



国体決勝 松下(大阪)に中段けりを決める安達選手

安達善也選手 (東海大山形高)

高校二天 タイトル制覇。

「やったぞ善也、日本一だ!」

8月開催のインターハイ個人組手で県連初の優勝を飾ってから3か月弱、「勝つて当然」の重圧に打ち勝つて、なみはや国体の空手道少年男子組手でも優勝。見事「三冠」の偉業を達成した!

第24回 全国高等学校 空手道選手権大会

日時/平成9年8月2日~8月4日
会場/京都府宇治市田原町住民体育館

男子組手準決勝
安達 3-1 志水
(京都・京都両洋)

同決勝
安達 3-1 木下
(京都・京都西)

安達攻めて栄冠。 さえた中段けり!

前日の準々決勝から決勝まで3試合続けて地元・京都勢との闘い。「(相手の)声援が多いな、と思ったが、試合では集中して気にならなかった」(安達)という通り、終始自分の間合いを守り、安定した闘いぶりだった。

決勝では右ボイントリッドの後、木下宣実(京都西)のまわしけりが上段にとんだ。安達は手でブロックしたが、死角にいた主審は一本(ボイント)を取りかけた。結局副審二人が無効をアピール、ボイントにはならなかったが、安達は「同点になっても取り返

せばいい」と全く動揺はなかったという。

指導に当たってきた東海大山形の小笠原博教諭は、安達の強さの要因を「思いきりの良さ」と、ものに動かない精神力」と評する。普通の選手なら、大事な試合ほど突きに頼りがち。だが安達は準決勝、決勝でも中段けりで技ありを奪う大胆な攻めを見せた。

夜も練習、 努力は人一倍

もちろん優勝は多彩な技とスピードがあつての話。「日本一は毎日の学校での練習に加え、帰宅後も(自宅の道場で)練習を重ねてきた人一倍の努力の成果」と小笠原教諭。仲間にもまれ、祝福を受ける安達を「良くやってくれました」と見守る小笠原教諭の目は、指導中とは別人のように優しさに満ちていた。

第52回

国民体育大会 秋季大会 空手道競技

日時/平成9年10月26日~28日
会場/東大阪市立総合体育館

少年男子組手個人準決勝
安達 4-1-2 志水
(京都・京都両洋)

同決勝
安達 3-1-2 松下
(大阪・浪速)

残り3秒! 会心の突き。

延長入りかと思われた残り3秒。安達のこん身の左中段突きが決まった。そして、すぐ試合終了。この瞬間、県勢では史上初めて空手道組手でインターハイ、国体の「三冠王」が誕生した。

準決勝までは常にリードし、余裕を持った試合ぶり。だが、決勝は大阪の松下憲一を相手に、敵

地」という見えない敵との闘いでもあった。父親でもある安達剛監督は試合前「合い打ちになつたら負け。先手を取って、だれが見ても文句のつけようがない技を決めろ」と送り出した。

「絶対優勝する」 執念実る。

安達選手が空手を始めたのは小学二年生の時、父親の安達師範の指導で。練習を重ねるうち「天性の勘の良さ」を発揮、小学五年生で組手の試合に出場するようになった。一度も負けることなく東海大山形高に入学した。去年、二年生で出場したインターハイでは3回戦で敗退。その時から「来年は、優勝」を合言葉に、父子二人三脚で努力を続けてきた。安達選手の次の目標は「大学で活躍すること。将来は世界選手権で優勝したい」と今後の活躍を大いに期待します。



「優勝」の誓いを果たし、がっちり握手する安達選手と安達師範

東海大山形空手道部に学ぶ

強さの秘密！



全国、約1千4百の高校に空手道部がある。どの高校空手道部も日本の座を目指し、また夢を見て毎日練習に励んでいる。熾烈を極める高校空手界にあって、全国にひしめく強豪高に食い込み、着実に実績を上げているのが東海大山形空手道部である。
この東海大山形から強さの秘密を学ぼうではないか！

東海大山形高等学校空手道部は、昭和51年に創部。県高校空手のトップの座を長年保持し、平成3年には、石川国体男子個人組手で悲願の全国優勝をまた、平成9年は全国高校総体優勝・大阪国体優勝の二冠を達成。この東海大山形の強さを説明するために全国大会での成績を挙げてみよう。

昭和58年	全国高等学校空手道選抜大会	男子個人組手	第3位
昭和59年	全国高等学校空手道選手権大会	男子団体組手	準優勝
昭和61年	全国高等学校空手道選手権大会	女子団体組手	第3位
昭和61年	国民体育大会	少年男子組手	第3位
昭和62年	全国高等学校空手道選抜大会	女子団体形	第4位
平成2年	全国高等学校総合体育大会	男子個人組手	第3位
平成3年	全国高等学校空手道選手権大会	男子個人組手	第3位
平成3年	国民体育大会	少年男子組手	優勝

平成4年	国民体育大会	少年男子組手	準優勝
平成7年	国民体育大会	少年男子組手	準優勝
平成9年	全国高等学校総合体育大会	男子個人組手	優勝
平成9年	国民体育大会	少年男子組手	優勝

このように、全国レベルで実績を上げている東海大山形を卒業した強豪選手は数多く、現在活躍する県空手道連盟の強化選手の多くは同校空手道部のOBでしめられている。

強さの秘密は徹底した練習量にあり！

東海大山形空手道部の練習は午後4時から7時まで1日最低3時間。多いときには7時間にも及ぶ。練習のメニューは豊富で、表にまとめたのが代表的かつ平均的な1日の練習メニューである。表を見ると通常の練習では、縄跳び、筋力トレーニングにより体力、運動能力を高め、チューブ、ミットを使って基本技術の反復。打ち込み、防御練習では、空手の応用技術までを含めた総合練習を行っている。練習中はたえず気合いを掛け合い、常に素早く、そつなく練習が進められ、時折、小笠原監督の激が飛ぶ。練習終了後、気を抜く間もなく、さらに部員たちは週2回、小笠原監督が館長をつとめる健康館道場、安達剛師範の安達道場で一般の練習生と共に汗を流す。

練習試合、遠征試合も豊富で、昨年はじつに20数回の遠征試合をこなしている。この精力的な活動も東海大山形の強さを支える秘密の一端として見逃すことはできない。

こうした一見過密なスケジュールのなかでも、小笠原監督は、選手たちの疲労や調整具合をきちんと計算している。高校生選手が最大限に努力をしてきっちりこなされるスケジュール、それが東海大山形の練習スケジュールといってよいだろう。

これが東海大山形の代表的1日の練習メニューだ！

- 準備運動、ストレッチ体操
- ランニング
 - ①スキップ ②股上げ ③ダッシュ
- 縄跳び ①～⑦のメニューを各45秒ずつ連続で行う
 - ①調整飛び ②前後飛び(スイッチ、ステップ) ③横飛び ④股上げ飛び ⑤二重飛び ⑥前後フットワーク ⑦前後ダッシュ
- 筋力トレーニング
 - ①腕立て伏せ ②腹筋 ③背筋 ④スクワット
- 基本稽古
- 移動稽古
- チューブを付けての突き蹴り
- ミット練習
 - 固定・移動したミットに突き蹴りの反復練習を行う。
- 打ち込み
 - ①対人～二人組となりフットワークを駆使して決められた攻防を練習する。
 - ②元立ち ③ジグザグ
- 反射トレーニング
 - 空中に放たれたピンポン玉を捕球しながら突き、蹴りを行う。
- 防御練習
 - 攻撃に対して突き、蹴り
- 複合技練習
- 自由組手・試合組手
- 形(指定・得意形)
- 整理運動・ストレッチ体操

必見！

東海大山形の練習を誌上公開

東海大山形の豊富な練習メニューの中から、特に選りすぐりの練習を誌上公開。強くなりたければ試してみる価値あり！

縄跳び

空手のステップを使った縄跳び。



今こそ縄跳びは空手の稽古でも一般的になりつつあるが、東海大山形の場合は縄跳びに空手の動きに必要なステップを取り入れて7種類のパターンを45秒ずつ連続して行う。
身体でタイムを覚え、フットワークと素早い体捌きの養成、スタミナの増強にもなる。

ジグザグ

効率よく打ち込みができるジグザグ。



数名がジグザグに並び半円形を作る。
そして一方の端の人から突き、蹴りを一人ずつに打ち込み、全員に打ち込み終えたら、ジグザグの後列に立って今度は受けに回る。この流れを全員で反復。連続攻撃の間合いやリズムも身体で覚えることができる組手に強くなる練習である。

ピンポン

瞬発力と踏み込みの力強さを高めるピンポン。



空中に放られたピンポン玉をつかみ取り、ただちに突き、蹴りを打ち込む。まずはピンポン玉が放り投げられたら少し離れた位置から一気に飛び出す。そして、前に向かって勢いが弱まらないところでピンポン玉をつかむようにすると、運動効果は高い。

チューブ

踏み込みの強さとスピード、正しいフォームをつくる。



チューブの一端は後方の人にもってもらい、チューブを握り、正確に腰を利かせた突きの練習をする。さらにチューブを腰にまき、気合いに合わせ一気に踏み込み突き、蹴りを繰り返す。チューブの程よい付加を加える事により突き、蹴りに必要な筋肉を効果的に強化することができる。自転車の古チューブを使用。

ミットトレーニング

効率よく打ち込みができるミット。



突き、蹴りのパワーを増し正確な連打を出せるようにする。
ミットに対して正確スピーディーに突き、蹴り、ワンツー、蹴りと勢いのある連打を決める。
この練習で打ち負けしない積極性と正しい間合いを身につける事ができる。

平成9年度

大会 ハイレイト

Karate
party convention

第27回県実業団選手権大会

平成9年5月11日
山形県武道館

- 形競技(35才以上の部)
- 1 本間 努(山形県庁)
 - 2 齋藤 一夫(山形県庁)
 - 3 佐藤 清憲(有サンス刺繍)
- 形競技(有段者の部)
- 1 平滝 昌人(山形佐川急便)
 - 2 佐藤 直記(有サンス刺繍)
 - 3 大内 一志(水井印刷)
- 形競技(有段者の部)
- 1 志田 勉(山形中央郵便局)
 - 2 安達 賢一郎(山形県庁)
 - 3 城戸 裕一郎(ラヂオウエ)
- 組手個人戦(35才以上)
- 1 鈴木 嘉代美(山形県庁)
 - 2 齋藤 一夫(山形県庁)
 - 3 澤 義正(山形県庁)
- 組手個人戦(有段者の部)
- 1 阿部 太朗(山形県庁)
 - 2 高田 健(有サンス刺繍)
 - 3 片倉 健(有サンス刺繍)
- 組手団体戦
- 1 川崎電気(株)
 - 2 山形県庁
 - 3 安達接骨院

第15回県ジュニア空手道選手権大会

平成9年7月6日
県総合運動公園体育館

- 形(小学女子5年生)
- 1 松田 典子
 - 2 武田 葉月
 - 3 池田 あゆ
- 形(小学女子6年生)
- 1 大場 奈津実
 - 2 佐竹 良江
 - 3 本郷 麻衣子
- 形(小学女子7年生)
- 1 江口 雅飛
 - 2 高橋 秀平
 - 3 小野 晴貴
- 形(小学男子5年生)
- 1 鈴木 朋幸(本郷東小)
 - 2 加藤 健太郎(朝陽一小)
 - 3 小野寺 寛典(松原小)
- 形(小学男子6年生)
- 1 金谷 達朗(朝陽一小)
 - 2 佐藤 支山(山形小)
 - 3 大場 亮志(山形小)
- 形(小学男子7年生)
- 1 松田 洋平(七軒東小)
 - 2 伊藤 洋平(七軒東小)
 - 3 藤 仁(天童中部小)
- 組手(小学女子5年生)
- 1 鈴木 主大(本郷東小)
 - 2 橋本 純大(本郷東小)
 - 3 松田 恵本(本郷東小)
- 組手(小学女子6年生)
- 1 鈴木 拓也(左沢小)
 - 2 松田 拓也(左沢小)
 - 3 林 睦本(本郷東小)
- 組手(小学男子5年生)
- 1 佐藤 修平(小松小)
 - 2 兼子 太志(左沢小)
 - 3 須藤 樹(松原小)
- 組手(小学男子6年生)
- 1 新藤 直己(港南小)
 - 2 伊藤 実佳(陵東中)
 - 3 日塔 倫子(山形六中)
- 組手(小学男子7年生)
- 1 鈴木 蘭山(山形中)
 - 2 沖田 恵美(陵西中)
 - 3 柴田 理沙(大江中)
- 組手(中学女子5年生)
- 1 梁瀬 洋美(美室川中)
 - 2 堀内 洋美(美室川中)
 - 3 齊藤 瑛子(美室川中)
- 組手(中学女子6年生)
- 1 武田 太郎(山形大附中)
 - 2 佐藤 弘宣(山形大附中)
 - 3 佐藤 伴山(山形大附中)
- 組手(中学男子5年生)
- 1 八 銀恭(平日新中)



山形県武道館

第52回国体・東北総体予選会

平成9年7月20日
県総合運動公園剣道場

- 少年女子組手
- 1 那須 美紀(紀南陽)
 - 2 加藤 淳子(南陽)
 - 3 渡部 志恵(南陽)
- 成年女子組手
- 1 五十嵐 ひとみ(東北福祉大)
 - 2 五十嵐 ひとみ(東北福祉大)
 - 3 五十嵐 ひとみ(東北福祉大)
- 少年男子組手
- 1 安達 善也(東海大山形)
 - 2 齋藤 和幸(東海大山形)
 - 3 齋藤 和幸(東海大山形)
- 成年男子組手
- 1 安達 善也(東海大山形)
 - 2 齋藤 和幸(東海大山形)
 - 3 齋藤 和幸(東海大山形)
- 組手(中学女子5年生)
- 1 山科 大介(平日新中)
 - 2 佐藤 典典(平日新中)
 - 3 中川 拓山(九中)
- 組手(中学男子5年生)
- 1 佐藤 義彦(白鷹東中)
 - 2 鈴木 貴彦(白鷹東中)
 - 3 長谷部 亮(白鷹東中)

第30回県空手道選手権大会

平成9年9月21日
南陽市体育館

- 少年女子形
- 1 那須 美紀
 - 2 伊藤 友美
 - 3 伊藤 友美
- 成年女子形
- 1 那須 美紀
 - 2 伊藤 友美
 - 3 伊藤 友美
- 少年男子形
- 1 那須 美紀
 - 2 伊藤 友美
 - 3 伊藤 友美
- 成年男子形
- 1 那須 美紀
 - 2 伊藤 友美
 - 3 伊藤 友美
- 組手(中学女子5年生)
- 1 山科 大介(平日新中)
 - 2 佐藤 典典(平日新中)
 - 3 中川 拓山(九中)
- 組手(中学男子5年生)
- 1 佐藤 義彦(白鷹東中)
 - 2 鈴木 貴彦(白鷹東中)
 - 3 長谷部 亮(白鷹東中)



山形県武道館

第7回県青少年スポート交流大会

平成9年10月5日
県総合運動公園剣道場

- 男子総合
- 1 大江空手道スポーツ少年団
 - 2 山形県空手道スポーツ少年団
 - 3 山形県空手道スポーツ少年団
- 女子総合
- 1 大江空手道スポーツ少年団
 - 2 山形県空手道スポーツ少年団
 - 3 山形県空手道スポーツ少年団
- 男子個人形
- 1 大場 奈津実
 - 2 佐竹 良江
 - 3 本郷 麻衣子
- 女子個人形
- 1 大場 奈津実
 - 2 佐竹 良江
 - 3 本郷 麻衣子
- 組手(小学女子5年生)
- 1 松田 典子
 - 2 武田 葉月
 - 3 池田 あゆ
- 組手(小学女子6年生)
- 1 大場 奈津実
 - 2 佐竹 良江
 - 3 本郷 麻衣子
- 組手(小学男子5年生)
- 1 鈴木 朋幸(本郷東小)
 - 2 加藤 健太郎(朝陽一小)
 - 3 小野寺 寛典(松原小)
- 組手(小学男子6年生)
- 1 金谷 達朗(朝陽一小)
 - 2 佐藤 支山(山形小)
 - 3 大場 亮志(山形小)
- 組手(小学男子7年生)
- 1 松田 洋平(七軒東小)
 - 2 伊藤 洋平(七軒東小)
 - 3 藤 仁(天童中部小)
- 組手(中学女子5年生)
- 1 梁瀬 洋美(美室川中)
 - 2 堀内 洋美(美室川中)
 - 3 齊藤 瑛子(美室川中)
- 組手(中学女子6年生)
- 1 武田 太郎(山形大附中)
 - 2 佐藤 弘宣(山形大附中)
 - 3 佐藤 伴山(山形大附中)
- 組手(中学男子5年生)
- 1 八 銀恭(平日新中)

第8回県ジュニア選抜空手道選手権大会

平成9年11月9日
鶴岡市小真木原総合体育館

- 形(小学女子5年生)
- 1 山科 貴大(湯野浜小)
 - 2 小野 晴貴(湯野浜小)
 - 3 佐藤 洋八(湯野浜小)
- 形(小学女子6年生)
- 1 鈴木 朋幸(本郷東小)
 - 2 加藤 健太郎(朝陽一小)
 - 3 小野寺 寛典(松原小)
- 形(小学男子5年生)
- 1 鈴木 主大(本郷東小)
 - 2 橋本 純大(本郷東小)
 - 3 松田 恵本(本郷東小)
- 形(小学男子6年生)
- 1 鈴木 拓也(左沢小)
 - 2 松田 拓也(左沢小)
 - 3 林 睦本(本郷東小)
- 形(小学男子7年生)
- 1 佐藤 修平(小松小)
 - 2 兼子 太志(左沢小)
 - 3 須藤 樹(松原小)
- 組手(小学女子5年生)
- 1 山科 大介(平日新中)
 - 2 佐藤 典典(平日新中)
 - 3 中川 拓山(九中)
- 組手(小学男子5年生)
- 1 佐藤 義彦(白鷹東中)
 - 2 鈴木 貴彦(白鷹東中)
 - 3 長谷部 亮(白鷹東中)
- 組手(小学女子6年生)
- 1 山科 大介(平日新中)
 - 2 佐藤 典典(平日新中)
 - 3 中川 拓山(九中)
- 組手(小学男子6年生)
- 1 佐藤 義彦(白鷹東中)
 - 2 鈴木 貴彦(白鷹東中)
 - 3 長谷部 亮(白鷹東中)
- 組手(小学男子7年生)
- 1 山科 大介(平日新中)
 - 2 佐藤 典典(平日新中)
 - 3 中川 拓山(九中)
- 組手(中学女子5年生)
- 1 梁瀬 洋美(美室川中)
 - 2 堀内 洋美(美室川中)
 - 3 齊藤 瑛子(美室川中)
- 組手(中学女子6年生)
- 1 武田 太郎(山形大附中)
 - 2 佐藤 弘宣(山形大附中)
 - 3 佐藤 伴山(山形大附中)
- 組手(中学男子5年生)
- 1 八 銀恭(平日新中)



山形県武道館

栄光を目指して

「なみはや国体」熱戦報告

安達善也選手

堂々優勝！

第52回国民体育大会秋季大会空手道競技は平成九年十月二十六日〜二十八日までの三日間の日程で大阪市立総合体育館で開催されました。以下、競技の状況を報告します。

県連強化部 飛鳥康弘

●少年男子組手

選手 安達善也

第一シードの為、二回戦から出場。二回、三回、四回戦、準決勝は、得意技の左上段突き、左回しげり、連続技が次々とときり完勝。決戦は地元大阪の松下と対戦。最初からいい技を決めたが、準決勝まではポイントになった技が、決勝では審判員にポイントをとつてもらえず、後半になり、審判員の目の前で左回しげりをきめてポイント。その後、左の背刀でポイントを取る。しかし、もみ合って倒れた時、不可解な判定で一本を取られ、観客席からもブーイングがおこる。残り十秒を切った時点で、延長入りかと思われた終了三秒前に左中段突きがみごとに決まり、優勝。インターハイに続き、二冠達成する。大学進学後の活躍が楽しみである。

●少年女子組手

選手 那須美紀

一回戦は静岡代表、インターハイでも優勝している団体戦のポイントゲッターである。長身から力のある手技が得意技である。那須は終始ふところに入る積極的な組手で勝利をおさめた。二回戦は逆に小さく左右へのフットワークのある選手であつたが、積極的に攻めて逆転。そこから守りに入つて再逆転負けを喫した。これからは常に自分のペースで自分の空手を行うように心がけてほしい。



●成年女子組手

選手 五十嵐愛

一回戦、調子は悪くなかった。

今後は、パワーを生かしての攻撃が常に試合で見られるように期待している。

●成年男子組手 (軽量級)

選手 梁瀬伸祐

相手を見失ってしまう部分が多くにみられ、ポイントをゆるす事も少ないが、次々と技を重ねていく組手ではない部分が今後の一番の課題ではないか。以前に見られたような、低い姿勢からのゆさぶりが最近は見られず、積極的な面が影をひそめていた技を決められていた後には直後に必ず取り返す根性があるのだから、勝ち負けにこだわらず自分から取りに行く空手を目指してほしい。

●成年男子組手(中量級)

選手 安達智也

成年男子では唯一三回戦まで駒を進めた。三回戦は新潟の永井選手と二回戦とも打ち負けはしていなかったが、長身の永井選手の長いリーチからくり出される手技や、上段への回し蹴りに対し、対応できなかった。大学三年というところで学業の両立も厳しいと思うが、今後の空手道人生につなげられる修行を続けて上位を目指してほしい。

●成年男子組手

選手 那須一弥

どつしりとした構えで一回戦を突破、順調なすべり出しであった。二回戦は日本代表選手の水月。気遣いせず立ち向かい、結果は負けはしたものの堂々とした試合内容であった。地元大学で学ぶうえでプレッシャーは確かにあつたと察するがそれを利に変えて二回戦を突破してほしかった。今後は相手をゆさぶる、パワーを生かした組手に更に磨きをかけてほしい。

●少年女子形

選手 伊藤茜

今まで私が見た形の中で一番良い出来であったと思う。力強い部分は一年生とは思えぬほどである。しかし、回転部分や「しめ」の技にはもう少し時間が必要なのではないかと思う。わずかな半年余りで仕上げた形ではあつたが、今後の稽古ですばらしい選手に育つのではないかと期待している。日々の練習に細部までチェックを入れて、来年、再来年の活躍を期待している。



●成年女子形

選手 西堀裕子

二つの演技に独特の味を持ち始めた。それぞれの形を自分のものにしてつづつあると思う。現在社会人一年目ということでは何かと忙しいとは思ふのだが、自分をどこまで伸ばせるか、そしてどこを目標としていくかで、現在の環境を一杯保つて明日の学に努力してほしい。

●成年男子形

選手 山田誠

形自体は悪くはないが、自信を持ってやれる形を一つでも多くしてほしい。どのような環境下でも十分に力を発揮できるように図太い神経を持つて大会に臨めるように、様々な修行のやり方を工夫して、今以上に技を向上させることが今後の課題であらう。

●団体戦

梁瀬伸祐 那須一弥 安達智也

今回は大学生の新チームで臨んだ。二回戦埼玉県と対戦し、いいところなく敗退。技術的に負ける相手ではなかったが、自分の力を発揮できなかった。山形県チームの一員としての責任感と信頼関係に弱さがあったと思われる。これからはチームとして一致団結し、山形の力を全国にとどろかせてほしい。山形県チームの一員としての責任感と信頼関係に弱さがあったと思われる。これからはチームとして一致団結し、山形の力を全国にとどろかせてほしい。

もっと伝えたいから

フォトレポート



がんばれ、未来の黒帯たち！



流派・年齢を超えて恋はつめさせ生涯現役！



腰の高さは？手の位置は？どうぶ？



強くなれ山形の空手、武道大成大会優勝！お疲れ様でした



安達に続け！目標は連続全国制覇！



入賞おめでとう！今度は金メダル



山形県空手道指導者研修会

日時／平成9年5月17日・18日
会場／山形県武道館
主催／(財)日本武道館・全国都道府県武道館協議会

県内空手道指導者を対象に県内各地より65名が参加。

指導いただいた講師は、全日本空手道連盟常任理事の荒川通氏、京都府空手道連盟理事長の津山・泰氏をお招きし、更に県連より飛鳥宗一郎氏、工藤清氏の計4名の講師で指導が行われました。

開会式終了後、「青少年指導者の在り方」と題した講話と科学的トレーニングの理論と技法を学び、午

後からは、基本技術や組手の基礎などで汗を流し、参加者たちは改めて、拳の握り方や突きの際の腕の引き方など、基本の重

要さを再確認しました。二日目は、午前9時から競技向上のための組手トレーニングが行われ、質疑応答後午後12時に閉会式。二日間の全日程を終了しました。

普段は、指導する立場にある参加者たちも、研



平成9年度 山形県空手道指導者研修会

修会では指導される逆の立場に、ちよび緊張の面持ちで真剣に取り組む姿勢が印象的でした。今後は学んだ事を実際の指導の中で生かし、空手指導のレベルアップを期待します。

山形県青少年武道練成大会

日時／平成9年13日・14日
会場／山形県体育館
主催／(財)日本武道館・全国都道府県武道館協議会・(財)日本空手道連盟・山形県空手道連盟・山形県体育館

武道の正しい知識修得と心身の鍛錬を目的に、県青少年武道練成大会が2日間にわたり開催！



左から 藤田氏、井上氏、倉田氏の各講師

練成大会には県内の小、中、高校生ら約百五十人が参加。全日本空手道連盟理事の井上慶身七段、東京空手道連盟から藤田幸雄六段、倉田順子三段ら全国トップ級の講師を招き、直接指導を受けました。



指導中の藤田氏

参加者は年代ごとのグループに分かれ、はじめに突き、蹴り、受け、払いなどの基本を反復練習。その後、講師らの模範を見ながらセイシャン、チントウといった指定形の練習に入り、腕の上げた角度や技の連続性など厳しいチェックを受けながら、きびきびとした動きで汗を流しました。2日目は、複合技や自由組手の練習を行いました。

全空連

指定形講習会・公認段位の審査会

日時／平成9年12月7日
会場／山形市スポーツセンター 剣道場
主催／山形県空手道連盟

流派をこえて形の素晴らしさ、奥深さを学ぶ！

今回の全空連指定形講習会では、観空大と抜塞大の二つの形を富塚利裕氏(日

本空手協会山形支部)、遠藤隆夫氏(糸東会)の両氏より指導頂きました。参加者は、一般、高校生合わせて50名が参加。流派の違いをこえて形の奥深さに学ぶ1日でした。

尚、午後からは公認段位の審査会が行われ次の方達が見事合格されました。



公認段位合格者発表

初段の部 鈴木奈穂子

市川奈穂美 重野誠司

二段の部 片倉 徹

二段の部 船越正一 高田 健

おめでとうございます。これから益々の活躍を期待します。

第5回

全国中学生空手道選手権大会

報告

強化部 菊地健治

日時／平成9年8月11日・12日
会場／群馬県前橋市
主催／全国中学生空手道連盟・(財)全日本空手道連盟

中学生とは思えない様な高レベルの試合内容に驚き！

主催は全国中学校空手道連盟及び全空手連で今年度より後援に文部省が加わり、一段と充実した大会となりました。

競技種目は男女とも団体組手、個人組手、個人型で今回は延べ千数百名の参加人数でした。本県からも新庄日新中から、団体組手、個人の組手四名、型四名、真室川中から個人戦一名の参加であり、残念ながら初戦敗退に終わってしまいました。他県では県の予選も経て、それぞれのトップクラスの選手の出場で、レベルも高いものとなっていました。

本県でも来年は是非予選会を行いたいと思います。次に試合の内容ですが、組手は反則が大変厳しくとられて、強い選手が当って、ペナルティをとられ、敗退していくシーンが数多く見られました。やはり、上段突きをコントロール出来る技術を身につけることが肝要であると痛

感じました。ベスト16に残った選手は上段突きだけではなく、中断突きも多用しているようでした。形競技も決戦に残った選手は、これぞ中学生なのかと思わせるような、高いレベルの試合でした。組手、型とも、ベスト8以上の選手は、インタハイでも通用するのではなにかと思われる程でした。

最後に今大会に出場した中学生達の活動状況ですが、九州地区では部活動のみならず、中体連に加盟している状況で、近畿地区、関東地区が活発であるが、部として認められている中学校はまだ数少ないようです。大部分の中学生が、日頃、道場で練習をしていて、中学校の名で各県連の承認を得て出場している現状です。

来年度の開催地は仙台市なので、本県からも多くの参加を期待します。

空手

あれこれ 談話

―歴史編―

山形県空手道連盟
副会長 飛鳥宗一郎



本とは違うのですか。ティというのも初めて聞きました。」

猫又先生：「独立国の立場を堅持していましたが日本民族です。ちなみに、沖縄とはそこに住む人達自らの呼称で、琉球とは中国側が名付けたものです。」

猫又先生：「大会の挨拶などでよく聞きますね。しかし、日本古来と言っても、柔道や剣道、相撲などとは異なります。空手道が発祥したのは旧琉球国（現在の沖縄県で、古くから交流のあった中国武術、特に拳法の影響を受けた）から、沖縄的に変容し発達した。その始まりは四世紀末頃からで、特に空手道と直結する拳法は、西暦五二〇年に河南省鄭州の嵩山少林寺にインド僧の達磨が来て伝えられたのが始まりとされています。多分にヨーガや禅との関わりが深いからでしょう。しかし、最近の研究では達磨の存在そのものがどうも怪しいとされています。」

また、沖縄には、中国拳法が伝わる前から「手」と称される格闘武術があったのです。」

勝男：「琉球国と言うと日

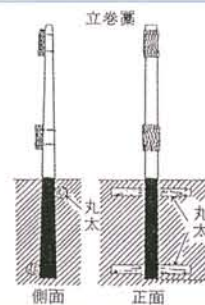
年、初めて琉球国統一を行った尚巴志王が、二回目は尚眞王（在位二四七〜二五二六）の時期で、いずれも専制支配強化のためです。三回目は二六〇九年（慶長十四）に薩摩藩が武力をもつて攻めし支配した時で、刀、槍、弓矢など武器携行を禁じたものです。薩摩藩の支配以降、沖縄の人人は大変長い間苦悩の歴史のもとにあつたと言えます。だからと言って、禁武政策そのものと空手の発達は別の問題です。」

勝男：「中国拳法の沖縄化とはどのような部分ですか。」

猫又先生：「二つには、空手道独自の「極め」です。これと関連し、見空手の方が直線的に感じられます。これは「巻藁（まきわら）」を用いた鍛錬法と関係ありそうです。中国にも打突訓練があつても「巻藁」打ちのような剛拳鍛錬はありません。中国から何等かヒントを得て工夫されたのかも知れません。」

最初に発達過程を調べた人達は、琉球国に三度の禁武政策があつて、そのため手に何も持たない武術が発達したと考えましたが、それだけでは論拠が単純すぎます。勝男：「禁武政策とは何ですか。それにせよ沖縄で発達と体系化があつたのでしょうか。」

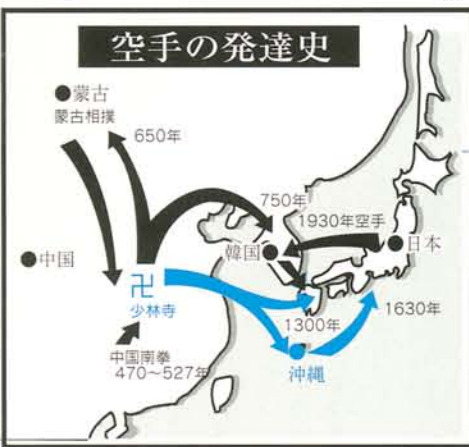
化を創造していました。空手にしても深遠な求道心を導き入しながら、「空手に先手なし」のように高度な武道精神にまで昇華させ、文武両道を貫く立派な武道文化を築き上げたのです。」



勝男：「よく雑誌などで琉球古武道の字句を目にします。徒手空拳と結びつかないのですが。」

猫又先生：「拳法以外に中国から棒術も移入されていますが、何せ武器を携行しない国ですから身の回りにある様々な物を武器化する。ことを考えて当然です。農具や日用具など、あらゆる物が対象となり、後に技法を「形」として附加されました。今でも行われている代表的なものは、棍（棒）・鉞・ヌンチャク・トンファー・鎌（又は鎖鎌）などで、これらを琉球古武道と呼んでいます。」

勝男：「手」から空手道と呼ばれるようになったのは何故ですか。」



猫又先生：「時代が下がり、[手]から[唐手]（とうてい）」と言われました。[唐手]（から）と呼ばれたのは八七九年（明治十二）の薩摩藩置県前後からでしょう。[空手道]の文字が使用されるのは更に後で昭和十一年頃です。[唐手]の読み方が仏教思想の「空」と「徒手空拳」とイメー

近代化への歩み

勝男：「歴史経過は分かりました。何となく閉ざされたイメージが強いですね。」

猫又先生：「かつては、全ての武術に公開なものでありませんでした。沖縄の空手修行者も、薩摩支配下の時代は士族階級に限られ、大づばには行えなかつたと思われま

明治新政府は、一八七二年（明治四）「琉球藩」に、その八年

後には「沖縄県」とし大きく時世は変わりますが、どのようにして空手道が一般化したのかお話ししましょう。まず、二〇〇二年（明治三十五）に、後に拳聖と称えられた糸洲安恒（いとすけやすつね）によって、首里小学校で指導が開始されました。その後、糸洲が空手の体育的有意性を沖縄県に上申し、次第に中等学校（現在の高校）や師範学校（現在の大学教育学部）に相当の体育授業に採用され、空手道もようやく日の目を見ました。平安（ひら）（安）初段から五段、ナイファンチ（二）三段の形も糸洲によって創作され、その他の形も平易に改変されて、現在の練習法（原形）ができました。一層身近なものになり、一気に空手人口は増加したのです。」

本土への上陸

勝男：「どの様にして沖縄から本土に伝えられたのですか。」

猫又先生：「最初は一九二五年（大正五）京都市の武徳殿で、次いで一九二二年（大正十）五月文部省主催の第二回体育展覧会（東京都）です。この二回、富名腰義珍（ふなこしぎのさだ）（一八六七〜一九五八年、後に船越に改名、松濤館流を創始）が形を演武したのに始まりです。船越は当時沖縄師範学校の唐手術教師でした。船越は懇請されて生

涯本土に留まり空手道普及の嚆矢（こうしや）物事の初まり」と言われ、慶応大学を皮切りに指導を開始した功績は高く評価されます。その後、沖縄の著名な空手家達、摩文仁賢和（まふみけんげんわ）（糸東流）、本部朝基（なべあさき）（本部流）、宮城長順（みやぎながのり）（剛柔流）、上地寛文（かみちかんぶん）（上地流）らが本土に渡来し指導と普及に努めたのです。」

勝男：「その頃から組手と形の練習がありましたか。」

猫又先生：「当初は、形とそれに伴う約束組手などでした。しかし、在来武術の感覚から自由な組手の実践に踏み出し、「組手競技」への萌芽となりました。また、柔術家の大塚博紀（おおくはひろのり）（和道流）、柔術と剣道の小西康裕（こにしやすひろ）（神道自然流）などの在来武術家が本土的感覚により改良を加えた功績も見逃せません。しかし、その頃の空手道修行者は都市部の大学生や卒業生などが大部分で、地域的にも限定されていました。空手道における流派名は昭和十三年頃からです。」

（この項続く）



護身術入門

かんたん!

自分の身は、自分で守る。自宅で覚える

① 相手に手をつかまれたとき

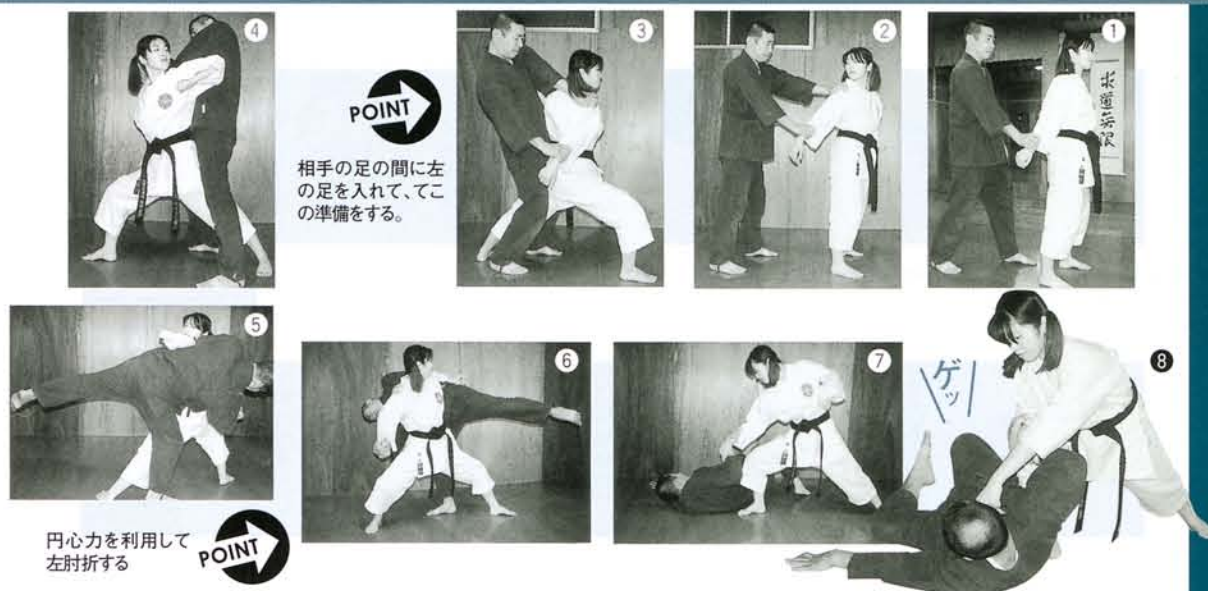


② 後ろから抱きつかれたとき



とつさの時!! いかに関身を守るかが一番のポイントになります。いざに備えてだれでも簡単にできる技術を紹介しました。さあ! さっそく試してみよう。

③ 歩きながら後ろから手をとられたとき



自分の身をいかにして守るか? 学んだ空手の技術が実践でどう使えるか? シミュレーションをしながら自分で工夫してみてください。もし危険な状況に遭遇したときは毅然とした態度で立ち向かう事が大事。しかし、「逃げるが勝ち」という言葉があるように、逃げることも必要です。危険を回避できる場合がほとんどです。時には「勇気ある謝り」も大事です。

④ 相手に横から腕を取られた時



無駄のない稽古、ひたむきさ。これぞ、求道無限の精神。

国際松濤館空手道連盟
山形支部

山形の地にも国際松濤館「金澤イヌム」が脈々と受け継がれている。颯爽とした虎のマークが国際松濤館のシンボルマークだ。

かつて金澤弘和氏が全国空手道選手権大会二連覇の偉業を成し遂げ、その後日本空手協会から独立し国際松濤館を旗揚げした事は現在多くの人が知っているが、現・山形支部長を務める石川寿広氏はその辺の状況を知らずに、それ迄学んで来たのと同じ松濤館の道場を捜し求め、偶然にして国際松濤館旗上げ直後に金澤氏の許に入門している。

超人とも言えるべき金澤氏より直接指導を受けた石川氏は後に帰郷して昭和五十六年に山形県支部を発足、石川氏の自宅敷地内(中山町岡)に道場を構え自らの稽古を続けながら道場生に指導を続けている。

道場での稽古を拝見すると真先に気付くのが道場生の挨拶がきちんと出来ている事、そして入門し立てとおぼしき小さな子供までがまず無駄なおしゃべりをしない。これらは当たり前の事のようにだがなかなかこうはいかないものである。

稽古前には少年達が道場の床を雑巾掛けするが、この時も床に膝をつかず、腰を上げず行い、足腰の鍛錬にはぬかり無い。柔軟体操の後は道場生は勿論石川氏も立ちっぱなしで、ほんの束の間の休憩や見学時にも床に腰を降ろす事なく、練習の切り替え時に何度も拳立て伏せを組入れる等とにかく稽古に無駄が無いのである。

松濤館流独特の腰を深く降ろした立ち方も初心者にはかなりきついのと思われるが稽古が終る迄集中してよく続けているというのが今回取材しての感想であります。

一般の部は年齢もまちまちで稽古の目的もそれぞれ違っていると思われるが、練習中の表情から察するに皆の共通点は



石川寿広師範



9.7.19.17

チャレンジThe黒帯

試合を目指す人、健康のための人。空手をやる目標はそれぞれ違うけど「いつかは黒帯」思いはみんな同じはず。そこで黒帯目指してがんばっている熱き仲間を紹介します。

①氏名②生年月日③職業④所属道場⑤流派⑥級位⑦空手のキャリア⑧空手を始めた動機⑨将来への抱負と目標

遠田めぐみ

①とおだめぐみ②S41.4.8③会社員④和道会和道流3年・極真会館1年・和道会1年⑤和道流1級・極真会館和道会1級⑥4年⑦4歳から空手の動きとブルースリーに憧れていた。高校生の時親戚の人に勧められ入門した。年齢的に選手としての戦歴を残すことはできないと思うが、これからの人生の振り返りとして、楽しい空手を心掛けていきたい。

岩堀政俊

①いほりまさとし②S26.3.16③会社員④和道会鶴岡支部⑤7級⑥平成8年11月〜⑦子供と一緒に一般も同時に教えて下さるということだったので始めました。⑧体力維持のため、できれば一生続けていきたいと思っています。



阿部 睦

①あべむつお②S49.1.16③内装業④空手会⑤日本空手協会⑥1級⑦3年⑧空手をしていた友人にすすめられてこれからは一生懸命練習をして早く初段を取りたいと思います。そして初段取得後もさらにその上を目指してがんばっていききたいと思います。



荒井 努

①あらいつとむ②S48.8.28③会社員④深瀬道場⑤和道会⑥6級⑦3年⑧高校生の時、ヒザが悪く全く練習ができずとても悔しかったから。⑨できるだけ試合に出場して、勝てるようにがんばりたい。



清藤佳彦

①せいとうよしひこ②S46.4.24③公務員④松濤館⑤和道流⑥8級⑦なし⑧精神的・体力的に軟弱な自分を鍛えたいと思ったからです。⑨H10年秋に初段を目標に、稽古していきたいと思っています。



柴田尚夫

①しばたしお②S51.9.7③会社員④国際松濤館山形支部⑤松濤館流⑥2級⑦2年⑧心と体を鍛えるため⑨美しい空手道を目指したい。



佐藤倫明

①さとうみちあき②S29.10.1③調理師④和道会鶴岡支部⑤和道会⑥6級⑦1年と3ヶ月⑧「ストレス解消」「健康増進」「護身術」「内気な為、自分を変える目標で入門しました」⑨一生現役でブルースリーの様な武道家になりたい



平滝昌人

①ひらたきまさと②S44.9.24③山形佐川急便(株)④安達道場⑤和道流⑥1級⑦7年(仕事の都合でプランクあり)⑧空手に興味があり、強くなりたかった⑨黒帯取得を目標に、今後も、空手の稽古を続けていきたい。



私の黒帯

私が空手道を始めたのは、高校三年の四月からでした。その当時、東海大学山形高校の武道館では、空手道部(当時はまだ愛好会、柔道部、そして剣道部の三つの部が活動しており)に所属していましたが、小笠原博先生より空手道部への入部を勧められ始めたのが最初でした。

最初は持ち合わせの柔道着で練習を始めたのです。練習内容は体力作り、基本、移動形、組手となります。早く黒帯を取りたいと思っていましたが、なかなか採れる筈もありません。ようやく先生より黄色帯を

をいただいた時は、涙がでるほどうれしい思いをしたことを、今でも忘れられません。そして二年後、現在の会社に勤務するかわり、練習に励み黒帯を取得したのでした。感激でいっぱいでした。先生が私に話してくださったことは、「初段を取ったことは、初段の練習が修了したのではなく、初段の練習の始まりだ」と話されたことです。その時、私の空手道はこれから始まるのだと思い、今後も社会人として末長く、続けてみようとおもいました。

なまじきなことを申し上げますが、最近の人は、黒帯をしないと練習にこななくなる人が

Miyake Takashi

健成館 三宅 隆



見られますが、本当に残念なことです。ぜひ、初段で終わらずに、参段と昇段を目指し、大会への出場また、審判、指導の資格取得にむけて、頑張ってくださいと思います。

終わりに、今後も黒帯の一人として、微力ですが空手道を続けたいと思いますので、よろしくお祈り致します。

ホットな奥さん こんにちは

飛島陽子さん



今回の主役は、南陽高校空手道部を指導する飛島康弘氏の奥様「陽子」さんの登場です。

陽子さんは、S43年生まれ、天童市出身、血液型A。いて座。現在農女沙也子ちゃん2才次女、有衣ちゃん0才の2人の子育てに熱中している毎日です。ご主人との出会いは、トアルアルコール振取大会で、最後まで勝ちのこった二人が、お互いを認め合ったのが始まり

今、陽子さんの奥さんとして、空手道部の3人目はまもなくとおもいます。

勝てるけど、口では一方的に負けてしまうので、もう少しやさしい言葉をかけて下さい。南陽高校では、魂で指導しているつもりなので、大変なのをわかって下さい。その為、つい、夜の10時には寝てしまふので……。そこは、とっても反省しています。

編集後記

安達善也君、インターハイ並びに大阪国体優勝おめでとうございませう。

山形県空手界の飛躍的な1ページだと思えます。ところで、今回はこの安達選手が所属する東海大山形高校空手部を訪ね、その練習方法などを、追求しました。各道場のこれからの練習の参考に成りましたかと思えます。空手部のみなさん御協力ありがとうございました。

今後の課題として、山形県内広く取材し、空手普及活動を紹介していき、練習生以外の人達にも興味をもって読んで頂ける様なネットワークにしたいと思っていますので、取材の折には御協力宜しくお願い致します。