

安城市における名古屋大学柔道教室の記録

平成22年7月25日（日）、安城市体育館柔道場において「名古屋大学柔道教室」が開催された。

開催団体は

主催：西三河柔道道場協会（会長：井之口俊章）

後援：西三河柔道協会（会長：今野雅晴）

安城市教育委員会

主管：安城市柔道会（会長：田中庸平）

協力：NPO法人 愛知国際柔道自然塾（理事長：河合孝）

名古屋大学柔道部（部長：瓜谷章）

である。

西三河柔道道場協会では、その主催する「杜若旗争奪少年柔道大会（22年5月）」の個人戦で上位4名の選手および「愛知県小学生学年別個人柔道大会」の上位8名に入った西三河柔道道場協会所属の選手ならびに各道場から推薦された生徒を集めて、7月24～25日に強化練習を行っており、その一環として2日目の午前に特別プログラムとして「名古屋大学柔道教室」が組み込まれたものである。

参加者は、名古屋大学から高濱久和師範（全日本柔道連盟審判委員会委員、愛知県警察学校柔道師範、名古屋大学柔道部師範ほか多数の要職を兼務、八段）、二村雄次師範（愛知県ガンセンター総長、前名古屋大学医学部教授、六段）、小川明男監督（東海病院外科部長）、近藤克幸特別コーチ（岡崎北高校教諭）、柔道部員は中ノ森主将はじめ20人（OB含む）、西三河柔道協会からは今野雅晴会長、西三河柔道道場協会から井之口俊章会長、山中松夫副会長、向井康夫先生、安城市柔道会からは野村治彦顧問、田中庸平会長、杉山雅美副会長、西三河柔道道場協会所属の指導者が約40人、小学生が約100人、中学生約20人、父兄が約100人と総勢約300人、冷房が入っているとはいえ240畳の道場内は熱気満々であった。

柔道教室は9時20分に開会、安城市柔道会田中会長による指導者紹介、高濱師範による名古屋大学柔道部の紹介のあと早速指導に入った。

指導は途中休憩をはさんで

- (1) 講話と実技指導「打ち込みの基本」・・・・・・高濱師範
- (2) 私の背負投・・・・・・・・・・・・・・・・・・近藤コーチ
- (3) 打ち込み実習
- (4) 講話と実技指導「寝技の基本」・・・・・・二村師範
- (5) 乱取り練習

の順に行われ、11時45分、西三河柔道協会今野会長の挨拶と高濱師範の講評をもって

柔道教室を終了した。



教室終了後の記念写真

以下、指導の内容について要点を報告する。

(1) 高濱師範による講話と実技指導「打ち込みの基本」

柔道を練習するに当たって大切なことは「基本を大切にする」ことである。昨今とはかく勝ち負けにこだわって子どものうちからいわゆる「実戦的な技」を掛ける子がいるが、そういう技はいずれ行き詰まる。オリンピックで金メダルを取った谷本選手も桜ヶ丘高校で柔道が強くなったが、元はといえば小学校時代この安城で基本をしっかり身につけたからである。

技を掛けるには「相手を崩す」ことが大切である。後ろ技（大外刈り、大内刈りなど）を掛ける時には相手の体重が踵にかかるように、前技を掛けるときには爪先にかかるように相手を崩して掛けることが大切である。よく打ち込みで自分の体を相手にぶつけるだけの打ち込みをする人を見かけるが、そういう人は木を相手に打ち込みをすれば良い。折角人間を相手に打ち込みをさせてもらうのだから、相手を崩して掛ける練習をすべきである。

相手が内股などを掛けてきた時、引き手を切って防ぐことが多いが、これでは又、引き手を取るところからやり直しである。いきなり小外の返しに行くと引っ掛けられて投げら

れてしまうことがあるので、一旦掛けてきた相手の足を両腿で挟み、それから小外に返す、又は相手の足をつかんで「掬投」で投げることが出来る。もう少し修練が進めば相手が掛けてきた瞬間、腰をひねって「内股すかし」で投げることができる。



高濱師範による講話



「打ち込みの基本」実技説明

(2) 私の背負投・・・近藤 克幸特別コーチ

近藤コーチは岡崎北高校の先生で、昨年マルタ共和国で開催された「柔道投の形」世界選手権大会で安城市在住の大河内哲志先生とペアーを組んで金メダルを獲得された先生である。

普通、左の背負投を掛ける時は、

①相手を前方に引き出しながら左足を相手の左足の前におく

②左足を軸にして体を回し、右足を相手の右足の前において相手を背中に乗せる

順にやるが、①のとき相手との間隔がないとつかえてしまう。自分は相手をとにかく前方に引き出したいので、相手を引き出しながら右足を自分の左足の後ろへ回りこませ右足を軸にして体を回し背負うよう工夫した。

同じ動作の中で、背負いと見せて小内刈りに変化するのも有効で、両方の技が生きてくる。

(感想) 目からうろこが落ちる思いがした。

(3) 打ち込み実習

今聞いた内容を忘れないよう、崩しを心がけて早速打ち込みの反復練習をおこなった。

(4) 講話と実技指導「寝技の基本」・・・・・・二村師範

自分は名古屋で生まれ名古屋で育ったが、若いころ安城に住んで八千代病院に3年間勤務したことがあるので、安城は名古屋に次いで2番目に思い出のある地である。仕事の関係でよく世界各地へ出掛けるが、柔道をやっていた関係でどこへ行っても直ぐに親しい

友達ができる。

フランスの人口は日本の半分（6,000万人）だが柔道人口は日本の3倍である。小さい子供には特に礼儀作法を厳しく指導するので、親たちが子供に柔道を習わせたがっている。子供の柔道は寝技が中心で、子供たちはゲーム感覚で柔道を楽しんでやっている。そのため途中で止める子は少ない。

寝技の補助運動にはそれぞれ意味があるので、どういう状況でその動きをするのかを理解して補助運動を練習する必要がある。例えば「足けり」は相手が下から攻めてきた時の防御なので、右足を伸ばした時は右手を、左足を伸ばした時には左手を膝のあたりに添えて行うことが大切である。足だけを伸ばせばその隙に横に入り込まれる。また、後頭部を畳につけてはいけない。「えび」は相手が横から攻めてくる場合の防御に使う技術であり、軸足を使ってお尻を後方へ引くが、その際、手も防御の位置に置かなければならない。また、「がま」は寝技で攻撃するときの基本姿勢である。腰が浮かないことが大切で、両肘を畳につけて、腰を落として前方に進んでいく。

この他、下からの返し技についても丁寧な解説が行われた。



二村師範による講話



乱取り練習

(5) 講評

西三河柔道協会：今野会長

高濱先生がおっしゃった「基本が最も大切」のお考えは全く同感である。

今日は良い講習を行って頂いた。

名古屋大学：高濱師範

指導員が自ら学ぶことを止めれば教える資格なし。

自他共栄・・・自分が受けたことを次の世代へ伝えることが大切

西三河柔道道場協会：山中副会長

今日の講習はとても良い内容だった。小学生が全部理解できたかどうかはわからないが、少年柔道の指導者にとって、とても有益な講習であった。

余話 1

今回教室が開かれた安城市は名古屋大学農学部創設の地である。



昭和27年にキャンパスと学生寮が作られ、昭和41年に名古屋市に移転するまでの14年間、今は総合運動公園になっている新田町の地で研究と教育が行われていた。柔道場のある場所はおそらく実験農場であったと思われる。農学部の柔道部員は安城警察署の道場（武徳殿）で練習をさせてもらったこともある。

余話 2

昼食会は名鉄の新城駅南口にある「とんかつの稲穂」で行われた。名物の「味噌ひれカツ定食」を味わってもらったが、ここでは「ご飯のおかわりが自由」と聞いた名古屋大学の現役部員が早速「お代わり」を連発。ついに店のお櫃が空っぽに。あわてて追加に炊き増して貰った。店の人もびっくりしたことだろう。