたことでしょうか。

しかし、明けない夜はありません。明治15年（1882年）に永昌寺で始まった講道館柔道が、139年目の今日に至るまでに、日清戦争、日露戦争、第一次世界大戦、第二次世界大戦と、コロナ以上の長きに渡って柔道ができない時期は何度もありました。その困難な時代を都度乗り越えて、柔道は世界に広がっていききました。現在のIJF加盟国が、国連加盟国196ヶ国を上回る199ヶ国という事実が、柔道に国境を越える普遍的価値があることの証ではないのでしょうか。

日本マスターズ柔道協会は、

今を遡る19年前「生涯スポーツとしてのマスターズ柔道の普及・振興を図り、以て会員の心身の健全発達と青少年の健全育成に寄与する」ことを目的に設立されました。そして、その目的の実現のために、日本マスターズ柔道大会を企画し、平成17年12月に第1回日本マスターズ柔道大会を静岡県浜北市（現浜松市浜北区）で開催することができました。以来毎年全国各地で回を重ね、第1回目の大会の参加人数は僅か200名でしたが、年々参加者が増え、昨年開催予定の大会では1000人に届くことが現実味を帯びてきたところでした。

昨今、若年層の柔道人口減少が問題になっていますが、我々マスターズ柔道家ができることは、生涯柔道を日々実践し、日本ベテランズ柔道大会（日本マスターズ柔道大会）の場で、我々の試合ぶりを多くの人達に披露することではないでしょうか。さあ、昨年のブランクを取り戻し、次回の大会の準備をしてください。そして、元氣な皆様と試合会場で再会できることを、楽しみにしています。

二〇二一年

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

【会計担当】

二瓶 直人

長谷川 正仁（新任）

監事

浅田 千秋

坂東 雅邦（新任）



☆ 事務局便り ☆

日本マスターズ柔道協会 2021年総会及び 懇親会の件

総会は例年4月28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5時から、神保町の学士会館で開催されておりました。また総会の後、懇親会もあり、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されておりましたが、昨年の全国高段者大会は11月29日に開催されたものの、新型コロナウイルスの影響を鑑み、総会及び懇親会は中止といたしました。

本年の総会、懇親会につきましては4月28日の全国柔道高段者大会の後開催する予定ですが、新型コロナウイルスの感染状況にもよりますので現在のところ未定です。開催が決まりましたら、時間、場所等詳細につき日本マスターズ柔道協会HPに掲載いたします。

眠っている柔道着を 世界の若者達に送ろう！

NPO JUDOS (井上康生理事長)では途上国はじめ世界の柔道支援の一環としてリサイクル柔道着を多くの国に寄贈しています。皆様の近辺やお手元で眠っている中古柔道着があれば是非ご寄贈お願いいたします。相談・連絡先、送付手順は以下の通りです。

〒二五九一二二九二
神奈川県平塚市北金目四一ー一
東海大学 柔道研究室内
NPO JUDOS 事務局 小澤浩子宛
TEL: 〇四六三一五八一ー二二一
(内線三五三〇・三五二四)
FAX: 〇四六三一五〇一ー二三三〇
<https://judos.jp>

注意事項

- ① 名前やロゴがついていても構いません。
- ② ひどく傷んだり汚れた柔道着はご遠慮下さい。
- ③ 出来るだけ洗ってからご送付ください。
- ④ 黒猫やマトでの着払いが可能です(他社の場合は先払いでご負担お願いします)。

2021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】 未定
【会 場】 講道館
【試合日程】 未定
【備考】 新型コロナウイルスの感染状況等を鑑み、2021年6月頃、大会開催の可否を日本マスターズ柔道協会 HP に掲載します。

- ⑤ できるだけコンパクトにまとめて梱包してください(運賃が容積ベースの為)。
- ⑥ 二箱以上(数着以上)の場合は送付前に事務局に相談してください。
- ⑦ 特定の国や団体を寄贈先として指定する事はできません。
- ⑧ 特に1号2号が不足していますので優先して頂くと有難いです。

新役員よりご挨拶

事務局次長就任挨拶

神奈川県 長谷川正仁
(M7・81kg)



この度、日本マスターズ柔道協会から、事務局次長を拝命致しました。今までは、東京や横浜の一道場で教えていましたが、この度は、日本中の30歳以上の男女が参加出来る組織の事務局に参加させて頂く事となり、大変重要な仕事で有りますので、身の引き締まる思いです。皆様の協力を得て、多くの方々に参加して頂き、満足して頂ける組織になって行けば良いと考えております。

私事で恐縮ではございますが、私が柔道を始めましたのは、6歳の時に近所の『練心会』(京都市)に入門し、堀部先生に師事し、柔道への考え方や基礎を作って

頂きました。私は決して運動神経が良く、物覚えの良い方では無くどちらかと言うと、人が3回で出来るところ5、6回やらなければ出来ない方でした。その私を色々な方向から技に関して説明して頂き、出来るまで教えて頂きました。本当に感謝しか有りません。

次にもう一人の先生は、大学時代に師事しました、藤猪省太(省三)先生です。ご存知とは思いますが、世界選手権4連覇、幻のモスクワオリンピック代表です。先生には、背負い投げや技に対する考え方、柔道での攻め方、試合における配分等を教えて頂き、今も貴重な私の財産となっています。

私がIJF(国際柔道連盟)から派遣され、モロッコ王国ナシヨナルチームのコーチに就任した際に、練習プログラムを作りナシヨナルチームの選手を指導する事が出来たのも、両先生の教えのおかげとっております。当時の彼らの実力は、決して強い選手はおらず、一方周りの国は、オリンピックや世界選手権入賞者がいる状況でした。通常の練習では、メダルは難しい状況でした。しかし結果は、アフリカ選手権2位、メディテラニアンカップ(地中海大会)

では60kg級で銀メダル、無差別級で銅メダルを獲得する事が出来ました。

堀部先生とは55年、藤猪先生とは43年に渡り今も交流して頂き、師事させて頂いており、大変嬉しく心強く思っています。大学時代、全日本ジュニアで入賞し、全日本学生もベスト8、軽量ながら団体戦も一度はメンバーに入る事が出来ました。感謝の大学時代です。

さて、私がマスターズ柔道大会の試合に参加する様になった切っ掛けは、練心会道場の先輩で有る内藤先生にお誘い頂いたお陰です。今までは先輩にお世話になっていましたが、ここからは、日本の柔道家や世界のJudo playerに恩返しする時が来たと思っています。海外にいた経験を生かし、世界中の柔道家に日本に来て頂き、柔道発祥の地である講道館で試合をしたり、日本人でも試合をあまりした事が無い、日本武道館で試合をする方が増える様に貢献して行きたいと考えております。

マスターズ柔道福井大会では、全試合（形も含め）ビデオ撮影をする担当にさせて頂き、無事完了する事が出来ました。今年はコロナで試合は出来ませんが、皆様と練習が出来る環境になれば、試合だけで無く、日常的にマスターズ柔道に取り組んで行きたいと考えております。私ひとりの力で、どうなるものでも有りません、是非皆様の御力を借り、御意見を伺い、マスターズ柔道協会と皆様の発展の為に尽力して参る覚悟ですので、宜しくお願い申し上げます。

ば、試合だけで無く、日常的にマスターズ柔道に取り組んで行きたいと考えております。私ひとりの力で、どうなるものでも有りません、是非皆様の御力を借り、御意見を伺い、マスターズ柔道協会と皆様の発展の為に尽力して参る覚悟ですので、宜しくお願い申し上げます。

監事就任挨拶

千葉県 坂東雅邦
(M9・66kg)



2021年度より大先輩の役田先生から監事の大任を引き継いだ坂東です。私は丸の内柔道倶楽部所属で、同時に地元の浦安市柔道協会でも子供達の指導にも当たっています。また2013〜2014年にJICAのシニアボランティアとしてラオス柔道連盟の運営支援に当たったことから、ラオスと隣国のカンボジアなどの途上国の柔道支援にもかかわっております。

41年間金属メーカーで働き、うち20年間は米国勤務でした。この間も柔道が続ける事が出来現在に至っているのですが、会社の仲間や先輩達に会うと良く『お前が一番幸せな顔をしている』と言われる。多分柔道のお陰で健康で幸せなのだと思います。もうすぐ72歳になります

が、これまでお世話になったマスターズ柔道協会の為に少しでもお役に立てれば嬉しく思います。生まれは東京の調布市で、父の勤めていた大映撮影所の杜宅で育ちました。柔道は都立三鷹高校で始めまして、大学ではで

きなかったものの、その反動からか、北九州の勤務先で柔道部を立ち上げたのを皮切りに、日米各地の町道場やクラブで色々お世話に成りながら今まで続けることが出来ました。

日本マスターズ柔道協会は生涯柔道を志す皆様の大きな励みになっていと思っています。今後先輩方の築かれた基盤に基づき、さらに発展できるよう監事

の立場で努力したいと思っていますので、会員の皆様のご協力宜しくお願い致します。

「勝負」の柔道と

世の為の柔道

LA五輪金メダリスト・

天理大学 細川伸二



日本マスターズ柔道協会会員の皆様、新型コロナウイルスの影響でさぞかしストレスの多い日々を送っておられることと思いま

す。全柔連は講道館杯を開催し、またIJFはブダペストグランプリ大会を開催するなど、徐々に柔道イベントが再開されつつあります。もうしばらくの間が必要かと思いますが、普段の生活や柔道に関わることができる日は近いかと存じます。私も柔道やその他の再開を考え、来る日には即座に素晴らしい

パフォーマンスが出来るよう、日々坦々と心身のトレーニングを続けております。

さて、IJFのマスターズ（後にベテランズ）を担当させて頂いたのは2009年からで、それ以来、皆様方と試合場等でお目にかかっております。当時の野口会長をはじめ、多くの方々と何度も審議を重ね、2010年の新潟大会より日本マスターズ柔道大会兼、日本ベテランズ国際柔道大会を開催することとなり今日に至っております。この間、海外での世界マスターズ（ベテランズ）大会でも多くの方々と一緒に過ごしていただきました。その度毎に「柔道は道場においてのみ修行するものにあらざ」と説かれた嘉納師範の言葉を思い出し、そして実感しました。「マスターズ協会の皆さんは、これを実践されているな」と。

柔道の稽古は「楽しいこと」もありますが、むしろ「辛い」「痛い」「怪我」「暑い寒い」等々、ネガティブなことの方が多いように感じます。しかし、このネガティブ要因を克服して稽古・試合に臨んだ後の爽快感は、言葉にならない達成感となります。人間関係が良好なものとなるように思います。「マスター

ズ協会の皆さんはこれを求めておられるのだろうか」と思いながら拝見させていただいております。

私は、皆様と接するまで「勝負」のみの柔道で生きてまいりました。しかし、2009年以来、皆様を通して柔道の持つ新たな側面を見せていただき、柔道に対する考え方が一変しました。私も2020年1月に還暦を迎えました。今後は柔道を通して「世のためにどれだけ貢献できるか」を考えながら日々修行したいと思っています。これも皆様方に教えていただいた想いです。ありがとうございます。

マスターズ協会の更なる発展と皆様方のご活躍を祈っております。



コロナ禍での柔道

鞍掛山(477.7m)の登り下りで
次回大会を目指します

石川県 山下 豊
(M9・60kg)



右端が筆者

15歳で柔道を始めて58年にあります。身体を動かすことが好きで柔道、相撲、マラソンなどいろいろなことをやってきました。思い出の中に、地元金沢の相撲大会で一本背負いで勝った事が長く記憶に残っており、この時の喜びは格別で柔道を永く続けている要因の一つかも知れません。「継続は力なり」といいますが、相撲は55歳まで続け、マラソンは現在も継続しています。

さて日本マスターズ柔道大会

ですが、先輩から誘われ、平成25年から出場して昨年で11回目になります。そのうち4回は3位入賞であります。勝って反省、負けて反省の繰り返しで、次回こそはと練習とウォーキングなどで体力維持に努めています。年に一度の大会ですが、試合が終われば反省し、また新たな目標を立て週2回の稽古の他、日常の農作業にも練習の一環と考えて取り組んでおります。これらは全て健康維持と目標達成に繋がります。また、試合をする楽しみもありますがいろいろな地域で食と交流も楽しいものです。

しかし今年こそはと思っていた2020年マスターズ柔道大会が、コロナの影響で早々と中止となり、何ともやり切れない気持ちになったのですが、地元故郷の山「鞍掛山(477.7m)」を約40回登ったり下りたりで継続して筋力を鍛えていたところ、9月に入ってワールドマスターズゲームズ2021関西(柔道競技)が鳥取県米子で来年開催される案内が届き、「さあ やるぞ」の思いもエントリ段階で又延期となりました。コロナで仕方がありません。残念至極ですが諦めずに次回の大会出場を目標に頑張っている

ところがあります。

さて私は故郷山「鞍掛山」の環境保護活動を平成9年から行っており、山を通じての健康登山も奨励しておるところであります。この10月には「山の学校 鞍掛山」の施設も全国からの寄付金等で鞍部に建設することが出来ました。ここを環境教育の拠点としてスロートーリズムの展開を図り、地域社会に貢献することが嘉納治五郎先生教である「精力善用 自他共栄」の精神にも繋がると考えております。今後も柔道を通して地域貢献を行いながら「生涯学習」としても取り組み15回出場を目指し頑張ります。

~~~~~  
覚えた技、使えなくなった技、  
~~~~~

好きな技、覚えたい技

埼玉県 大塚 俊彦
(M8・81kg)



小学校では、野球や水泳が全くダメでしたが、6年の時クラスで相撲大会で優勝しました。そして中学校になってから柔道部に入りました。当時私の中学校の柔道部は栃木県ではなかなか強く、10年近く団体戦・個人戦とともに優勝もしくは準優勝していた学校でした。1年生の時に約50人近くが入部しましたが、夏の合宿が終わると1年生は7人となり、2年生になった時は3人になりました。1年上の先輩たちが3年生の時には黒帯の人が13人ぐらいいたような気がします。

1年の時、100キロぐらいある先輩から、内股、大外刈り、払い腰を覚えたいからと、打ち込みの投げられ役を頼まれ、1年、2年と打ち込み要員をやりました。先輩は3年の時、県で優勝しました。私も、散々投げられたので、特に内股は投げられない自信ができました。

2年生の時、近くの古本屋で、「柔道範士・磯貝一先生の柔道手引・昭和7年10月25日34版」を見つけ、購入しました。前にこの本を持っていた人が技の入りの要点に赤線を引いてありました。

その本で移腰を手引きしていただきました。本には、「この技

は誠に派手な技にて、見事にかかった時は、漏れ紙を板の間に叩きつけたようで、かけたものの愉快なのは言うまでもなく、投げられたものもどうして投げられたかわからない位である。」と書いてありました。おかげで、3年生の県の予選の市大会では、4試合とも左右の移腰で勝ち、あとの1試合は優勢勝ちで優勝しました。

県大会では、準々決勝で左右の低い背負い投げが得意な人に移腰が通じず、負けてしまいました。「移腰は相手を抱き上げて腰に移しなぐる技です。単に自分から相手を抱くよりも、相手から技を仕掛けてきた時を待って、抱き上げた方がたやすく抱き上げることができる」と書いてありました。

また、「相手が背を向けてかかってきたときは、我全体を突けいりながら腰を少し下げて、相手が右技をかけに来た場合で言え、我左の腹部を相手の腰に密着せしめ、左手にて後より相手の腰を抱き、右手にて相手の左外中袖を順に捕り、我が体を後に反る如く高めて、相手の体を抱き上げると同時に、我が左腰に移し、腰を右方に捻り、前に投げるのである」と書いてあります。また「この技の最も肝

要なる点は我が全体を突けていることがもともと敏捷に出なくてはならぬのと、抱き上げると同時に腰に移す、腰に移すのと同時に捻る呼吸である。」とこのように書いてあります。

中学生の時、1回の試合時間

でチャンスは1回、相手が右組だったから左外中袖にぎり、中指、薬指、小指、で軽くつかみ、親指と人差し指を触角のようにして、相手の掛けぎわを待っていました。また後腰も覚えましたが、乱取り練習では使えまし

たが、試合では移腰の一発狙いなのでチャンスはなかったようです。

当時私は、国際プロレスに来日した人間風車ビルロビンソンが好きでした。ロビンソンはダブルアームスープレックスとワ

ンハンドバックブリーカーを使いました。そのワンハンドバックブリーカーが綺麗で、入り方持ち上げ方、相手が水平になりそのまま真下に落して膝に当たります。膝がなければきれいな後腰です。ビルロビンソンのワン

老いて初心にかえる―世阿弥に学ぶ―

神奈川県 井田幹夫
(M10・66kg)

今年のマスターズ大会はちょうど75歳、M10の新人なのでメダルは堅いのだとは思っていたのだが、残念なことに中止となってしまった。大会は自分にとって一年間の鍛錬の総決算であり、次年度への出発点でもある。だが大会が中止となってしまい、目標がなくなり呆然自失の状態である。

この大会に参加するため食事、飲酒を節制し、且つ体力、筋力の維持と増強を日々図ってきたわけだが、その努力の成果を見ぬまま終わり残念至極に尽きる。しかし何といっても最大のシヨックは2月後半から柔道が全くできなくなってしまったことだ。毎週4回少年柔道の指導と自己鍛錬をしてきたが、公共機関での柔道はいち早く全面禁止となつてから8か月間

(10月時点)、全く練習できない状況が続いた中で、再開できたとしても、果たして道場に立てるのか、とても不安でいっぱいだ。若い人ならいざ知らず、老人にとってこのブランクは大きい。このブランクを取り戻すのに数ヶ月程度ではおそらく取り戻すのは無理だと思う。



左端が筆者

自分を含めてこの未曾有の事態に直面した高齢者の多くは引退の文字が目の前にちらついているのではと思う昨今である。柔道がで

たが、試合では移腰の一発狙いなのでチャンスはなかったようです。

当時私は、国際プロレスに来日した人間風車ビルロビンソンが好きでした。ロビンソンはダブルアームスープレックスとワ

ンハンドバックブリーカーを使いました。そのワンハンドバックブリーカーが綺麗で、入り方持ち上げ方、相手が水平になりそのまま真下に落して膝に当たります。膝がなければきれいな後腰です。ビルロビンソンのワン

きない間に、分野は異なるとは言え、示唆に富んだ世阿弥の、己を振るい立たせる励ましの言葉を噛みしめながら、このコロナ禍収束後いつでも立てるよう準備を怠つてはならないと気を引き締めている。

そこで世阿弥の言葉にちよつと触れてみたい。50を過ぎても世阿弥は現役として活躍し、60の声を聴いて引退したという。当時は人生50年といわれており、父親阿弥は52歳で亡くなっている。

能は肉体を激しく消耗する芸能であるが、それを演じられるのは彼の日頃の鍛錬に裏打ちされていなければ不可能だ。そうした老年になつて舞台に立てたのは強烈な信念があつたに違いない。彼は言う。「生涯、初心を忘れるべからず」これこそ彼の生涯に渡る神髄なのだ。

人は年を重ねるうちに初心を忘れ、謙虚さを失い、経験に縛られて、虚心坦懐の心を忘れてしまふ。だからこそ自分自身を振るい起こす魔法の言葉が「初心忘れるべからず」なのだ。

初心には3つあり、老後にも「老後の初心」があつて、老後になつても初めて遭遇したことに対処しなければならぬ試練がある。年を取ったからと言って「もういい」「もう十分だ」ということではなく、その都度乗り越えなければならない。これを「老後の初心」と言つそつだ。

このように「初心忘れるべからず」とはそれまで経験したことのないことに対して、自分の未熟さを受け入れつつ、その新しい事態に挑戦していく心構え、その姿勢を言っているのである。

その姿勢を忘れないければ生涯、老年になつても新しい試練に立ち向かつていくことができる。今コロナ禍のもと、人生の各ステージで未経験のことへ踏み込んでいくことが求められている。世阿弥の言によれば、「老いる」こと自体もまた未経験なことなのである。そういう時こそ「初心」に立つ時なのだ。それは不安と恐れではなく、人生へのチャレンジなのであると。

ハンドバックブリーカーが好きでした。

高校に入り、中学の時とは違う先輩ですが、やはり1年、2年は、その先輩の投げ込み相手と打ち込み相手をやっていました。1年、2年は投げられる練習ばかりでやはり受け、返しをしました。高校でも、やはり投げられ役が多かったので、返し技を覚えめました。移腰にかわり、すくい投げ手内股をやりました。

手内股は奥襟を持ち、他の手で相手が内股をかけた時などに足をすくって投げます。移腰は本に書いてあるように外中袖で投げるのが投げやすいようです。高校生の試合は大体すくい投げでとりました。

相手の右の内股を返すのが好きで待っていました。相手が思い切ってかけてこないといでかい相手を投げられませんか。内股でも小内股、俗に言うケンケンに掬うことができないので投げられませんか。そのほかは左右の背負い投げと相手の左技が苦手でした。

左の相手が苦手だったので、相手の内股は内股すかし、右手で奥襟を持って左に振って戻ってきたところの肩車や横に並んでのかにばさみ、片袖を持ち、他の手で後からまたを持ち上げ

る谷落とし、関節を決め寝技に移る腕返し、片えりで引きつけ、足を取る朽木倒しなどを左の相手に使いました。

大人になっても受けて返していましたが、左の相手だといくらか技をかけました。返しを狙っていて技をかけないで指導が来てよく負けました。2010年よりIJFで足を持って投げる技が出来なくなりました。

YouTubeの動画で、柔道の失われた投げ技を見ると、豪快なすくい投げや肩車が写っていて、もったいないような気がします。

2010年にIJFの世界グランドマスターズ柔道大会に出場し、第三位になりました。

かにばさみがなくなり、すくい投げ、肩車、谷落とし、朽木倒し、腕返し、立ち技からの関節技がなくなりました。2011年よりかける技がなくなつたため、両足を使って真後ろに投げる巴投げを使うことになりましたが、いくらかかかったものの失敗して押さえ込まれることも多くなりました。現在では、足も90度まで上がらず巴投げも効かなくなりました。

2020年春よりコロナウィルスが世界196カ国に半年位で行き渡りました。私が40年間で約72力国訪れたのも、コロナ

ウィルスにはあつという間に抜かれてしまいました。2020年9月の世界ベテランズ大会ポーランドも延期になり、日本ベテランズ大会も中止になりました。来年の5月の鳥取ワールドマスターズゲームズはどうなるかと心配しております。

糖尿病で高血圧で肥満で高齢者の私は、コロナが怖くて何もやっておりません。仕事も怖くて1ヵ月半ぐらい休みました。2021年になったら、家で少しずつ柔軟でもやり、体を動かしていこうと思います。YouTubeと韓流ばかり見て家に閉じこもっていました。

覚えたい技、コロナで何にもしてない、歳で使える技もなくなり、2021年は柔軟体操で体をほぐし、寝技でもやろうかと思っているきょうこのごろです。

////////////////////
新型コロナウイルス禍に思う

千葉県 五十嵐 徳英
(M10・73kg)

今年(2020年)も、日本マスターズ柔道協会の会報への原稿の締め切りの時期となりま

した。例年であれば、この時期までに稽古は勿論、何回かの試合出場を果たし、会報によせる文章のネタにも不自由しないところですが、近況で何を報告させて貰おうかと悩みました。

今年は、新型コロナウイルスの影響でオリンピックまで延期されると云う状況で止むを得ないとは云え、柔道の稽古はおろか試合も何も開催される事がなく、皆様同じような気持ちで居られると思いますが、疼く気持ちを抑えながら、何時から稽古を始められるかと気をもんでいるところです。

新型コロナウイルスの新規感染者は、東京都で未だに日に200人を超える日がある状況で、一向に先が見えませんが、この感染症に関するいろいろな資料、報道等によれば、感染した場合に亡くなる方の割合は年齢により大きな差があり、全体的に2%程度でも、40未満で0.3%、50歳未満で0.7%と低いのですが、70歳未満で5.



8%、80歳未満で17.1%と高齢の方には大変厳しい病気のようなのです。

最近では、道場によっては段階を踏みながら稽古を始めた所もちらほらと聞こえて来ますので、自分も稽古を始める時期を何時にするか考えて見るのですが、自分の年(77才/M11の枠で試合が出来るのは、今年を含めあと3年)を考えると、20%近い死亡率がある病気の感染リスクの有る中に、出て行って稽古をしたら、回りが「うつしてはいけない」と気を遣い、稽古にならないので無いかと考えると、稽古に出て行くのを躊躇せざるを得ませんでした。

先に触れたように、若い皆さんは万が一感染しても発症もしないで終わるか、発症しても殆ど治癒を期待できるようですから、若い皆さんがリードしながら、段階を踏みながらの稽古を始められたのは大変良い事だと思います。

そうして、対策しながらの稽古をすることにより、その中から感染者を出すことなく稽古が続けると云う実績を積み重ねて貰えれば、我々高齢者も安心して稽古に参加出来るようになって来ると期待しております。

自分のような高齢の者が半年

以上も稽古から遠ざかっていて、また元の様に、稽古と、更には試合に復帰出来るのか、不安を感じざるを得ませんが、最近、講道館道場指導部長の鮫島先生がFace Bookにメッセージを発信された中に、このコロナ感染症の影響で従来通りの稽古が出来ない中で、「稽古の方法に工夫をこらし取り組むことにより、今まで以上の成果を期待出来る」と言われていました。このメッセージに意を強くし、是非とも復帰を果たしたいと思っています。

マスターズの試合とは異なりですが、全国柔道高段者大会が11月29日に開催される旨の連絡を頂いております。先にも書いた通り、既に後期高齢者と言われる年齢ですので、試合出場出来るのも残り少ない訳ですから、是非とも出場することとしました。全国に多く居られるライバルの先生方も、コロナ禍での稽古に工夫をされ、必ずや試合場に姿を現されると思いますので、自分も試合までの期間は短いですが、若い皆さんに迷惑を掛けないような稽古の方法を工夫し、取り組みたいと考えて居ります。そして、講道館の大道場の上で、全国のライバルの先生方と再会を果し、試合に臨

み、高齢者でも新型コロナウイルス感染症の中で、工夫して稽古を続け、試合出場しているところを若い皆さんに見て貰いたいと考えております。

コロナ禍での稽古

東京都 三上 貴士
(M9・60 kg)



日本マスターズ柔道協会会員の皆様、お元気で過ごしのことを思います。

3月からコロナの拡大で、すべての道場での稽古ができなくなりましたね。

誠に残念なことです。皆さんは何をやって心身を鍛えていますか？

私が普段稽古をしている場所は、次の三か所の道場です。

一か所は、毎月一回の講道館での夜の稽古

二か所目は、元職場の週一回の朝稽古

三か所目は、目黒区内唯一の町道場での週二回の夜の稽古
この稽古が2〜3月にかけて、すべて中止になった。

6月から町道場のみが稽古を再開して現在に至っている。

5月に開催が予定されていた「全国高段者大会」は延期となり、さらに12月に予定されていた講道館での「マスターズ大会」

も中止が決定した。

幸いにして全国高段者大会は、11月の末に開催が決定し喜んでいきます。

ただ稽古量が足りない。そのため怪我が心配です。

稽古を補うため、時々のジョギングなどで体力の維持に努めている。

私がマスターズの大会に初め

て参加したのは、第2回の埼玉県大会です。

以後、昨年（令和元年）の第16回福井大会まで、計14回参加をさせて頂きました。

この間、81 kg以下級、73 kg以下級、66 kg以下級、60 kg以下級へと段々減量して出場し、最近では60 kg以下級の男子一番軽量のクラスで畳へ上がっています。

コロナ禍を乗り越え、再起動へ ―感染予防と社会経済活動の両立を目指して―

大阪ガス株式会社
柔道部 監督 松本 邦彦



コロナ禍により人類が歴史的な大断層に直面した2020年、柔道界でも影響は避けられず、大会中止や稽古自粛など、強制停止状態に陥りました。柔道に携わる者にとつて試練の年になったと思います。

大阪ガス柔道部は、競技者として頂点を目指す者、心身の鍛錬を目指す者、柔道を通じ友情を育む者など、多様な価値観の中で活動しています。マスターズ大会で活躍する部員も多く、私自身、2018年から毎年マスターズ大会に出場し、生涯柔道を志す者の一人です。コロナ禍にあたり、部内でも様々な議論がありました。事業や競技の特性を熟慮し、会社や所属連盟の判断を待たず、3月2日から活動を自粛しました。活動再開後も制限の中での練習が続きましたが、「今できることをやろう」と皆で基

本練習に励みました。

仕事を終えてから限られた時間で活動する我々には、普段は基本練習に多くの時間を割くことは難しいのですが、この機会にじっくり打ち込みや投げ込みに取り組み、技の習得や多様な筋力トレーニングなど、新しいことにも挑戦しました。乱取稽古を再開した現在では、コロナ禍前に比べ「しっかりと組んで投げる」という柔道本来の醍醐味に近づき、稽古に迫力が増えました。選手達の表情や練習の雰囲気を見ると、良い形で再起動できたと感じています。

一時は強制停止状態となった柔道界も、感染対策を徹底した上で大会が開催されるなど、再起動しつつありますが、今後も状況を見ながら難しい判断が続くと思います。安全第一で完全に自粛するのも簡単で、ガイドラインを無視して活動するのも簡単ですが、今は二者択一ではなく、感染予防と社会経済活動の両立が求められています。正解はない世界ですが、皆で知恵を出し合い乗り越えた経験は、貴重な糧となると信じ、最善を尽くしたいと思います。

最後になりましたが、新型コロナウイルス感染症に罹患された皆さまに心よりお見舞い申し上げますとともに、一日も早い回復と事態収束、そして2021年には日本ベテランズ国際柔道大会が盛大に開催されますことを心より祈念いたします。



そして70歳になりました。ナヌ
ついにです！
しかし、体力の衰えと身体の
あちこちの負傷などにより、こ
れといった結果を残すことがで
きていません。これも残念なこ
とです。相手は喜びますが・・
とにかくパワーがなくなりましたよ。筋トレもできない身体
ですから。
しかし、まだ柔道を続けるつ
もりです。
いつまでやるのかわかりませ
んが、身体が動けるまではやる
覚悟でいます。
どうか皆様も、お体には十分
留意をされ、大好きな柔道を出
来る限り継続されることをご期
待いたします。
最後に、本協会の益々の発展
と会員皆様方のご健康を祈念し
て、一日も早く再開できること
を楽しみにしています。

コロナ禍における

講道館夏期講習会と熟達証

埼玉県 小池健三
(M9・81kg)



1 講道館夏期講習会

令和2年度講道館夏期講習会
は、新型コロナウイルス感染症
拡大により開催が危ぶまれる
中、上村館長をはじめ講道館の
先生方の決断により、7月6日
(月) から11日(土) までの6
日間、開催されました。開催に
あたり講道館では、道場の消毒、
検温、健康観察カードの記入、
マスク着用、受付や道場内での
手の消毒、道場の窓開放など、
私たち受講者の命を守るための
徹底した新型コロナウイルス感染防止対
策が施されました。講習会は
受講者全員がマスクを着用し、
ソーシャルディスタンスをとり
ながら、「取」と「受」が正面

で向い合わないよう細心の注意
をして実施されました。その結
果、講師や受講者の中から誰一
人として新型コロナウイルス感染者を出
すことはありませんでした。

私は最終日の演技会に「古式
の形」と「五の形」の二種目に
出場しました。マスクを着用し、
組まない形で「取」と「受」の
両方の演技をおこない途中、マ
スク着用のため、少し息苦しい
場面もありましたが最後まで演
じることができました。演技会
終了後に鯉島道場指導部長から
「古式の形」を演じた鈴木・小
池組の演技は組み合わせなくても
柔道の理合を十分に表現できま
した。正に熟達の演技でした。」
との講評をいただきました。「五
の形」も「熟達」との評価でし
た。閉講式では上村館長から直
接「熟達証」を授与していただ
き感無量でした。

2 「古式の形」と「五の形」の 修行

「古式の形」は、醍醐敏郎十段、
「五の形」は全日本形競技大会
「五の形」の元チャンピオンの
清家春夫先生、また、講道館形
研修会・形研究部では山本四郎
九段・佐藤先生など諸先生から
ご指導をいただいています。今
回の名誉ある「熟達証」は、講
道館夏期講習会における講師の

先生方、そして醍醐十段をはじめ
め諸先生方のご指導の賜と深く
感謝しております。

3 おわりに

今年72歳になりましたが私
の柔道修行はまだ道半ばです。
「熟達証」の名に恥じないよう
これからも、諸先生方からご指
導を賜りながら、柔道創始者嘉
納治五郎師範の「精力善用」「自
他共栄」の理念に少しでも近づ
けるよう、身体精神の鍛練修養
に努めます。そして、これまで
柔道からいただいた沢山のご
恩をお返ししていきたいと思っ
ます。

コロナ禍における柔道

東京都 堀内 真
(M3・100超kg)



日本マスターズ柔道大会に
は、平成二十九年の和歌山大会
から毎年出場させていただい
ております。私にとってマスタ
ーズ柔道大会は、学生時代をは
じめ、かつての柔道仲間たちと再
会し、共に柔道を楽しむことの
できる貴重な機会であります。
また、昇段ポイントとして認め
られるようになったことで、念
願であった六段への昇段を果た
せたこともあり、令和二年の東
京大会も心待ちにしていました
ので、新型コロナウイルスの影
響で中止となったことは大変残
念であります。

この一年は、コロナ禍により
我々の生活様式も大きな変革を
迫られ、相手との密接という
状況を避けられない柔道は、一
切の稽古の中止を余儀なくされ
ました。私の職場の柔道部にお
いても、稽古再開のめどを全く
立てられなくなっただけではな
く、公式大会も全て中止となっ
てしまい、それまで当たり前の
ように身近にあった柔道は、一
転して遠いものとなってしま
いました。やがて、感染状況の改
善により、全日本柔道連盟の指
針に基づく制限が緩和され、乱
取稽古まで再開することができ
るようになりましたが、現在は、
柔道ができることのありがたさ

を改めて知り、これまで以上に毎日の稽古を大切にして柔道に取り組んでいます。

とはいえ、現段階では対外試合ができる状況には程遠く、選手にとって目標設定が困難な状況が続いております。当柔道部では、なんとか所属選手のモチベーションアップを図ろうと、豪華副賞を用意した部内大会を企画するなど、工夫を凝らしています。まだまだ所属選手の毎日の体調把握、稽古前後における道場の消毒等、感染症対策に終わりは見えませんが、来年度こそは、このコロナ禍が収束し、オリンピックをはじめとした各種大会が無事に開催され、柔道家にとって日頃の稽古の成果を発揮できる場が戻ってくることを願っております。

最後になりましたが、日本マスターズ柔道協会の益々の御発展と来年度のマスターズ大会が盛大に開催されることを心からお祈り申し上げます。

コロナをきっかけに始まった

judo30のオンライン交流会

宮城県 酒井重義
(NPO法人 judo30)



2018年の愛媛、そして2019年の福井にて開催された日本ベテランズ国際柔道大会に、「judo30」のゼッケンをつけた有志が参加させていただきました。2018年は男女1チームずつ、2019年は男子2チーム、女子1チームをつくることができ、2020年は男女ともにさらにチームを増やして、と思っていた矢先のコロナでしたが、この危機をなんとかチャンスに変えることができたと思います、私たちNPO法人judo30の有志は、2020年3月6日から、毎週金曜日の夜、ビデオ会議を使ったオンライン上の交流会を開催しています。

途中参加や退室は自由、無料、パソコンやスマートフォンがあればどなたでも参加できるオンラインな会で、今に至るまで続いていますが(2020年10月3日時点で29回開催)、話題は、少年柔道のこれから、安全な柔道指導、発達障害と柔道、嘉納治五郎の生涯、柔道が強くなる方法、女性と柔道、オンライン柔道トレーニング、道場経営という新しい仕事、スポーツコーピング、幼児の柔道指導など多岐にわたり、また、海外の先生が通訳を介してお話くださったり、トップアスリートがお話しくんだり、学生や保護者がお話しくさるなど様々なゲストがお越しくださいました。

以前はこういった機会があったとしても東京で開催されることが多く、地方に住んでいるとなかなか機会に恵まれませんでした。しかし、コロナによる自粛をきっかけにビデオ会議を利用する人々が増えたことでこういった機会が生まれ、改めて、普段聞くことができないお話を伺うことは素敵だと実感しています。

judo30という名称には柔道教育のバージョンアップへの想いが込められています。多様な

価値観をもった人々とのオンラインでフラットな対話から変化が生まれることを信じて、引き続き、花の金曜日を素敵に過ごしていけたらと思っています。

生涯柔道を目指す 女性柔道家たち

介護と柔道

神奈川県 関水友基枝



母の介護と重なるように始まった父の介護。2018年2月。病院からの退院が決まった父と私の目標は2020東京オリンピックの開会式をテレビ観戦することでした。自分で身体を起こすことが出来ない状態での退院でしたが、訪問看護、在宅医療、ケアマネージャー、ショートステイ先の方々の力を

借り、1ヶ月後にはベッドに腰掛け、自分で食事ができるようになりました。

介護の際、大いに助かったのは「柔道」で身につけた動きです。体重を受けて支えたり、体重を移動させて向きを変え、歩行を促したりする動作です。父が転びそうになった時、とっさに自護体で受け止めたことが何度もあり、おかげさまで大きな転倒はありませんでした。そして介護が辛くなった時は、父の話(予科練で大方の特攻基地に行き、広島を歩き、焼け野原の横浜に帰ってきた)を思い出し、たくさん歩いてきた足をマッサージすると思わずと不思議と私もリラックスできました。令和2年3月にはコロナ禍で柔道の稽古も休みになり、オリンピックも延期になりました。5月からは介護の時間が増え、6月に自宅で父を看取り、90歳で送り出しました。

昔は道場がいくつもあり、父は黒帯だったそうです。

私は子供達の昇段後、46歳から柔道を始めました。引退込みがつかなくなり時間ばかりが過ぎていってしまう感じが、介護を経験し、体捌きだけではなく心のケアも柔道から学んでいたことに気付きました。先生

方がいつでも真摯に向き合い支えて下さったことに感謝し、「のびしろはあるぞ！」と帯を締め直そうと思います。

2020年から黒帯助産師を名乗り始めました

三重県 瀬古里美
(F3・48kg)



私は大人になってから柔道を始めました。きっかけは子どもの思春期です。2人の息子を育てるシングルマザーですが、思春期の男の子のパワーってもの

すごくて・・・これはスポーツで発散させなければ！と柔道を始めてみました。ダサイ、ゴツイ、汗臭いのイメージだった柔道が、やってみたらカッコイイ、楽しい、(古典的)と思うようになりました。それから、国際交流が大好きな私にとって、(柔道ってそれがたくさんある！) コミュニケーションツールとして有効だと発見しました。これまでホームステイの受け入れを何度か経験しました。アメリカ、中国、韓国、台湾、香港、ドイツ、カンボジア、パキスタン等のゲストが家に来てくれました。受け入れごとにゲストを柔道体験に連れていきます。きつといい思い出になっていることでしょう。いつか柔道家のゲストを受け入れたいと願っています。

私が黒帯を取るきっかけをくれたのは「お母さん、一緒に黒帯をとろう！」と誘ってくれた長男の声でした。「JUDO30のハワイ柔道プチ留学」というプログラムに参加した長男が国際交流から帰ってきた時に空港でそう言いました。勢いに押され「うん」と言ってしまう、私の黒帯取得チャレンジがスタートしました。昇段審査に試合9回と投げの形1回の合計10回チャ

レンジして、ようやく勝ち取った黒帯でした。昇段審査の試合の対戦相手が現役中学生高校生というのが厳しかったです。大人になってから、こんなに努力したことはありませんでした。が、頑張れた理由は、やはり子どもたちの笑顔のためでした。

私の仕事は助産師です。お母さんと子どもの笑顔のためにモットーに活動をしています。私らしさって何かな？と考えたときに、黒帯にオレンジリボンマークを刺繍して、児童虐待予防啓発を柔道でもしていきたい！！と考えました。

マスタース柔道大会で愛媛は、私にとっては人生初で出場した公式戦です。この大会にオレンジリボンの刺繍入りの柔道着と黒帯を付けて試合に出ました。試合はとても怖かったです。でもこの大会でお友達がたくさんできました。スウェーデンやノルウェーの方々とも仲良くなれました。忘れられない大会です。

柔道はそんな簡単に勝てるものでもないですが、勝ち負けよりももっと素晴らしいものがあると私は思います。まだ柔道歴は浅いので語れるほどにはなっていません。ただ、柔道をしていなかったころよりも、自分の世界が広がって、仲間が増えた

ことは事実です。仲間の中には、いろいろなことを相談できる存在もいてくれて、心強いです。柔道と出会って良かったです。出会った柔道仲間感謝です。

私が、これからの柔道でやりたいことは、「柔道×性教育」です。児童虐待の虐待死で多いのは、0か月0日目の赤ちゃんの死亡事例です。この背景には望まない妊娠が潜んでいます。性の正しい知識をもってもらうには、学校任せではなく、地域の皆さんの協力も必要です。地域の柔道家たちが性教育の一助を担えば、望まない妊娠の予防に役立つのではないのでしょうか。柔道は人権教育と言われませんが、性教育も人権教育です。柔道と性教育をコラボさせて、日本の性教育を変えていきたい！望まない妊娠をゼロにしたい！本気でそう思っています。もし興味がある方がおられましたら、まずは私と一緒に話しませんか？

日本マスタース柔道大会初参加と

これからの柔道人生を思う

神奈川県 小野 綾子
(F1・57kg)

私は30歳の節目を迎え、記念として2019年福井県で行われた日本マスタース柔道大会に挑戦しました。



学生以来の試合で、心臓はバクバク！いつも指導している子どもたちの試合では、うるさいくらいに声を出して送り出しているのに、自分の試合となるといくつになっても怖いものです。普段どれだけ子どもたちが勇気を持って試合に臨んでいるのか、改めて感じる事が出来ました。

試合とは試し合い。自分の力を出し切ることが大切であり、勝つことだけが目的ではないという事。子どもたちに負けてられないと、自分を奮い立たせ、試合出場を決意しました。

試合前日には道場で壮行会までしていただき、こんなにもみんなが応援してくれていることを知り、怖いという思いよりも

一生懸命頑張ってきたことが私の使命だと思いました。

計量に合わせ福井へ向かうと、会場はとても立派で、多くの選手たちが集まっています。

1日目には形競技や団体戦もあり、仲間と楽しそうに参加されていることが見て伺えました。私は2日目の個人戦のみに参加し、2人と試合をさせていただきました。なんと2勝することができました。

やはり金メダルは嬉しいものです。

それ以上に私の印象に残っているのは65〜74歳のクラスで試合をした女性2人のことです。礼の美しさ、開始線までの歩き方はまさに形のように、背筋が伸びていて凛としていました。はじめの合図でしっかりと組み合い、私は、お互いに技を掛け合う姿から目を離すことができません。勝敗はつきものですが、それ以上に相手に向かっていく心の強さが現れていました。

なんてカッコいいんだろう。私は何歳まで挑戦できるかな？なんてことを思っていました。

試合が終わるとみんなが笑顔。参加者の中でも一番若手で緊張していた私に、先輩方が優しく声をかけてくださり、すぐ

にうち溶けて仲良くさせていたかったです。とくに女性の参加は多くないので、年齢、所属に関係なく自然と集まり、和やかな空気に包まれました。

来年も会おうね！とマスターズ大会の場が再開のきっかけになり、試合に勝つことだけが目的なのではなく、こうしてみんなと顔を合わせることで、大会に参加するという自分自身への挑戦が、本当の目的なのではないかなと思いました。

ご縁に感謝。いろんな大会、道場に足を運ぶことで、また新たな出会いがあり、輪が広がる。こうして大好きな柔道をお話しできる仲間が増えていくことは本当に嬉しいことです。年齢、性別、国籍に関係なく繋がれる柔道は本当に素晴らしいものだと思います。

柔道の魅力をどう伝えていくか、私ができる貢献とはなにかを考えながら、これからも柔道に携わり、強く優しく美しくの精神で、いつまでも柔道を続けていけたらと思います。

まだまだ未熟な私ですので、先輩柔道家の皆様、どうぞこれからもご指導の程よろしくお願い致します。

柔道をやるのは

楽しい大人になること

埼玉県 吹田京子
(F3・78kg)



私は多くの柔道家がそうであるように柔道が好きというだけで、過去に華々しい受賞歴があるわけではありません。今でも弱い、でも柔道は楽しいです。口幅つたいようですが好きで続けていたら楽しい大人になっていました。

最初に柔道の楽しさを知ったのは高校時代。ただ一度の指導乱取りでした。「柔道はこんなに楽しいものなのか」と感動しました。さえない競技柔道を引退して20年後、あの一度きりの感動が忘れられず縁あって嫁ぎ先の埼玉で柔道を再開、同時に柔道に活かせないかと古武道も

習い始めました。二つの武道を並行して稽古し続けたのは、やはり武術が相当好きになっていたのでしょうか。気づかないうちに。

柔道も古武道も技術を磨くのが楽しいことです。相手を通して自分を見る。どれくらいのパクトルで人は崩れるのか、力加減はどれほどか、身体を緩めて操作できるか。工夫して実践するのは面白い。そしてもう一つ、自分が人間的に優しくなれる面白さがあります。精力善用自己共栄とはよく言ったもので、緊張して硬くなりそうな時も身体を緩める術を知っていると、どんな人に対しても心が簡単には折れない勇気が身についていく。何があってもにこやかに捌ける、いなせる心の余裕が持てる。にこやかな人は穏やかです。人はそんな穏やかさに集まってきます。人との良い縁が生まれます。集まった人とは楽しい時間を過ごせるチャンスが増える。生きていて楽しい時間を多く過ごすことは人生の豊かさの証拠ではないでしょうか。

私は柔道を続けたことでそうした先生に多く出会うことができました。私自身も人間的に楽しい大人に成長できたと思います。技を磨く楽しみも止むこと

がない。生涯これが続けられればと切に願っております。

日本マスターズ柔道大会出場を目指します

熊本県 折尾玲奈



私は柔道が大好きです。でも、試合は苦手です。大会申し込みの際は期限ギリギリまで悩み、ようやく意を決して申し込んだあとは後悔が続きます。試合を想像すると全身の筋肉が緊張したり、試合に向かう新幹線の中では「ここで引き返そう」と何度も考えたり、試合寸前はピークで泣き出したくらい緊張します。

私は、社会人で柔道を始めました。3人の子どもの母親です。3人とも柔道をしており、長男の時は始める勇気がありませんでした。そんな私が柔道を

始める大きなきつかになったのは2016年の熊本地震です。「人生後悔がないように、やる時にやりたいことに挑戦しよう」と思い、4年前より当時6歳だった次男と一緒に柔道を始めました。

私が柔道を始める以前、ある試合で、試合開始数十秒で負けた息子に対して「こんな試合(負ける試合)のために、ママは朝早くからここに連れてきたわけではない。」と言ったことがあります。今でも大変後悔しています。なぜなら、試合を迎えるまでの緊張、試合当日の緊張、試合の「始め」の言葉までの緊張、子どもたちはこれらを全身で受け止めて、小さな心臓をバクバクさせ試合会場の畳に上がって行き、緊張しながらも礼に始まり、精一杯戦い、礼に終わって帰って来るのです。

私が試合を経験して良かったことは、子どもたちの気持ちがかかるようになったことです。この経験がなければ、勝ち負けがすべての勝利主義の柔道を求める保護者のままだったと思います。今の私は、勝ち負けではなく、試合に挑んでいく子どもたちを誇らしく思っています。

繰り返しになりますが、私は、試合は苦手です。でも、子

どもたちが柔道を続けてくれる間は、子どもたちの気持ちに寄り添え続けられるように、私は試合に出場し続けたいと思います。つい先日、長男が「生涯スポーツとして柔道を続けていきたい」と言ってくれました。涙が出るほどうれしい言葉でした。ということとは、私は一生涯を通じて試合に挑み続けなければいけないのかな(笑)。大きな目標ですが、いつか日本マスターズ柔道大会に出場できますように、これからも日々精進してまいります。

私と柔道

—モロッコから日本に来て—

神奈川県 長谷川アワテフ



私は過去に2度のマスターズ柔道大会(愛媛県、福井県)と

世界ベテランズマラケシュ大会に参加しています。試合に関して説明する前に、私の事と私が何故日本にいるのかを説明します。

私が柔道を始めたのは、小学校の5年生ぐらいの時で、近くの柔道道場でした。当時、女子で柔道をしている人は少なく、男子と一緒に練習をしていました。その甲斐もあり、1982年には、第二回世界選手権パリ大会にも参加する事が出来ました。

1983年には、モロッコ王国でメディテラニアンカップ(地中海大会/地中海に面した国々が参加)が開催される事となり、モロッコ選手のメダル獲得の為に、IJF(国際柔道連盟)から、ナショナルチームのコーチとして派遣された主人と知り合い結婚し、日本に来て住む事となりました。

日本では子育てと仕事で忙しく柔道をする時間が無く、諦めていましたが、今から10年前ぐらいに再開しました。せっかく柔道の本場に来ているのだから柔道をしないわけには行かないと思います、講道館や神奈川県立武道館で、練習を開始しました。

柔道を再開すると、柔道の楽しさと今まで出来なかった分を取

り戻したくなり、形の練習も始めました。するとさらに柔道の楽しさや深さを感じる様になりました。形をするに当たり、見栄えも必要だと思い、スポーツジムに通い身体も鍛える様になりました。柔道家は強さだけではなく、歩き方、立ち方、礼法等にも美しさが必要である事を知り、益々柔道の魅力に取り付かれていきます。

久しぶりに試合に参加する事となり、マスターズ柔道愛媛大会では、団体戦で3位になる事も出来、福井大会では柔の形に出場する事が出来ました。また多くの柔道家と知り合いになる事も出来ました。これも、柔道の良さだと思っています。しかし、女子柔道家が少ない事は、ごく残念です。

また、ベテランズマラケシュ大会は、2回戦で負けましたが、今後も世界大会に出場して世界各国を周りたと思うと、柔道の楽しみがまた増えました。

少し残念な事は、日本では柔道は余り人気があるようです。日本に来るまでは、多くの日本人が柔道をしていると思っていたので、汗臭いイメージですと

言われて、少しショックを受けました。でも、私は柔道が大好きです。

子供達と柔道を楽しむ



愛知県 堀内 美穂
(F5・57kg)

私は、子供たちが小さい頃に一緒に柔道を始めました。自分の子供や柔道会の子供たちとの日々は、楽しく充実したものでした。私が所属していた柔道会では、初稽古は、子供たちのために寒い中で餅をつき、振る舞うことが恒例でした。稽古を終えた子供たちは笑顔いっぱい、美味しくそうにお餅を頬張っていました。夏は、裏の山で肝試し。先生方がお化けになって、子供たちを怖がらせようと、一生懸命でした。最後はお菓子をもらって、みんなニコニコ。楽

しい夏のイベントでした。試合に行つては、負けた子勝った子、泣いたり笑ったり。「一生懸命練習して今度は勝とうね。」って声かけて。そのうちに、みんな大きくなって月次へ。応援して、応援されて。私も子供たちと一緒に初段を取ることができました。みんなで黒帯を締め、喜びました。高校になると、もう大人の柔道。みんな立派になって、それぞれの道へ。息子は鹿屋の大学へ行つてしまいました。楽しい日々も思い出になってしまいました。

その後も私は柔道を続け、二段を取りました。今は、道場や中学校の柔道部のお手伝いに行ったり、障害者柔道に関わったりして、また、かわいい子供たちと柔道をする機会を得ています。障害者柔道は、ヨーロッパでは何十年も前から行われており、障害のある人たちの健康の保持と社会参加の場として、みんなが柔道を楽しんでいます。日本では、2018年に全日本第1回ID柔道選手権大会が行われました。愛知県では、世界大会に行った子もいます。また最近では、スペシャルオリンピックスという、世界的な知的障害のある人たちのスポーツ団体に、日本でも各県で柔道

を立ち上げ、全国大会ができるようになりました。コロナで中止になっていますが、こちらも世界大会が行われます。柔道は、心と体を鍛え、畳の上で発達に必要なさまざまな動きもできます。日本でも、障害者柔道が普及することを願っています。

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

幼い頃に父の影響で始めた柔道

山口県 稲田 環
(F2・63 kg)



町道場に通い、高校から本格的に部活を始めました。高校・大学と部活中心の生活を送り、柔道を通じて今でも多くの気づきや学びを得る事が出来ました。

昨年はラオス・カンボジアの遠征に同行させていただき、現地の学生と練習をする機会に恵まれました。カンボジアの日本語学校の練習は、学校の床に畳を敷くことから始まります。学

校には窓ガラスもなく、柔術の道着などで代用する学生もおりました。そんな環境でも、学生達は熱心で積極的。乱取りの時はみんなが走ってあたりに来てくれて放してくれませんか。すごいハングリ精神だと思いました。

日本には雨風をしのぐ道場、畳も道着もある。その恵まれた環境が当たり前すぎて、練習ができることに感謝した事があつただろうか。学生の頃、幾度となく練習に行きたくない、辞めたいと思った自分に、なんて甘えたいのだろうと恥ずかしくなりました。今ある環境に感謝しこれからも怪我なく、楽しく練習をしていきたいと思っています。

私は、父がこの大会に参加しているのをきっかけに、参加をさせてもらうようになりました。父の試合を見てみると、怪我をしないかいつもヒヤヒヤ、祈るような気持ちになります。私の試合をいつも応援に来てくれていた父。父も同じ気持ちだったのかなと思うと感謝の気持ちでいっぱいです。

この年になって父と共通の話題があること、まだまだ柔道から多くの学びを得られることは私の自慢です。これからも父をはじめ丸の内

の先生方、明道館のメンバーと楽しく試合に出場していきたいと思っています。

マスターズ柔道を 通して生涯柔道を 目指す人々

2つの国際大会の思い出

東京都 山本健夫
(M11・60 kg)



柔道の大会については楽しい思い出が多いが、心に残る国際大会が2つある。

●2007年ブラジル大会

この大会で、私は幸運にも金メダルを2つ取った。

体重別(70〜75才・66 kg級)と無差別(70〜75才)である。無差別級の試合があった時代である。

この時の日系ブラジル人達によるこび様が忘れられない。

私は1973年頃、合弁会社設立のため、ブラジル・アマゾンの河口のベレンという町に1年ほど居たことがある。そこで、現地の移民の実態を見ていた。

日本では、ブラジル移民という、成功例ばかり報じられていたが、聞くと見るとでは大違い、大多数の移民の方々が大変な苦勞を強いられていたことを知った。

現地での日系人の子供は、一様に、親より身体が小さい。また親の方は歯の欠けた人が多く、会話が聞きづらい。これは、栄養状況が非常に悪かったこと、歯を直す金もなかったためである。要するに、奴隷の様な生活を強いられた人が多かったという事です。

しかし、それでも祖国日本に対する望郷の念を断ちがたく、日本が良くて良くてしょうがない人達が多かったということだと思います。

それが、最上年齢の無差別級で日の丸が上がり、君が代が流れた時、興奮は頂点に達したの

です。表彰式が終わると、多数の日系人達が、寄ってきて大変な祝福をしてくれました。また、日本に帰った後でも、2人の日系人が試合を撮ったDVDを送ってくれました。

●2009年ドイツ大会

この年、世界マスターズ柔道大会は、初めてIJF主催で開催された。場所はドイツ。私のM9（70〜75才）・66kg級は、3人の巴戦であった。

私（日本人）・ドイツ人・ロシア人。ロシア人は、大学教授で、サンボの選手。前年のベルギー大会でも当たり、延長戦の末、私が苦杯をなめ、銀メダルにさせられた選手。

その試合後、彼曰く、「サンボの練習は、柔道の2倍キツイ。それ故、サンボが柔道に負ける筈がない」とぬかしおった。

さて、試合が始まった。まずは、ロシア人对ドイツ人。当然ロシア人が勝つと思っていたら、ドイツ人が勝ってしまった。

試合が終わるや、ロシア人は私のところに不平を伝えに来了。曰く、「ドイツ人は力が強く、奥襟を取って攻めてくる。自分は返しを狙う態勢を取ったが、審判は自分にだけ指導を出してくる」等々。

しかし、これは、私には大変

な助言になった。

さて、私とドイツ人との試合が始まった。

聞きしにまさる力。奥襟の取り合い。しかし頭を下げさせられると、相手の足の動き、体重の移り具合が手に取るように見えるではないか。

すると、相手の右足に何か初動が感じられた。

その刹那、私は身をひねり、相手のその足を払った。相手は宙に舞い、背中から落ちた。一本。

次は、サンボのロシア人。今度は一本負けしなければ、私の優勝だ。

私は、相手の奥襟をつかみ、引きずりまわす。

案の定、相手は両手で、私の利き腕をつかみ、返しを狙にくる。自分からは全く攻めない。

相手にばかり指導がいく。相手はあせりだし、技を出してくる。隙が出来る。私の技有りが決まる。そして、優勝。

この試合は、相手の助言が大変な参考になりました。口は災いのもと」と言えましょう。

さて、2020年は新型コロナウイルスの年、私の残り少ない人生はどうなりますか。

我が柔道人生

千葉県 勝呂 孝
(M10・60kg)



私が柔道に出会ったのは1952年中学の体育の時間であった。小学校時代の私は今で言ういじめられっ子。やせて、力も弱く、弱虫だった。「小さい者でも大きな相手を投げることが出来る」といううたい文句にひかれて柔道部に入部した。入ってみて驚いた。皆体が大きく、力も強く、スタミナもある、また度胸もあるので、とても自分は太刀打ちできないと思ったが、言われるまま、強くなりたいたい一心で練習に励んだ。

しばらく練習を続けているうちに試合に出させてもらい、たまに勝つこともあるようになった、がやはり弱い選手であった。ただし、少しずついじめられることは少なくなった。

事情が一変したのは1964年の東京オリンピックのころであった。体重別が導入され、同じ階級だったら負けることは少なくなった。

大学を卒業してから水産庁船舶の乗組員として採用され、国内各地の調査船、取締船に配属された。それに伴い、海外に出る機会も多くなった。オリンピックのおかげで、外国の港に着くたびに乗組員を誘って現地の道場を訪ねて歩いた。当時館山市の安房水産高校出身者が強かった。後日、講道館にて外地で世話になった人たちと偶然出会い、旧交を喜んだこともある。

また、JICAに出向したときジャカルタで講道館から派遣されていた仙石常夫氏に会った。仙石氏はインドネシアの柔道普及に尽力して、警視庁退職後バリ島に自分の道場を建て、現在も活躍中である。

そのほか、全く知らない南米の港で電話帳頼りに道場を訪ね、大歓迎されたこともある。また、ニュージーランドでは現

地の水産研究所との共同調査の際に調査船で何年か連続オークランドを訪れ、故リトルウッド氏ほか、同市の柔道クラブでいろいろお世話になった。

取締りでは柔道のおかげで有名なヤクザ漁船を検挙した。経験のある方はわかっていると思うが、いざ相手と対峙したときの呼吸は試合で「始め」と言われた時に似ている。相手の方がビビっているのが感じられた。10人ほど乗組員がいたが手を出す者はいなかった。ヤクザの方は漁業法違反なら普通罰金で済むが、公務執行妨害となれば罰則が重いのは承知である。警察も海保も手を焼いている札付きをよく捕まえた、と一時評判になった。

講道館で稽古中、元消防士の清水薫氏から、「わざわざ遠い外国から講道館まで来た人たちの面倒を見てやろうじゃないか」と誘われた。そういえば自分も海外でずいぶん知らぬ柔道家にお世話になった。大道場で一人で稽古している外国人に声をかけ、一緒に稽古し、夕食に誘ったり、自分の街を案内して友情を深めた。現在でも数人の人たちとメールを交換している。



一列目右より平野・ヘーシンク村井順社長、猪熊氏
三列目左から4人目岡野氏

日本マスターズ柔道協会副会長
神奈川県 西久保 博信
(M10・73kg)

3人の恩師



私は、令和2年11月29日（日曜日）、延期されていた全国高段者柔道大会に77歳（喜寿）で38回目の出場を果たした。80歳までに40回出場を目標にしているが、長く柔道を続けられるのは今は亡き3人の恩師のお陰と感謝している。

航空工業高校に入学して最初に出会った恩師は「松川哲男先生」である。身長163cmと小兵だが団体戦では教育大学の先鋒を務め、マネージャーとして1年後輩に「長谷川博之選手」、2年後輩に「猪熊功選手」、「竹内善徳選手」を擁した正に教育大学全盛時代を背負ったバリバリでした。両胸を取った左右の大車・足払いが得意で、寝技は締め技では毎日一度は落とされた。松川先生から数多くの教えを受けた。「講道館の歴史」「学生柔道会の変遷」「学生選手権を取った人の人物像」などである。また、全日本柔道選手権大会の放送係を10数年間務めたことで数々の名勝負の目撃者でもあります。剛道ではなく柔道をやれ、正しい姿勢の柔道、これだけは守ってきました。

明治大学での2年間（二部文学、二部経済、二部政治卒）では、明治大学付属中野高校の監督も兼務されていた「工藤欣一」先生

生の薫陶を受けた。最初の4年間は自衛隊朝霞駐屯地から通学していたので、制服で道場に行くと、故曾根康治先生から「特攻隊」と呼ばれた。宮城県出身の「神永昭夫」先生は岩手県出身の「工藤欣一」先生を兄貴分と慕っておられた。自衛隊中央武道大会では、全日本選手権者として招待された「神永昭夫」先生に二部の後輩ですと名乗り、チーム5人と一緒に記念撮影に収まって戴いた。これが御縁で明柔会でもよく声を掛けて戴いた。

さて「工藤欣一」先生からは、柔道に関する事より「人生哲学」の指導を受けた。叱られたことも多々有り、褒められたこともあった。ただこの教訓だけは私の人生訓に置き換えて今も使わせて貰っている。「生活に追われてもいいが、人生に追われるな！」。工藤欣一先生の郷里盛岡での「芋煮会」で、食べて飲んで夕陽に染まって歌いながら歩いた田圃の畦道での先生の豪快な生き方を思い出します。

昭和43年総合警備保障（現ALSO）に入社。第三の恩師「平野時男」先生が師範であった。拓殖大学の師範（木村政彦師範と二人師範）も兼ねておられた。入社して最初の合宿では吃驚

した。なんと容赦なく拳骨が飛んでくる。食事は食堂の板の間で正座で戴く。「先生のどうだ旨いか？」の問いかけに、「ハイ足が痛いです」と答えた部員がいた。油断していると、先生から沢庵が飛んでくる。これが当たると腕立て伏せ30回だ。風呂は温泉にきたんじゃないから10分で行く！「服の脱着は5分です。忙しいのなんの」昼間の稽古の疲れでバタン、キューの寝入りばなを、「非常呼集・起きろ！」。跳ね起きて「なんだなんだ」と騒いでいたら、「喋るな！直ちに表に出ろ」。道路上に整列した部員達に「腕立て伏せ300回」が下命された。不思議なこと100回すらやったことのない人でも身体が寝ているためスイスイ出来るのだ。「先生、全員300回終わりました」「そうか、手を洗ってお休み」、時計を見たら午前1時だった。

何やら枕辺に人の気配を感じて目を開いたら、そこに先生が立っておられた。「西久保、二度目の非常呼集だ、みんなを起こせ」今度は皆一言も喋らず外に出た。「左方3本目の電柱をターンして戻って来い、全力疾走だ！」。かくして深夜の路上を異様な集団がひと固まり駆け抜けた。「全員食堂に正座しろ」

先生はお盆に10個の湯飲みを載せ、片手に一升瓶を下げて私のところに来られ「湯飲みを取れ」と言われた。「ハイ」と答えて1個の湯飲みを手にした途端、ゴツンと来た。「馬鹿者、お盆ごと取って申し送らんか！」。全員の湯呑に酒をついで回って、「これを飲んでお休み！」。夜中に2回も起こされたんだ。朝はゆつくりと思いきや、起床は六時。なんと夜中の非常呼集は試合（実業団大会）日の朝まで続いたのである。選手は皆、寝不足で試合にならんとばかりやっていたが、結果は準優勝であった。各の如く平野先生から受けた種類の教えを財産にすべく今も努力しています。



オリンピック精神

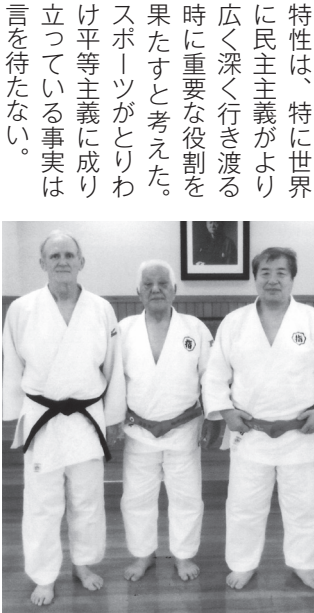
ポール・シヨルメイアー
米国ネバダ大学哲学教授

1. クーベルタン男爵と嘉納師範のオリンピック理念

近代オリンピックの創設者、ピエール・ド・クーベルタン男爵と柔道の創設者、嘉納治五郎師範はオリンピックが世界の国民に友情と平和をもたらすという考えを共有していた。クーベルタン男爵と嘉納師範は、またスポーツには画期的な教育的価値があるという信念を持っていた。二人のオリンピックへの希望と教育への信念は共に歩んで行く事になる。

クーベルタン男爵はフランスの教育改革者であった。ジョージ・ヒースラー氏が近年IOCの為に書いたエッセイで、『クーベルタン男爵は、スポーツは徳性を育てるが為に教育上重要なのだと捉えていた』と記している。明らかに当時のフランスの学校にはスポーツが存在していなかった。クーベルタン男爵は英国に行き、そのあまり大きいとも言えない体格（嘉納師範とほぼ同じ位）にも拘わらずラグビーに興じた。彼はこの訪問により英国の教育システムには何十年にわたりスポーツが取り入れられて居た事を発見した。これにより彼は他の何人かの人々と共にフランスの子供達の為の『スポーツをする権利』を果敢に推し進めることになった。

クーベルタン男爵はオリンピック大会が平和の大義を推進できるものと信じていた。スポーツが社会人にとって重要な事が明白だったからである。スポーツ大会はそういう良い社会人を各国や世界で育成するというスポーツの優れた特性を浸透させるのである。スポーツには鍛錬への専念やチームへの献身が求められる。クーベルタン男爵はこういったスポーツの



左端が筆者

特性は、特に世界に民主主義がより広く深く行き渡る時に重要な役割を果たすと考えた。スポーツがとりわけ平等主義に成り立っている事実は言を待たない。

嘉納師範はオリンピックやスポーツ教育について、クーベルタン男爵とほぼ同じ考えを持っていた。真田久（筑波大教授）はIOCの為にエッセイをしたためているが、そこで武道における武士道精神も社会に対するオリンピック精神と共通すると説明している。嘉納師範は、オリンピック精神は人々の心身の調和を目指しているように、武士道もまた社会全般の調和を目指していると感じていた。

嘉納師範は明確にクーベルタンの持つスポーツの教育的価値に同調している。彼もスポーツ、特に柔道は人間の徳性を磨くのに優れていると感じていた。我々は、日常において柔道や他のスポーツの練習を通じて自分自身や周囲の仲間の徳性を磨くことができる。嘉納師範はこのような価値を国際的に展開してゆく事が可能だと信じていた。彼は実際に数多くの海外の生徒を日本に導き、また多くの指導者を海外に送った将に教育的指導者であった。

2. スポーツは我々を連帯させるか、それとも分断か？

それではスポーツは本当に良き徳性を我々にもたらしてくれるのか。またどういう風に我々と繋がってゆくのだろうか。その繋がり的事实は十分に明白である。一介の講道館への訪問者には大した事はできないとしても、そこで稽古している柔道家が多様多様である事には直ぐに気が付く。これらの柔道家達は実に多くの国から、異なる文化や経歴を持って来ているのである。全大陸から、全人種、民族が来ているのである。身長や年齢、性別が異なるのは勿論の事である。

そこでは柔道以外に何か問題があるのだろうか。出身民族、宗教、裕福さなどは大した意味を持たない。置に上があれば誰もが同じなのである。問題は柔道の技術と知識である。勿論集中と真剣さは大事である。しかしそれ以外にはあまり関係ない。嘉納は徳川慶久（公爵、嘉納塾門弟、柔道二段）も他の生徒と変わらずに扱ったと言われている。

武道以外の他のスポーツも人々を結束させる。野球、フットボール、バスケットボールなどのメジャーリーグやゴルフ、テニスなども世界中からの多種多様な選手を競わせ、世界中の何百万人もの観客を沸かせている。観客達はゲームに熱中するだけでなく、自分達のチームを応援するという点でも結束しているのである。

しかし問題は残る。武道やスポーツは如何にして我々を結束させるのだろうか。逆にこれらスポーツは簡単に我々

を分断するかもしれない。スポーツは競り合いや勝負であり、武道は特にそうである。相手を打ち負かそうと全力を尽くすのである。選手はチームで団結するかもしれないが、チームは相手のチームと競い、ひどい戦いになるかもしれない。ファン達が過激に、時には敵意むき出しに熱中する事も多々生じている。

3. 古代オリンピックの神話起源

オリンピックはそれ自身、元々矛盾を孕んで生れ出たように見える。大会の名称は古代ギリシャの神々の郷、オリンポス山に由来している。ゼウスは伝説上不死身の神々と生身の人間達の支配者でオリンピックの創始者で後援者とされている。事実最初のオリンピックは、アルティスというゼウスの聖域にあるオリンピアで開かれた。

しかし古代神話においては何故ゼウスがオリンピックを始めた事が不明瞭になっているのだろうか。一つの神話にはちゃんと記されているのだが。その神話では大会の起源はある父親と息子の避けがたい争いがあったと説明されている。ゼウスがクロノスという父親を倒した勝利を祝うために大会を始めたというのである。ゼウスはどういう訳か自分の父親殺し事件を祝っていた事になる。

しかしこの親殺しは必ずしも罪として咎められてはいなかった。クロノスが良き父親には程遠かったからである。彼は時間の神であったのだが、何と自分の子供達を食べてしまったのである。その前に一人の子供の手にかけりクロノスは死んでしまうという予言があった。その為、彼は子供達が一人一人生まれて来るやたちまち飲み込んでしまった。クロノスは己の死の予言から逃れたかった訳である。

しかし彼の妻のリアはクロノスに策略を仕掛ける。一番下の子のゼウスの身を隠して、代わりに産着の中に石を入れてクロノスに飲み込ませたのだ。かくして成長したゼウスは予言通りにクロノスを殺す。だが殺す前にゼウスはクロノスに飲み込んだ他の子供達を吐き出させたのだ。

さりとて、このおどろおどろしい話の起源がありながら、古代オリンピックは最初から宗教的なお祭りであった。古代ギリシャ人達は、運動競技を神を崇めるためのものと考えていたのである。大会は明らかに宗教的次元で催されていたが、やがて禁止されてゆく。最初のキリスト教ローマ皇帝、テオドシウスが異教徒・多神教徒の祭典とみなし、オリンピックを廃止したのである。

4. 古代ギリシャ哲学とオリンピック

私はオリンピックを含めてスポーツというものは、勝ち負けの性質を色濃く持ちながらも、その普遍的な人間性の精神を我々にもたらすことにより、人々を結束・連帯に導いてくれると申し上げたい。近代オリンピックを宗教祭典というのは難しいかもしれない。しかし私はあえて近代オリンピックは哲学的、または宗教的精神を形に表しているとし上げたい。

我々は現在オリンピック競技やスポーツ一般の『不思議発見』をしているのである。古代ギリシャの哲学者達は道を指し示してくれる。彼らは古代宗教の中に隠された哲学的真実にスポーツライトを当てて来たと言われている。

これら古代の哲学者達は人間の最も良い点は、おのが為に価値ある行動を全うする事と考えていた。と言う事は結果の如何に拘わらず、行つ事そのものに価値があると言う事。我々は結果だけでなく、こういう活動そのものに邁進すべきと思う。簡単に言えばスポーツや大会は純粋に楽しめば良い。別の観点はさておき、先ずスポーツや大会そのものをベストを尽くして楽しめば宜しいと言う訳である。

しかし、ギリシャの哲学者達は、まだ我々に何か求めたいようである。彼らは我々がスポーツやレジャー活動それ自身に価値を見出すというだけでは物足りないのである。彼らはさらに我々が生活における活動全てにそれなりの価値を見出すべきと考えている。『我行つ故に我有り』と言う訳だ。我々が選んだあらゆる可能な生活活動は、そのものの達成の為にあると言つ訳だ。

彼らはこの種の価値観を持つて事に当たれば、本当の自由が得られると指摘したいのだ。つまりは色々な束縛や結果に拘泥せずに、何か価値のあるものに取り組みと言う事だ。それと異なる動機や見返りの為に行動する事は、古代ギリシャ人にとっては奴隷扱いと同じように思えたのだ。そんな事をすれば、我々自身を妙な考えや束縛に陥れるだろう。しかし、そんな事を考えずとも我々には行動の自由があるのである。

我々の社会活動は他者との関わりを通じて成されるのだが、やはりこの種の価値を内包している。社会活動や政治活動を我々が成すべきなのは、単純にそれらが成すべき正しい事であるからである。それらはそれら自身で価値があるのである。我々全ては大きな社会全体の小さい部分を担っ

ており、妙な見返りや罰則などを気にせずにやるべき事やつてゆかねばならない。

スポーツは宗教的とまでは言えずとも、真に哲学的な精神を持つていえると言えるだろう。私は人類にとって普遍的価値を持つ何かしらを行う事は、哲学的真実を認識する事と考える。それ自身の為に価値ある行動を行う事は、我々の本質の永遠の普遍性を尊ぶ事である。

5. オリンピックと我々の至高のもの

嘉納師範とクーベルタン男爵が、スポーツが良き個人・良き社会人を作れるという考えに至ったことは実に正しい。さて、ではどういう訳でそうなるか考えてみよう。もし柔道や他のスポーツの練習を終着点と考えてみると最高の人間性的なものを実現できる。全ての武道や他のスポーツでは最高を求めて心身の鍛錬を行うが、この過程において各人の徳性作りが成される。明らかにこの実現は全て実践の中で起こりうる。まさにそのような実践を追求してゆくべきなのだ。

残念な事に多くの人間やアスリート達は短絡的である。我々自身も利益や楽しみの為に諸活動をしているのかもしれない。オリンピックに出るプロアスリート達はオリンピック精神を減退させている。勿論彼らの中でも真にその競技を愛している者もいるが、多くは経済的収入の為に競技をしている。彼らは自らのキャリアの為にスポンサーの為に競技しているのである。

こういった純粋な動機に反する事は不正・ごまかしにも通じる。薬物使用は現在のオリンピックの顕在的大問題である。時には国家ぐるみで禁止薬物を利用している。今日のオリンピック選手にとって薬物テストは日常の現実となっている。主催国の政府や自治体の当局者達がスタジアムやアリーナの建設に絡み建設業者などから賄賂を受け取ったとかの噂やニュースも絶えない。

これらの紛糾や係争は近代オリンピックの開会運営やガバナンスを台無しにしてきた。政治、経済、戦争、火山噴火などあたかも共謀しているかのように近代オリンピックの未来にブレーキをかけている。クーベルタン男爵の最初の提案に共鳴した人々にとっては飛んだお笑い種であろう。

古代のオリンピックにおいても腐敗とは無縁ではなかったと言われる。競技の運営についても常に問題が出ていた。不正、八百長、違法練習などには当局が罰則を科していた

そうである。またギリシャ人以外や女性は参加すら許されていなかった。

どうしてこのように多くの人々が短絡的になるのだろうか。クーベルタン男爵と嘉納師範ならば間違いなく教育の欠落が原因だと断じるだろう。嘉納師範もクーベルタン男爵もスポーツ一般、特にオリンピックがもたらしてくれるものは教育だと期待していたのである。スポーツや人生はすなわち中身の形成であり、外からつてつけるようなものではないのである。我々の努力を利益や楽しみにばかり向けてはいけけないのである。

問題は絶えない。オリンピック アリーナは佇み続ける。侍の心とモンキーの心も常に人間の心に存在してきた。勿論今も続いている。将来も永久に人間の心の中で戦い続けるのである。嘉納師範は全く正しかった。侍の精神とオリンピック精神は同じものである。侍の精神は古代の異教・多神教精神やキリスト教精神、また仏教や神道の精神とあまり違つものではない。まさしくこの永遠の人間精神は我々が社会の中での真実を求めて行く為の勇気を与えてくれているのである。

クーベルタン男爵は多分ヒースラー氏がそのエッセイの中で引用した言葉を発した時に、この事がオリンピックのみならず上記の永遠の戦いに対しても当てはまると感じた事と思う。

L'important dans la vie ce n'est point le triomphe, mais le combat; l'essentiel ce n'est pas d'avoir vaincu mais de s'être bien battu.

The important thing in life is not the triumph but the struggle; the essential thing is not to have conquered but to have fought well.

「人生で大事なのは勝利することではなく苦闘する事である。重要な事は、勝つたかではなく如何によく戦つたか、なのだ。」

クーベルタン
(翻訳 坂東雅邦)

柔道との付き合い

山口県 伊賀信義
(M9・60kg)



私が柔道を始めたのは中学2年のときである。以後高校3年間も柔道部だった。高校時代は1年のときは懸命に練習した(させられた)。当時の3年生にこっぴどくしごかれた。と、自分では思っている。大学時代(鹿大水産学部)はカッター部に所属した。

社会人になってからは職場を2〜3変わったが1984年(S59)に尾道海上保安部時代に柔道を再開した。海保は逮捕術の訓練はあるが柔道の訓練は行っていない。で、宿舎から少しだけ遠くに道場があったので週1回ここに通った。ここの指導者とは今でも付き合いがある。以後は転勤人生ではあったが勤務の傍ら近くの道場で細々と続けた。

2008年に海保を退職し地元山口県下関市の長府武道館

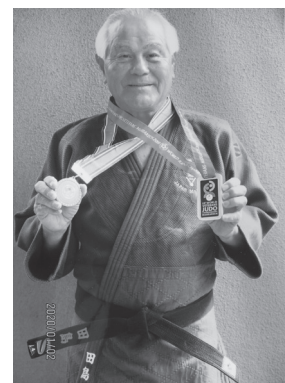
(乃木道場)の門を叩いた。翌2009年の大分市での第6回大会に初めて出場した。結果は1

回戦で奈良の三浦選手に小内刈り一本負け。このときは無差別級にも出場したがこちらも初戦で一本負け。翌年の新潟県長岡市での大会は大学の同期会と同日のため出場しなかったが、以後は毎年出場している。試合の結果は勝ったり負けたりである。勝ち負けも大事ではあるが、それよりもこの歳(73歳)になつて柔道ができるということに感謝したい。マスターズ柔道大会を創設された野口先生を始め関係者の方々には本当に頭が下がります。大袈裟ではあるが今では柔道が生きがいになっている。自身の座右の銘である『健康が一番』も柔道のおかげである。大学時代のカッター部でもたくさんの友ができた大きな財産である。が、実際にカッターを漕ぐことは今ではほとんどない。しかし柔道は違う。まだ試合にも出る事ができる。殆ど信じられないくらいである。九州ベテランズ柔道大会や近畿ベテランズ柔道大会にも出場した。現在は下関市武道館でM9の稲田豊選手らとともに稽古に励んでいる。今年にはコロナの影響で講道館での大会は中止になったが来年の開催を期待します。

日本マスターズ柔道大会を

振り返って!

熊本県 田島恒男
(M9・73kg)



マスターズ柔道大会は、佐賀県の嬉野大会の銅メダルが最初で、講道館で銀、和歌山県の白浜大会では負傷、愛媛県の松山大会では銀、福井県の福井市大会迄の5回を振り返ることとした。

第16回日本マスターズで念願の金メダルに到達出来たことは、非常に感慨深い年となった。同年10月のモロッコ世界大会では、前年の世界大会覇者である羽生選手に決勝で敗れ銀メダルに終わってしまった。

マスターズ柔道大会を通じて、日本全国又、世界の柔道愛好家との友達の輪の広がりは、人生の楽しさを倍増してくれた。

柔道は小学校3年生からの町道場通いから始まり、中学校、高校、大学、社会人となつてからは、福岡の隻流館柔道場に時々

足を運んでいた、仕事の都合で山口県に転勤となり、駐在地の下松柔道協会にお世話になりその間の約7年余り実業団大会などで汗を流すこととなった。その後東京転勤の際は、講道館にも足を運び、悪の道から逃れていた(笑!!)

その後は福岡、熊本の武道館でボチボチと汗を流すようになり、マスターズ大会出場への気持ちが強くなった。今では熊武会の皆さんと水前寺の武道館で汗を流すことを楽しんでいる。

今年はコロナ騒動で練習もままならない状態が続いています。早く終息に向かってくれる事を祈るのみです。

今年のポーランドでの世界大会、12月予定だった講道館での日本マスターズ大会が、中止となり残念ですが、気を引き締めて今後の柔道人生を楽しみに替えて、日々精進して生きていきたいと思っています。

個人戦前日の懇親会も楽しみの一つで、お互いに再会できた事が健康である証と確信し来年の再会を約束しあうのも意義深いものです。

日本マスターズ柔道協会の吉成会長初め、関係者の皆様には、今後とも宜しくご指導の程お願い致します。

熊本日新聞

令和1年12月12日 曜 朝刊掲載

71歳 輝く柔らの道



熊本市東区・田島さん。さらに鍛錬を

37歳からの柔道

栃木県足利市 山口幸雄



私は37歳まで柔道とは無縁の人生でしたが、息子が通っていた常念寺保育園年長クラスで柔道教室が始まり、教わっているうちに昭徳館柔道場に行きたいと言いつたので私が送迎を始めることになりました。火木土の小学生以下は午後7時から8時半まで、日々送迎していたある日、内藤館長から『送迎で見ているだけでは

つまらないからやってみないか』
と言われ、始めたのが柔道人生の
スタートでした。

最初は受け身の練習、息子と一
緒にやりながら、後半の8時半か
ら9時半までの時間帯は中学生
から社会人相手の稽古となりま
すが、残ってやって行くことにし

ました。そして、数ヶ月後初段
の柔道審査を受けることになり、
相手は中高生のかい者や痩せた
者もいて、この組では0勝0敗
で今日は無理かな？なんて思いな
がら試合に臨みました。つい力が
入って、明日は動けなくなると思
うほどでしたが、結果1敗だけで

合格することができました。しか
し、体はボロボロで一週間筋肉痛
だったことをよく覚えています。
直ぐとけてしまう真新しい黒
帯を着けた子供たち、そして中
高生、社会人と稽古は毎回2時
間半、いつしか柔道で汗をかく事
の楽しさを知り、ほば休まず通い、

休日は軽いダンベルを持って近く
の山に登り、体幹や足腰を鍛え
るため筋トレなどを日課として送
る日々が続くようになり、いつし
か二段、三段そして54歳で四段、
65歳で五段を取得することが出
来ました。

日本マスターズ柔道大会は第2

カメの精神で — 右半身麻痺との闘い —

日本マスターズ柔道協会 名誉会長 三橋 英夫

2018年4月、全国柔道高段者大会で支釣込足一本。
5回目の「技術優秀賞」受賞。

その2週間後の5月16日に突然「脳梗
塞」を発症。トイレに起きようとして、
右手右足が動かない。救急車で病院へ。
まだ右手でグーパーも出来る。意識はあ
るが、時間が経つに従って段々動かなくな
って行く。明日朝起きればきつと手足
が元に戻っているはずだ。健康管理だっ
て、30代から健康手帳をつけて人にも指導してきた俺だ。絶対こん
なことが起きるわけがない。しかし、右半身麻痺。



「どうして俺が・・・」とても受け入れることが出来ない。
しかし、10日後にはマスターズ愛媛大会が迫っている。事務局に早
くメールを打たなければと焦っているが、左手は思っ様に動かない。
事務局はじめ関係者に多大の迷惑をかけてしまったことを思い出す。

健康には人一倍気をつけてきたつもりであるが、過信があったのか、
それとも知らず知らずのうちに無理を重ねてきたのか。
体重が10kg減り、右の尻肉はげっそり落ちて、座ると骨が椅子に
当たる。車椅子生活が始まる。大勢の柔道仲間等が見舞いに来て励
ましてくれた。家族や看護師等の毎日の介護、必死のリハビリのお
陰で病院での日常生活がこなせるようになった。

退院は5か月後だった。補助装具を着けて漸く杖歩行が可能にな
り。家族の手を借りて何とか生活できるようになった。
しかし、本当の戦いはここから。現在も週3回はリハビリに通って

いるが、右足を引かずしてしまい、その足に体重が乗らない。右手
は握れない、ホックが止まらない。ジッパーが上がらない。「畜生ど
うしてできないのか！」健康な左手に力を入れて鍛えようとする
と、右手足が硬直し、緊張した力を上手く抜けないので、体を鍛えるの
も難しい。

苛立つ自意識がストレスになり、心と体を痛めつける。今は、日
常生活の「普通」を失ってみてその大切さが痛いほどよく分かる。
そんな時、脳出血から右半身麻痺の残る人の言葉が心に響いた。「以
前の自分と比べずに、出来るようになったことを見つけて喜ぶ。」
そうだ。入院した時と比べれば、車椅子から卒業し杖歩行が出来る
じゃないか。一人でトイレにも行ける。紐が結べる。随分出来ること
が増えた。有難い、嬉しい。

理学療法士が言う。「柔道を長年続けてきたお陰で、体力・バランス・
精神力などが回復力を高めています。」

前向きに病氣と向き合いここまで来
られたのは、60年間柔道と真剣に取り
組み、挑戦してきたからだ。素晴らしい
柔道仲間との出会いが無ければここ
まで挑戦できなかったし、回復できな
かった。柔道は命の恩人である。

毎朝、「焦らない。怒らない。イライ
ラしない。」を自分に言い聞かせ、「ウ
サギとカメ」のカメの精神で生きてい
く。最近では片麻痺ゴルフや水泳にも挑
戦しているが、大きな目標は一人で柔
道着を着て、帯をしつかり締め、講道
館の大道場に立つことである。



回埼玉県大会にM5・66kg級で
初参加し、第15回愛媛県大会は
M8で参加し、計7回出場しま
した。回を重ねていくうちに顔見
知りの方たちが増え、控席で話
をするのも楽しみの一つになっ
ています。

振り返ってみると、人との関り
から人生は変わるもの、あの時
断っていれば私にとって柔道は無
い人生であると思えない思いに
なります。間もなく70歳、あまり
先を見ず出来ることをやってい
こうと思います。

柔道の「稽古」自体が

大きな財産

札幌市 大道 隆

(M5・81kg)



2008年当時のラオスで柔道を指導していた際の選手たちと日本人指導者との写真
(前列向って右端が筆者)

を読まれている方々は長年柔道を続けておられる先生方と違います。私も齢50を過ぎても健康のために柔道を続けている愛好者です。

私は仕事での転勤が多く、海外で仕事させて頂いていたこともあり、海外で柔道をする機会にも恵まれました。最初は1990年代後半ですが、20代のころで、ベトナムで仕事をさせて頂いていた時に地元子供たちに柔道を指導させて頂く機会を得ました。幸か不幸か、自身が選手時代に実績を残せた選手でもなかったため、柔道の稽古環境には恵まれていませんでした。実際に学生の時代は、稽古環境を確保するために苦労したこともありましたが、その経験が海外で全く柔道の基盤のないところから柔道を始めることの原動力になったと考えています。

解もあったのと、ベトナム柔道協会の理解もあり、多大な支援のもとに、当時の教え子が私の在任中に初段を取るまで成長しました。

その後も豪州、ラオスと駐在させて頂く機会を得たのですが、その時も柔道に関しては日本に居る時と同様続ける機会を得ていました。その中で柔道を通じて人と人が繋がるのが印象的でした。柔道指導で海外を訪れる日本人の方も含めて、現地で柔道を一緒に稽古した選手たちとも、言葉の壁を乗り越えて苦楽を共にできたことは貴重な経験だったと思います。遠征合宿や試合で地元選手たちと一緒に過ごした時間が私にとっては大きな財産となりました。柔道を通じて日本に興味を持ち、日本で仕事を求めて住んでいる教え子や、現在も日本の大学で柔道の修行に励む選手等、柔道を経験したことが彼らの進路選択に何らかのきっかけになったことは、私自身が柔道を続けていた足跡になったと自負しています。

柔道と坐禅

原 優

昨年の会報で、柔道の精神は臨済宗の沢庵禅師の思想に影響を受けている旨の文を掲載しましたが、今回も引き続き座禅について書きます。



二〇一八年十月十六日に日本マスターズ柔道協会の事務局として福井県柔道連盟との事務調整で出張時、宗派は異なりますが同じ禅宗である曹洞宗本山の永平寺で坐禅を学習し、そこで坐禅用座布を購入しました。その後、特別に忙しい日を除いてほぼ毎日、自宅自室において午前十時から三十分間、坐禅をしています。最初は五分から始

め三十分定着しました。曹洞宗がネットでも作法等の説明をされていますので興味のある方は参照ください。二年間継続していますがその効能について私の感じることを紹介したいと思います。曹洞宗においては、只管打坐の概念で何も考えず、無の境地でただひたすらに坐禅をしないという教えに沿って坐禅をするのですが、当初は雑念が入り込み昼食のことや午後の予定等を考えてとても無の境地には入れませんでした。しかし「継続は力なり」の言葉通り、慣れてくると、鳥の鳴き声や風の音が心地よく聞こえ、人間の営みがとても小さく感じられるようになりました。凡そ二千六百年前に、仏教の開祖である釈尊（お釈迦様）は坐禅をして悟りを開き、八十歳で逝去されたこのことです。とても釈尊には及びませんが坐禅を継続することにより悟りのかけらでも得たいと思う今日この頃です。

稽古は40台への貯金、40代の稽古は50代への貯金！」とお言葉でした。お言葉をかけていただいた当時にその意味はほとんど理解していませんでしたが、印象に残った言葉でした。今に思うことですが、稽古を続けていたことが自分が自分自身としての大きな財産であったと実感しています。「ただ稽古を続ける」ことが前述した講道館のある先生のお言葉に通じるものであること、なんとなく理解したような気になりました。現在札幌に定住し柔道の稽古を続けていますが、柔道の稽古を通じてできる「人と人との繋がり」を

不思議に感じます。過去に稽古させて頂いていた方々と試合等で再会するのが楽しみの一つです。このことも講道館の先生のお言葉の「貯金」の一つだと考えています。

な形になるのかは、続けた者にしかわからないものだと思います。一つ一つの動作に集中し、すべきことを行う、禅の修行にも通じる「道」だと信じて50代の稽古で60代への貯金に繋がったと考えています。



筆者運営柔道場にての日本人指導者による寝技の講習状況、熱心に指導を受けるラオス人選手

「青べか物語のまち」浦安の柔道

浦安市柔道協会 会長 金子 雅司郎

金子 雅司郎

浦安市柔道協会は、戦前から柔道を愛好されていた醍醐正雄氏、宇田川喜作氏、林田岩吉氏、鈴木彦五郎氏、大塚金太郎氏、高橋吉雄氏、佐藤清氏、田嶋好太郎氏、堀越幸男氏、泉沢銀蔵氏等の協議により昭和二十九年、醍醐正雄氏御自宅の一部を改造して十七畳ほどの柔道場を開設し、浦安町柔道会の前身である「慎道館」として発足いたしました。



「慎道館」発足時頃の写真

向かって左側、詰襟の醍醐兄弟の後ろは醍醐敏郎十段、二列目、右から三人目は佐村嘉一郎十段

発足時の役員は、会長が町長の内田成夫氏、館長は宇田川国治氏（宇田川喜作氏の父）、師範は葛西「研慎館」の吉田仙次郎氏でした。

昭和初期、浦安・葛西・行徳で柔道を習われていた方々は、当時、平井に住んでおられた徳三九段の門下生が多かったようです。吉田仙次郎氏も徳三九段の弟子で、徳三九段の師匠が佐村嘉一郎十段だったことから佐村嘉一郎十段は、何度も浦安にお越しになられたよう

で、帰りには必ず行徳の徳願寺に寄り、宮本武蔵の墓を詣でて帰路に着いたとよつです。

昭和三十四年になると醍醐正雄氏との道場使用に関する約束事の期限となり、また、その頃、会員が減少傾向となっていたこともあり、今後、道場をどうするのかと

いう問題が始めました。

そんな折、宇田川喜作氏より自身が診療所建設のために購入した浦安小学校前の土地六十坪の約半分を柔道場の用地として提供するとの申し出がありました。そこで会員が道場の建設資金を出し合い、建築面積約二十八坪で広さ四十五畳の柔道場が完成しました。

なお、建設費は約八十万円で、資金は千葉銀行より借入れ、返済は道場開設前の諸氏十一名と開設後に入門した若手七名の計十八名が、二年間で返済しましたが、集金にはかなりの苦労があったとよつです。

昭和三十五年に建設された浦安小学校前の道場もその後、十五年で宇田川喜作氏に土地を返却することとなり、また、常設の道場を失うことになりました。柔道を継続させるため、一時的に公民館を借り、稽古の度に畳を敷くというやり方で運営が続けました。しかしながら、有志のみによる道場の運営には限界があり、公的な武道場建設を望む声が出始めたころ、町の理解も得、昭和五十年には、堀江の旧漁業協同組合を改築した浦安町武道館が完成、稽古も一層充実し、より多くの会員を受け入れることができるようになりました。

その後、浦安が急激な人口増加とともに町から市へと発展し、武道愛好者や健康で礼儀正しい子供を育てたいと希望する方々増えてきました。また、学校教育においても、武道が積極的に取り入れられるようになったことなどから、市の中心部に、より大きな武道館の建設を望む声が高まってきました。

そして平成三年三月、市をはじめ関係機関の御尽力により、私たちの念



昭和三十年代後半浦安小学校前の道場

願でありました浦安市中央武道館がオープンし、早いものでここでの稽古も三十九年が経ちました。

現在、中央武道館の柔道場に掛けられている三船久蔵十段の「精進」の書は、当時の会員が自ら生活費を削り、苦勞に苦勞を重ね建設した浦安小学校前の道場が開設して間もなく、三船十段がお越しになられ、書いてくださったものです。

現在の額縁は、当時のものとは違っていますが、当時、「三船先生の書に相応しい額縁を」と、行徳の後藤神興店に注文し、納品された時、大塚金太郎氏が足代を含め五千元を出したところ、「内金ですか?」と言われたそうです。請求書の金額はその十倍の五万円だったとのこと。道場の土地が一坪一万五千元だったことを思えば、先輩たちが肝を潰したことは言うまでもありません。

十七畳の小さな道場から始まった浦安市柔道協会（慎道館↓浦安柔道会↓浦安市柔道協会）も、今では三百畳を数える立派な道場で稽古が繰り広げられています。子供達の体格も、顔つきも、また、気質も大きく変わり、時代の流れをひしひしと感じる今日のごころですが、もし、ひとつだけ何も変わっていないことがあるとすれば、六十有余年の間、道場の中に響きわたっている子供達のこの元気な声でしょうか。

- 一、長上を敬い後輩を慈しむこと。
- 一、けんかをしないこと。
- 一、道場の礼儀を家庭に延長すること。

今後とも、このひとつひとつの言葉を絶やさぬよう、先輩諸氏から受け継いだこの浦安市柔道協会の発展に努めてまいりたいと考えております。

令和二年十月吉日



三船久蔵十段の書額
浦安市中央武道館第一武道場
(令和二年九月二十六日撮影)

4回目に実現した

福井大会への出場

東京都 サイモン・ウォーリス



名古屋の柔道仲間と一緒に
(執筆者左から2番目)

雨の中、朝5時の台北から私の福井への旅が始まりました。出張用のトラベルバッグの大部分はパイナップルケーキのお土産と柔道着が占めていました。通常、出張には柔道着をもって行きませんが、福井で行われた2019年のマスターズ柔道大会に間に合わせるために、東京の家に寄らずに空港から直接に電車に乗り換えて会場に向かうことにしました。台北での用事が無事に終わり、久しぶりの柔道大会への参加が近づき、ワクワク感がこみ上げてくるタイミングのはずでしたが、少し前の

稽古で肉ばなれしてまだかなり痛みがあり、アイシングと鎮痛剤で手当てしていましたが、「ワクワク」より「ハラハラ」となっていました。

マスターズ柔道大会のことは以前から柔道の仲間から聞かされ、この数年間ますます人氣がでたことも耳にしました。2017年和歌山県白浜町で行われた大会にも誘われましたが、日程が出張と重なり出場を断念しました。その次の年も同様でした。仕事や家庭の用事があるために、この大会に参加出来ない理由は常に存在すると痛感しました。2回連続で参加し損なったため、私にとってのマスターズ大会の優先順位は上がり、なんとか参加したいと思うようになりました。その頃17年間滞在した名古屋から東京へ転勤することが決まり、引越しの影響でまた出場が延期となりました。そのため、福井大会は4回目の正直と決心し、出張の合間に参加できるように準備までしましたが、怪我をしてしまい、本当に参加できるか迷い始めてもいました。

試合は日曜日の朝からのスタートでしたので、明るい太陽の下を、タクシーを使ってホテルから福井武道館まで移動しま

上海・龍心館道場での思い出

日本マスターズ柔道協会

専務理事

浅田 三男



左側が筆者

中国の上海に龍心館という柔道の道場があります。福岡県立嘉穂高校、中央大学を卒業し、勤務先での異動により上海に赴任した相蘭英速度先生が、1997年、日本人学校の講堂に畳を敷いて、上海柔道部を設立したのが始まりです。その後、道場は移転し、道場も龍心館と命名され、現在の場所に開設されています。

龍心館には、オリンピック金メダリストの山下泰裕先生、故斎藤仁先生、井上康生先生を初め、日本の有名な柔道指導者が多数訪問されており、中国国内での柔道普及の最前線となっています。上海柔道部設立と同時期に、私は会社の人事異動で、化学品を東南アジアに輸出する部署に移りました。相蘭先生とは、先生が東京勤務時代、港区にある氷川柔道場で、コマツ男子柔道部の皆さんを初め、多くの仲間と一緒に練習をしていた関係で、旧知の仲でありました。早速、上海出張時に練習に参加させて貰いたいとの連絡を取り、練習に参加するようになりました。道場には、世界各国からのビジネスマン、現地の柔道家、上海赴任者のお子さんなど、柔道のレベルも様々でしたが、皆さん和気あいあい

道場での懇談会も楽しい思い出となっています。その後も上海出張時には、なるべく時間を作り、練習に参加していましたが、ある時、女房と一緒に上海旅行をした際に龍心館を訪れ、欧州から来ていた100kg級の選手を体落として投げ、女房の前で面目躍如を果たした記憶が蘇ってきます。

私は、2001年に別の部署に異動したため、上海を訪れる機会もなくなり、相蘭先生とは疎遠になっていました。その後の2017年、上智大学柔道部卒業生を中心とした紀尾井町柔道倶楽部有志が、香港ナショナルチーム・ヘッドコーチをされていた大木塾大木恒毅塾長の紹介により、香港柔道館岩見武夫先館長の80歳の誕生日祝い、道場開設50周年記念の祝いに出席するという話がありました。私も日本マスターズ柔道協会有志でラオスでの柔道交流に行く時だったので、香港を経由してラオスに入ることを計画し、お祝いに参加させてもらいました。岩見館長のお祝いは、香港島の香港ゴルフクラブで開催され、日本総領事、元国際武道大学監督、世界チャンピオンの柏崎克彦先生や各国に帰国した塾生など100名近い柔道家が集めた盛大な祝いでした。驚いたことに、その席上に、上海から龍心館の相蘭先生も駆けつけて来られており、10数年ぶりの再会となりました。上海でのお礼と練習参加当時の話に花が咲き、懐かしい思い出に浸った次第です。相蘭先生、その節は大変お世話になりました。

現在は、コロナ禍で、旅行もままならない状況ですが、コロナ終息後、上海に行かれる機会があれば、是非龍心館を訪問され、各国の柔道家と交流を図られては、いかがでしょうか。私ももう一度訪ねてみたいと思っています。龍心館の場所、連絡先は、インターネットで検索できます。

した。会場に到着したところで、東京の柔道仲間から励ましのラインが届いているのに気づきました。更衣室に入ると、選手達の周囲に数多くの白い柔道着に大量のテーピングやサポーターが散らばっていました。過去の試合、これからの試合の会話で賑わっていました。別の部屋で

の計量の周辺では、対戦相手が誰になるか、またその人は稽古しているのかなかを気にしてソワソワする人が目につきました。どの柔道大会でも当たり前の光景ですが、若い頃経験した柔道の大会の記憶と、自分の居場所はどこにあるのだと感じた当時の気持ちが蘇ってきました。

とにかく怪我を悪化させない試合の運びを考えていました。相手に技をかけさせないようにしていました。最終的に相手が背負い投げを試みたとき、ほとんど手だけで返して、技ありを奪うことができました。最後の数秒で相手は立ち技から関節技をかけようとして一瞬ひやっと

しましたが、勝ち一つを手に入れました。2つ目の試合は完全に相手に有利な流れになっていましたが、最後の数秒まで両者得点なしでした。しかし、見事な巴投げで一本取られて、私の試合が終わりしました。私は綺麗な柔道を見せることはなく、一試合しか勝っていませんでした

が、応援したり、古い友と再会したり、新しい仲間と繋がったり、柔道の世界に没頭した時間を満喫しました。帰りの列車に座って、車窓のガラスに反射して写っていた台湾のサインアップルケーキがとても美味しそうに見えました。

日本柔道界への提案 ―全フランス柔道の活力を取込む―

日本マスターズ柔道協合理事
山口 徹

2020年コロナ禍の広がり、柔道界においても例外ではなく、オリンピック東京大会も延期された。

国内大会については、全日本選手権の延期に始まり、第17回日本マスターズ柔道大会の中止という、誠に口惜しい事態となりました。

しかしながら、このパンデミック災害も近い将来、人類の英知を結集し、克服することを願いつつ、中長期の積極的な柔道活性化案を3点提案致します。

① 若手フランス人柔道講師を全都道府県の公立中



Ecole POLYTECHNIQUE 交流稽古
三菱UFJ銀行本店での歓迎セレモニー
(2007.10.29)

- 学校、高等学校に採用・登用する。
- ② 中高生対象の国際大会を定期的に企画・実施する。
 - ③ 高校生向けの柔道専攻の国際校を新設する。

①は、ヨーロッパの柔道大国であるフランス共和国より多数の若手柔道講師を日本の中学・高校の教員として登用、わが国発のグローバルスタンダードである柔道を全国的に再評価し、新たに柔道をベースとする国際教育を促進する。

②は、ユニバーシアード大会を参考に、中高生向けの国際大会を企画・実施し、若手若年層の国際大会デビューへの機会を提供する。

③は、高校過程のインターナショナルブローカレッジ(仮称)を設立する。

同校の教科目標を国際バカロレアの取得、体育実技では、柔道を中心とする国際教育を実施、今世紀を拓く内外の国際人を育成する。

続いて、①②③の実現に向けた具体的プログラムです。

まず①は、フランス共和国政府との二国間交渉を経て協定の締結が必要となるため、外務省、文部科学省、財務省等の各政府部門の協力・支援が条件となる。

この参考例としては、現公立校の英語科教員のA・L・T制度があり、フランス側の国家資格をわが国の教育制度に適用することがポイントとなる。

②の中高生向け国際大会の実施は、文部科学省・スポー

ツ庁の支援を得て、制度化を進め、同時にグローバル企業各社の協力・協賛を募り、財政面の手当とする。

③の新設高校は、1970年代より、経団連が推進して来た、ユナイテッドワールドカレッジプロジェクト(略称UWC・本部ロンドン)の提携校として加盟し、柔道を学ぶ国際バカロレア生を世界の有力大学・高等教育機関に輩出することにより、国際社会に貢献する。

最後に、私はこれまで2007年10月以降、フランス共和国、エコールポリテクニク柔道チームとの柔道交流(東京・名古屋で計6回交流)に携わり、その都度、フランス側の根強い柔道人気と高い柔道熱を体感しました。

私は、この柔道大国であるフランスの柔道熱と活力を我が国の柔道に取込むべきだと確信しております。

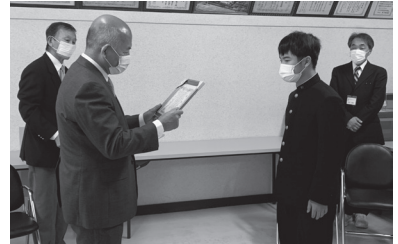


名古屋国際中学校・高等学校武道場
(2014.10.29)

転倒事故防止活動のボランティア大学生・高校生への感謝状

転倒責任者 清水勝彦

この中高年のための転倒防止は、平成28年5月に茅ヶ崎市総合体育館の柔道場を借りて頂き、第1回勉強会を始めました。その後、半年毎に定例会を持ち、令和元年11月に第9回を迎えました。昨今は、多発するお年寄りの転倒によるケガの重症化が報じられています。高齢者が転倒から逃れられない時、如何に転べば致命傷を回避できるのか、大変に大きな課題です。本定例会は「頭を打たない転び方」を主眼として技術の研鑽を重ね今日に至っています。



さて、本年10月23日（金）に、転倒防止のボランティア活動をしている学生3名に対し、日本マスターズ柔道協会より感謝状を頂くことが出来ました。多忙の中、遠路お越しいただき、贈呈進行の労を頂きました吉成隆杜会長、長谷川正仁事務局次長の兩位には、心より感謝申し上げます。以下は、各受賞者保護者、茅ヶ崎高校柔道部顧問の方々より、転倒勉強会を代表して感謝のコメントであります。

■受賞者

西村陽平（国士舘大学3年）
日本マスターズ柔道協会様、この度は転倒防止講座の初期メンバーとしてこの表彰を戴き、誠に有難う御座います。この先も柔道、転倒防止講座共に精進してまいります。

■受賞者

秋山高輝（工学院大学3年）
日本マスターズ柔道協会様、このたび大変貴重な感謝状をいただき、有難う御座いました。今後も柔道を通じて、中高年令者のために働いていけるような大人になりたいと思います。

■保護者

保護者 平子健二
この度は日本マスターズ柔道協会から「中高年令者のための転倒防止研究会」の活動に対し表彰式を催して頂き誠に有り難うございます。

このような表彰を受けられたのは、息子個人の力によるものではなく、日々息子を見守り指導していただいた日本マスターズの方や、常に支えていただいた方々のお陰であると感じております。

今後、表彰の荣誉に恥じる事のないように活動を広げて行

けるように親としてサポートしてまいります。心も引き締まる思いであります。

■茅ヶ崎高校を代表して

茅ヶ崎高校柔道部顧問代表 薄井雅浩
この度、日本マスターズ柔道協会より、本校柔道部OBおよび現役部員の「中高年令者のための転び方勉強会」への協力に対する感謝状を頂きました。顧問を代表し、厚く御礼申し上げます。

この活動は、日本マスターズ柔道協会の清水勝彦先生のご指導の下、本校柔道部員がお手伝いの一翼を担わせていただいたものです。今回感謝状を頂いた3人が協力させていただいただけで光栄なことであるにもかかわらず、吉成会長様が本校まで出向いて表彰してくださったことは感謝の念に堪えません。

お蔭様で表彰された3人は自分の活動に自信ができたのではないかと思います。今後とも茅ヶ崎高校柔道部員のご指導をよろしくお願いいたします。

最後に、今回の活動は私の前任である藤巻敏光前顧問と柴田啓介顧問が長く携わり、表彰されなかった部員達を含め活動に導いてきたことを申し添えさせていただきます。

■マスターズ事務局次長

長谷川正仁
このたび内藤先生より、茅ヶ崎高校にて、転倒防止研究会が主催した講習会にボランティアとして参加してくれた3名の表彰式を行うので、司会をして欲しいとの依頼を頂き、参加させてもらう事になりました。

初めは、転倒防止講習会とは何をしているのかと言う疑問が有りました。しかしその時、一昨年、有楽町駅と渋谷駅で70歳後半の方が転倒し、額を切ったかなりの出血をしていたのを私が止血した事を思い出しました。首から上の出血はかなりの量が出るので、大抵の周りの方々はオロオロするばかりで、立ち尽くして、誰一人止血する事も出来ず見ているだけでした。一般の方は転倒すると、顔面から落ちて顔の上部、頭を打撃することも目撃していました。

この講習会は、このことの防止を目的にしているのだと気が付きました。

そして次の疑問は、ボランティアで参加した柔道家とは、どんな柔道家なのかということでした。と言うのは、私は最近とみに思うのは、柔道家は世の中に役立っているのかと言うことです。自分の稽古をし、上手い技だった、こうすれば良いと言

う話ばかりをする柔道家がいますが、上手くなる事、勝つ事も大切ですが、それだけでいいのかと思っており、柔道家が世の中に役立つ場所、方法は無いのか、強く思っていたからです。登場したのは、大学生2名と高校生1名でした。彼等のように、若い頃から、柔道を通して世の中に貢献する方法を知れば、どれだけ多くの柔道家がそれによって、社会貢献が出来るようになるだろうかと思いました。今、柔道界は柔道人口が減り、その存在意義が問われているところであり、勝つ事、強くなる事も必要ですが、それだけで終わってはいけなく、彼等を見て強く思いました。このような機会を頂きました事に感謝致します。

■転倒事故防止活動を代表して

（神奈川県 M10・73kg）
転倒責任者 清水勝彦

日本マスターズ柔道協会のご協力で今日まで続けて来ましたが「中高年令者が転倒しても頭を打たない、怪我をしない」勉強会が、今回で第九回になりました。

この勉強会では、地元の高校生、大学生の柔道部員がインストラクターを務め、社会福祉活動の一環として会の活動を手伝って来ましたが、その内容とは、柔道の基本として誰でも行う筋力運動を中高年令者が寝たまま出来るよう工夫したものです。

最近、この筋力運動が中高年令者の誤嚥性肺炎を予防するための筋力運動にも役立てられると発表されています、柔道で行った頭を打たない、怪我をしないための筋力運動が中高年令者においては、二重の防止効果に役立つとすれば、今後柔道の基本運動を続ける高校生、大学生の励みになります。

さらに、日本マスターズ柔道協会より贈呈して戴きました感謝状が社会福祉活動として評価され、生徒達の大学進学や就職活動の良き資料であって欲しいと思います。

ここに日本マスターズ柔道協会の諸先生方へ心からお礼申し上げます

■贈呈式典次第（敬称略）

- 会 場：神奈川県茅ヶ崎高校
- 日 時：10月23日、午後1時
- 進行司会：長谷川正仁
- 挨拶：茅ヶ崎高校学校長
- 贈 呈：吉成隆杜
- 祝 辞：吉成隆杜
- お 礼：西村陽平（受賞者代表）
- 閉 会：清水勝彦
- 構 成：内藤光伸



64年の柔道人生を振り返る

京都府 山城武士



今回の投稿依頼を受けてこれまでの柔道との関りを改めて振り返ってみてみました。中学校入学と同時に柔道部に入学したのが始まり。以来・高校・大学・社会人・そして退職後の現在まで64年余りの柔道人生。これほど長く関わってこれたのには、次の2つが大きな要因であると思っています。

☆その1…恩師（良き指導者）に恵まれたこと。

①中学・高校時代（S31年4月～S37年3月）は、熊本県山鹿市立山鹿中学校の国語・社会科の教師、吉里武正先生。県立山鹿高校の監督も兼ねて居り、云わば中高一貫教育。卓越した柔道理論の持ち主で今なら大問

題の拳骨指導は一切なく一言で言えば「褒めて伸ばす」やり方。ライバル校の選手は、監督（結果）を怖れ試合で委縮、実力を発揮できない中、叱られる（た）ことのない山鹿の選手は、のびのびと試合。気が付けば勝っていた感じ。当時の九州高校柔道界のレベルは高く、「九州を制する者は全国を制する」と云われていた。事実高1の時は南筑高が金鷲旗と全国大会を制し、高2の時は久留米商高が九州・金鷲旗・全国の3冠に輝いていた。そんな中高3の時、山鹿高は九州大会では南筑高を下し初優勝（翌年も連覇）、金鷲旗大会では久留米商高を下し初優勝の悲願を果たす。この時の優勝メンバー5名の内4名が関西の大学（同志社2名・天理2名）へ進学。4年後の全日本学生東西対抗の西軍選手に選出され、4人共に活躍。西軍優勝に貢献。このことを先生はこのほか喜んでくれたと聞いている。退職後、先生は熊本県柔道協会会長として国体や高校総体の柔道競技誘致（山鹿市開催）に尽力。また柔道への熱意は衰えることなく90歳を超え晩年まで長く高段者大会の常連且つ最年長出場者。先生から学んだ指導方法・試合前の個人毎的確なアドバイスなどは常に指導者の

お手本。柔道への熱意・接し方と共に私の柔道人生に大きな影響を与えてくれた先生であった。②学生時代（S37年4月～S41年3月）は寝技の神様と云われた胡井剛一師範。同志社大学入学の前（S36）年、パリの世界選手権大会で日本選手団は、オランダの巨人ヘーシングの寝技に敗れ日本柔道界に衝撃が走り寝技の重要性が再認識された。胡井師範指導の下、本格的な寝技の練習が始まったのが入学したS37年。云わば同志社の寝技元年・寝技に重点を置いた練習。先ず寝技6分×10・立ち技6分×10・そして元立ち6分×5、これが定番。これに前後の（準備整理）運動・技の研究・トレーニングが加わる。寝技は全く素人且つ（もともと走り遅く、運動音痴で立ち技の切れもない柔軟性だけが取り柄の）山城だったが、寝技が性に合ったのか、知らない内に上達していた。事実、3年生時の全日本学生優勝大会では、坂口征二氏（明大）、4年生時の全日本東西対抗では佐藤宜典氏（東大）、入社4年目の実業団東西対抗では篠巻政利氏（明大・新日鉄）と、3人の後の全日本選手権者と対戦。健闘して引き分けの殊勲。まさに寝技の効用を確信している。

さて当時の関西学生柔道界は天理大がほぼ独走。これに関西大・近畿大・同志社大が続きベスト4は毎年ほぼこの4校。1回

発達障害と柔道

愛媛県 長野 敏秀

2018年5月に愛媛県武道館で開催されました日本ベテランズ国際柔道大会には、多数のご参加を賜り、本県柔道協会を代表し、あらためまして深く感謝申し上げます。

大会当日は、進行を担当させていただく傍ら、特に母校松山大学柔道部OBの活躍や理事を務めているNPO法人「JBOO」の団体戦などを楽しく観戦させていただきました。

さて、この度、多様な柔道の価値を大切にしておられる日本マスターズ柔道協会様が会報原稿の募集をされていることを知り、現在取組んでいる「発達障害と柔道」について、紹介させていただきます。

発達障害は、昨今、社会的な課題として取り上げられることが多くなってきました。一方で、柔道界を含むスポーツの現場では、専門的知識を持った人材が少なく、適切な運動が発達障害のある子ども達の成長に効果的であることが知られてきているにもかかわらず、提供できていない現状があります。更には、指導内容によつては、二次的な障害を引き起こす場合もあり、課題解消に向けたノウハウの構築が必要であると感じておりました。2015年にユニバーサル柔道アカデミーという団体を立ち上げ、地域において、課題解消に努めてまいりましたが、早くから活動に注目してくれていたNPO法人「JBOO」がプラットフォームとなり、全国の有志とつながったことで取組は加速しました。2019年度には全国各地でワークショップを開催し、延べ300名を超える参加者との対話を重ねた結果、この度、ノウハウを集約した書籍「発達に気になる子が輝く柔道&スポーツの指導法」が完成いたしました（アマゾンなどで購入いただけます）。今後、多くの指導者の一助になれば幸いです。

最後に、貴協会の今後益々のご発展と、柔道の価値が更に広がることを心より願ひ結びたいと思います。

生の時、関西学生柔道優勝大会で天理大との準決勝戦に思いがけなく起用され出場。金 義泰選手（前年パリの世界選手権大

会第4位)に必死の戦いで引き分ける大殊勲。天理大の8連覇を阻み、同志社が戦前戦後を通じて初めて(で最後)の勝利。しかし喜び過ぎて決勝戦では関西大に代表者戦で敗れ、初優勝を逃がす苦しい思い出も残っている。

3回生の時、全日本学生優勝大会では寝技対決と云われた拓

殖大戦では4-2と勝利。続く対戦相手は7名全員が全日本出場者を揃え大会4連覇を狙う王者明治大。明治が苦手とする拓大を下した寝技の効果もあり1-2と大善戦した。4回生の時はトーナメント1回戦で明治大と対戦。1-1のあと代表者戦7回の大熱戦。接戦を制した明

治は決勝まで勝ち上がるも、ロジャース(東京五輪重量級銀メダリスト)岩釣・田畑を擁する拓大がこれを下し、初優勝を飾る。秋の学生東西対抗では、前述の山鹿高校金鷲旗優勝メンバー4名(森田・中村・古家・山城)が西軍選手に選出され出場。西軍勝利に貢献。因みに東軍大

将は岡野(中央大)。西軍は3名残しで彼を引きずり出し、副将の吉田(天理)が健闘して引き分けに持ち込み、大将山城を残して西軍勝利。金鷲旗と学生東西対抗、この2つの勝ち抜き戦で大将を努め、勝利できたことは、大きな誇りであり心の支えにもなっている。

☆その2…怪我と大病が転機。
①中学2年の秋、試合で投げられ鎖骨骨折。すると治りかけには、身体を動かし(柔道が)たくて堪らない。再開後の練習はする休みすることもなく皆勤。結果、これ以降急速に伸びて中3の5月の昇段試験も全勝・晴れて黒帯となる。

嘉納治五郎師範と我孫子市のご縁

千葉県 菊池 正敏

マスターズ諸兄の皆様は、千葉県の我孫子市という町をご存じでしょうか。我孫子市は、常磐線柏市の隣にある町です。今は、東京の通勤圏として住宅地が広がっています。が、戦前は、富士が眺望出来、又、水清き手賀沼で、舟を浮かべて遊べる様な風光明媚なところで、避暑地・別荘地でした。

その我孫子に嘉納師範は、大正元年(一九二二年)、別荘を構えられ、亡くなる昭和十三年(一九三八年)まで、ずっと、時々訪れては過ごされたのです。

そんな縁で、このたび、市や有志の皆様のご尽力で、「嘉納治五郎師範の銅像」が建立されました。左記の文章は、その建立に、中心となつてご尽力された三谷様に、その経緯をマスターズの皆様のために、書いていただいたものです。

「嘉納治五郎先生の銅像成る」

三谷 和夫

令和2年4月15日、我孫子の嘉納別荘跡に、嘉納治五郎先生の銅像が建立された。先生は、講道館を創建された柔道の始祖であり、アジアで初めて東京オリンピックの誘致に成功したが、戦争のために、これは、実現しなかった。大正元年、先生は、我孫子に別荘地を取得した。理想の学園建設を目指したとも言われているが、これは実現せず、

「嘉納後楽農園」として、町の人々に親しまれた。先生は、東京オリンピック開催を本土産に帰国する「氷川丸」の船上で、帰らぬ人となった。先生は、柔道のため、オリンピックのために、莫大な借財を残したと言われたが、我孫子の嘉納別荘は、以後、親族の人々の住居とされ、六十年余、そのまま残された。

先生の甥、柳宗悦が我孫子に住み、その友人、志賀直哉、武者小路実篤らのいわゆる白樺派の人たちも住んで、大正期に我孫子は「白樺村」と呼ばれた。このため、先生は我孫子の大事な人であり、恩人とさえいう人もいる。

令和2年は先生の生誕160年となるが、我孫子は市制五十周年の記念すべき年であり、また2度目のオリンピックが予定された年である。「我孫子の文化を守る会」では、この年が、会の創立四十周年にあたり、その記念事業として、先生の銅像建立案を認めることとなった。この事業は、我孫子市と協力して、実行に移された。また、この事業は、「美しい手賀沼を愛する市民の連合会」など十一の協力団体から力添えを得ることになった。

我孫子市は、嘉納別荘地が市有地であり、銅像建立を許可して協力し、また嘉納治五郎講座を後援してくださった。講道館の故村田部長はじめ、多数の講師陣から貴重な話を伺うことが出来た。

募金面では、「我孫子の文化を守る会」の役員らが、駅前に幟を立てて、PRを行い、後援会や史跡文学散歩などで、趣旨説明や募金も行った。

本来、完成の時に、除幕式を行う予定であったが、コロナ禍のためそれは中止となり、お披露目会が行われ、集まっ

た人々が、三々五々、写真を撮りあつたりした。好天に恵まれ、楽しいひと時を過ごした。

銅像は、高さ約3メートル、台座には協力者約500名の名が刻まれている。文化勲章受章者の朝倉文夫作の銅像は、南に手賀沼を見晴るかし、堂々として、この地に名品を仰ぐ思いがする。嘉納治五郎先生は、柔道への、またオリンピックへの熱い思いを、ここに集う人々に伝え、末永くこの丘で、この国を見守つてくださることでありましよう。



この様なことで、師範と我孫子市との結びつきが、ご理解いただけたことと思います。

ちなみに、私も、去る二十余年前、戦後にどんどん建てられた周囲の住宅地の生活排水のせいで、一時は日本で最も汚い湖沼の一つとなつた手賀沼の浄化のために、「手賀沼流域下水道整備工事」に携わるといふ縁がありました。また、この度の銅像建立に当って、私も些少の寄付をさせて頂いていただきました。

その故か、銅像の芳志者銘板に「私の名前」を刻んでいただきました。外ならぬ「嘉納師範の銅像」ですので、柔道人として、まことに有難い榮譽として、また孫達にも誇れることとして、深く感謝しております。



②次は36歳の時、ウイルス性心外膜炎で40日の入院。もう激しい運動（柔道）は出来ないかも？と心配したが、退院1年後、医者からの柔道OKのサイン。心底嬉しかった。

これらのことから「柔道はやらされている感がある内は嫌だが、いざやれないとなると、とてもやりたくなる」を経験。同時に今やれる幸せを実感し以後の行動の原点となっています。そして夫々の時代における（ライバルも含む）柔道仲間（との繋がりが、絆）を得て、交流が今も続いていることが何よりも嬉しいことと云えるでしょう。

娘と共にマスターズ



稲田親子

山口県 稲田 豊
(M8・66kg)

マスターズとの出会いは第6回の大分大会です。三女環がお世話になった乃木道場で父兄OBとしてお手伝いをしていたところに、転勤族の伊賀さんがやって来られて子供の指導に参加されるようになりました。

社会人になって柔道を再開した頃は、やや肥満気味だったのでも、何か運動（武道）でもと思い、乃木道場を訪ねましたが、いずれの部も幼稚園児は採っていないとのことでした。それでも亡森館長に「親子入門」を条件に入門を許可されました。私は大學生になってから柔道を初め、柔道部に片足置いた程度の学生で、社会人になってからは縁がなく、その時私が37歳。森先生の教えは、昨今のスポーツ的な「JUDO」でなく、あくまでも精神修行における武道としての柔道であり、礼儀作法は厳しかったのです。大寒時においてもアンダーウェアを着用することではなく、私が着用する訳にはいかず、寒さに震えていたことを今でも鮮明に覚えています。環のおかげでそれ以降、柔道に関与し、現在に至っています。

伊賀さんがシニアの大会があるので出ようと持ち掛けてくれましたが、試合経験は学生時代の数回程度であまり気乗り

がしなかったのですが、「還暦過ぎれば皆同じだよ」の言葉に感わされ、参加したのが始まりです。大分大会で同宿だった岩手県のご高齢の高橋勘十先生にお会いして、柔道の根本儀である「精力善用」・「自他共栄」を体現することの社会的公共的意義は極めて大きいことを痛感いたしました。また、伊賀師匠の「人は負けたら終わりではない。辞めたら終わりなのだ」の言葉と共にマスターズに支えられたウェルビーイング（新しい健康の概念で、「身体だけではなく、精神面、社会面も含めた新しい健康」自体を意味する）を目指しております。

「柔道ツーリズムの聖地」と

「試し合い」の普及

愛知県 森田雅行



「Do your best」

これは、今年のマスターズで私がチームメイトにかけたかった言葉だ。今年、私たちはjudo30チームは、日本、ウエルズ、ベトナム、韓国から選手を募り男子4チーム、女子2チームのナショナルドリームチームとして出場予定だった。

このドリームチーム結成のスタートは、2018年の愛媛マスターズまで遡る。この年、judo30は初めて団体戦に出場することとなり、メンバーで前夜祭に出席した。私はそこに來ていた外国人に国際交流をしたと話した。すると彼らは1週間後に私の道場に來てくれて、英語の柔道レッスンをしてくれた。その2か月後に私は高校生二人をつれて、ウエルズ（イギリス）へ行くこととなる。おどろく程のスピードで小さな町道場の国際交流が幕を開けた。それ以後、マスターズ大会は「柔道ツーリズムの聖地」だと考えるようになった。日本人にとっては全国に友達をつくるよい機会であり、外国人にとっては地方の道場とつながる素晴らしい機会でもある。マスターズ大会が「柔道ツーリズムの聖地」として広く認知される日がくることを強く願う。

私がマスターズで体験し、広めたいことがもう一つある。それは「笑顔で仲間を受け入れる」である。勝っても負けても対戦相手と握手をし、笑顔で仲間を受け入れる。試合独特の緊張感を味わいながらも、結果に関係なくチームメイトが温かく受け入れてくれる居心地のよさも味わえるのはマスターズならではのと思う。

若い頃は勝つという「結果」を追いかけていた自分が、今は試合の「過程」を楽しみ、どんな結果であっても受け入れてもらえる「居心地の良さ」に惹かれている。おかげ様で、私が指導している道場でも「過程」と「居心地の良さ」を大切にしている。次のマスターズでは「柔道ツーリズムの聖地」と「がんばれ」という言葉がいろんな国の言語で聞こえていることを願う。



英語の柔道レッスンの様子

あるNZ柔道家の自叙伝

ブライアンクロイネ

(8段83歳)

NZ国ダニデン市レンシュウデン道場主
ロスオリンピックNZ柔道コーチ他、同国ナ
ショナルコーチ、国際柔道A級審判

ロンドン時代

私は1937年ロンドンに生まれた。12歳から16歳までロンドン北側の多数のギャングどもが闊歩する区域に住んでいた。そこは警察も近寄らぬような区域で、ギャング同士の激しい争いを目撃したこともある。そういう環境だったので多くの人々はボクシングほかの自衛手段を習っていた。

学校では私は体の反応が素早く、他の生徒と協調してバランスよく動くことができ、体も大きく力も強かった。学校時代にもっとも楽しかった思い出は、上級生のハンドボール試合に選手として選ばれたことである。私は相手の動きをかわし、ドリブルして体を揺さぶり、あるいは相手の攻撃を潜り抜けてゴールするなどして、チームがトップになることに貢献した。

その時は気づかなかったがこれらの動きは、のちの柔道の基本動作を身に着けることに大いに役立った。

また、別の日に



は校長先生がロンドン地区委員会の体操の模範演技会に私を招き、そこで私は最高選手に選ばれた。

水泳も飛び込みも大得意の種目であった。

学校対抗のボクシング競技ニュースも興味を引いた。そこで、とあるボクシングクラブに通い、数か月間基礎訓練を習った。ボクシング試合での問題は、私の顔に特徴があったので、相手にすぐ素性を知られてしまうことであつた。ボクシングの経験は、試合とは何か、それに対する度胸、雰囲気慣れるなどを養い、後の柔道の習得に大いに役立った。

学校を卒業してからロンドン北方の製本会社に就職し、そこでも水泳と体操に励んだ。ある日、水泳友達のブレンデン君に誘われて彼の所属する柔道クラブを見学に行った。彼はそこに週3回通い、緑帯の資格を得ていた。彼は黒帯の上級者から一瞬の間に投げられていた。私はその時それほど柔道に関心を持たず水泳を続けていたが、プールの端で友人たちと落しつこをしているとき、ブレンデン君が私は運動能力が優れているので柔道を始めればきつとつまくなる、と勧めてくれた。

私が17歳の時である。柔道クラブは家からバスで15分程の距離にあり、初めて行った夜は、ドシン、バタンという音に驚いた。中に入ると床にヤシのマットを積み重ね、その上に白いキャンバスが敷かれていた。8人ほどの生徒が横になつて寝て、盛んに手でマットを叩いていた。なんだこれは？ブレンダ君は柔道着に着替えた。それは白いパジャマのようで、その上に緑のベルトをしていて。これがブルーで話していたベルトかい？そうだと彼は誇らしげに答えた。私にはそれがそんな重要なものとは思えず、ボクシングの華麗なチャンピオンベルトを思ったりした。その時年配の黒帯の人が来られて、自分がこの指導者だ、と自己紹介された。その人の名はジャコブ先生、身長5フィート10インチくらい(約178cm)



年齢は50歳位で普通の体格に見えた。

先生が言われるには、先生は戦争が終わってからすぐ日本の講道館で柔道を習い初段を取られたそつだ。

その黒帯はどこどころ擦り切れて色がまだらになつており、先生の腰を2重に回つて真ん中で結ばれていた。私はその帯には興味を持たず、もっと派手な金色や皮で見栄えのあるものの方がよい、と伝えたが先生は即座に黒い帯に意味がある、と言われた。

私は先生に自分の名を告げ、ブレンデン君に誘われて柔道を見に来たと話した。

準備体操と受け身が始まった。どちらも私には初めての珍しい動きであつた。

そのうち、数人の新しい生徒が到着し、マットのわきに座つて先生の許可を待ち、座礼してみんなの稽古に加わつた。生徒たちは組になつてマットに体を打ち付け、例のドシン、バタンという大きな音を立て始めた。

先生は私を招き、私も同じことをやってみるかい？と聞かれた。即座に「はい」と答えた。先生は一人の生徒を紹介し、私に受け身の基本を教えるようにと言われた。私は彼と握手をしようと近づいたが彼は手を差し伸べ

ず、日本式の深いお辞儀をした。

その、私の指導者になってくれた生徒はケリーさんという6フィートくらいの青帯であった。ケリーさんは受け身が柔道を学ぶのになぜそんなに重要であり、次のステップで投げ技を学ぶ前に習得しなければならぬのかを教えてくれた。彼は同時に次のように話してくれた。

「くり返し受け身ばかりやるのはとても退屈だよ。それに腕や首が痛くなることもあるので、多くの生徒はそこでやめてしまふ。君がそうならないように祈る」

私はすぐ理解した。その結果受け身を身に着けるのは誰よりも早く、より安全に、より興味深くできた。受け身の稽古を終えた時ジャコブ先生が笑顔で来られた。

「君は今までに柔道を習ったことがあるのかい?」「いいえ、ただし体操と水泳はずっと続けています。」先生は私に天与の運動神経があると認めて道場の正会員となり、受け身と投げ技を磨くように、と言われた。

それ以降、私はケリーさんと柔道の練習に励んだ。私はケリーさんを初めて背負い投げできれいに投げたことを覚えている。ケリーさんは私の技は完全だ、低く入って理にかなって見事に投げた、と言った。それを聞いて私は舞い上がった。

私は柔道が真に好きになり、自分が柔道にもっと集中するよう決意した。

それ以降水泳に行くのをやめて、自宅のカーペットで一人打ち込み (shadow practice) に没頭した。それを見た両親は私がクレージダンスに狂ったかと心配した。

私は両親に自分の意図を説明し、納得してもらったが、当時の自分は夢中になりすぎていた、と感じる。道場で練習生たちは私が受け身に集中するのを見て心配してくれた。いつも道場に最初にきて稽古を始めるのは私であった。

1954〜55年軍務に服した。その間陸軍のトレーニングストラクターを務めた。復帰後1958年マツタロウオオタニ先生から初段を授かった。1962年には同先生から二段をいただいた。1963年ロンドンにトヨクワイ柔道クラブが設立された。その後、昇段とともに国際柔道審判A級資格を取得、五回の中量級チャンピオンシップと三回の国際チームキャプテンを経験した。

英国時代を振り返ると、最初に柔道を薦めてくれたブレンデン君、ジャコブ先生、マツタロウオオタニ先生とケンシロウアベ先生他、多数の柔道家にお礼を申し上げたい。

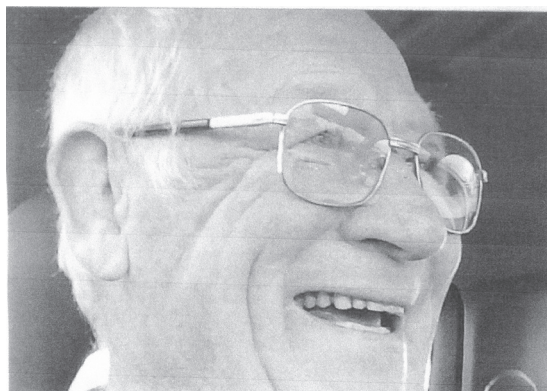
外国の柔道家たちとの交流も貴重な体験であった。その中にはかの有名なアントンヘーシンク氏なども含まれる。

NZダニエイン時代

約20年のロンドン生活ののち、NZ南島のダニエイン市に移った。1974年レンシュウデン道場を市内に設立した。その名前は英国の有名なゴージャケラー先生の道場にちなんだものである。

1984年世界柔道の覇者猪熊功氏から六段を授かり、その年USオリンピッククロスアンゼルス大会のNZ柔道コーチを務めた。

2006年八段に昇



進、その後、ガン他種々の疫病、障害に悩まされたが、度重なる苦しい手術を闘志で切り抜け、今なお健康にいる。

この素晴らしいスポーツのことを忘れることはできず、柔道着を脱ぐことは生涯ないであろうと思う。

【翻訳者からのコメント】

世界にはいろいろな動機で柔道に取り組む人々がいます。このクローネ氏は体格と強い精神力に優れ、真にこの道を愛する外国人の一人と見た。

NZではオークランド市の故リトルウッド氏が有名だったが、それに劣らずこの御仁もひとかどの柔道家である。

故リトルウッド氏は日本との交流が深く、奥様も日本人である。その他練習生には日系、あるいは日本からの留学生も加わって練習風景も多彩である。故人のあとを継いだデイビットメイヤー氏も日本人好恵さんと結婚し、同志社大学ほかで本格的けいこを積んだ人だ。また、市内にはほかの道場もあつて互いに競い合っている。

一方南島のレンシュウデン道場は日本から遠く、交通も不便である。また、どちらかと言えば、オークランド柔道が日本の講道館式であるのに対し、ダニエイン市の方は英国風といえよう。現在道場は後継者に任せ、郊外の広い住宅に奥様と猫1匹とでゆったりと過ごしている。

それぞれの立場を超えて柔道の発展に尽力してもらいたい。来るべき東京のオリンピックでは柔道の発祥国として日本の柔道家の活躍を切に祈る次第である。

(翻訳・勝呂 孝)

社会人になってからの柔道

愛媛県 西森 大



社会人になって早20年。思い返すと、つねに傍らに柔道がありました。近年、自宅・職場とは異なる心地の良い第3の居場所として「サード・プレイス」という概念が注目されていますが、私にとって（多くの皆さまもそうだと思いますが）、「道場と柔道コミュニティ」がまさにその役割を果たしてくれました。

2000年、社会人になって最初に住むことになったのは鳥取県でした。高知県で育ち、大学は東京で過ごした私にとって縁もゆかりもない土地でのスタートでしたが、柔道のおかげですぐに地域のコミュニティになじむことが出来ました。休日ごとに鳥取大学や鳥取城北高校の稽古に参加させてもらい、試

合にも参加するようになりしました。

地方在住の柔道家にとって目標は、「国体出場」と「全日本選手権出場」です。全国から猛者が集まる東京では夢でしかありませんでしたが、地方なら可能性があると、毎年7月に行われる国体予選、2月に行われる県選手権、さらに4位までが出場出来る全日本選手権中国地区予選に照準を合わせて稽古しました。結果、国体に3回出場、中国地区予選には4回挑戦。いずれも壁は厚く、そこで勝つことは出来ませんでした。8人の全日本選手権出場者と対戦できたのは、大きな財産となっています。

2005年に30歳で東京に戻ってからは、母校・東京大学柔道部のOBと一緒に立ち上げた実業団チーム「赤門柔道倶楽部」の監督兼選手として試合に参加するようになりました。東大、京大、阪大など戦前の高専柔道大会の寝技の伝統を受け継いだ、いわゆる「七大学柔道」の学生たちは、社会人になると柔道から遠ざかる人がほとんどです。練習は母校で続けても、所属するチームがないという理由で出場しない場合が多く、少しでも受け皿になればという思

いで続けています。いまでは東大OBのみならず、練習に来てくれる他大学出身者にも門戸を開き、全日本実業団体対抗大会や東日本実業団体対抗大会に参加しています。

また東京ではスポーツ番組を担当する部署に所属したため、この頃から取材という形で柔道と携わるようになりました。ジョージア、フランス、オーストリア、ドイツなどヨーロッパの国際大会や現地の柔道クラブを取材。柔道とJUDOの違いを肌で感じる一方で、日本発祥の柔道がこれだけ広く世界中で愛されていることを誇りに思いました。2012年、福岡に転勤した際には、ラオスで活動する日本人指導者たちの様子をドキュメンタリー番組で放送。日本マスターズ柔道協会の先輩方にも大変お世話になりました。世界中どこに行っても、柔道を愛する仲間がいて、温かく受け入れてくれる。そのありがたさ、素晴らしさはぜひ若い世代に伝えたいと思います。

今年8月からは、愛媛県の松山市に転勤になりました。松山でも新たな柔道仲間と出会えるのを楽しみにしています。



2019年東日本実業団体集合写真

生涯柔道、オジサン柔道、みんなで柔道

北海道 東郷達郎 (M6・73kg)



東郷 (左) 三橋前会長 (右)

マスターズ大会に出場されている殆どの方がそうなのだと思いますが、この年になって柔道がヤケに楽しくなってきました。

た。現在58歳。いま、オジサン柔道家がもっと増えてくれたらいいなと思っています。

マスターズへの出場はまだ2回ですが、参加者の多さと80歳超の試合が組まれることに感動しつつ、強豪揃いの大会にはビビっています。なにせ私の柔道は、中高大と指導者がいなかったもので、100%自己流。そのせいか、いまも「研究」が大好きでブラジリアン柔術にも片足を突っ込んでいます。

そんな「素人柔道」出身の私ですが、いま残念に思うのはオジサンになってから「柔道を始めたい」という方を受け入れる環境が少ないことです。私の所属は市立体育館のクラブですので「大人の初心者も大歓迎」なのですが、日々稽古しているのは高校・大学での経験者、それも強豪校のOBが中心です。「見学できますか？」という初心者は時々います。恐る恐る見に来てくれるのですが、経験者同士の激しい乱取りを見てあきらめるか、初心者仲間の少なさに居づらさを感じるのか、続ける方は殆どいません。残念……。皆さん、どうしたら大人の初心者が柔道を始められるでしょうか。答えはにわかに見つかりませんが、参考になると思えるのが、

2020年10月14日 毎日新聞朝刊より

柔道の父

欧州総局 横山 三加子

街角から

バッテリーなどの部品は自分で本体にはめ込む。小さな電子基板も付属の虫眼鏡で観察できる。電源を入れたら音楽・ゲーム作りの始まりだ。英ロンドンの新興企業カノ・コンピューティングの子ども向けパソコン「Kano（カノ）PC」は、楽しみながら仕組みや技術を学び、自分で組み立てることができる。日本でも8月に販売が始まった。

カノの名前は、「柔道の父」と呼ばれた教育者の故嘉納治五郎氏（1860～1938年）にちなんだものだ。限られた人のための武術を、多くの人が楽しめる柔道として普及させた嘉納氏。その功績を最高経営責任者のアレックス・クラインさん（30）は熱っぽく語り、「テクノロジも柔道のようなものだと思います」と続ける。

誰もがスマートフォンのようなデジタル機器を持つ現代。それは一方で、少数のIT大手が市場を独占する時代でもある。「デジタル技術を理解する層を広げることで、より自由に創造的な世界につなげたい」とクラインさん。大手企業による既存の機器で音楽を聴くだけではなく、「自分で音楽を作ってみよう」という次世代の子どもたちに、新しい体験を届けたいという。

実は少年時代、自身も柔道を習っていたというクラインさん。腕前は「いまいちだった」と笑うが、誰もが楽しめるものを普及させた「柔道の父」の教えはしっかり伝わっているようだ。

競技人口が増えているブラジリアン柔術です。こちらは、そもそも学校の部活動にはないもので、柔道経験者以外は、みんな「大人の初心者」です。寝業が中心なので、ケガの心配が少ないことも人気の理由でしょう。勿論、柔道と柔術は理念も違いますが、柔道振興策のひとつとして参考になりそうなので、例をひとつご紹介します。

ブラジリアン柔術にも「全日本マスターズ」というオヤジの大会があるのですが、いま異常に盛り上がっています。昨年2月の大会は、4つの試合場で各100試合を2日間繰り広げました。単純計算すれば800試合です。そのカテゴリーがユニークで、「マスターズ柔道」と同じく30歳以上のM1からM6の「年齢区分」と「体重区分」はあるのですが、その他に帯色区分（段位区分）もあるのです。つまり相手は「同年齢」「同体重」「同実力」。これならば、初心者のオジサンでも出場できますね。細分化されているので、場合によっては「出場者3人」などというトーナメントもあります。それでも3位まではメダルが貰えるのですからモチベーションは上がります。つ

まり、参加しやすい。初心者でも……。こんな3区分で開催される大会を、連盟が毎月どこかで開いています。連盟以外が開く「草野球」ならぬ「草柔術」の大会もあります。いかがでしょう。初心者でも「こんど出てみようかな」と思えたりするわけです。

素人柔道家が生意気なことを申し上げました。でも、柔道を盛り上げるための参考にはなりません。オジサンからでも柔道を始められる環境。これがあれば、元気なオジサンが沢山の昨今、柔道人口全体が増えて、その子供や孫が柔道を始めるキッカケも増やせるのではないかしら……。最近、道場の片隅でそんなことを考えたりしています。

私と日本マスターズ柔道大会

北海道 山岸秀敏
(M4・100kg)

参加のきっかけは、同い年で個人戦優勝の経験がある札幌市の笹谷敏明さんの勧めと、最北端の街稚内から一緒にM9で3度参加している中村正人さんの



愛媛大会で団体戦参加記念の1枚
(私は右から2番目、中村さんは一番左)

お誘いにより、2015年の講道館大会に参加したことでした。その後、年に1度の旅行も兼ねて各地で行われる試合を楽しみながら、グルメや観光も楽しませてもらい、最近では友人も応援と観光を兼ねて帯同してくれています。

団体戦は、せっかくマスターズ大会に出るのだからというところで、初参加の時から「北海道さん柔道dabeaR」のチーム名で出ています。

団体戦に出なくするのは申し込まなきゃ良いだけのことですが、せっかく遠くまで行っているのだから、団体名を残すためにも継続させていこうと言うことなのですが、どうしてもフルメンバーを揃えることが難しいので、出られる人たちで入れ替わりながら、40半ばでも私自身が先鋒で出たりして、3～4人

で組んでいます。一度はフルメンバーで、かつ稚内に関係する人たちで出てみたいと思っています。

警察官、刑務官の特練組や全日本経験者も参加者に居る中で、愛媛大会では団体戦で初勝利することが出来ました。個人戦では、和歌山大会でM3、愛媛大会でM4の100kg級で3位に入賞することが出来ました、勝敗よりも出ることだけでも思い出し、負けていたけれど、団体戦、個人戦の勝利は本当に忘れられない大変良い思い出になっています。

そういえば、稚内の刺繍を見て「美味しそう」と言われたこともあります(笑)

そして参加を重ねるにつれ、知り合いも増えていき、福井大会の時には、北海道からの参加者で居酒屋に集まって交流することも出来ました。このようなことも、試合で襟を交えるのと同じくらいの醍醐味だと思います。

私は中学校から柔道を始めました、高校は強豪校へ行くも、挫折し、転校も経験。地元に戻り、重量挙げを始めて、柔道とは全く違う競技でインターハイに出場しました。その後は進学し、就職もあって柔道もほとんど

ど出来ない状況で離れていました、

稚内に転勤してきて数年してから柔道を復活した感じで、ともに練習しているのはここ10年少々なので、まだ離れていた年数の方が長く、実際の経験年数的にはそんなに長くありません。

誘ってくれた中村さんもそうですが、私より遙かに年上の方々がこの大会に出るので、負けていたけれど、団体戦、個人戦、病気に気をつけながら、出られる限りこれからも参加していこうと思います

柔道と私

東京都 奥多摩柔道会所属
村上 勝明(45歳・四段)



真ん中が私

小学生時代、肥満児(小学生6年生で170cm・100kg)だった自分は数年に渡り、イジメを受けていました。それを見兼ねた親(我が家は、母子家庭)が、中学は学区を変えようと引っ越して、違う学区の中学に進みました。そこで、同じ時期にその中学に赴任した先生の目に止まり、「柔道部を作るから入らないか？」の一言で、自分も自分を変えたかったので入部を決めました。柔道との運命的な出逢いでした。

当時、肥っているだけで力もなく怪我の多い選手でしたが中学生2年で175cm・140kgと体格に恵まれ、柔道歴約1年で都大会出場・市民大会優勝と今までになかった経験が出来ました。

その後、高校から実業団と競技で頑張りましたが、怪我と優しい性格のせいか日の目を見ないで競技柔道は終わりました。大学には行きませんでした。

現在、減量に成功し、体重82kgで大怪我也克服し、指導者メインで日本ベテランズ国際柔道大会を楽しむに日々稽古しています。柔道のお陰で今の自分があり、沢山の繋がりで柔道は私のライフワークです。生涯、柔道に感謝し恩返しして行きます。

※写真は、日本ベテランズ国際柔道大会で佐賀(嬉野)のもの、M3・100kg級で2位になった時の写真です。

夢舞台

福島県 菊地吉博



柔道経験がある話をする「お強いのですか」と尋ねられることがありますので、「強くはないですが、日本マスターズという大会では3位に入賞したことがあります」と、少し誇らしく応えることがあります。

「準決勝で、高校時代のインターハイチャンプに負けて、決勝には進めませんでした」と続けることもあり、ちょっと自慢できる武勇伝です。しかし、私が本当に自慢したのは、成績ではなく「マスターズ大会」そのものです。

「ズ大会」そのものです。職場にいれば、中堅・ベテラン、それどころかタイアした方々が、全国から集い交流を深め、おそらくは職場とも家庭とも異なる表情、少年のように目を輝かせながら、青畳の上で躍動する。

柔道が好きという1点で繋がり合う選手たちの姿は、不思議で魅力にあふれる世界でした。いざ試合が始まれば、厳しさの中にも相手選手へのリスペクトを感じさせる展開で、勝ち負けを超えた「仁義ある戦い」と感じるものばかりでした。

社会人になってから柔道を始めたものの、熱心な柔道愛好家とは言えない私が、クラブの諸先輩に誘われるまま参加した「勝浦大会」でしたのが、思いも寄らず入賞の栄誉、そして、語り草となる試合を経験させていただきましたこと、10年が経とうとしている今でも、御縁というもののありがたさに感謝する日々です。

実は「勝浦大会」が開催されたのは、東日本大震災が発生した年でもありましたので、地元で復旧・復興に励む柔道仲間「マスターズ大会」に参加した結果について報告できたことも、良い思い出になりました。

復興は道半ばの部分でもはありますが、当時から続く全国の皆様の御支援に、あらためて感謝を申し上げます。

「また、来年も」

会場で交わした約束を果たすことができないまま、今日を迎えてしまいました。再び、あの夢舞台に立つことが、全国の柔道仲間への恩返しになるものと考え、東北の空の下、皆様にお会いできる日を楽しみにしています。



生涯柔道への誘い

島根県柔道連盟 野口 英則



近年、マスターズ大会には島根県からも複数名参加しております。過去には個人戦や形競技で優勝された先生方もいらっしゃいます。安来少年柔道教室から、近隣教室の先生方を巻き込んで佐賀県嬉野大会より継続して参加しています。

生涯柔道を実践する本大会の魅力を一言では語れませんが、沢山の刺激を受ける一方、柔道愛好家である皆さんとの「ご縁」に巡り会える事が最大の魅力かと思っています。

私事ですが、愛媛大会では「極の形」で銅メダルを頂きました。参加組数3組中の3位ではありましたが、受賞した時のメダルはとても重くて心地良く、我々ペアへの最高のご褒美となりました。一番喜んでくれたのは双方の家族でありましょう。毎年参加させてくれる双方の家族には深く感謝しています。そして教室の子供たちや指導者先生たちには良い刺激になったと思います。

今後挑戦してみたいのが、島根県勢による団体戦への出場です。それがそう簡単ではないと思います。価値観は元より、年代も違えば職業も家庭の事情も健康状態も違います。故に、団体を組んで参

加されている皆さんには尊敬の念を抱きますし、羨ましくも思っています。仲間の勝負に一喜一憂し、勝敗に関係なく相手チームと称えあう。そういう光景を見ては目頭が熱くなることもあります。そんな場所に立ってみたい。チーム皆なで味わってみたい。私のほんの細やかな願望であります。

引き続き、柔道愛好家の胸中奥底で燦々している想いに、ほんの少し刺激を与えていこうと思っています。柔道には「お声掛け」や「誘い掛け」という誰にでも出来る小技があります。まずはマスターズ大会に参加してもらい、肌で感じ取ってもらいたい。生涯柔道の切掛けとなればこれに勝るものはないと思います。

ワールドマスターズゲームズ関西2021※の柔道競技が、鳥取県米子市にて開催されます。私は同市在住（全柔連登録は島根県）で地元開催ですから特に楽しみにしています。ここでも熱い戦いが繰り広げられること、生涯柔道の一場面に触れられること、新しいご縁に巡り会えることを期待し、皆さんのご来場を心よりお待ちしております。最後にになりましたが、一日でも早い新型コロナウイルス感染

の終息を願いつつ、日本マスターズ柔道協会及び会員皆様のご健勝と益々のご発展を祈念いたします。

※ワールドマスターズゲームズ関西2021は延期となりました。

（編集部）

マスターズ柔道と健康

愛知県 伊藤邦彦
(M 6・66 kg)



55歳で初めてマスターズに参加させていただいてから、今年の大会で4回目の出場になる予定でしたが、新型コロナウイルス感染症で中止になり非常に残念に思っております。

大会が中止になり日頃の練習のテンションが上がらないので残念だということ、もう一つ残念なのは健康面のことです。マスターズ柔道は体重別ですので、日ごろから必然的に体重計にのる機会も増え大会近くになると、きつちりとダイエットをすることになります。

この年齢になると、中性脂肪・コレステロール・血糖値等がどうしても上がってきてしまいます。それが年に一度のマスターズのおかげで、上がった分をリセットできていた訳です。

初めて参加を考えさせていたときは、74kg前後でした。この頃は自分でも家族からも健康診断の結果からも色々チェックが付き始めていました。

何キロ級で出ようかと考えた時、以前動き易いと感じていた66kgに落としてみよう、中性脂肪・コレステロール・血糖値にも良いし、もし実際に血液検査のデータが下があれば、日ごろ健康指導を仕事にしている私にとってもより説得力が出るのではと思います、8kgの減量に挑戦しました。

マスターズの前日の計量を65kgで見事パスでした。結局、数か月で10kg近い減量に成功しました。

ただここで、気を付けなければいけないと思ったのは、減量のお陰で体調を悪くしてしまえば本末転倒ですので、減量には相当気をつかいました。

タンパク・ミネラル・ビタミンは食事摂取基準を基本に脂質と糖質は必要最小限におさえ、有酸素運動で余分な脂肪を落

とし、健康面に支障のないダイエットを行いました。

お陰で健康診断の結果は金メダルでした。この時の大会は銅メダルでしたが、大会でも金メダルを目指して頑張っていたと思います。

マスターズ柔道大会と

「戦う校長先生」

奈良県 木下 朋俊



福井大会表彰（左が筆者）

令和二年四月、コロナ禍の真ただ中、奈良県内の小学校校長を拝命しました。
「大変な時に校長になってしまった。」

これが本音でしたが、「こんな時だからこそ、自分がこの命を受けたのだ。」

そう思って休日も返上し、毎日真夜中まで職務に邁進してききました。

普通の人間なら間違いなく心身ともに疲れ果ててしまうとこそですが、五十七歳の今も「現役柔道選手」であるという自信と誇りが、校長職という激務をこなす原動力となりました。その「現役柔道選手」でいられるのは、マスターズ柔道大会があつてのことなのです。

大学卒業後は中学や高校の教員として、柔道部を指導する機会をいただきました。柔道部がない小学校の教員になってから、町道場でささやかながら指導者を続けることができました。マスターズ柔道大会のことを知ったのは、五十歳を超えてからです。ちょうど形競技に取り組み始めたころでした。

奈良県には形競技に強い関心をお持ちの先生がおられ、その先生に声をかけていただいたことで、指導者仲間同士でペアを組むことができました。また、日本を代表する形競技の指導者がおられたことも、大変な幸運でした。

そして、マスターズ柔道大会でのメダル獲得を目標に定めて、念願の「現役復活」を果たすこととなったのです。

初出場の白浜大会では「固の形」と「極の形」それに、個人戦を合わせて三つの銅メダルを

獲得しました。

しかし、大変悔いの残る失敗をしてしまったので、次の愛媛大会ではさらに良い色のメダルを獲得することを目標としました。

減量で体力を落とす個人戦にはエントリーせず、形競技だけに絞りました。全日本柔道形競技大会出場の「固の形」で金メダル、苦手な「極の形」でも銀メダルをいただき、白浜大会の雪辱を果たすことができました。

そして、昨年の福井大会では「固の形」と「極の形」の二種目制覇、「固の形」では二連覇を達成したのです。二年連続の全日本出場も実現しました。

全国に仲間がたくさんできたのもマスターズ柔道大会のおかげです。この歳になって夢を追う楽しさを味わえました。フェイスブックやインスタグラムでは、いつの間にか「戦う教頭先生」として知られるようになりました。

今年は「戦う校長先生」としてさらにパワーアップするつもりでした。残念ながら、マスターズ柔道大会は中止となり、稽古の機会も少なくなってしまうしましたが、それでもまだまだ夢を持ち続けて、ずっとこの大会を追いつけていきたいと思っています。

マスターズ大会で

柔道の魅力再発見

大阪府 尾原弘恭
(M4・73kg)



2014年大会に出場した際の団体戦メンバー
筆者は左から2人目

私が日本マスターズ柔道大会に初めて出場したのは、2013年に講道館で実施された第10回記念大会で、きっかけは出身大学柔道部の大先輩で日本マスターズ柔道協会の役員でもある内藤光伸先輩から、「ぜひ大学OBでチームをつくり団体戦に出場したい」という熱い思いに触発されて、団体戦のチームづくりに協力させていだいたことからでした。それ以降、お休みした大会もありましたが、個人戦だけでなく、戦力には少々物足りず申し訳ないと

思いつつ、できるだけ団体戦にもエントリーして出場させていたいただいています。

最初は半ば、背中を押されて出場したマスターズ大会ではありますが、出場を重ねるごとに、改めて柔道が持っている魅力を再認識させられたり、また新たな魅力を発見したりと、間違いなく私の柔道人生での転機になりました。

その大きな魅力とは、やはり「自他共栄」の精神です。それは個人戦での結果だけではなく、それ以上に団体戦で勝ったときの喜びや負けたときの悔しさは、高校や大学、実業団で団体戦に出場したときのものとは全く違った感覚で、とても新鮮に感じました。そこには自チームの選手だけでなく、対戦チームの選手に対しても年代や所属の枠を超えて、また、「一緒に戦った」という勝ち負けをも超えて、一体感やリスペクトが生まれたからではないかと考えています。それまでの競技優先の思考では、あまり感じられませんでした。ここに今後の柔道が発展していけるかどうかのヒントがあるのでないでしょうか。

今年はコロナ禍でマスターズ大会どころかほとんどのカテ



ゴリーの試合が中止になっています。来年開催予定でした「ワールドマスターズゲームス2021関西」も一年程度延期すると発表がありました。更に今年度は柔道の日本国内での競技人口が極端に減少しているというニュースも耳に入っています。そんな時だからこそ、このマスターズ大会で見聞することのできた柔道の魅力をもっと広く伝えていかなければと思っています。

最後になりましたが、日本マスターズ柔道協会ならびに日本の柔道、世界の柔道が益々発展し、盛り上がりつついくことを祈念いたします。

カンボジア・シムリアップとの柔道交流

カンボジアでの日本語教育と柔道
〜アンコール柔（ヤウフ）道場〜

国際日本文化学園理事長
アンコール柔道場副代表
鬼 一二三



アンコール柔道場は、世界遺産アンコールワット遺跡群で知られるカンボジア王国シムリアップ州の国際日本文化学園（以下、IJCI）にある道場です。IJCIは平成7年に私がボランティアで日本語クラスと図書館を開いたのが始まりで、以後、柔道・空手道・居合抜刀道・書道・音楽・舞踊などの教室が開かれています。カンボジアには公民館やカルチャーセンターが無いので、IJCIは日本文化の普及事業を行っている小規模なカルチャーセンターの役割を担っていると言えるかもしれません。

柔道家人生全てを注ぐ

ひと
ちば

ラオス代表監督 上木保男さん (67)



かみき・やすお 館山市出身。中学で柔道を始め、県立安房高、東京教育大（現筑波大）卒。神奈川・桐蔭学園教員時代に国体、全国教員大会優勝。1981年から安房高に移り熱烈指導で柔道部を強化。2017年3月館山総合高で定年退職。柔道八段。

「ナショナルチームとはいえ、アジア大会の敗戦後、喜々として遊園地に行き、日本では高校の県大会進出程度のレベル」と手厳しい。あと1年、母校の高校生を鍛え上げた「上木イズム」をラオスの若い選手に注入できるか。

【中島章隆】

ラオス柔道ナショナルチームの監督を務め、9月2日までインドネシア・ジャカルタで開かれたアジア競技大会に臨んだ。半世紀余りに及ぶ柔道家人生の全てを注ぎ込む覚悟で7月20日に日本を出発。ラオスの首都ビエンチャンで39日間の強化合宿を組んだ後、ジャカルタに乗り込んだ。

男女各3人が大会に出場した。女子78kg級の二

ラオス代表監督 上木保男さん (67)

ヤイ選手が1回戦で地元インドネシアの選手に勝ったが、他の選手は初戦敗退。うち2人は日本選

手と対戦した。二泡吹かせたといと、ひそかに期待していたのですが、い

ずれもすぐ倒されまし

「ナショナルチームとはいえ、アジア大会の敗戦後、喜々として遊園地に行き、日本では高校の県大会進出程度のレベル」と手厳しい。あと1年、母校の高校生を鍛え上げた「上木イズム」をラオスの若い選手に注入できるか。

アンコール柔道場は平成27年5月5日に誕生しました。指導者のチャン・ソピー君は、以前シムリアップで青年海外協力隊柔道隊員に指導を受け、隊員の帰国後しばらくしてからIJCIの日本語クラスに通うようになったのです。担当教師は、彼が兄弟で柔道の自主練習を続けていることを知り、柔道教室開設の打診をしたところ、「私は柔道が大好きですが、何の資格も無く、本当の先生じゃありませんから、ボランティアとしてなら教えてみたいのですが、私に柔道を習いたいと思う生徒がいるでしょうか」と少し不安げではありましたが、快諾してくれました。現在は兄弟共に講道館式段の有資格者です。

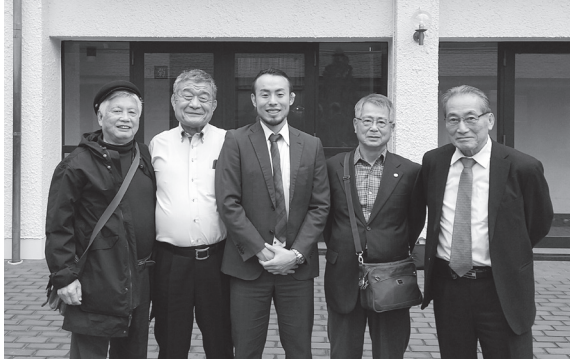
アンコール柔道場の生徒の約半数は日本語が少し分かります。IJCIでは彼のように柔道がきっかけで日本語に関心を持って日本語クラスに通うようになったり、日本語学習を始めて

から柔道に興味を持って柔道教室にも通うようになったりするからです。柔道と書道など、複数の教室に通う生徒は多く、三つの武道に書道も音楽も踊りも日本語も全て習っている生徒もいます。

或る日、「元大使の小川ですが、そちらで柔道を教えているそうですね」とお電話を頂き、大変驚きました。小川元大使には、カンボジア日本語スピーチコンテストや、日本語ガイドコンクールなどの日本語学習者の成果発表の場でお目に掛かり、日本語クラスご視察と秋篠宮殿下妃殿下ご来臨の際にお越し頂き、ご在任中に大変お世話になりました。

JICAの柔道隊員の再赴任を祝う

コロナ禍の為に、途上国に派遣されていたJICA柔道隊員が3月に避難帰国して8月、現地の安全状況を確認しながら帰任が始まりました。写真は12月4日にカンボジアに帰任した鈴木拓馬さんの壮行会のもので、年配者はカンボジア柔道応援団です。何より安全に柔道の普及と指導の任を果たされますよう祈っています。



左から、坂東正邦氏、市橋敬男氏、鈴木隊員、井田幹夫氏、小川郷太郎氏
※市橋氏は東大柔道部のOBで、11月29日に開所式を迎えた、カンボジア・シムレアップの柔道場建設の出資者です。

た。十数年を経て、柔道家でいらしたことを知り、柔道教室のお蔭で縁が再び繋がり嬉しく思いました。

アンコール柔道場は当初、校舎1階の多目的広場（土の上にブロックを敷き詰めた所）に空手道用の薄いマットを敷いて、Tシャツで稽古をしていました。生徒が徐々に増え始めた頃、襟を掴む技を指導するために柔道着が必要となり、NPO柔道教育ソリダリティーに手紙を出してみたところ、50着の柔道着が贈られて来ました。その頃、丸の内柔道倶楽部の方が稽古をご覧になり、全日本柔道連盟より30畳の畳が贈られ、東京浅草中

央ロータリークラブより畳寄せ枠の支援を受け、前出のNPOや日本マスターズ柔道協会の皆様、柔道家の方が指導に見えるようになりました。どなたにも「ソピー君は基本をきちんと丁寧に指導していますね」と高く評価して頂き、彼はカンボジア人で初めてNPOのコーチングセミナーに招聘されたお蔭で来日の夢が叶い、「柔道を続けながら日本語学習もしてて本当に良かったです。研修で学んだことは多いですが、特に年少者の指導法が勉強になりました」と帰国後も熱心に指導しています。

アンコール柔道場は地方の小さな柔道教室でしたが、平成29年10月にカンボジア柔道連盟に正式に登録されることとなり、私がバスで6時間の道のりのプノンペンオリンピックピック会館で催される総会に出席しました。連盟には日本人がいなかったのですが、非常に歓迎されたのですが、代表は日本人ではなくカンボジア人にしてほしいとのことでした。或る時、警官の制服を着た貫禄のあるソクンディーさんという人が写真を持って訪ねて来ました。写真は彼と小川元大使の柔道着姿のツーショットでした。彼はプノンペンからシムレアップに転勤になり、柔道を

続けたいのでアンコール柔道場を訪れたとのこと、ソピー指導員と相談の結果、彼にアンコール柔道場の代表になってもらい、私は副代表となりました。

その後、プノンペンで開催される選手権大会にはアンコール柔道場からも出場し、いくつものメダルが獲得出来るようになりました。柔道好きは柔道の普及にも力が入ります。アンコール柔道場は、シムレアップの田舎の小中学校へマット持参でお邪魔し、演武を見せ、子供達に技を体験してもらっています。日本語コンクールや日本人会盆踊りやプロサッカー試合のハーフタイムショーに出演したり、マレーシアの日本語フェスティバルに数名が招かれ、デモンストレーションとワークショッップを担当することもあります。

令和元年に全日本柔道連盟より112畳の畳が贈られ、令和2年にカンボジア柔道応援団の皆様のご支援と小川元大使のご友人の市橋敬男氏の資金提供により公式試合も出来る道場が建設され、校舎内のシャワールームも整いました。是非一度、アンコールワットの街のアンコール柔道場へお運び下さい。



11月29日に『嘉納師範ご生誕160周年&敬郷館アンコール柔道場新館開所祝式典』が盛大に行われたとの鬼先生から報告がきましたので、紹介いたします。（編集部）

カンボジア・シムレアップに
百十二畳の柔道場が完成

鬼 一二三

アンコール柔道場にご声援を
頂きました有難う御座います。

お蔭様をもちまして、「嘉納治五郎師範ご生誕160周年及びアンコール柔道新道場開館祝」は予定通り催すことが出来ました。

私は司会をしておりましたのであまり撮影出来ませんでした、取り急ぎ手元の写真をお送り致します。

カンボジア柔道連盟のリー會長ご夫妻とボンビボル総監督は前日（土曜日）の昼過ぎにシエムリアップに来られ、前夜祭を開いて下さいました。

嘉納治五郎師範の立派なお写真と言いい、道場の美しさと言いい、素晴らしいと喜んで下さいました。

畳の下に木のすのこではなく発泡スチロールを敷き詰めたことで「これはまるで講道館の道場のようで、転んでも痛くないね」と仰っていました。

スーツ姿の方がいらつしやいましたが、当日（昨日）はそれほど暑くない陽気で、会場内外も会食（校舎1階）も過ごしやすかったようで御座います。

市橋様と小川様に頂いたお写真は、リー會長のお写真と並べて入口に飾らせて頂きました。

開館祝は9時過ぎに開始、お坊様に30分ほどお経を上げて頂き、カンボジア・日本の国歌、

国際日本文化学園の校歌を歌い、祝福の舞でジャスミンの花撒きのあと、井上理事長からのビデオメッセージをスクリーンで拝見しました。ビデオメッセージにはクメール語の字幕を付けておきました。

それからソクンディー代表の謝辞、リー會長の祝辞、JUDO S様より贈られたTシャツの贈呈と続きました。

スピーチの順番は、日本では偉い方が最初、カンボジアでは偉い方が最後となっているので丁度良かったと存じます。

スピーチの原稿を翻訳付きで添付致しますので御覧下さい。

その後、アンコール柔道場の子供達による技の練習風景、城崎流居合抜刀、カンボジア支部シエムリアップ教室による演武、シエムリアップ合気道クラブの子供達の技の練習風景、大人の練習風景、櫻空塾空手道場による技と演武、アンコール柔道場の音楽付き演武が御座いました。

アンコール柔道場では、本年9月より月次試合をしており、昨晩は11月の月次試合でした。（夜、電気のついていない写真）優勝者は当校住込みの女子中学生で、なんと3ヶ月連続優勝で御座います。

これからも頑張つて参ります。取り急ぎご報告させて頂きました。

午後からは早速、櫻空塾空手道場とアンコール柔道場の稽古場として利用を開始致しました。みな、本当に嬉しそうでした。

私は2018年に日本でNPOコーチングセミナーに参加しました。その時はしはんとか小さい学生の考ええとか柔道のたきなどいろいろを習いました。2019年にはフアンペンでしはんのやり方を7日間習いました。

色々なことが分かったので、2020年9月27日にアンコール柔道場で月次試合を行うことができました。試合には15人の生手が参加して、しはんは3人いました。しはんはちょっとむずがかったです。道具が足りませんか。けれども試合をすることができて、ぶいに成功したので、楽しかったです。みんな学生は本当に元気で、相手にいさつができました。学生はみんな「どきどきしましたが、おもしろかったので、試合が毎月あったら、とてもいいと思います」と言いました。試合ではわざより力をたくさん使いましたが、これはみんなが一ヶ月練習した結果だったので、みんな本当にとても喜びそうでした。ですからこれから毎月試合をやるつもりです。

私はほかのコーチと一緒に考ええるためのいろいろなテクニックを続けて元気で研究します。もし、また何か柔道のセミナーがあったら、私はほかのコーチと一緒にぜひ参加したいです。カンボジアの柔道のはってんのためです。

最後になりますが、日本の先生方どうもありがとうございます。いつも柔道の知識や技術などを考ええてくださったおかげで、私たちは試合をすることができました。私たちはよい試合が続けられるようにこれからも元気で頑張ります。あらためてどうもありがとうございます。

カンボジア アンコール柔道場
チャン・ンヒーパー





日本マスターズ柔道協会 盛大に発足

この記事は、『柔道（講道館発行）2002年7月号の「黒帯 白帯（投稿欄）」に掲載されたものの再録です。初代日本マスターズ柔道協会会長を務めた野口宏水氏が日本マスターズ柔道協会を立ち上げるようになった経緯とその発足の模様が臨場感をもって描写されています。日本マスターズ柔道大会に参加される皆様にもお伝えたく、講道館編集部のご了解のもと掲載いたしました。（編集部）

日本マスターズ柔道協会初代会長
野口 宏水

2002年5月10日（金）午後6時より、千代田区麹町の格蘭ドアーク半蔵門で新生日本マスターズ柔道協会の発足記念パーティを開催いたしましたところ、ご多忙中にもかかわらず130名以上の柔道・武道愛好家が駆けつけて下さり、盛大に発足を祝して激励していただきました。

なかでも、講道館柔道創立120周年記念祝賀会を終えられたばかりの嘉納行光講道館館長・全日本柔道連盟会長を始めとして、日

本柔道界の重鎮の方々、また大病を見事に克服されて不死鳥の如く生還された生涯武道愛好家橋本龍太郎元内閣総理大臣にもご出席賜り、また日本を代表する政財官界その他それぞれのお仕事お立場でご多忙を極めておられる各界リーダーの方々のご来賓を賜り、新発足したばかりの当協会役員一同は大いなる榮譽に思うと同時に感激ひとしお、大きな自信と勇気を与えられました。

なによりも、柔道を学んでこれまで多くの素晴らしい師、先輩、同輩、後輩、同好の士との知遇を得、種々の教えー人生の生き方、人としての道ーを受けたことが今日の設立に至ったことを思わずにはいられませんでした。例えば大学の先輩児玉一男さんは、30数年前から海外出張の際には必ず柔道衣を携えてその地の柔道場を訪れ、稽古をし、今シカゴだ、と日本の明け方に私に国際電話を掛けてこられ、柔道交流をされて凄いな、羨ましいなと思ったことでした。また本年九十寿をむかえられた三善信一さんには、「海外では日本の会社の肩書は通用しないが、講道館六段の黒帯は世界中どこでも通用するのだ、外国に行く時は黒帯だけは持って出かけることにしているんだ」といわれて感動したこともあ

りました。このような方々に接していて自分もそうありたいと願って柔道を続けていましたところ、1997年アメリカ在住の宮崎剛先輩が、パンアメリカンマスターズ大会で65歳以上の部で金メダルを獲られたと聞き、アメリカ人以外でも参加できる大会があればお教え下さいとお願いしていたところ、1998年、柔道愛好家を中心にカナダで世界マスターズ柔道協会が設立されたので、アプロウチしたらと勧められ、1999年に第1回世界マスターズ大会がカナダのウェランド、翌年第2回が同じくカナダのシドニー、第3回昨年がアメリカ・フェニックスで開かれたのを機に参加して参りました。

第2回大会時、世界マスターズ柔道連盟規約作成会議において、2003年第5回大会を世界柔道愛好家憧れの柔道発祥の地日本の、柔道の総本山講道館で開催して欲しいとの熱烈な要望があり、嘉納館長に上申しましたところ、「柔道の更なる発展普及に役立つならば」とご快諾を頂戴し、その受け皿として日本マスターズ柔道協会の設立に至ったのでした。そして結成に漕ぎつけたものの、未だ産声を挙げたばかりで、集まった役員は今まで世界マスターズ大会に自ら参加して生涯柔道に対す

る思い入れは人後に落ちないものの、協会の経営、また参加者80人とも1000人とも見られる国際大会の運営には、素人の駆け出し集団としてはなんともころもとなく、会場の皆様のご指導、ご支援をお願いしての挨拶となったのでした。

さて、嘉納講道館長・全柔連会長からは「今年の全国柔道高段者大会は講道館創立120周年記念祝賀会もあつて1500人の多くの参加者を得たが、来年のマスターズ大会はいわばこの国際版とも言えるべきものです。生涯柔道の世界的な拡がりには誠に心強く、講道館・全柔連ともでき得る限り力添えをするつもりです。特に国際大会は大変な苦勞があるので日本マスターズ協会もみんなで力を合わせて成功を目指して欲しい」と激励のお言葉を頂戴いたしました。

次いで、世界を相手の国家外交の場で武士の魂というべき愛用の竹刀を必ず携行される生涯武道愛好家橋本総理は、国の内外を震撼させた大病から丁度70日ながら駆けつけて戴き、激励して戴いたのには真に感激しました。

橋本元総理は、特に1999年3月、ネパール国王より同国の保健衛生の向上、観光開発、両国友好関係への貢献により外国人最高

の榮譽とされる「グルカ族の強い右腕」称号勲章を授与された時、同時に同国スルティ王女が初段に昇段することになったので、日本傳講道館柔道初段の段位証書が欲しいとの同国王・王家一族のたつての願いで、講道館より証書を発行して貰って授与したとの秘話に加えて、柔道の国際的普及は素晴らしく、その柔道精神を体得されたブーチン大統領、キリエンコ首相の普く知られた逸話をご披露されてお祝いの言葉とされました。

次に登壇された竹内善徳アジア柔連会長・講道館国際部長は、先般訪問されたばかりのエジプトでムバラク大統領のお孫さんと乱取りをして、最後に大内狩りで派手に一本負けしたときは、我が子の一本勝ちに父君が大喜びで拍手された由、その子の父君の喜びもさることながら、その子は生涯日本チャンピオンを投げたことを記憶しているだろうと、柔道を通しての時代、世代、国境を超えた人と人との交流の大事さを説かれました。

さらに、司会の伊藤久雄専務理事の大学の先輩で、キャプテンだった高橋安郵船航空会長が立ち、同期柔友石原慎太郎都知事や奥田磧日本経団連会長との柔道を通しての交友を面白く話され、「特に日本の国際評価が低く他国よりバ

カにされているやに思うのは、日本人が武道精神を忘れているからではないか、もう一度武士道精神に立ち返り日本の文化、日本人の心の高さを後進に教え範を示し、そして日本人の自信を取り戻そうではないか」と呼びかけられました。因みに日本マスターズは第1回から大会参加は、この高橋さんの郵船トラベルにお世話していただいております。

協会役員を清水正敬副会長が、柔道自主参加の役員を明るく紹介。郵政省を退官され七十五歳、今ではマスターズ世界大会で自信満々審判を努められる家亀岩男相談役、医学博士で、今年は試合と形で金メダルを狙う安河内浩相談役、…と多士済々、(私もガンで切腹して柔道と酒で生還したとの嬉しい?紹介を受く)、開会より一時間近くの間、大病後の橋本元総理を始め、ガン闘病中の前田拓雄副会長を含めて誰一人として座ることなく立ち尽くしていただいたことには恐縮と思うと同時に、流石武道家の集いと感心いたしました。祝宴は次の錚々たる登壇者の鏡割りで始まりました。

関根 忍 (全柔連審判委員長)
赤羽 弘次 (道友会副会長)
岩崎 安孝 (講道館総務部長)
岩田 久和 (全柔連事務局長)
貝瀬 輝夫 (講道館道場管理室長)

木村 忠雄 (前警視庁主席師範)
木村庄之助 (日本相撲協会三十代立行司)

小林 次雄 (都柔連公報部長)
坂井栄八郎 (元東大教授・柔道部長)

佐藤 孝尚 (日本マスターズ水泳協会理事)

田部井 真 (宮崎県柔道連盟会長)

栢植 健司 (全日本学生柔道連盟会長)

戸田 忠男 (昭和37、39年全日本剣道選手権大会優勝者、橋本元総理の一年後輩)

内藤 昌 (三田体育会会長)

水谷 英男 (三田柔友会名誉会長)

村田 直樹 (講道館図書資料部長)

登壇者を代表して、関根忍警視庁主席師範の勇ましい歯切れの良い掛け声で鏡を割り、登壇者はそのまま壇上に残っていただき、会場を提供していただいた私の郷里佐賀の先輩今泉正隆元警視総監の流石、的確に選ばれたお言葉のご発声で一同漸く喉を潤しました。

第4回世界マスターズ大会は6月20日〜23日までイギリス北アイルランド・ロンドンデリーで開かれ、24名の参加者ですが、新規参

加者真砂都溜夫八段、田波満雄七段、保科素七段、松本龍弥五段の紹介があり、代表して81歳真砂八段より壮行の辞がありました。

その他新規参加者には北海道より、佐藤宣純元全日本選手権出場者、香川県警より来田武警察幹部等が参加、心強い限りでありました。

福島哲夫六段の尺八に合せての上田満六段によるサンサシグレの友情出演と第四回大会地ロンドンデリーの歌を私のカラオケなし素人受けしない名調子で彼地に思いを走らせ歌いきりました。

浅見ヴェーナー・ヴェン・IBM教育担当部長より日英両語による世界マスターズ協会会長バンヘルダー博士、テリー副会長よりの祝電、更にリズローチ事務局長よりの祝電披露があり、加えて司会より猪谷千春国際オリンピック委員、樋口公啓東京海上会長、長谷景治日本マスターズ水泳連盟専務理事よりの祝電が披露されました。宴酬、監事の清家春夫警視庁生活安全部参事官の万歳三唱で、更に理事の岩田良雄赤門柔道倶楽部の中締めで、盛会裡に発足式の幕を閉じました。

お陰さまで発足式は華々しく盛大に二応は終わりましたが、6月の第4回ロンドンデリー大会で、世界マスターズ柔道協会の大会旗を

受取り、愈々来年6月26日〜29日の世界マスターズ柔道家憧れの柔道発祥の講道館へ、嘉納師範が播かれた種が百二十年という長い年月を経て、いわば柔道の「里帰り」の時を迎えます。柔道を通して得た素晴らしいこの人間関係を、この時こそ国境、民族、言語、宗教、身分、職業等々、凡ゆるものを超えて、ジュードーという世界共通言語で楽しく迎え語り合つて、私共が受けた諸外国での生涯柔道を通しての草の根外交のもてなしを日本で、講道館の畳の上で最高の至福感を持って味わってもらい、それぞれの国の故郷へ帰ってもらおうべく、全力を尽くしたいとお願いしております。読者諸賢のご支援ご協力を切にお願い申し上げます。



協会発足記念パーティーでの一コマ

日本マスターズ柔道大会第1回～16回の軌跡

回数	開催年月	開催県/市	参加者数	形組数	団体戦
第1回	2004年12月	静岡県/浜北市	195名	男 18組 女 6組	男 5チーム 女 3チーム
第2回	2005年11月	埼玉県/上尾市	277名	男 37組 女 14組	男 6チーム 女 0チーム
第3回	2006年10月	岡山県/岡山市	288名	男 31組 女 9組	男 9チーム 女 3チーム
第4回	2007年10月	兵庫県/姫路市	375名	男 57組 女 6組	男 7チーム 女 3チーム
第5回	2008年10月	秋田県/秋田市	369名	男 50組 女 9組	男 7チーム 女 2チーム
第6回	2009年9月	大分県/大分市	318名	男 45組 女 12組	男 5チーム 女 2チーム
第7回	2010年9月	新潟県/長岡市	395名	男 58組 女 20組	男 8チーム 女 2チーム
第8回	2011年11月	千葉県/勝浦市	409名	男 49組 女 15組	男 10チーム 女 2チーム
第9回	2012年11月	山口県/周南市	412名	男 42組 女 7組	男 10チーム 女 2チーム
第10回	2013年9月	東京都/講道館	日本人 680名 外国人 64名	男 45組 女 11組	男 47チーム 女 7チーム
第11回	2014年9月	東京都/講道館	日本人 663名 外国人 26名	男 43組 女 3組 男女混合ペア 6組	男 38チーム 女 6チーム
第12回	2015年9月	佐賀県/嬉野市	日本人 446名 外国人 23名	男 31組 女 6組 男女混合ペア 4組	男 25チーム 女 4チーム
第13回	2016年6月	東京都/講道館	日本人 648名 外国人 28名	男 31組 女 10組 男女混合ペア 3組	男 40チーム 女 3チーム
第14回	2017年6月	和歌山県/白浜町	日本人 576名 外国人 32名	男 29組 女 9組 男女混合ペア 2組	男 31チーム 女 4チーム
第15回	2018年5月	愛媛県/松山市	日本人 572名 外国人 26名	男 31組 女 12組 男女混合ペア 3組	男 26チーム 女 5チーム
第16回	2019年5月	福井県/福井市	日本人 680名 外国人 46名	男 42組 女 17組 男女混合ペア 9組	男 41チーム 女 6チーム

※第7回大会は兼、第1回IJFアジアグランドマスターズ大会

※団体戦は第1回大会は3人制、第2回大会より10人制、第10回大会より5人制

◆編集後記◆

2月末頃に新しいウィルスが発生したらしいというニュースが流れてから、あれよという間に、道場は閉鎖され、我々の日常活動も制限されるという前代未聞の事態になってしまいました。欧米では「都市のロックアウト」日本は「緊急事態宣言」と本当なのと思われるような生活の中、オリンピックは延期、日本マスターズ柔道大会も中止を余儀なくされました。周囲に新型コロナウイルスの陽性者などみかけないので、ニュースの割には、実感に乏しかったのですが、有名な芸能人が感染して亡くなるなどが出てきて、事の深刻さが分かって来ました。

このような中、日本マスターズ柔道協会としては、会員の皆様が元氣と勇気を奮い起こすような力強い会報を出そうということが、吉成会長を筆頭に決議され、ホームページに「会報記事大募集」のお知らせを載せることになりました。

10月9日の締切までは、25件ほどしか集まらず、困ったなど

思っていたのですが、再度11月15日の締切で募集した結果、50余の原稿が集まりました。

北海道から九州まで、いつもに増して多様な言葉が寄せられ、生涯柔道に寄せる皆様の思いが伝わっております。

特に、アメリカのネバダ大学の哲学科教授・ポール・シヨルメイアー氏のオリンピック精神についての考察は、クーベルタン男爵の「人生で大事なのは、勝利することではなく、苦闘する事である。重要なことは、勝つことではなく如何によく戦ったかのだ。」の言葉に要約されて、心に残りました。

また、カンボジアのアンコールワットの町に、日本の柔道家が資金を出し、柔道場が出来たというお知らせもあります。日本マスターズ柔道協会の活動もそこに関わっていますので、皆様も関心をお寄せください。

(西谷 博一)

イラスト…森本由希子さん