

昭道報

Shodoho --- Newsletter of Shodokan ---

第7号
平成14年04月25日発行

<発行所>
関西合気道競技連盟広報部
<発行責任者>
中村芳勝(広報部長)
<編集>
昭道報編集係

女子部稽古会

去る平成14年2月24日(日)に昭道館女子部稽古会が行われました。
成山哲郎師範のご指導を受けたい!と切望(?)する29名(関東からの参加者4名含む)が参加。助っ人として、関西合気道競技連盟の幹部(寺西先生、山形先生、中川先生、中村先生)と成山哲也氏、石倉氏、稲垣氏が来てくださいました。道着を着ているとはいえず、女性ばかりの稽古会。幹部の各先生がいつもより表情も緩みがあったように思うのは私だけでしょうか。

合気道乱取競技は「現代体育の立場から、競技として、わざ」を練磨し、精神的にも技術的にも向上進歩させるためのもの」(合気道教室 志々田文明・成山哲郎共著)であり、「勝ち」にこだわりすぎれば、そういった目的から遠ざかっていくだけでなく、非常に危険な競技となってしまう。
そこで、当昭道報作成係であるヒッグス アラン氏が、関西合気道競技連盟A級審判員としてみなさんにわかりづらいうルール解説や注意すべき点などを書き綴って行きます。
さて、今回のテーマは…?

この稽古会の案内には成山師範が「スペシャルなメニュー」を考えてくださったというあり、「これはスペシャルな技」という意味ではなく「スペシャルな方法」というご説明から稽古会がスタートしました。
乱取の基本の形17本から当身技5本と肘技5本、古流護身第三の形から座り技3本と立ち



審判員も切磋琢磨

ヒッグス アラン

審判のレベル向上させるため、普段から切磋琢磨してはいますが、その大きな努力が、昨年に大阪で行われた国際大会で成果を見せました。国際レベルの大会になると、集中力、自信、そして難しい判断が審判員に求められます。もちろん、それなりのトレーニングが必要になります。

技4本について、受と取の関係(技に至るまでの状況など)を正しく受と取についての説明があり、参加者はそれぞれ、その状況をイメージしながら稽古。肘技の稽古の時には、受にわざと抵抗させ、技がしっかりとかかっているのかを確認したりもしましたが、やはり、こういう時にはまだまだ稽古不足と感じざるを得ません。ほかの技も同様に、「ごまかし」が少なくなるよう稽古をしなければ・・・と心に誓うのでした。

稽古後には、富木師範が指導されている場面を撮影したビデオを鑑賞し、最後は甘い食べ物を

乱取試合においては、主審・副審のチームワークが大切です。いくらチームワークが良くても判断が難しいときもあります。

多くの審判員が、「突きあり」の判断が一番難しいと思っているようです。しかし、もし、3人の審判員全員がその試合に集中しているなら、短刀突きをしっかりと見て、「突きあり」を判断するのは、そう難しくありません。ここでポイントとなるのが3人の審判員全員が判断しなければならないということ。

(次頁へつづく)

--- お知らせ ---

皆様からの投稿や昭道報に対するリクエストをお待ちしています。

- ・ 合気道全般に関する疑問
- ・ 合気道乱取競技ルール等に関する質問
- ・ その他、昭道報に載せて欲しい情報など

昭道報をより皆様にとって親しみやすくするため、皆様からのアイデア等も募集しています。昭道報係までお願いします。

Eメールの場合は以下のアドレスへお願いします。

shodoho@infoseek.jp です。

でしっかりと女性陣の心をとらえた成山師範。そのあたりの抜かりはありません。参加した皆さん、エクレアの味だけでなく、しっかりと稽古会で学んだことを稽古の中でしっかりと生かしましょうね。

もし、誰か(特に副審)が、突然、取り乱したり、注意をそらしてしまったりすると、判断は難しくなります。もし、あなたが選手や主審だしたら、2人かそれ以上の審判員が同じ判断を下したときには安心できるでしょう。

わたくし個人的には、返し技の判断が難しいと思っただけです。通常、返し技は、徒手側が技をかけようとしたときに反らぬように、短刀側が徒手側の姿勢が崩れているのを利用して返し技をかけようとする。つまり、同時に技の試みが発生するわけで、時折、どちらの選手が先に有効な技をかけたのが判断することが難しくなるのです。そして、また、このような時の技は粗雑になりがちなので、「有効」なのか「技あり」なのかを判断するのは頭痛の種になります。しかし、「突きあり」の場合と同様で、この場合でも3人の審判員がいると判断しやすくなります。

時々、選手は審判がフェアな判断をしていないと感じるときもあると思いますが、最近判断ミスもかなり少なくなっていると思います。ありそうなものといえば、「突きあり」の判断ミスや選手を倒しても「有効」が与えられないなどがあげられるでしょう。これを改善する方法

の一つとして、良い突きと良い技を身につけることです。そうすれば、審判の判断に対する疑問・不満がなくなるでしょう。もし、だらしのない突きであったり、変な技であればそれは「不十分」と判断されても文句は言えませんが。

他に選手や審判が考えなければならぬ点として、「選手の質」もあげられるでしょう。競技経験の少ない選手同士の試合で



がんばれ！合気道サークル 『大阪芸術大学』

昭道報編集係が、今回、初めて取材を目的として出かけてまいりました。行き先は、近鉄喜志駅からバスで10分のところにある大阪芸術大学。2000年秋に活動を開始した合気道同好会の稽古に潜入しました。



は、技に乏しく、たとえ相手の選手を畳の上に倒したとしても、せいぜい「有効」レベルとなるのが大半でしょう。こういった試合では、競技経験が少ない分、感情的になりすぎて、危険な技のかけ方になりがちなので、何より安全性を重視しなくてはなりません。

さまざまな問題はありますが、合気道競技を見たり、参加したりすることによって、選手としても観客としてもより理解を深めることができると思います。しかし、これはよい審判員

がいてこそこのことです。是非、いっしょに審判員としてトレーニングに励み、スポーツとしての合気道を促進していきましょう。



訪問した日は、ちょうど昇段審査の直前ということだったので、審査内容を中心とした稽古でした。コーチ(本人達はこの呼び方をすると「とんでもない!」という表情をします、がやはりコーチでしょう)by 編集人M)の大西美緒氏と松下悦子氏が見本を見せながら丁寧に技のポイントを説明していました。

稽古の最後にはムードメーカー松本裕史氏による運足と受身の稽古成果発表。みんなが正座をして注目していることとあって、照れ隠ししながらがんばっていました。それぞれ個性が強いらしいのですが、彼もなかなかよいキャラクターでした(笑)。

岡田大輔主将からのコメントをご紹介します。

「この同好会は、2000年2月に、本部道場で稽古に参加していた初代主将である山下由希子が昭道館本部の協力を得てサークルを立ち上げました。大西美緒氏と松下悦子氏にコーチとして指導に来ていただいております。昨年は、他大学の協力を得て関西社会人大会団体戦に出場するなど、大会出場も経験しました。おかげさまで昨年末、私設サークルから大阪芸術大学体育会の同好会に昇格できました。新入生の勧誘活動に力を入れ、会員数を増やしていきたいと思えます。」

昨年の関西社会人大会で大会デビューしたこの同好会。この時、大会に参加したのは2002年度主将となった岡田君、独特の雰囲気有加治屋君、頭の回転の速そうな松本なみさんの3名で、団体戦では天理大学の助けを借りたとか。現在は、4年生4人を含めて10人のメンバーがいます。複数の団体戦チームがつくれるくらいに部員(正確には会員)を増やして部への昇格を目指してがんばって欲しいですね。これを読んでる皆さんも応援してあげてくださいね。

このコーナーでは、道場で稽古に励む仲間の道場以外での姿をご紹介します。

M: マークさん
I: インタビューア

〇〇ってこんな人

今回は、イギリスのイーストレイから来ている、マーク・クリスピニさんへのインタビューです。彼は、昨年の国際大会からこの4月半ばまでの6ヶ月間、昭道館本部道場で稽古に参加していました。

I: どうして合気道を学ぼうと思ったのですか?
M: ずっと東洋の武道に興味があって、ある日、柔術教室に行き、そこでの合気道の説明が気に入ってやってみようと思いました。
I: その説明とは?
M: 相手の力を避け、その相手に対してその力を利用する概念。
I: 合気道に関する良い思い出は?
M: 1995年にオハイオで

の大会で乱取基本の形17本の無段の部で優勝したこと。その大会のあとのパーティーもよかったです。

I: 日本に来て6ヶ月になりましたが、楽しんでいますか?
M: とても素晴らしい時間を過ごしています。

I: 日本語はうまくまりましたか?
M: ゆっくり。みなさんからはよく、上達が早いって言われます。

I: 日本で稽古して何かよかったです。



たことは?

M: 稽古の参加人数が多い。特に有段者が多いのは助かります。また、畳やマットを準備する必要がないので、時間を節約できますね。

I: お気に入りの技は?

M: 後ろ当てですね。でも、もつと下段当てを使いたいです。

I: イギリスに帰国する前に、みなさんにメッセージをお願いします。

合縁気縁



去る3月10日(日)太閤園におきまして、大阪商業大学監督の木下大樹さんと天理大学OGの寺地千春さんがめでたくゴールインされました。

披露宴には成山師範、合気道関係者が多数参列されお二人の門出を祝福されました。

御色直しでは新郎が道着に着替え、目のさめるような演武を披露され、参列者の喝采を浴び、新婦は終始幸せに満ちた表情で、とても輝いていました。

お二人は共に平成12年全日本学生合気道競技大会乱取個人戦のチャンピオンです。

将来のチャンピオン(2世)誕生が今から楽しみです。未永くお幸せに。

ここで問題です。昭道館合気道が縁で結ばれたカップルは木下夫妻で何組目でしょうか?



ヒント
T先生、Y先生、Y監督、N先生...
インシャルだけで分った方は、かなり昭道館通です...?!

独身の皆さんも先輩方を見習って、素晴らしい合縁気縁を見つけて下さい。

昭道杯争奪戦がスタートしました

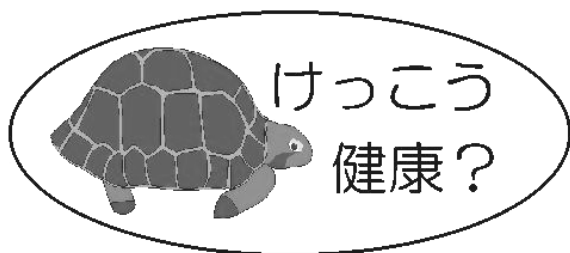
短刀乱取競技個人リーグ戦 昭道杯が今年もスタートしました。今年の参加者は、男子有段の部25名、男子無段の部24名、女子の部25名、合計74名。

参加申込みをしない方は、昭道杯に参加することはできませんが、乱取競技の紅白戦への参加は可能です。試合に出たいという方は、当日、紅白戦の申込受付をいたしますので、そちらの方にぜひご参加ください。

第1回	4月 7日(日)
第2回	5月12日(日)
第3回	7月14日(日)
第4回	9月 8日(日)
第5回	10月20日(日)
決定戦	12月22日(日)

なお、昭道杯開催日は、日曜日午後の通常稽古がお休みとなりますので、ご注意ください。開催予定日は次のとおりです。

決定戦を除き、午後1時開始となります。



アスレチックテープあれこれ

20年くらい前、アスレチックテープといえば白い伸縮性のないテープをイメージしていたものです。

テーピングの主な目的としては、関節の特定の動きを制限すること、靭帯や腱を補強すること、部分的なアップを強めること、精神的な不安感を和らげることなどといわれていました。

しかし、最近はアスレチックテープといってもさまざまな種類のテープが使用されるようになってきました。目的も前述のような固定的な用途から、筋の伸び具合のバランスを保つといった目的のテープもよく使用されています。

薬局やスポーツ用品店などで簡単に入手することができますが、それぞれのテープがどのような用途に適しているのかご紹介します。

ホワイトテープ

伸縮性のない固定用テープ。関節の動きを制限したり、固定することなどに使用されます。皮膚がかぶれ易い人は、アンダーラップテープを巻いてから、その上にホワイトテープを巻きます。

エラスティックテープ

布地の厚い伸縮テープ。膝や肩など、伸縮の動きが大きい部分に使用します。ホワイトテープとあわせて使用することが多くあります。

ソフトエラスティックテープ

布地の薄い伸縮テープ。膝や大腿部、ふくらはぎ、肘などの圧迫、固定、テーピングの仕上げに使用します。

コヘッシブテープ

皮膚に対する粘着力がなく、テープ同士がくっつく素材でつくられたテープ。ホワイトテープの補助的な使用方法もあります。

キネシオテープ

台紙がついた、伸縮性のある筋肉サポートテープ。疲労部分への補助、補強、血液循環の促進を目的として腰、肩、膝等に使用されます。

スパイラルテープ

伸縮性がない、薄いテープです。ホワイトテープを細く切って代用する場合があります。スパイラル(spiral:らせん・渦巻き) 状にテーピングを施すことによって身体のバランスを整えるスパイラルテーピングに使用されます。ちなみにスパイラルといっても体の各筋に対するスパイラルな線の上に貼り付けるということで、必ずしもらせん状にぐるぐる巻くとは限りません。

PASテープ

縦横の伸縮が皮膚の伸縮率に対応できるように作られた伸縮性のあるテープです。PASポイントと呼ばれている部分のテープを横方向に伸ばして貼り付ける PASテーピングで使用されます。PASポイントへの圧力を軽減させることで疼痛の軽減させる効果があります。

アスレチックテーピングは、ケガの予防やケガからの回復をサポートしますが、ケガの部位や程度/状態によって、テープの種類や巻き方など、テーピング方法が異なります。安易にベタベタぐるぐる巻きつけていたのでは逆効果になりますので、専門知識を持った人(医師、理学療法士、アスレチックトレーナー等)に相談し、指導を受けられるのがよいでしょう。



編集係
ヒッグス アラン
グレブス デービット
伊達 由美子
萬谷 久美子

編集長 山形 忍

今号の内容は楽しみ頂けたでしょうか？ もっと皆さんのコミュニケーションの場となるよう、安定した発行を目指していきたく思います。ご意見などお寄せ頂ければと思います。是非、昭道報係まで。

昨年10月に行われた第4回国際合気道競技大会についても触れたかったのですが、皆さん大会運営に力を注ぎすぎて取材しづらかった(昭道報係自身も...)ので、某合気道雑誌にて取り上げていただいていたこともあり、国際大会については触れませんでした。結果などについては、その某合気道雑誌などでご確認ください。

編集後記