

日本空手道糸洲会機関誌 vol.80

会
報

いとす



2024 年
新春号

謹賀新年

<http://www.karatedo.co.jp/itosu-kai>

新年のご挨拶



坂上節明 宗家・会長

平素、皆様方には何かとご支援、ご協力を賜り厚く御礼を申し上げます。昨年の7月29日、30日の両日に、大阪府立門真スポーツセンターにおいて「第56回糸洲会全国選手権大会」を開催いたしました。28日には大会前夜祭が行われ、大会役員並びに関係者が多数出席されて大いに盛り上がり、大会の成功を祈念し終えました。大会参加選手417名、競技延人数592名と言う近年めずらしい規模での大会でありました。大会開催に尽力いただいた役員の皆様方、当日の運営にご協力いただいた関係各位に厚く御礼を申し上げます。皆様方の誠意によって、何のトラブルもなく無事終了できましたことを報告いたします。

私の指導目標としては、指導者陣の強化育成と公認段位取得に力を注いでまいりたいと思っておりますが、思った様に成果が上がっていませんでした。しかしながら、昨年11月11日・12日に広島県呉市で行った師範研修会には40名強の参加がありました。特に若手師範の参加が多く熱心に稽古されている姿を見て頼もしく感じ、やる気が出てきたと見受けました。その結果が各道場、支部に広く反映されて行くものと確信しています。

各人の研鑽に期待し、コロナから開放されて稽古練習に打ち込める日々が、充分にあるので一層の努力を願っている次第です。

年頭にあたり、皆様方ならびご家族の方々のご多幸とご健勝を祈念申し上げます。新年のご挨拶といたします。

本年もよろしくお願い申し上げます

糸洲流空手道沿革

糸洲流空手道は「首里手」の大家である松村宗棍師（1798～1890）に源を発し、近世の拳聖と世人に仰がれている糸洲安恒師（1830～1915）を流祖としている。

糸洲安恒師は、これまで「唐手術」と言う護身術であった「手」を体育的に改良再編し、学校体育に取り入れ人格形成に主眼を置いて昇華させた。

また、多くの型を創作し現在最も普及している平安（ピンアン）の型は、糸洲安恒師が作られたものである。

糸洲安恒師の「型」を最も正しく学ばれた摩文仁賢和師（1889～1952）は「糸洲派二世」を継承する。摩文仁師は「那覇手」の東恩納寛量師にも師事し、後に両師の頭文字をとり「糸東流」を創始する。

摩文仁師は「糸洲派」を後世に伝承させるため1952年1月、高弟の坂上隆祥（1915～1993）に「糸洲派三世」を継承させる。

坂上隆祥師は、1940年3月「糸東流空手道坂上道場」を兵庫県川西市の自宅に開設する。1954年8月に上京し、東京都葛飾区に「日本玄武館空手道場」を開設する。

1955年6月、横浜市鶴見区に道場を移転し「全日本空手道糸洲会総本部道場」を開設。これを契機に会名を「全日本空手道糸洲会」とし、これより「糸洲会」と呼称する。

1969年4月、正式に流名を「糸洲流」に、会名を「日本空手道糸洲会」と命名。ロゴマークも制定する。

1976年5月、坂上隆祥著「空手道大鑑・平安編」を会員向けに出版。続いて1978年10月「空手道型大鑑」を出版する。この本が型教材のベストセラーとして愛好者に幅広く好評を得て、現在5版を重ね発売中である。その他「ヌンチャク・釵」など琉球古武道関係の書籍を出版する。

1979年4月、糸洲流空手道の連綿たる歴史と技法が評価され日本古武道協会に空手道界初の加入流派として承認される。

1994年4月、門下生一同の推戴を受け、坂上隆祥の嫡子節明が「糸洲流四世」を継承する。四世坂上節明は「型で始まり、型で終わる」と言われる糸洲安恒、摩文仁賢和、坂上隆祥の三代より伝承された「糸洲流型」を忠実に守り、当流の保存振興のため国内外の後進の指導育成に努めている。

2007年1月より、坂上節明監修指導のもとDVD「糸洲流空手道型大鑑」を2年半の歳月をかけて2009年8月に「全5巻」（49型収録・英語字幕付）が完成。糸洲流空手道の「型」規範として大きな遺産となるものと確信している。

また、空手道の世界的発展に伴い、当流も国際交流の充実を目標に2002年8月、糸洲流加盟16カ所国にて「糸洲流空手道国際連盟（IKIF）」を結成する。

2005年7月アメリカ・ロサンゼルス、2009年7月マレーシア・クアラルンプール、2013年8月日本・大阪、2017年8月中国・上海、2022年デンマークにおいて「糸洲流国際空手道選手権大会」を開催する。2025年8月に日本・東京（予定）での開催の準備を進めている。現在20カ国余りが活動中であり、さらに世界に広がりを見せている。

2023年9月 文責／坂上節明



糸洲安恒師



摩文仁賢和師



坂上隆祥師



坂上節明宗家

会報いとし 2024年 新春号 CONTENTS

新年のご挨拶 坂上節明宗家・会長	3
新年のご挨拶 役員	4
第47回師範会技術研修会	6
第3回関東地区型講習会	8
誌上講座 羽部千敏	9
道場紹介 ダイハツ空手道場	10
会員の声	12
トピック	13
特別寄稿 飯森 恵	17
コラム「道草」	18
昇段審査合格者	19

発行者
日本空手道糸洲会総本部
〒230-0048
神奈川県横浜市鶴見区
本町通 1-16-5
TEL 045-521-6318
FAX 045-503-2040
郵便振替 00950-5-37159
加入者 糸洲会機関誌
発行日 2024年1月1日

役員
新年のご挨拶

明けまして
おめでとうございます

会長
坂上節明

副会長
才脇 孝

相談役
川下光夫

事務局長
柏木吉治

常任理事
江指容子

常任理事
小越福美

審議員
日野正剛

副理事長・会計
伊藤収登

常任理事
加藤昭二

常任理事
永野明典

相談役
草加哲男

事務局次長
松野一弘

常任理事
上田茂光

常任理事
芥川佳子

最高顧問
高橋誠彦

副会長
野島千佳

理事長
八島和雄

事務局次長
永野嘉子

常任理事
内田千秋

常任理事
荒 司

顧問
武本久夫

審議員
林 開作

副理事長
中壽賀弘二

事務局次長
岡田新一

常任理事
福元洋三

常任理事
浅川信二

顧問
六人部末義

審議員
市川文一

副理事長
井出俊郎

事務局次長
名古屋尚也

常任理事
坂本昌浩

常任理事
藤田典正

顧問
十島博徳

審議員
藤田榮三

副理事長
濱田庄蔵

監事
橋本繁信

常任理事
込山 高

常任理事
富永光成

顧問
土川 昭

審議員
玉田 卓

副理事長
楠原清誌

監事
森口貞央

常任理事
森谷美可

常任理事
羽部千敏

常任理事
深田 茂

加藤淳也

綿野 光

鈴木隆徳

井倉孝雄

来女木貴裕

久連石佳子

常任理事
北岡恒久

森 将嗣

下高秀男

保田好輝

古林 隆

田中秀幸

背古雄介

赤荻和夫

飯森 恵

橋本保人

芥川隆行

齋藤敏之

栗城憲康

福井敏之

林 明美

得能 裕

水口岳志

丸田幹夫

小田 步

宮崎 浩

赤瀬哲彦

末管雅彦

中村郁美

柳澤由美

池島貞彦

山中光明

今井省三

十島清徳

小原悦嗣

清水義行

大貫光伸

山崎秀敏

島崎孝則

上村一男

野口照久

大亦 徹

羽多正行

岸本延幸

藪野隆雄

上田友彦

竹井敏照

阿部健太

濱田嗟智子

當摩勝彦

大岡 貢

麻生好夫

小崎敏弘

三重野一樹

長瀬裕季子

杉原波江

第47回師範会技術研修会 楽しく・楽しく・楽しく

令和5年11月11日(土)～12日(日) 広島県呉市総合体育館



集合写真



スーパーリンベいの解説

今日の研修は「楽しく」「楽しく」「楽しく」行きましょう

令和5年11月11日(土)～12日(日)の2日間、広島県呉市のシンシヨークアリーナ(呉市総合体育館)武道場にて、第47回師範会技術研修会が開催されました。

各地から総勢40名の師範と高段者の方々が参加され、過去最高の人数での開催となりました。

初日は、日野正剛幹事長の進行で、坂上節明宗家より「今日の技術研修会は楽しく・楽しく・楽しくでいきましょう」とお言葉をいただき、開講しました。

新人師範の号令による準備体操と基本稽古の後、研修に入りました。



野島師範講話

まず、前回の復習として、首里手の最高峰の型である五十四歩を何度か皆で順序確認した後、注意する点や特徴などの説明を受けました。

続いて、那覇手の最高峰の型である壹百零八を同じように行い、どちらの型も繰り返し練習し、きちんと習得することで首里手・那覇手をしっかりと区別して理解できるので、見本となるような型が打てるように努力を怠らないようにと行うことで、復習を終了しました。

糸洲流にとって欠くことのできない大切な型

その後、今回の研修内容の内歩進初段・二



懇親会

段・三段を行いました。内歩進は首里手の基本型として古くから伝承されている型で、糸

洲流にとっては欠くことのできない大切な型であるとのこと、何度も繰り返し練習しました。

ナイファンチン立ちが難しく、気づいたら四股立ちになってしまったりして苦戦しましたが、確実にできるようになるまで何度も練習して、初日の型研修を終了しました。

新人師範に師範バッジの授与

それから会議室に移動し、宗家より新人師範4名に師範バッジの授与と言葉をいただき、新人師範がそれぞれ自己紹介をして、師範会の一員として認めていただきました。

その後、座学講習会として野島千佳師範が「負けん気全開」でマスターズ大会連続出場した経緯や負けん気の元となった経歴などを講演していただき、興味深く拝聴しました。ホテルに移動し、懇親会ではお互いの意見を交換し合い、2025年に開催される国際大会の話などがあって一日目の行程は終了となりました。

白熱の練習

二日目は、まず前日の復習から行いました。試合で使うために、基本を正しく習得していないのに崩すことのないよう、基本に忠実にすることを確認後、今回の研修型の二十四を行いました。

分解や注意点などを説明していただき、二グループに分かれて、特に大事な箇所を宗家の号令で繰り返し練習し、皆で必死になって取り組みだったので、久々によい汗をかくことができました。

白熱した練習となったため、もう一つ行うはずだった松茂良賢牌が時間の関係でできなくなってしまうので、次回の師範会までしっかりと予習しておくこととなり、技術研修は、初日の最初の言葉通り、楽しく・楽しく・楽しく終了となりました。

師範としての自覚を持ち正しい型を継承

師範会技術研修で他地域の先生方との交流ができ、一緒に身体を動かし、充実した時間を過ごせてとても貴重な経験をさせていただきました。

師範としての自覚を持ち、正しい型を継承していくためには、この研修で習ったことを習得すべく日々、努力していきたいと思っていました。

今後とも師範会がますます充実した研修会となることを願っています。

(拳士志留昭和広島 杉原波江)



史跡研修(海上自衛隊第1術科学校)



岸本師範



久連石師範



杉原師範



山崎師範

駐車場完備
守礼堂 東京支店
〒164-0001
東京都中野区中野 2-23-4 グリーンフォレスト 1F
TEL (03)-5342-3051
FAX (03)-5342-3052
E-mail shureido@viola.ocn.ne.jp
ご注文はお電話
TEL **0120-957-941**
FAX **0120-957-942**
至新宿



極まる形、極まる技
スポンを立体的な新しい形の縫製にした為、足の動きがより自由になり、変化自在の履きに対応できる。
NW-3、無縫

いつも快適な道衣
1. 優しく、柔らかいコットンの肌触り
2. 汗を素早く吸い、同時に蒸散する
3. 高弾力、シワになりにくく、早く乾く
4. 軽いうえに、痛みが少ない
NW-1~3、無縫

空手表の美しさを追求
上着中の汗取り用布を特殊縫製する事により、発汗時の空手表の裏とわりつきを解消し、空手表の形をきれいに保つ。
NW-3、無縫

450gの軽さで技の高速化
(軽地) オリジナル生地4号半(175cm)のスポンで、450gの軽さを誇る。
無縫

守礼堂 本社
〒900-0012 沖縄県那覇市泊 1-1-6
TEL (098)-861-5621 FAX (098)-861-5525
フリーダイヤル TEL 0120-612341 FAX 0120-612342
E-mail shureido@orange.ocn.ne.jp

関西 守礼堂
〒538-0044 大阪府大阪市豊見区豊出 3丁目 21-34
TEL (06)-6963-8864 FAX (06)-6963-8863

守礼堂 九州
〒890-0046 鹿児島県鹿児島市西田 2-1-18
TEL・FAX (099)-891-6320
E-mail shureido@sus.bbiq.jp

URL www.karatedo.co.jp/shureido

第3回関東地区型講習会 本当に大切なものを学ぶ

令和5年11月5日(日)、総本部道場において関東地区3回目の型講習会が実施されました。

今回はニーセーシ、五十四歩、松村バツサイの型を講習しましたが、近年の傾向として型は審査、あるいは型競技のために修得するもので、それぞれの型が持つ多くの技法の意味、分解にはあまり重点を置かない道場生が多くみられます。

空手は本来、武道であり護身術として生まれたもので、型の中にある様々な技法を何



集合写真

令和5年11月5日(日) 総本部道場

も繰り返し練習し意味を理解したうえで分解組手を行い、受けるタイミング、極め、体の使い方などを練習しなければ本場の意味で型を習得したとは言えないのではないのでしょうか。

ニーセーシの型の分解を説明しているとき坂上宗家も立ち会われて我々に質問されました。

「相手の足を取り倒して中高一本拳で突いている箇所があるが、これはどこを突いているのか分かりますか」。



松村バツサイ

多くの人が中段ですと答えましたが、宗家は「どこでもいいんだよ」とおっしゃり「本やDVDでは中段になっているかもしれないけれど、大切なことはいかに相手を倒しそして相手が反撃できないように極めるかということ、それは中段でも上段でも構わないのであり、その技の理解や用法を知ることが大事で、形にとらわれたり決めつけてはいけません」と言われました。

今回の講習会にはデンマークから2名の参加者があり3月にはスエーデンから2名、6月はデンマークから3名が本部の型講習会に参加しましたが、コロナが収まりつつあり徐々に海外からも日本へ空手を学びに訪れる人たちも増えてきているようです。

こうした人達にも交流を深めながら武道としての空手を伝える一助になれば良いと思います。

(関東地区協 技術委員会 楠原清誌)



五十四歩 (デンマーク参加者と交流練習)

空手衣の

山 雅



〒574-0046 大阪府大東市赤井 1-7-4 (JR 学研都市線「住道駅」徒歩3分)
TEL : 072-870-3677 FAX : 072-870-3678
<http://www.yamaga-karategi.com>

誌上講座

身体の構造や機能を知ることが「動き」を変える

第三回 背骨

拳志館益田支部 羽部千敏

背骨は体幹の一部を構成しており、姿勢、バランス、力の伝達、安定性などに重要な役割を果たしています。しかし、手や足のように実際に動かす部分ではないため、背骨を意識して動かしている人は少ないと思います。今回は、普段あまり意識することがない「背骨」に関する情報と気付きをまとめてみました。

■背骨は身体の厚みの中心近くを通っている
背骨は一本の骨ではなく、「椎骨(ついでつ)」という骨が積み重なってできています。上から「頸椎(けいつい)」、「胸椎(きょうつい)」、「腰椎(ようつい)」という名前がついており、頸椎は7個、胸椎は12個、腰椎は5個の椎骨から構成され、最後に「仙骨(せんこつ)」と「尾骨(びこつ)」が繋がっています。

椎骨と椎骨の間には椎間板(ついかんばん)という軟骨があり、クッションの役目を果たしています(図1)。

背骨は、背中の背という漢字がついているので、多くの人が背中を触ってゴツゴツするところを背骨だとイメージすると思います。この部分は棘突起(きよくとつき)という部分で、身体を支えているところではありません。

実際に身体の重さを支えるのは前の方にある椎体(ついでい)という部分です。脊椎(せ

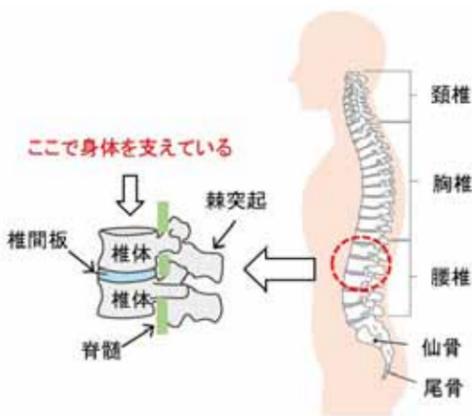


図1 背骨のイメージ

きずい)はその椎体の後ろ側に位置しています。

背骨は身体の厚みの中心に近い位置を通っており、特に腰椎の部分は大きく腹部の中心に張り出しています。このことを理解しておかないと、体重を背中の筋肉で支えてしまうため、本来必要な背骨のしなやかな動きがで

きなくなってしまう。

■背骨は体軸を形成する主要な要素

体軸とは、身体の中心を上下方向に貫く軸の意識のことを言います。この体軸が形成されると、体軸周辺の筋肉が活性化され、身体をコントロールしやすくなります。

一方、背骨そのものは体軸ではありませんが、身体の姿勢を維持するための基盤となっており、体軸の形成に重要な役割を果たしています。

背骨は横から見ると頸部、胸部、腰部の3か所で緩やかなカーブを描いており、このカーブによって重力の負担が軽減されます。そして、体重を支えている椎体部分のカーブの振れ幅の中心位置を基準にしたラインを背骨のラインとして捉えると、背骨のラインは体軸のラインの少し後ろになります(図2)。

体軸のラインと背骨のラインは一致しませんが、その違いを脳が微調整しながらうまく

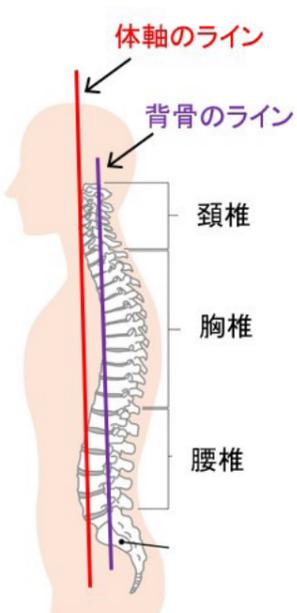


図2 背骨のラインと体軸のライン

身体をコントロールしており、全身をバランスよく動かしています。

背骨は体軸を形成する主要な要素となっており、背骨がなければ体軸を形成することはできません。

背骨の位置や形状を正しく認識することで、体軸の意識が高まり、軸の通ったしなやかな動きができるようになると思います。

■まとめ

筋力やスピードをベースにした空手を志向していると、年齢とともに稽古は厳しくなっています。もちろん年相応の稽古をすればよいという考え方もありますが、体力的な衰えを感じていく中で違和感を抱くこともあります。だからこそ、自分の身体のことや動きを研究し、稽古の質を変えていく必要があると考えています。

自分の身体の構造がどうなっていて、どう機能して、どんな位置関係にあるのか。身体への気づきを養うことで、稽古の質が

向上していくのではないのでしょうか。

『基本なくして応用なし』をモットーに



クリスマスプレゼント、ゲット！



緊張の面持ちの審査説明



全員、元気いっぱい！

ダイハツ空手道場は1958年に、ダイハツ工業DRC空手道部として創部。初代部長が日本空手道系洲会松風館館長三浦弘之先生と交流があったことから外部道場として設立されました。DRCとはダイハツレクリエーションクラブの略称で、文字通り仕事の疲れからの解放とリフレッシュ。社員間の交流を目的に創部されました。それから長い歴史の中、現在は企業の地域貢献推進を取り組む一環として、地域住民から練習生を受け入れて活動しています。

『基本なくして応用なし』をモットーに趣向を凝らした身体づくりの練習と技術練習に日々取り組んでおります。
(ダイハツ空手道場 代表 田中秀幸)

道場生の声 少しずつ上達し 意欲も沸き



山下晃司 (56歳)

息子が小学校にあがる5年前の春、「空手をやってみないか？」と誘ってみたところ、「やってみる」と言うので、友人の紹介でダイハツ空手道場にお世話になる事となりました。息子の送り迎えをするなら私も一緒に51歳 遅咲きの空手デビューとなりました。当初は息子が一人で行けるようになるくらいまでと軽い気持ちでしたが、元来、毎年スキーをやっており身体を動かすのは嫌ではなく、少しずつ上達し意欲も沸き稽古がだんだん楽しくなり今日に至りました。ひとえにご指導下さる師範・指導員の方々に感謝しながら、体力・気力の続く限り稽古に励みたいと思います。当初、軽い気持ちで始めましたが、ここまで続くとは思っていませんでした。今ではダイハツ空手道場に出席して本当に良かったと思ひ、息子ともども、今後も稽古に精進し、共に黒帯を目指します。

楽しかったことは 型を覚えること



山本泰良 (小学1年)

ぼくが空手をはじめたのしかったことは型をおぼえることです。なぜなら一つ一つの型をおぼえて、ひとりでできることがすごく楽しいからです。

難しいことにも 挑戦



山本良裕 (中学1年)

ぼくが空手は空手の映画を観てかっこいいなと思ったから空手を始めました。空手を始めて良かったと思う事はいろいろな型は出来るようになったからです。仲のいい友達も出来るすごく楽しいです。これからもっとしっかりと練習をして難しい事に挑戦していき、出来るようになりたいです。

帯の色が変わって いくのが楽しみ



山本良乃 (小学5年)

私が空手を始めて楽しかった事は昇級審査です。なぜなら審査は緊張しますが、受かったら帯の色が変わっていくのでとても楽しみです。

空手をやって 強くなってる



阪上和輝 (小学5年)

ぼくは家族のすすめで空手を始めました。

大きな声で あいさつできる



木下進二郎 (小学5年)

ぼくが空手を始めたきっかけは、お兄ちゃんが練習しているのを小さい時から見ていておもしろそうだなと思ったからです。空手をやって良かったことは、いろいろな学校の友達が出来て、年れいがちがう子供とも仲よくなれたことと、一緒に練習するうちに気合が力強くなり、大きな声であいさつが出来たようになったことです。

これからの目標は、お兄ちゃんが昇級審査で黒帯になってかっこいいなと思うので、ぼくも早く抜帯(大)を覚えて黒帯を目指します。

メリハリのある いい環境



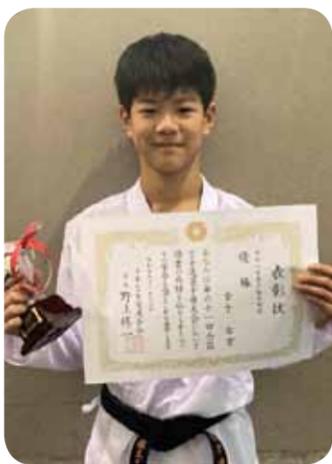
山下晃平 (小学5年)

僕はお父さんに誘われて空手を始めました。数えると5年続けていました。特に空手をしていて楽しかったことは、習っている友達と遊んだり、一緒に練習をしていることです。

空手の休憩時間に先生からみんなで鬼ごっこをしようと言ってもらったり、試合の後にみんなでご飯を食べたり、ボウリングをしたことです。それにミカン狩りバーベキューにも行けたことがうれしかったです。かといって、いつも遊んでいるわけではありません。

試合前の練習の時などはピリツとした空気でメリハリのあるいい環境だとおもいます。これからもみんなと仲良くして行きたいです。

連合会全国大会二連覇



保土ヶ谷支部

金子右京 (中学1年)

去年8月、全日本少年少女空手道選手権大会に神奈川県代表として出場する事が出来ました。

3回戦で敗退してしまい、悔しさが残ったまま全小出場翌日に連合会関東地区大会に出場して、形と組手でダブル優勝することが出来ました。

今年の関東地区大会でも組手で優勝して、去年と今年の連合会全国大会では2年連続組手で優勝し、二連覇達成することが出来ました。

中学生になりましたがこれからも一歩ずつ前進！
頑張ります。

子を見て、楽しそうやってみたいとなったからです。

初めての試合で負けたときには、悔しくて悔しくて、もっと上手になりたいと思い、真剣に空手に取り組みました。

試合では勝ったり負けたりして、色々な経験をしました。試合に負けて泣いていると、母に「泣くくらい悔しかったら、もっと練習を頑張らなさい」と言われて、もっと練習を頑張るようになりました。

今では多くの試合に出させていたただくようになり、先日の県大会では昨年に引き続き組手で1位を取ることができて、とてもうれしかったです。

空手をする上で学んだことは、感謝することの大切さです。

たくさんの方が支えてくれていて、だからこそ、頑張れる自分がいます。

これからも、いつも指導してくれている先生方、一緒に練習をしている道場のみんな、いつも支えてくれている家族に感謝の気持ちを忘れずに毎日の練習をがんばります。

わたしと初段



南相馬支部

中村玲音 (小学5年)

わたしは3歳の頃からお兄ちゃんやお姉ちゃんの練習に連れて行ってもらう、気付いたらいっしょに空手を習っていました。

大きくなるにつれて、いろんな大会に出してもらい、入賞することが出来ました。

心に残っている大会はバーチャル国際大会と糸洲会全国大会です。

第1回バーチャル国際大会では男女混合部門で3位になりました。大会結果を南相馬市長に報告して新聞に載りました。

第55回糸洲会全国大会では組手小学3〜4年女子の部で準優勝に入賞する事ができました。

大会結果を市長に報告すると新聞に載って南相馬市の広報表紙にもなりました。市長さんに報告する時は新聞記者さんからインタビューされたり写真を撮られたりとても緊張しました。
空手の練習を続けていくといっぱい友だち

第6回野馬追の里大会



大会後は「来た時よりも美しく」の精神で感謝の雑巾掛け



荒道場主宰荒司先生を中心に集合写真



団体戦優勝チーム南相馬支部メンバーと保護者

と仲間が増えます。一緒にいろんな大会で競いあった友だちと別の大会で再び会えたり、競い合った友だちが優勝する姿を見ると嬉しいし凄いなあと思ったりします。

できなくて「絶対に良い成績を取りたい」と思い、一回一回の練習を大切にしました。その結果、最近の試合では1位など良い成績を取ることができ、努力の成果を出すことができました。これは一緒に練習をしてくださった先生方や友達のお陰なので、とても感謝しています。

私にとって空手道初段は、今までの経験や思い出と私の心をまとめるリーダー的な存在になります。

空手を通じて心に残っているものは「努力は必ず報われる」という言葉です。小学1年生から4年生までは、全然良い成績が残せなかったけれど、5年生になってやっと良い成績が残せるようになり、その時に「努力は必ず報われる」という言葉を信じてやってきてよかったと思いました。

努力は報われる

これからも努力を続けて、もっともっと良い成績を取りたいです。



拳志館横路支部

吉川昇輝 (中学1年)

僕が空手を始めたのは、小学校1年生の秋です。始めたきっかけは父と母に「何かスポーツをしたら」と言われ、いくつかの選択肢を出してもらい空手に決めました。

最初は型や基本などを覚えるので一生懸命でした。初めての試合では、型も組手も全然



拳志館横路支部

吉川瑠香 (小学5年)

私は、幼稚園の年長から空手を始めました。始めたきっかけは、兄が空手をしている様

令和5年11月26日福島県南相馬市において日本空手道糸洲会荒道場第6回野馬追の里大会が開催されました。

福島県と宮城県から幼年から一般までおよそ80名が参加し日頃の成果を競い合った。大会終了後は全員で体育館を雑巾かけ！
思い出っぴいの大会になりました。
(南相馬支部 中村)

【型競技 個人】

◎幼年男子 1位/平山昇磨(南相馬) 2位/上田楠(南相馬) 3位/吉開叶夢(福島中央) 清野奏一(新地)

◎小学1年男子 1位/吉田悠人(相馬東) 2位/氏家佳輝(南相馬) 3位/金内歩(南相馬)

◎小学1・2年女子 1位/平菜織(南相馬) 2位/中村莉緒(南相馬) 3位/伊藤歩結(福島中央)

◎勝山陽菜(新地)

◎小学2・3年男子 1位/平山克磨(南相馬) 2位/金内駿(南相馬) 3位/渡辺創大(福島中央)

◎安富琉正(仙台高森)

◎小学3・4年女子 1位/三瓶可菜(福島中央) 2位/石戸谷海音(南相馬) 3位/上田乙姫(南相馬)

◎渡部藍生(南相馬)

◎小学4・5年男子 1位/目黒佑和(新地) 2位/安富稜人(仙台高森) 3位/大野律己(仙台高森)

◎川嶋想望(新地)

◎小学6年男子 1位/菅野晴空(南相馬) 2位/遠藤健(福島中央) 3位/櫻井隼斗(福島中央) 米澤藍希(相馬東)

◎小学5・6年女子 1位/佐々木心花(新地) 2位/目黒莉明菜(新地) 3位/服部夢(相馬東) 渡辺聖梨菜(福島中央)

◎中学生男子 1位/櫻井拳斗(福島中央) 2位/櫻井龍斗(福島中央) 3位/平翔吾(南相馬) 佐藤優樹(福島中央)

◎中学・一般女子 1位/米澤舞(相馬東) 2位/目黒稟栞(新地) 3位/大野唯花(仙台高森) 安藤優(福島中央)

【組手競技個人】

◎幼年男子 1位/佐藤陽澄(南相馬) 2位/上田楠(南相馬) 3位/平山昇磨(南相馬) 吉開叶夢(福島中央)

◎小学1年男子 1位/吉田悠人(相馬東) 2位/金内歩(南相馬) 3位/氏家佳輝(南相馬)

◎小学1・2年女子 1位/平菜織(南相馬) 2位/中村莉緒(南相馬) 3位/勝山陽菜(新地)

◎小学2・3年男子 1位/渡辺創大(福島中央) 2位/平山克磨(南相馬) 3位/田中健晴(仙台高森)

◎安富琉正(福島中央)

◎小学3・4年女子 1位/石戸谷海音(南相馬) 2位/川嶋想望(新地) 3位/渡部藍生(南相馬)

◎上田乙姫(南相馬)

◎小学4・5年男子 1位/安富稜人(仙台高森) 2位/関根蒼空虎(新地) 3位/川嶋想望(新地)

◎目黒佑和(新地)

◎小学5・6年女子 1位/渡辺聖梨菜(相馬東) 2位/服部夢(福島中央) 3位/中村玲音(南相馬)

◎小学6年男子 1位/米澤藍希(相馬東) 2位/菅野晴空(南相馬) 3位/佐藤竜司(相馬東) 遠藤健(福島中央)

◎中学生男子 1位/櫻井龍斗(南相馬) 2位/佐藤晴陽(福島中央) 3位/平翔吾(南相馬) 金野朔(相馬東)

◎中学・一般女子 1位/米澤舞(相馬東) 2位/目黒稟栞(新地) 3位/大野唯花(仙台高森)

【支部対抗団体戦】

1位/南相馬A 2位/相馬東

1位/南相馬A 2位/相馬東

第18回九州地区交流・第38回糸洲会鹿児島県大会

令和5年12月3日(日) 鹿児島アリーナ武道場

第18回九州地区交流・第38回糸洲会鹿児島県大会が鹿児島市立鹿児島アリーナ武道場で開催された。



隈本優羽奈選手の上段蹴り(大崎)



井出俊郎大会会長の挨拶



記念撮影

今年燃ゆる感動がごしま国体空手道で鹿児島が天皇杯を獲得し、九州地区では全日本少年少女大会に3名出場、連合会全国大会では隈本優羽奈さんが3位に入賞するなど輝かしい年でした。

果を發揮し正々堂々戦います。隈本優羽奈(糸洲会大崎)の力強い選手宣誓がなされ、熱戦が繰り広げられた。今年最後の大会で選手は気迫の戦いで会場は盛り上がりました。

井出俊郎会長挨拶の後、「日頃の練習の成

【型競技個人】

- ◎ 幼児男女 1位/中村斗記(伊敷台)
- ◎ 小学1・2年男子 1位/松田鳳末(枕崎) 2位/春藤奏翔(伊敷台) 3位/安田貴彦(福岡)
- ◎ 小学3・4年男子 1位/松野下湧(枕崎) 2位/今給黎和幸(枕崎) 3位/村山英道(鴨池)
- ◎ 小学5・6年男子 1位/松田篤生(枕崎) 2位/登野城春琉(伊敷台) 3位/朴成均(鴨池)
- ◎ 中学生男女 1位/今給黎直路(枕崎)
- ◎ 高校・一般 1位/安田雅彦(福岡)
- ◎ 小学1・2年女子 1位/上村和果(鴨池) 2位/宮本紗良(伊敷台)
- ◎ 小学3・4年女子 1位/藤山もか(鴨池) 2位/安田はつき(福岡) 3位/福田梨佳子(熊本)
- ◎ 小学5・6年女子 1位/安田あゆみ(福岡) 2位/鈴木美音(鴨池) 3位/地頭蘭真理(枕崎)
- ◎ 小学5・6年男子 1位/池田光希(伊敷台) 2位/遠山泰就(枕崎) 3位/牛島健心(鴨池)
- ◎ 幼児男女 1位/中村斗記(伊敷台) 2位/安田ひかり(福岡)
- ◎ 小学1・2年男子 1位/坂本慎龍(大崎) 2位/鶴田悠悟(伊敷台) 3位/川原圭人(大崎)
- ◎ 小学3・4年男子 1位/松野下湧(枕崎) 2位/坂本龍鵬(大崎) 3位/川原倅心(大崎)
- ◎ 小学5・6年男子 1位/池田光希(伊敷台) 2位/遠山泰就(枕崎) 3位/牛島健心(鴨池)
- ◎ 中学生男子 1位/隈本優羽奈(大崎) 2位/川原礼也(大崎) 3位/宮下蒼生(枕崎)
- ◎ 小学1・2年女子 1位/上村和果(鴨池) 2位/宮本紗良(伊敷台)
- ◎ 小学3・4年女子 1位/窪田愛々(大崎) 2位/安田はつき(福岡) 3位/日高翠(鴨池)
- ◎ 小学5・6年女子 1位/平峰莉乃愛(伊敷台) 2位/西見菜那(鴨池) 3位/上野紬(大崎)
- ◎ 小学生男子 1位/伊敷台(春藤奏翔・鶴田悠悟・安田貴彦) 2位/枕崎B(今給黎和幸・松野下湧・松田鳳末) 3位/谷山(山口陽生・今西奏大・村山英道)
- ◎ 小学高学年男子 1位/枕崎(遠山泰就・松田篤生・地頭蘭真理) 2位/伊敷台(中村楓雅・池田光希・朝隈盛士郎)
- ◎ 小学低学年女子 1位/鴨池A(上村和果・宮本紗良・中島凜音)
- ◎ 小学高学年女子 1位/大崎(窪田愛々・上野紬) 2位/鴨池(西見菜那・鈴木美音)
- ◎ 中学男子 1位/大崎(隈本優羽奈・川原礼也・北村颯真)

燃ゆる感動がごしま国体鹿児島県「天皇杯」獲得

令和5年10月8〜10日 サンアリーナせんだい



組手団体戦決勝の大将戦で中段蹴りを決めた帖佐太陽(鹿児島)

第78回特別国民体育大会(燃ゆる感動がごしま国体空手道競技会)が薩摩川内市立サンアリーナ川内で開催された。
3年延期になり役員・選手のモチベーション低下を招きましたが「ピンチはチャンス」、県連盟一丸となりそれぞれの立場で全力を尽くした結果、天皇杯(男女総合優勝)を獲得しました。
特に団体組手決勝戦では大将戦で上段回し蹴りが決まり、京都府を3・2で下し奇跡の優勝を飾りました。
井出俊郎鹿児島県連盟常任相談役は競技副委員長として、大会の運営、表彰式のプレゼンターや笹川会長の送迎等任務を果たしました。



天皇杯(男女総合優勝)獲得



表彰式プレゼンター井出俊郎競技副委員長



笹川善弘副会長、井出俊郎県連盟常任相談役、笹川堯会長、喜島智香子常任理事、糸川正晃常任理事

関東地区協役員会議・有段者講習会

令和5年12月17日(日) 総本部道場



全員で基本・型稽古



集合写真

令和5年12月17日(日)、総本部道場において関東地区協議会役員会議・有段者講習会が実施されました。
午後1時から開かれた役員会議では令和6年当初に実施される第63回江ノ島寒稽古実施要綱と第40回糸洲会東日本少年少女空手道錬成大会実施要綱について討議・決定がされました。
◎寒稽古 令和6年1月7日(日) 10時半〜12時半 藤沢片瀬海岸東浜に直接集合
◎錬成大会 令和2月25日(火) 9時半〜16時 鶴見大学体育館 競技種目は前回と同様。多くの選手参加に努力する。
役員会議後の午後3時からは型講習会が実施され、20名の参加者が坂上会長の指導を受けながら楠原清誌先生の号令の下、基本練習に続きバツサイ大、ワンカン、ワンシユ、シソーチンの型に汗を流した。



坂上宗家による指導

芦屋空手道協会創立70周年・高橋誠彦会長米寿の祝賀会

令和5年8月27日(日) 芦屋空手道協会



70周年記念と米寿祝い

さる令和5年8月27日(日)、芦屋空手道協会創立70周年および高橋誠彦会長が米寿を迎えられましたことを記念しての大会および記念祝賀会を開催させていただきました。芦屋空手道協会は昭和28年に創設者の石井那促先生(拓大OB)により創設され、当初より高橋誠彦先生を始めとする諸先生・諸先輩方および関係各位のご指導の下、今年70周年を迎えることができました。

本来なら関係各位をお招きしての記念行事を開催させていただきたいところでしたが、コロナも終息したとは言え、ご来賓をお招きしての開催は憚られる状況を判断して身内だけの開催とさせていただきます。

芦屋市立体育館においての大会(型、組手試合)では少年少女の部および一般の部の練習生が気合十分に大会を盛り上げてくれました。

会場を移しての祝賀会では島根県在住の佐々木正行先輩を始めとして津田文夫先輩、濱田恭一先輩、吉永昭先輩、難波利将先輩、鈴木幾多郎先輩も駆けつけていただき、高橋誠彦会長に米寿のお祝いをいただき、また遠い昔話に花が咲き盛り上がった中で夜も更けて行きました。

(芦屋空手道協会 岡田新一)



70周年記念道場内大会

拳志館型講習会に参加して

令和5年11月11日(土)〜12日(日) 拳志館

私は空手を始めて四年半になります。最初は子どもが習い始め、付き添いで見学をしながら私も習ってみようかなと思っていたところ、先輩や周りの保護者に背中を押され習い始めました。

普段の道場の練習では子ども達にまざり一緒に汗を流しておりますが、今回の型講習会は普段指導されている先生方の中にまざっての講習でしたので身が引き締まる思いでした。

講習の型は、内歩進初段・二段・三段、スーパージンペー、二十四、五十四歩、松茂良鷹牌の七種類の型を習いました。

内歩進の型は、今まで習ったこともなく見たこともない型でした。型の中では常に内歩進立ちをしておかないといけないのですが、慣れない立ち方だったので大変辛かったです。



野島館長挨拶

スーパージンペーは試合などで中学生や高校生が得意型で演武しているのをよく見ますが、いざ習ってやってみると拳動数も多く、四股立ちなど辛い立ち方も多くあり、かなり体力が必要な型だと実感できました。

その他の型も時間がなく駆け足にはなりませんが習うことが出来、たいへん勉強になりました。

今回の講習会に参加して、普段、審査や試合で見る事のない内歩進の型を習うことが出来たのでとても良かったです。

先生方にまじり、いい緊張感の中での講習会はいへん有意義な時間でした。同時にまだまだ空手に対して鍛錬・勉強が足りていないと痛感した講習会でした。

(拳志館熊野 三塩徹)



内歩進初段



内歩進立ちの指導

北海道常明館 連合会全国、北海道予選で入賞

令和5年11月19日(日) エディオナアリーナ大阪(大阪府立体育会館)
令和5年11月18日(土)〜19日(日) 北広島市総合体育館



優勝・菊川陽向選手、第3位・菊川真心選手

令和5年11月19日(日)、エディオナアリーナ大阪にて行われた第61回日本空手道連合会全国空手道選手権大会で以下の2名が優勝・入賞しました。

◎形の部小学生3年の部 優勝・菊川陽向
◎形の部小学生1年の部 第3位・菊川真心

また、令和5年11月18日(土)〜19日(日)、北広島市総合体育館にて全日本少年少女空手道選抜大会北海道予選が行われ、2月函館市で開催される「第3回全日本少年少女空手道選抜大会」に形の部で入賞し以下の4名が全国大会の切符を手に入れました。

- ◎北川流輝(6年)
- ◎菊川陽向(3年)
- ◎佐藤慧奈(2年)
- ◎菊川真心(1年)



北川流輝選手



菊川陽向選手

特別寄稿

人工股関節置換術奮闘記

飯森 恵

約10年通った整形外科でも一向に良くならない右股関節の痛み。歩く度に痛み、足を引くこと約1年。思い切って整形外科を受診。股関節のレントゲン写真を見せられ、その説明を聞いて、愕然。

「隙間が全部なくなった。骨が真っ白になってカチンコチン。ギザギザになって骨に穴が空いている状態。角(つ)もある。骨同士が削られながら変形している。病名は変形性股関節症。」

「リハビリでは良くなりません。手術ですね。そこで質問。」

「術後はリハビリが必要ですか?」「空手がリハビリになる」といふ医師の言葉で、即決断。

2023年8月初めに決定。その手術間近に参加した関西地区審判講習会、私の歩き方を見て、手術経験者の先生の「早よ、手術しよ」の言葉に励まされる。

時期を1週間早めてもらって約3週間。8月終わりに退院。その3日前に念願の「あぐら」がかかるようになる。杖なしで歩けるし自転車にも乗れた。足のだるさも消えている。



病院にて。歩けるのに車椅子

入院中から退院後も、道場の先輩や関西地区の先生方にはいつも「焦らないで、ゆっくり、ゆっくりね」と、つい調子に乗って動きすぎる私を諭してくれたことを肝に命じて、今後出来ることを自然体で増やしていこうと思っている。

9月中頃から道衣を着て、私は今、空手に復帰出来ているのである(組手は禁止、ではある)。

ただ、日に日に動きやすくなってきて、10年前の身体に戻ったような今日この頃である。

【お詫びと訂正】

本誌2023年紅葉号に以下の誤りがありました。修正したものを「増補改訂版」として再発行致しましたが、ここに改めてお詫びし訂正させていただきます。

10ページ下段「優勝者の顔」B13組手高校生男子「白井空選手」(富永道場)の写りが間違っていました。正しい写真をここに掲載させていただきます。

11ページ上段「B16 組手一般女子(19~35歳)」「吉田ほたる選手」(阪南大学)の写りが間違っていました。正しい写真をここに掲載させていただきます。

12ページ二段目「A5型 小学生6級(5級(4年~6年))」の表彰写真が間違っていました。正しい写真をここに掲載させていただきます。

23ページ「初段合格者一覧」少年初段後ろから2行目に「米良陽結」様とありましたが、正しくは「米良陽和」様です。また一般参段の欄に「山下珠美」様が抜けていました。

関係者の方々には多大なるご迷惑をおかけいたしました。たいへん申し訳ございませんでした。

訂正してお詫び申し上げます。



B16組手 一般女子 (19~35歳) (阪南大学) 吉田ほたる



B13組手個人戦高校生男子 (富永道場) 白井空



◎A5型 小学生6級~5級(4年~6年) 1位/紺野純伶(横須賀支部) 2位/山野井玲南(糸洲会子安) 3位/月泉杏音(体誠塾五月田) 榊井大和(南大江)

会報委員 紹介



関西地区 会報会計担当 三浦直(松風館) 教士七段 常任理事

令和5年度より関西地区及び会報会計担当

当をさせていただいております。会報を通じてより多くの会員の声(情報)を届けたいと思っておりますので、ご協力宜しく願います。 昨今、会報部数が減少しておりますので一人でも多くの方にご購読をしてもらえるようお願いしております。 『会報いとす』は皆様のご購入で運営されていきますので今後とも皆様のご協力を宜しくお願い致します。

昇段審査合格者一覧

(令和5年9月21日~12月20日まで)

●少年部

【初段】

下津慶史、朴仁均、朴成均、三島快翔、平峰莉乃愛、佐藤愛音、山崎優樹穂、鈴木颯介、小泉くるみ、後藤慧伍、深浦璃久、大谷玲、大嶋鈴央、高橋昌也、矢幅鋼、新垣怜旺、早月飛空、佐々木心花、八原琉衣、溝口一花、粉室彩、國吉美良、井上岳、油布優音

【二段】

丸山泰徳、西山姫世華、内藤楓

●一般

【初段】

笠井慎介、野崎奏、田村祐貴、小柳聡美、平野浩祐、林洋嘉、菊田一秀、南啓太、鈴木康太、小林昂、佐藤圭馬、一山将喜、鈴木国章、澤登唯志、石戸谷政伸、鷲巣裕一郎

【四段】

【二段】

山田尚

道草

その二十二 武道と暗黙(あんもく)知(ち)

一般的に武道は「人格形成」や「マナー」が発達すると思われている。

この視点に立つて武道を考察すると、武道は「武士道」とその思想の上に成り立っていたことが明白である。

「武士道といふは、死ぬ事と見付けたり」。武士の心得を説いた「葉隠」に記されている言葉ですが、武士は常に生き方・死に方が求められており、これを自覚し実践する手段として武道の存在があった。

しかし、現代は「民主主義」の時代である。武道と武士道はかけ離れている。武道によって人間形成やマナーが発達するとすれば、本人の「心がけ」によることも明白である。

近年のスポーツ界は、競争の原理(ルール)によって多くの情報を生産し、マスコミはこれをリアルに報じている。一方、競技スポーツは、大衆を前にして優劣を決する「残酷」な性質がある。

これがプレッシャーになると、人格形成や部活動など、多くの不祥事が発生し、スポーツは社会のお荷物と言われることも多い。

この点、「糸洲会」の会員は、勝敗への競技思考でなく、肅々と空手道の稽古に励む会員が多く真面目な印象を受ける。

「なぜだろうか?」

「糸洲会」の空手は「型」の種類が多く習得に年月を要する。「心技一如」とも言える「暗黙知」が多く存在している。

料理で言うと「レシビ」は「形式知」ですが、あの店の料理は「なぜか」美味しい。その「なぜか」のスキルが「暗黙知」である。

空手道には「からだの使い方と動かし方」、さらに「感性のコントロール」など多くの「暗黙知」が存在する。私たちはその魅力を丁寧に蓄積し豊かな人間形成に努める。

その姿こそが「令和の武士道」ではないだろうか……。 不透明な時代ですが、これらの活動を大切にしたいものである。

▼「暗黙知」習得の要点。

- ①ベテランと一緒に「見る・観る」の体験。
②理論的・バイオメカニックス的・分かりやすく。
③他の文化の知見や美意識も参考にす。
④アウトプットは最大のインプット、「出来る」を鍛える。

編集後記



《お詫び》 昨年の「紅葉号」、訂正箇所が多く、改訂版を再発行させていただきました。ご迷惑をおかけしましたこと深くお詫び申し上げます。

昨今の日本、社会が豊かになり、情報も物質も文化活動も溢れかえっている。心を癒してくれるはずの音楽や映像や書物さえも溢れかえるとストレスになる。

一方、教育も資格も経験も賞味期限が短くなり、人間関係も希薄になった。私たちは選択肢が多いことと幸福の度合いが必ずしも一致しない社会を生きている。

何が勇気で、何が正しいのだろうか……? 私たちには「心」と「体」を一致させる「空手道」がある。「寒いけど今日も頑張ろう」かな?

「いとす会報」は、皆さんの「元気な声」だけでなく「つぶやき」もまっています。謹賀新年

昨年度は大変お世話になりました。本年もどうぞよろしくお申し込み申し上げます。 会報委員一同、今年も頑張ります。

(会報委員長 林 開作)

お知らせ

2024年「薫風号」締切日は2024年4月25日です。 原稿の投稿については、所属長を通じて下記の地区担当の会報委員にお知らせください。 北海道地区/栗城憲康 東北地区/中村博之 関東地区/名古屋尚也・大貫光伸 関西地区/三浦直・飯森恵 中国地区/鈴木隆徳・羽部千敏 四国地区/林開作 九州地区/井出俊郎

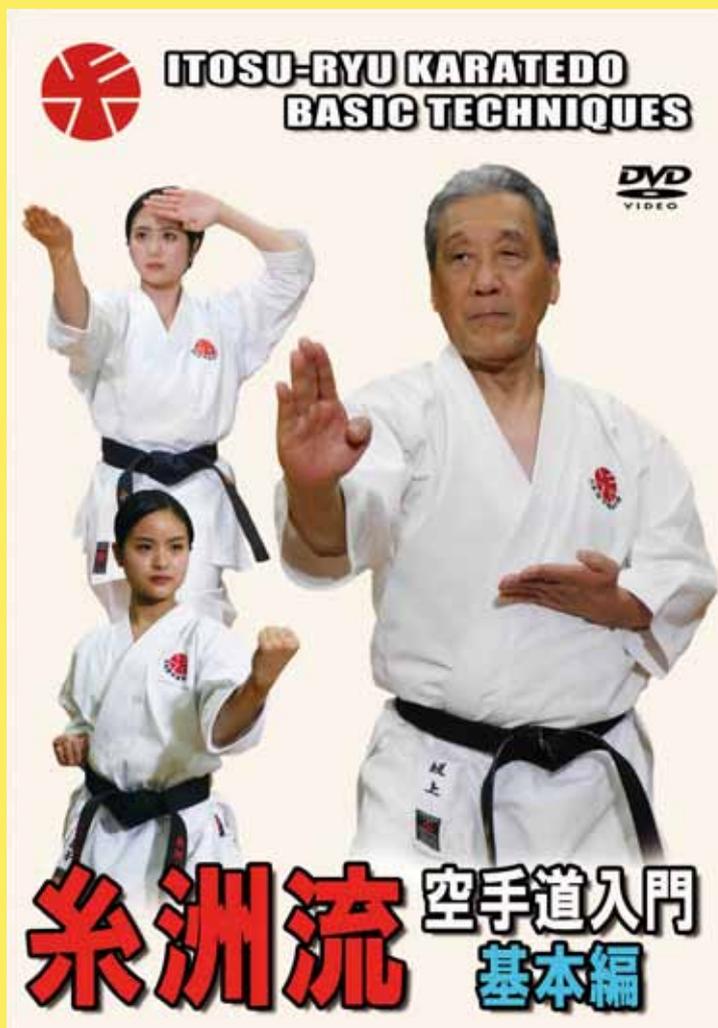
東京堂インターナショナル advertisement for martial arts equipment. Includes website URL http://www.tokyodo-in.co.jp and product details for '空手道型大鑑' (Karate Dojo Type Daikan) and 'アスリート3' (Athlete 3) gear.

審議員 林 開作

英語・スペイン語字幕付き
収録時間/65分
企画・監修/坂上節明
制作・構成・編集/小田歩
定価/7,000円

【収録内容】

糸洲流の歴史
座礼
拳の握り方
立ち方
用意～直れ
部位の名称
攻撃法
防御法
受けの五原則
移動式
四方体さばき
肘当て五法・手刀打ち三法
基本型1-10
約束組手1-10
鍛錬組手
巻き藁突き



DVD
糸洲流空手道入門
基本編

DVD「糸洲流空手道型大鑑」

シリーズ全5巻 英語字幕付き

監修・指導/坂上節明 企画・協力/日本空手道糸洲会総本部 カラー・120分

定価各巻/5,880円(税込) 会員価格/5,200円 製作/株式会社クエスト



「糸洲流空手道型大鑑」
DVD-BOX
5巻組・カラー550分
豪華ボックス仕様
5巻セット
会員特別価格 23,000円

会員必需品！ お求めは各道場責任者にお問合せください

発売/糸洲会総本部 〒230-0048 横浜市鶴見区本町通1-16-5
TEL:045-521-6318 FAX:045-503-2040