

日本空手道糸洲会機関誌 vol.79



いとす



2023 年
紅葉号

第 56 回全国大会

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



団体組手優勝の阪南大学Bチーム

酷暑の中、7月29日(土)・30日(日)の2日間にわたり、第56回日本空手道糸洲会全国空手道選手権大会は、東和薬品RACTABドーム(大阪府立門真スポーツセンター)にて第56回全国大会が開催されました。



大会実行委員長
藤田 榮三

令和5年7月29日(土)・30日(日)、大阪府門真市の東和薬品RACTABドーム(大阪府立門真スポーツセンター)にて第56回全国大会が開催されました。

第56回糸洲会全国選手権大会 大阪で開催！

令和5年7月29日(土)・30日(日)東和薬品RACTABドーム(大阪府立門真スポーツセンター)

ドーム(大阪府立門真スポーツセンター)において開催いたしました。また7月29日(土)には森ノ宮KKRホテルにおいて前夜祭も開催いたしました。

宗家坂上節明ご夫妻、ご長男、高橋誠彦、土川昭、十島博徳顧問の皆様はじめ糸洲会役員、審判員に参列いただき盛会裏に無事大会が終了しましたことをご報告いたします。

国際交流と技術の向上を目的として、中国から上海チーム、杭州チームの参加があり、おおいに盛り上がりました。(残念だったの



開会式で挨拶をする坂上会長



八島和雄・大会委員長の開会宣言



選手宣誓、齋藤辰紀選手

はスリランカから40名参加申請あり受付ましたが、渡航ビザが降りず不参加。

ご参加いただいた選手、関係者の皆様、そして応援いただいた観客の皆様、誠にありがとうございました。

皆様の情熱と努力によって、この大会は成功裏に終了することができました。今後もし空手道の普及と発展に努めてまいりますので、引き続きのご支援を賜りますようお願い申し上げます。ありがとうございました。

この度は、大会は準備段階から変則的な進行で実施されました。大会本部委員長の柏木氏には、大変なご足労をお掛けしました。

また主管地区の才脇孝、濱田庄蔵氏、実行担当者にも多々ご迷惑おかけし申し訳ありません。最後までありがとうございました。

次回には、関西地区として一致団結して開催できるように皆様のご理解とご協力を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取り「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、坂上隆祥の三世代より伝承された「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 2023年 紅葉号 CONTENTS

第56回糸洲会全国選手権大会	3
特別寄稿 草加哲夫	14
【誌上講座】身体の構造や機能を知ることが	
「動き」を変える(第二回) 羽部千敏	15
会員の声	17
トピック	17
コラム「道草」	22
昇段審査合格者	23

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 2023年10月1日

第 56 回糸洲会全国大会



型 一般男子有段男子 36 ～ 50 歳の部優勝、高杉晃生（体誠塾岸和田）



一般女子有段 36 ～ 50 歳の部優勝、端山亜希子（芦屋空手）



型 幼児の部優勝、駒井結友（新誠館桜井）



一般男子有段 51 歳以上の部優勝、深田茂（糸洲会静岡）



組手団体戦決勝。阪南大学 B VS 阪南大学 A



大会審判長
伊藤収登

第56回日本空手道糸洲会全国選手権大会が、令和5年7月29日（土）・30日（日）に大阪府立門真スポーツセンター・サブアリーナで開催されました。

3年）と高学年（4～6年）に分かれ、4種目増えて型は21種目での試合になりました。1日目（29日）に幼児の部と36歳以上の部の試合が行われ、2日目に（30日）に小学生以上、35歳までの試合がおこなわれました。試合が見やすいコートづくり、選手のマナー（試合開始・終わりの礼、試合開始時のグータッチ、終了時の握手、無意味な奇声の禁止）の徹底を目標に掲げました。審判員の先生方には選手のマナーの指導もお願いし、試合をすすめました。

選手の皆さんはマナー良く、正々堂々と自分の練習成果を発揮し試合に臨まれていたと

思いました。今回は、中国選手とスリランカ選手の参加申請がありましたが、スリランカ選手が諸事情で参加できませんでした。しかし、中国から13名の選手が出場し、堂々と戦っていたのは素晴らしいことです。

今大会は、380人（出場者実人数）でしたが、関西地区以外の地区からの参加が少なかったことは残念でした。次回大会では全国から多くの選手の参加を希望いたします。大阪での久しぶりの全国大会でしたが、大会の運営にご協力して頂きました大会実行委員、審判員、係員、選手の皆様に心より感謝申し上げます。



組手 幼児決勝、高橋柚葉（富永道場）vs 甲斐湊人（富永道場）

申し上げます。



組手個人戦一般有段男子 36 ～ 50 歳の部決勝、黒木伸厳（芦屋空手）vs 長瀬純一（横須賀支部）



型 一般女子有段 51 歳以上の部優勝、中村郁美（拳夢ヶ丘）

令和4年度表彰者

◎栄誉賞（最優秀選手2名）

岡田満里（拳志館昭和広島）

土橋輝太郎（吹田青少年）

◎殊勲賞（優秀選手2名）

日野正剛（日野支部）

小林かおり（拳志館昭和広島）



代表として表彰状を受け取る健闘賞A金子右京（保土ヶ谷支部）

◎健闘賞A（優秀選手1名）

金子右京（保土ヶ谷支部）

◎健闘賞B（優秀選手12名）

富永哲平（富永道場）

菅野哲多（藤田道場兵庫支部）

戸原唯愛（拳志館昭和広島）

木下こころ（拳志館熊野）

佐々木茉梨（拳志館熊野）

小林功宜（拳志館熊野）

栗原怜之（拳志館熊野）

渡邊夏穂（拳志館熊野）

藤本侑駕（拳志館八本松）

福原要汰（拳志館八本松）

宮本泰志（拳志館八本松）

宮本琴葉（拳志館八本松）

※大会パンフレットでの記載に誤りがありました。ここに訂正してお詫び申し上げます。



A2型 小学生7級以下
(体誠塾岸和田)
中尾圭汰

ぼくは小学1年生から空手をならいました。いっぱいれんしゅうをしてゆうしょうすることができました。つぎの大会でもゆうしょうしたいです。

第56回糸洲会全国選手権大会幼児の部で優勝できて、すごく嬉しかったです。昨年5月から空手を始めて、森口師範にたくさん教えてもらって、周りのお兄さん、お姉さんに教えてもらえたから、今回、優勝できたのだと思います。これからもしっかり練習をがんばってもうまくなりたいです。そして道場のお兄さん、お姉さんみたいにになりたいです。



A1型 幼児
(新誠館桜井)
駒井結友

優勝者の顔



前夜祭にて紹介された中国チーム



前夜祭では約100名の関係者が訪れ、和気あいあいと親睦を深めた

特別寄稿

初めての古武道演武

草加哲男

今年、第56回糸洲会全国大会で金剛流古武道を演武させて頂くことができました。これも大会実行委員会の方々を初め関係の方々のご支援の賜と感謝いたします。

- 演武の内容は次の6種目でした。
- 1、ヌンチャク「金剛のヌンチャク(小)」5名による団体演武
 - 2、棒術「周氏の棍(大)」6名による団体演武
 - 3、トンファ「濱比嘉のトンファ」得能裕先生
 - 4、金剛の釵「龍尾の釵」加藤昭二先生
 - 5、棒術「流星の棍」大林正弘先生
 - 6、權棒「津堅砂掛の權」横山昭一先生



もう4～5年前だったと思います。DVD琉球古武道金剛流「棒術編」が発売されたので早速購入しました。

拝見していますと、糸洲会会員の小田歩先生の棒術を指導されている姿が目にとび込んできました。

小田先生は、小学3年生の頃にはもうヌンチャク等の古武道具を振りながらよく遊んでいたとのことでした。

小田先生には、平成17年(2005年)、ロサンゼルス国際大会で現地で大変お世話になりました。当時のことを今でもよく思い出します。

さて、昨年の11月6日でした。

浜松市の「森の家」で開催されました師範会に出席しました際に、小田先生から古武道を教わる機会がありました。このときは加藤昭二先生、得能裕先生、小生そして数名の方が見学などされていたと思います。およそ3時間、小田先生の懇切丁寧で熱意溢れるご指導を頂きました。

今年に入って3月の12、13日でした。1泊2日で坂上宗家の総本部道場(琉球古武道金剛流総本部)で開催の研修会に参加しました。ここでも、小田先生の指導のもと、総本部の横山正一先生、大林正弘先生、そしてスエーデンから訪日中のヨーロッパ代表とバー副代表も参加され、共に練習しました。先生方の見逃すまい聞き逃すまいとする真剣さに心打たれました。

大阪に帰って、4月から飯森恵先生も加わり総勢6名が茨木市の中津コミュニティセンター等で練習を重ねてきました。

殊(こと)の外(ほか)、加藤先生と得能先生の古武道に掛ける執念と熱意に感心させ

いできました。

けっしうでは大すきな四だんをしました。はんていの時、ドキドキしたけど、ゆうしうでした。

すごくうれしいです。

次の時は、もっとうまくなって、またゆうしうできるように練習します。



A5型 小学生4～6年6～5級
(津浜道場)
紺野純伶

初めての全国大会できんちょうして前の夜は眠れませんでした。

でも会場でゆき子先生が「いつも通りで良いよ」と言っ下さり、安心しました。

私は体が小さいけど、大きな声と気合いで負けない! と思っ全力を出しました。

優勝と分かって本当にうれしかったです。パパとダブル優勝の夢がかないました。

私は空手のおけい古をがんばってゆき子先生みたいにきれいで強い人になりたいです。



演武者たち

られました。加藤先生はある時は腰痛を堪(こ)らえ、またある時は得能先生が左手首の腱鞘炎を起こす程でしたね!

このような古武道の練習を重ねているうちに「大会で演武」という知らせが届きました。それからというものの、歳甲斐もなくじわじわと緊張感が沸いてきました。

そして、当日を迎え控室で総本部の先生方と共に6名、20分程の時間でしたが、コラボすることができました。

終わってみれば、「武術もまた楽しからずや!」そんな心境の今日この頃です。

最後になりましたが、小田先生、そして会場の借用の手続きやビデオ撮影等陰になり日向になりサポートして下さいました永野明典先生・嘉子先生ご夫妻、飯森恵先生に心から感謝申し上げ、古武道演武のご報告とさせて頂きます。



A6型 小学生1～3年4～3級
(新誠館桜井)
中西結士

ぼくは糸洲の全国大会にはじめて出場しました。なので、いつもよりきんちょうしました。

でも、ゆうしうできてうれしかったです。これからも練習をがんばって上手になりました。



A7型 小学生4～6年4～3級
(体誠塾岸和田)
橋本知弥

ぼくは今回の全国大会で優勝できてとてもうれしかったです。ぼくは今まで、たくさんの大会に出てきましたが、なかなか勝ち進むことができませんでした。

だから、1年くらい前からうれしいこに通信始めました。

多い時は週に5回通っていました。

しはんや指導員に違(ちが)うところを直してもらっ、それがうまくて辛(くる)い時もあつたけど、何度(なんど)もけいこに通って練習してきたので今回優勝できて本当にうれしかったです。



A 19 型 一般女子有段 36～50 歳
(芦屋空手)
端山亜希子

今回個人型の部で優勝させて頂きました。
地元大阪門真での大会で勝てた事が大変嬉しく思います。
これも日頃から指導頂いております師範や諸先輩方、家族の応援と理解のおかげだと思っております。
次回の広島大会では三連覇できる様に、日々の鍛錬を重ねて行きたいと思っています。
最後に大会開催にご尽力頂いた皆様に感謝申し上げます。
本当にありがとうございました。



A 18 型 一般男子有段男子 36～50 歳
(体誠塾岸和田)
高杉晃生



A10 型 小学生有段者
(藤田道場)
北村ひかり

私が空手を始めたのは、先に始めていた当時ようち園の弟のけい古について行った事がきっかけでした。その時私は2年生終わりで少し遅いスタートでした。
私は負けず嫌いな性格なので家でも練習をしたり、上手な人の動画を見て学びました。
糸洲の全国大会は2回目です。去年は準優勝だったので、今年は優勝できてうれしかったです。いつも指どころくれる先生や先はい達、そして両親にとっても感謝しています。



A9 型 小学生4～6年2～1級
(静岡支部)
石田夏依莉



A8 型 小学生1～3年2～1級
(常明館)
菊川陽向

昨年初めて出場した糸洲会の関西地区大会で一回も勝てなくて、次は絶対にメダルがほしいと思って練習をがんばりました。



B1 組手 幼児男女混合
(富永道場)
高橋柚葉



A 21 型 一般女子有段 51 歳以上
(拳夢ヶ丘)
中村郁美

70歳を過ぎて参加できている事をまず喜び
としたい。年を重ねる事に競う・争う・比べる空手から、皆で楽しめるにはどうしたら良
いかを模索している自分がいいます。
今回も東京・大阪・広島・鹿児島・北海道を始め、多くの諸先生方と語らえる時間が少しとはいえとれた事を嬉しく思います。



A 20 型 一般男子有段 51 歳以上
(静岡)
深田茂



A13 型 高校生男子の部
(藤田兵庫)
菅野哲多



A12 型 中学生女子の部
(藤田道場)
北村ひなた

ぼくはこの大会に向けて先生に新しい型を教わり、一生懸命練習してきました。
そして、その型で優勝できてうれしかったです。
もっと練習を続けて磨いていきます。



A11 型 中学生男子
(吹田青少年片山)
布引柊吏

「いつか親子でダブル優勝が夢だね」とお稽古の帰り道、夜風に吹かれながら娘と話したことが叶いました。
娘が大会で全身全霊を尽くす姿に胸打たれ、私も力をもらいました。
裕季子師範や先生方の熱心なご指導のお陰です。
前夜、妻からの「我を捨てて型に入っていくと良いよ」の言葉も印象深く、道場訓にある「求道の精神を怠らざる事」を大切に、今

空手の練習の無い日は家でパパに教えてもらったりしました。
全国大会ですつとほしかった一番のメダルがもらえてとても嬉しかったです。
これからも練習をがんばって強くなりたいです。黒帯にもなりたいです。



A15 型 一般有級 19 歳以上
(津浜道場)
紺野忠彦

今回の全国大会が私にとって久しぶりの試合でも緊張しましたが、優勝ができて良かったです。
私の座右の銘は「継続は力なり」です。この言葉を常に心がけ、練習をしてきました。これからも師範の指導のもとで道場の仲間たちと切磋琢磨し、空手を楽しんで続けていきたいです。



A14 型 高校生女子
(新誠館桜井)
西口恵生

後も娘と各々の「空手道」を歩んでいきます。貴重な経験をありがとうございました。



A16 型 一般有段男子 19～35 歳
(吹田グループ)
齊藤辰紀

今回の試合は、選手宣誓や個人型、個人組手、団体組手に出場しました。人生初めての選手宣誓で緊張しましたが、うまくできました。
社会人になり、思うように練習できませんでしたが、型と組手どちらも納得のいく成績を残せてとても嬉しく思います。
型は3連覇と結果を残せているので、これからも優勝目指して頑張ります。



A17 型 一般女子有段 19～35 歳
(拳広南)
西岡奈乃子

またゆうしようするように、れんしゅうをします。



B4 組手 小学生3年男子
(足柄館)
下地一翔

僕は今回の大会に道場から一人で挑みました。組手で絶対優勝したかったから毎日たくさん練習しました。試合では得意技の裏回しは何回も決まり、優勝する事ができました。型では道場の稽古の成果が出て準優勝できました。
大会の一週間前に足を痛めてしまい練習できなくて不安もあったけど、良い結果を出せてとても嬉しかったです。
目標は組手で全少出場なのでもっと強くなれるように、これからも毎日の練習をがんばっていききたいと思います。



B5 組手 小学4年生男子
(富永道場)
坂口翔太

はじめてゆうしようして、うれしかったです。



B3 組手 小学生2年男子
(藤田道場)
山本雅久

ぼくは、かたがとくだいたったけど、くみてでゆうしようできて、うれしかったです。
あいてより、はやくにせんしゅをとれてうれしかったです。
しょうがくせいになって、つよいたいかいでゆうしようできて、うれしかったです。
いちいのひようしようだいが、たかくてもちよかったです。
つぎは、かたも、くみても、ゆうしようしたいです



B2 組手 小学生1年男子
(体誠塾 岸和田)
印藤鳳人

空手の練習の無い日は家でパパに教えてもらったりしました。
全国大会ですつとほしかった一番のメダルがもらえてとても嬉しかったです。
これからも練習をがんばって強くなりたいです。黒帯にもなりたいです。

空手を始めて五年になります。コロナ禍で大会への出場機会も少なく「まずは一勝」を目標にがんばってきました。
道場の先生方が教えてくださることをゆっくりと少しずつ修得していつにいつの途中ですが、ケガのないよう長く続けていきたいと思っています。
これからもご指導をよろしくお願いいたします。



B17 組手 一般女子 (36 歳以上)
(芦屋空手協会)
作野美香



B16 組手 一般女子 (19 ~ 35 歳)
(阪南大学)
吉田ほたる



B15 組手 一般有級男子 19 歳以上
(大教大)
杉原皓太

3 年ぶりで緊張しましたが、組手でも優勝できてとても嬉しかったです。
大会に出ると他の道場の選手たちの動きを見られたり、一緒に戦ったりすることで自分に足りないところが見つかります。
また次の大会に向けて、道場の先輩をお手本に、自分に足りない動きを一つ一つ完成させるように頑張ります。
僕の空手の目標は型と組手の両方で優勝で



B7 組手 小学 6 年生男子
(富永道場)
岩崎海希

最初は組手の前に型の試合で負けてしまったので、組手では気持ちを切りかえてベスト 4 まで行くという気持ちで組手に臨みました。
そして関西で戦ってきたライバルを倒し優勝できて本当にうれしかったです。
そして道場の先生や応援してくれた人、そしてお父さんやお母さんに感謝の気持ちでいっぱいです。
次は型でも優勝したいです。



B6 組手 小学 5 年生男子
(富永道場)
溝辺千章



C1 組手団体戦
阪南大学 B



B20 組手 一般有段男子 (51 歳以上)
(体誠塾柳田)
福田淳二



B19 組手 一般有段男子 (36 ~ 50 歳)
(芦屋空手)
黒木伸蔵



B18 組手 一般有段男子 (19 ~ 35 歳)
(藤田道場)
山本匡悟

ゆう勝できると思っていたので、ゆう勝できてとてもうれしかったです。
もっともっと練習して、いろんなところでゆう勝したいです



B9 組手 小学 3 ~ 4 年生女子
(藤田道場)
山本あむ

さいきんの試合ではなかなか勝つことができず、今回もとても不安でした。
そんな中で、自分の試合がはじまった時道場の仲間の「さーり！ がんばれ!!」という声やなんどもきこえてきて、勇気と力が出てきてゆうしょうすることができました。
れんしゅうがつかうと思う時もあるけど、仲間たちと一生けんめい練習をして、もっともつと強くなって試合でもたくさん勝てるようにがんばります。



B8 組手 小学 1 ~ 2 年生女子
(富永道場)
三田村勇音

きる選手になることです。



© C1 組手団体戦
1 位 / 阪南大学 B (阪南大学) 2 位 / 阪南大学 A (阪南大学) 3 位 / 保土ヶ谷支部 (保土ヶ谷支部) 大教大空手道部 A (大教大)

入賞者一覧



B11 組手 中学生男子
(体誠塾)
森洸大翔

僕は、空手をはじめたのが少し遅く、5 年生からなので系洲の全国大会は 3 回目ですが、中学最後の大会で優勝することができてとても嬉しいです。

優勝することができてとても嬉しいです。
先生や先輩方に感謝でいっぱいです。
優しくてかっこいい先輩方のようになりたいのがんばっていました。
先生も先輩も、私がなかなかうまくならなくとも温かくいっぱい教えて下さいました。
いつも本当にありがとうございます。かわいい先輩もたくさんできて、楽しく練習しています。
もっともつと成長できるようにがんばりたいです。
藤田道場が大好きです。
これからもよろしくお願い致します。



B10 組手 小学 5 ~ 6 年生女子
(藤田道場)
安田橙音

いつも応援し支えてくれた方々、家族には心から感謝しています。ありがとうございます。
これからも目標を高く持って練習に励みがんばります。



B14 組手 高校生女子
(新誠館桜井)
西本真琴

準決勝から同じ道場の選手と対戦して、いつもより緊張をしていましたが、自分の組手をいつも通りすることができ、勝つことが出来て嬉しかったです。



B13 組手個人戦高校生男子
(富永道場)
白井空



B12 組手個人戦中学生女子
(富永道場)
宮下菜穂



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>

第 56 回糸洲会全国大会



◎A17型 一般女子有段(19～35歳)
1位／西岡奈乃子(拳広南)



◎A16型 一般男子有段(19～35歳)
1位／齊藤辰紀(吹田グループ) 2位／志賀宏起(泉南支部) 3位／沼野雄哉(糸洲会静岡) 松本惇(吹田グループ)



◎A15型 一般男女有級(19歳以上・男女混合)
1位／紺野忠彦(横須賀支部) 2位／長島大紀(横須賀支部) 3位／作野美香(芦屋空手) 高瀬真美(常明館)



◎A4型 小学生6級～5級(1年～3年)
1位／岡田梨花(拳志館昭和広) 2位／下地一翔(足柄館) 3位／近藤壮太(吹田グループ) 辰巳颯飛(藤田道場)



◎A3型 小学生7級以下(4年～6年)
1位／印藤比奈瀬(体誠塾岸和田) 2位／松井将馬(体誠塾岸和田) 3位／松井涼馬(体誠塾岸和田) 森田晃弘(藤田道場)



◎A2型 小学生7級以下(1年～3年)
1位／中尾圭汰(体誠塾岸和田) 2位／印藤鳳人(体誠塾岸和田) 3位／菊川真心(常明館) 佐藤慧奈(常明館) 5位／栃尾悠太郎(吹田グループ) 棚橋拓士(吹田グループ) 藤居快翔(藤田道場) 三木梨央奈(吹田グループ)



◎A1型 幼児
1位／駒井結友(新誠館桜井) 2位／甲斐湊人(富永道場)



◎A20型 一般男子有段(51歳以上)
1位／深田茂(糸洲会静岡) 2位／岸菜克己(拳広南) 3位／得能裕(吹田グループ) 福田淳二(体誠塾柳田)



◎A19型 一般女子有段(36～50歳)
1位／端山亜希子(芦屋空手) 2位／杉中訓子(芦屋空手)



◎A18型 一般男子有段(36～50歳)
1位／高杉晃生(体誠塾岸和田) 2位／岸本延幸(芦屋空手) 3位／馬俊成(杭州糸洲会) 福士大輔(体誠塾朝倉)



◎A8型 小学生2級～◎A7型 小学生4級～3級(4年～6年) 1級(1年～3年)
1位／橋本知弥(体誠塾岸和田) 2位／李1位／菊川陽向(常明 星晴(杭州糸洲会) 3位／小林蓮瑛(体誠館) 2位／王晨晏(上 塾五月田) 原本拓磨(藤田道場) 海糸洲会)



◎A6型 小学生4級～3級(1年～3年)
1位／中西結士(新誠館桜井) 2位／南奏希(富永道場) 3位／津村知咲(創心館豊能) 米良伊織(創心館豊能)



◎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) 榎井大和(南大江)



◎B3組手 小学2年生(男子)
1位／山本雅久(藤田道場) 2位／辰巳颯飛(藤田道場) 3位／富永匠(富永道場) 藤居快翔(藤田道場)



◎B2組手 小学1年生(男子)
1位／印藤鳳人(体誠塾岸和田) 2位／松下頌(泉南支部) 3位／藤田朔冬(体誠塾岸和田) 山本孝司郎(藤田道場)



◎B1組手 1幼児の部(男女混合)
1位／高橋柚葉(富永道場) 2位／甲斐湊人(富永道場)



◎A21型 一般女子有段(51歳以上)
1位／中村郁美(拳夢ヶ丘) 2位／徳野八重子(泉南支部)



◎A11型 中学生男子
1位／布引柊吏(吹田グループ) 2位／後藤悠斗(吹田グループ) 3位／喜多村耀世(船橋支部) 齊藤樹紀(吹田グループ) 5位／金子右京(保土ヶ谷支部) 延岡虎誠(体誠塾柳田) 木本南皇(吹田グループ) 田中成青(創心館豊能)



◎A10型 小学生有段者(男女混合)
1位／北村ひかり(藤田道場) 2位／北川流輝(常明館) 3位／田畑佑(吹田グループ) 山口晃士朗(藤田道場)



◎A9型 小学生2級～1級(4年～6年)
1位／石田夏依莉(糸洲会静岡) 2位／佐藤想亜(常明館) 3位／坪井俊ノ助(吹田グループ) 藤井寛仁(吹田グループ)



◎B6組手 小学5年生(男子)
1位／溝辺千章(富永道場) 2位／長瀬大和(横須賀支部) 3位／中川勝翔(藤田道場) 秋田匠(芦屋空手)



◎B5組手 小学4年生(男子)
1位／坂口翔太(富永道場) 2位／村島悠梧(新誠館桜井) 3位／小林蓮瑛(体誠塾五月田) 門脇結良(体誠塾岸和田)



◎B4組手 小学3年生(男子)
1位／下地一翔(足柄館) 2位／宮田大碧(富永道場) 3位／大石蓮(拳志館昭和広) 山本清司郎(藤田道場)



◎A14型 高校生女子
1位／西口恵生(新誠館桜井) 2位／西山姫世華(新誠館桜井)



◎A13型 高校生男子
1位／菅野哲多(藤田兵庫) 2位／端山太朗(芦屋空手) 3位／酒井凰虎(糸洲会静岡) 李睿昕(上海糸洲会)



◎A12型 中学生女子
1位／北村ひなた(藤田道場) 2位／栗林希実(新誠館桜井) 3位／米良優風(創心館豊能) 林汐穗(藤田道場)

誌上講座

「身体の構造や機能をj知ることが動き」を変える(第二回)

拳志館益田支部

羽部千敏

身体の構造や機能、位置関係が分かってくると、少しずつですが身体の使い方のイメージが湧いてきます。「身体への気づき」をどう活かしていくのか。今回は、下半身の主要な関節である「股関節(こかんせつ)」「膝関節(しづかんせつ)」「足関節(そくかんせつ)」に関する情報と気づきをまとめてみました。

■股関節は球関節で、意外と身体の奥深くにある

股関節は上半身と下半身をつなぐ重要な関節ですが、それがどこにあり、どういう構造をしているのかの認識がいまいだと、股関節自体を動かすのは難しいと思います。

股関節の位置は、前から見ると鼠径部(そけいぶ)の真ん中あたりにあります。横から見ると骨盤(こつばん)の側面にある大転子(だいてんし)と呼ばれる部分(骨盤の横でぐりぐり動く骨)の奥のやや上あたりです。

意外と身体の内深くにあると感じると思いますが、股関節には、動くという働きだけでなく、身体を支持する働きがあるため、構造的には理に適っているわけです(図1)。

そして、股関節は、大腿骨(だいたいこつ)の骨頭(こつとう)と呼ばれる球状の部位が、骨盤の下の方の左右にあるソケットのような窪みにはまり込んでいる構造をしています。丸い窪みと球状の骨なので、あらゆる方向に大きく動かすことができるのが特徴です。

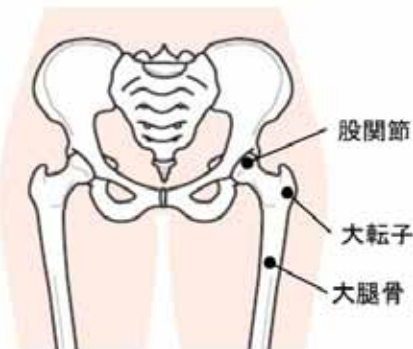


図1 股関節の構造

このイメージを持てると、股関節の動きがより大きくスムーズになるため、高い蹴りも出しやすくなります。

また、身体の重心は股関節の内側にあることから、股関節を中心に動かすと重心も一緒に動くことになり、重心移動がスムーズになります。

■膝の動きのポイントは膝裏

膝関節は、3つの骨からできています。脛骨(けいこつ)の上に大腿骨が乗り、大腿骨



図2 膝の構造

の前面には膝蓋骨(しづがいこつ)という俗にいう膝のお皿があります。

膝関節はいわゆる蝶番(ちょうつがい)関節で、大腿骨と脛骨の間で曲げ伸ばしが可能です。膝蓋骨は、太もも前面の筋肉と脛骨をつなぐ腱(けん)の間にあり、大腿骨と脛骨の屈伸運動をスムーズに行えるようにするための滑車の役割を果たしています(図2)。

膝というとほとんどの人が膝蓋骨の部分を意識すると思いますが、そこに体重がかかってしまうと関節が固まってしまします。

膝の動きのポイントは、膝蓋骨ではなく膝の裏側になります。

「膝を抜く」という動作は、膝の力を瞬間的に脱力し重心を落下させる動きですが、膝の裏側を緩めるという感覚で行うとスムーズにできるように思います。

■体重はすねの骨を通して足のアーチを伝って広がる

人間が安定して立つためには、足が重要な要素であることには間違いありませんが、自分の足がL字形をしていると思っっている人が

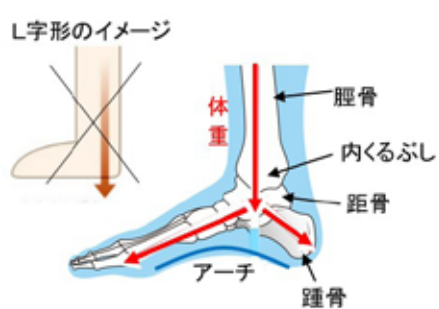


図3 足の構造

多いのではないのでしょうか。

足がL字形をしていると思っっている人は、体重が正しい位置よりも後ろ寄りにかかるため、体重を骨ではなく、必要以上に筋肉やじん帯で支えている可能性があります。

実際には、体重は脛骨と呼ばれるすねの骨から、距骨(きよこつ)という骨に伝わり、そこから踵の方と、前方のつま先の方へ向かって伝わっていきます(図3)。

体重を支えている足はアーチ状にできており、その足のアーチに向けて体重を落とすイメージがあると、身体の重みが足の裏に上手く伝わり、床からの反力を効率よく使えるようになります。

■まとめ

ほとんどの人は、自分の創り上げたイメージで身体を動かしています。つまり、自分の身体をどのような認識で捉えているかによって、動きは大きく変わってくるということです。だからこそ、自分の身体を解剖学的な視点で見つめ直してみることは、空手の上達に非常に有効な手段になると考えています。



◎B9組手 小学3～4年生(女子)
1位/山本あむ(藤田道場) 2位/印藤比奈瀬(体誠塾岸和田) 3位/橋本すばる(芦屋空手) 陶采彤(上海系洲会)



◎B8組手 8小学1～2年生(女子)
1位/三田村勇音(富永道場) 2位/山野井杏緒(糸洲会子安) 3位/前向日葵(藤田道場) 青石穂乃花(体誠塾岸和田)



◎B7組手 小学6年生(男子)
1位/岩崎海希(富永道場) 2位/祐(上海系洲会) 3位/國安奏良(吹田グループ) 田中玲治(富永道場)



◎B12組手 中学生女子
1位/宮下菜穂(富永道場) 2位/西本杏(新誠館桜井) 3位/大西悠利(拳志館八本松) 粉室彩(体誠塾朝倉)



◎B11組手 中学生男子
1位/森渕大翔(体誠塾五月田) 2位/岩崎琉希(富永道場) 3位/金子右京(保土ヶ谷支部) 福原要汰(拳志館八本松) 5位/岡井蹴人(神修館) 西田愁哉(体誠塾柳田) 木坂悠仁(富永道場) 大峠賢悟(富永道場)



◎B10組手 小学5～6年生(女子)
1位/安田橙音(藤田道場) 2位/北村ひより(藤田道場) 3位/須川梨杏(体誠塾四宮) 宇都宮八重子(創心館豊能)



◎B16組手 一般女子(19～35歳)
1位/吉田はたる(阪南大学) 2位/川上静里嘉(阪南大学) 3位/田辺さくら(大教大空手部) 畑野真弥(阪南大学)



◎B15組手 一般男子有級(19歳以上)
1位/杉原皓太(大教大空手部) 2位/瀧原優斗(大教大空手部)



◎B14組手 高校生女子
1位/西本真琴(新誠館桜井) 2位/福原陽向(拳志館八本松)



◎B13組手 高校生男子
1位/白井空(富永道場) 2位/富永哲平(富永道場) 3位/木坂健志(富永道場) 宮下遼太郎(富永道場)



◎B20組手 一般有段男子(51歳以上)
1位/福田淳二(体誠塾柳田) 2位/山口岳志(吹田グループ) 3位/福井敏之(体誠塾朝倉) 齊藤宏(芦屋空手)



◎B19組手 一般有段男子(36～50歳)
1位/黒木伸蔵(芦屋空手) 2位/長瀬純一(横須賀支部) 3位/田中秀幸(ダイハツ道場) 高杉晃生(体誠塾岸和田)



◎B18組手 一般男子(19～35歳)
1位/山本匡悟(藤田道場) 2位/鈴木大貴(阪南大学) 3位/川口礼温(阪南大学) 村川拓人(保土ヶ谷支部)



◎B17組手 一般女子(36歳以上)
1位/作野美香(芦屋空手)

4年ぶりに拳志館大会を開催

令和5年3月21日（祝）アクアパーク（東広島運動公園）



型一般有段優勝 栗原選手



型一般有段優勝 栗原選手



型一般有段優勝 栗原選手



組手小学生団体



型競技小学2年9級以下優勝 坂本選手



組手小学5・6年生女子



組手競技中学1年生男子



組手競技小学1・2年生女子

令和5年3月21日（祝）アクアパーク（東広島運動公園）において第13回中国地区空手道選手権大会・第45回拳志館空手道選手権大会が開催されました。

幸いにも晴天に恵まれ、4年ぶりの大会にもかかわらず、参加支部26支部、延べ参加人数592名と前回大会の参加支部25支部、延

【型競技】

- ◎幼児 1位／加藤晟心（大野） 2位／渡邊衣織（大野） 3位／藤本圭吾（昭和）
- ◎小学生1年9級以下 1位／岡 大和（大野） 2位／殿迫あかり（熊野） 3位／田原璃子（八本松）
- ◎小学生2年9級以下 1位／坂本 凪（昭和） 2位／高岡美空（八本松） 3位／石原陸翔（阿賀）
- ◎小学生3年以上9級以下 1位／栗崎智晃（黒瀬） 2位／大溝航汰（熊野） 3位／福田治人（天野）
- ◎小学生8級 1位／小島咲大（夢ヶ丘） 2位／清水大翔（熊野） 3位／田中六之助（昭和）
- ◎小学生7級 1位／藤本康介（大野） 2位／戸原唯愛（昭和） 3位／藤本真衣（昭和）
- ◎小学生6級 1位／宮原空太（八本松） 2位／森本敬太（昭和） 3位／肥田ふく帆（熊野） 敢闘賞／渡邊温紀（天野） 加藤心大（大野） 岡田梨花（昭和） 新屋 忠希（昭和） 薬師寺夏実（夢ヶ丘）
- ◎小学生5級 1位／木下こころ（熊野） 2位／藤田佑（横路） 3位／松谷京龍（昭和）
- ◎小学生4級 1位／上川修平（創心館世羅） 2位／坂本蒼天（昭和） 3位／加藤 瑠子（大野）
- ◎小学生3級 1位／本山心愛（熊野） 2位／藤本侑駕（八本松） 3位／田中 歩（昭和）
- ◎小学生2級 1位／佐々木菜梨（熊野） 2位／小林功宜（熊野） 3位／坂本瑞季（昭和）
- ◎中学生有級 1位／金子咲穂（大野） 2位／白地栞雨（阿賀）
- ◎高校生・一般有級 1位／高橋幸雄（熊野） 2位／赤澤史晃（口田）
- ◎小学生1級以上 1位／小谷晟矢（熊野） 2位／

べ参加者人数566名を若干上回る規模の大会となりました。

《小学生団体組手優勝支部 拳志館下黒瀬支部のコメント》

「チームで1つになって試合ができたので良かったです」 小川響輝（小学6年）

「みんなで戦って優勝ができたので嬉しかったです」 寺西春翔（小学4年）

「チームで勝てたので、とても嬉しかったです」

【組手競技】

- ◎幼児男女 1位／三好功将（龍王） 2位／藤本笑禾（八本松） 3位／三木望夢（海田） 藤本圭吾（昭和）
- ◎小学1年生男子 1位／高岡恋次（八本松） 2位／田中勘太郎（昭和） 3位／安田悠利（昭和） 三塩 壮太（熊野）
- ◎小学2年生男子 1位／藤永 悠斗（八本松） 2位／矢口大晴（下黒瀬） 3位／森矢峻太郎（龍王） 宮原空太（八本松）
- ◎小学3年生男子 1位／寺西春翔（下黒瀬） 2位／藤本侑駕（八本松） 3位／凶野 瑠惟（八本松） 小川 天聖（下黒瀬） 敢闘賞／加藤心大（大野） 岡田和朗（創心館世羅） 中野祐成（八本松） 黒田良（創心館世羅）
- ◎小学4年生男子 1位／香川 竜来（八本松） 2位／木下 竜吾（熊野） 3位／梶井 亮（八本松） 小谷 農人（熊野）
- ◎小学5年生男子 1位／小川 響輝（下黒瀬） 2位／石本 航大（大野） 3位／横島 大知（広中央） 竹田 芳生（熊野）
- ◎小学6年生男子 1位／坂本 湜武（昭和） 2位／吉本 充希（ケゴヤ） 3位／吉川 昇輝（横路）

大会開催にあたり、コロナ感染対策にご協力いただいた保護者、選手の皆様、4年ぶりの大会開催ということもあり、各支部から派出していただく大会役員・係員にも入れ替わりが目立ち、不慣れながらも最後まで職務を全うしていただきましたことにより、大きな問題なく大会を終了することができました。

（拳志館大会実行委員長 鈴木隆徳）

小谷 晟矢（熊野）

- ◎中学1年生男子 1位／福原 要汰（八本松） 2位／小西 凪（創心館世羅） 3位／田中虎志郎（大野） 岡田陽士朗（創心館世羅）
- ◎中学2・3年生男子 1位／浅井 諒央（創心館世羅） 2位／栗原 怜之（熊野） 3位／寺尾 勇亮（広南） 小谷 晃輝（熊野）
- ◎高校生男子 1位／佐々木和統（熊野） 2位／坂本 航輝（東熊野） 3位／大田 閃徳（東熊野） 坂本 瑞輝（東熊野）
- ◎一般有級男子 1位／高橋 幸雄（熊野） 2位／櫻井 陽樹（八本松） 3位／河本 文治（阿賀）
- ◎一般有段男子 1位／佐々木和馬（熊野） 2位／大瀬戸廉太郎（熊野） 3位／長濱 順（仁保）
- ◎小学1・2年生女子 1位／木下こころ（熊野） 2位／渡邊夏穂（熊野） 3位／安田愛梨（昭和） 竹中凜花（熊野）
- ◎小学3・4年生女子 1位／宮本琴葉（八本松） 2位／小西 燎（創心館世羅） 3位／佐々木菜梨（熊野） 辻 奈央（八本松）
- ◎小学5・6年生女子 1位／中谷安那（昭和） 2位／本山心愛（熊野） 3位／岡 杏莉（大野） 牛神利乃（広南）
- ◎中学生女子 1位／大西 悠莉（八本松） 2位／田丸 佳菜（大野） 3位／堀川 梨央（ケゴヤ） 堀川 葵（ケゴヤ）
- ◎高校生・一般女子 1位／阿部里菜（からす小島）
- ◎小学生団体 1位／拳志館下黒瀬 2位／拳志館 八本松

会員の声

キャプテンとしての自覚



伊敷台空手道スポーツ少年団

平峰莉乃愛（小学6年）

私は小学1年生の時、お兄ちゃんが空手をしているのを見て「カッコいいな」と思い入りました。

最初は、空手の基本である礼儀作法を教わり、それから基本、形、組手をやっています。が、これまであまり真剣に取り組みませんでした。

6年生になり、井出師範よりキャプテンに指名され「ハイやります」と返事をして「遅刻をしない、休まない、「一生懸命やる」と約束をしました。

キャプテンという立場に自分があり、「小さい子や団員達をまとめていくのは大変だな」とやってみて思いました。

そのためには、人より先に来て、自分から率先して、一生懸命やり、支えてくれる副キャプテンや仲間と一緒に団全体を盛り上げていくようにがんばります。

令和4年度 長崎県民体育大会「空手道競技」

令和4年11月13日（日）雲仙市小浜体育館

令和4年11月13日（日）、令和4年度長崎県民体育大会『空手道競技』兼郡市対抗小学生組手団体戦が雲仙市小浜体育館にて開催されました。



宮木翼選手

青空のもとで！



青空のもとで

令和5年5月中旬・芦屋空手道協会

5月中旬、青空の下で合同練習＆バーベキュー大会を行いました。

外での練習は、初めての子供たち。練習後にバーベキューを楽しめるということで、皆とても楽しみにしていました。

基本、移動基本、約束組手、型の練習をしました。靴を履いての蹴り、砂利の上での移動基本……。普段とは違う環境で、戸惑いもありましたが、気持ちよく稽古ができました。汗をかいた後のバーベキューは、最高でした。今後このような企画を通して、練習生、保護者、指導者共に親睦を深めていきたいです。

（芦屋空手道協会 長町由紀子）

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
※注文はこちら フリーダイヤル
TEL 0120-957-941
FAX 0120-957-942
至新宿
JR 中野駅

守礼堂
KARATE
SHUREIDO
SHUREIDO

KARATE SHUREIDO

極まる形、極まる技
ズボ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、家内自在の動きに対応できる。
NW-3、黒紺

いつも快適な道衣
1. 優しく、爽やかなコットンの肌触り
2. 汗を速早く吸い、同時に拡散する
3. 洗濯機、シワになりにくく、早く乾く
4. 軽いうえに、縮みが少ない。
NW-1～3、黒紺

空手衣の美しさを追求
上着中の汗取り用布を特殊縫製する刺により、発汗時の空手衣のまとわりつきを解消し、空手衣の形をきれいに保つ。
NW-3、黒紺

450gの軽さで技の高速化
(軽地) オリジナル生地4号半 (175cm) のズボンで、450gの軽さを誇る。
黒紺

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 大阪府大阪市東淀川区放出 3丁目21-34
TEL (06)-6963-6864 FAX (06)-6963-6863

守礼堂 九州
〒890-0048 鹿児島県鹿児島市西田 2-1-18
TEL・FAX (099)-801-6920
E-mail shureido@sur.bbq.jp

URL www.karatedo.co.jp/shureido

糸洲流空手道デンマーク支部一行来日、広島にも!!

令和5年6月14日(水)～15日(木) 広島・拳志館

坂上宗家から糸洲会デンマーク支部長一行が来日するが、滞在期間中、広島(二泊二日)でも練習をしたいとの要望があるかと打診があり、受け入れることにした。

細部については、本部の小田歩師範と調整するようにとの指示があり、調整の結果、6月14日(16時頃広島着)、15日(17時頃広島発)、練習について1日目は拳志館道場生と一緒に練習したい、2日目は糸洲流の二パイポを教えて欲しいと要望があり、当初、拳志館の皆で歓迎会を計画したが、限られた時間で効果を上げることが考慮し断念した。

練習場所は移動時間短縮のため宿泊ホテルから近い拳志館仁保道場とレンタルルームと



練習会に参加した人々



あいさつから始まる

し、私と松野理事長で対応することにした。
*1日目 17時30分～19時15分、歓迎セレモニー・合同練習
【仁保での練習感想】

拳志館仁保空手道同好会会長・片倉チナミ「来広に伴い子供達にデンマークはどのような国が事前に調べさせ、予備知識を持って合同練習に取り組みました。初めは緊張していた子供達は、休憩時間になると、大人の心配をよそに、すぐに打ち解け、質問攻め、相撲をとったり、肩車してもらうなど、空手を通じて、言語を超えたコミュニケーションを図ることができ、特別な時間を共有できた事は良い思い出になると思います」

*2日目 10時～14時練習、14時～17時ラン

チャイルド及び原爆資料館見学

前半は、要望の糸洲流二パイポを松野師範が、後半、アナス氏のセーバイ、アスビヨンの二セーシーの型を指導。ランチは、希望によりG7広島サミットと同じ広島風お好み焼きを食べ、原爆資料館に案内、出口で待っていると、余りにも厳肅な顔で出てきたので、話しかけるタイミングが難しかった。新幹線口まで送ろうとしたが、時間があるので歩いて行くと言ったので、お互い挨拶を交わし、別れ際に支部長ミケルが親指を立て『パーフェクト』と言って三人が手を振りながら去る後ろ姿を見送った。

陽気で力自慢のミケル、真面目で男前のアナスそして子供自慢のアスビヨン、とても楽しい二日間だった。

マレーシア大会で、型の練習している彼ら



デンマーク支部一行

をみて、思い余って型をみてあげたのが縁で、10年以上経っているのに覚えていてくれたと思うと感無量です。

当時と比べると技量は格段に上達しており、空手に取り組む姿勢に感動。彼等はこちらからデンマーク空手道発展に寄与してくれると強く感じた。

終わりに、来広にあたってデンマーク一行と調整してくれた本部の小田歩先生、一日目、仁保道場合同練習時の藤本知里さん(元英語教師・芥川先生の紹介)、二日目のウォルター・ブレット・レイモンドさん(現広島大学教育学部講師・十島先生の紹介)お二人の流暢な通訳でスムーズな意思疎通が出来ましたこと紙面を借りてお礼申し上げます。

(拳志館館長 野島千佳)



指導にあたる野島師範

組手講習会に参加して

令和5年7月2日(土) 呉市スポーツ会館

令和5年7月2日(土)に呉市スポーツ会館で実施された組手講習会に僕は初めて参加しましたが、真夏日のとても暑い日だったにもかかわらず、多くの道場から55名も参加していました

練習では、相手より先に相手の体にタッチ



小川響輝くん



組手練習



講師の福島先生による座学

る事の大切さを学ぶ事ができました。

他には、ワンツールの練習をしました。その時の状況に合わせたワンツールの仕方をしました。

今まで試合の中で、ワンツールをした時に、相手との距離が近づいたり、相手が下がった時に、技がとどかなかったりしたので、講習会



実技講習

令和4年度長崎県中学生空手道競技新人大会

令和4年11月27日(日) 佐世保市東部スポーツ広場体育館

宮木奏輔選手、長崎県中学新人戦で活躍!

令和4年11月27日(日)、令和4年度長崎県中学生空手道競技新人大会が、佐世保市東部スポーツ広場体育館に於いて開催されました。



宮木奏輔選手

石江道場愛野支部所属の宮木奏輔選手(中学1年)が雲仙市立愛野中学校より出場しました。
宮木選手は、石江道場愛野支部で主将を努めており、まだ数回しか試合経験もないなかでベスト16まで勝ち上がりました。
平素の稽古では基本を徹底的に手を抜かずに打ち込んでいます。また、石江道場南島原本部や島原支部、瓊浦高校空手道部へ出稽古に行き、高校生に胸を借りて一生懸命に汗を流して精進しています。

今後もし初心を忘れることなく、地道に一步一步感謝の心を持って道を学んでほしいと願っています。

(九州地区会報委員 井出俊郎)

関西地区協議会主催 選手強化練習会・審判員講習会

令和5年6月17日（土）、吹田市立武道館（洗心館）

楽しく相手の練習をするために
令和5年6月17日（土）、吹田市立武道館（洗心館）において、審判員講習会と西辻一浩先生（大阪府空手道連盟強化委員）を講師にお迎えして、選手強化練習会をおこないました。選手強化練習会では、小学生を中心に43名が参加し、相手の練習の仕方等を教えていただきました。

強化練習会でのウォーミングアップでは、道場の端から端までを使って、移動しながらの身体の動かし方を。身体がほぐれてくると、二人組になって、ゲーム形式で、相手の



小学生を中心に43名が参加



西辻講師（左から2番目）と

肩、膝などを触ろうとする相手に身体を動かし（ねじるなどして）触れられないような動きをするなど、楽しみながらの練習でした。また、二人組になり、中段突きや上段突きの練習をしました。中段突きでは、しっかりと腰を入れて突くこと。上段突きでは突いた後に相手の攻撃を受けないように、身体を相手の正面からずらすこと等、突き方を丁寧に教えていただきました。

後半は、低学年と高学年分かれて審判員の実技講習を兼ねて、試合をしました。前半の練習で教えていただいたことを、さっそく取り入れて試合に発揮いる選手も見られました。

審判員講習会では、審判員9名が参加し、前半の座学では、審判員の心構えやルールを正確に取り入れて審判をすることなど学びました。後半は、実際に審判をしながら技の取り方、ジェスチャー等を学びました。



参加者による記念撮影

日本空手道連合会第61回関東地区大会

令和5年8月11日（金・祝）、東京武道館

令和5年8月11日（金・祝）、東京武道館にて第61回関東地区空手道選手権大会が開催された。
糸洲会からは型51名、組手49名、延べ100人の選手が参加しました。
また、大貫光伸大会審判長をはじめ、10名が審判員として活躍しました。



大貫光伸大会審判長



選手宣誓

- 【糸洲会優勝選手】
- ◎小学1年女子形 前田結智佳
 - ◎小学1年男子形 矢部正人
 - ◎小学1年男子組手 北村ムサジブリル
 - ◎小学3年男子組手 北村ムサアミール
 - ◎中学1年男子組手 金子右京
 - ◎壮年三部女子組手 栗原ゆり子
 - ◎壮年一部男子組手 長瀬純一
- （関東地区 名古屋尚也）



組手試合



型試合

追悼

親愛なる友、三浦泰君へ



松風館グループ 清水義行

令和5年6月30日に参与・三浦泰先生がこよなく愛した地力ナダ、バンクーバーで永眠されました。

三浦泰先生は松風館道場の故三浦弘之先生の長男として弟・三浦直先生とともに糸洲会の空手の基本、型を幼い頃から稽古、修業されてました。

泰君とは高校のクラスメートであり柔道部で共に汗を流し高校時代の話は全てを語り



平成24年10月8日（日）に行われた糸洲会第45回全国大会「一般有段男子（51歳以上）組手の部」にて優勝した故三浦泰先生

尽くす事は出来ません。

大学の入学式が終わってすぐに一緒に空手をやらないかと誘われて私は阪南大学空手道部に入部し、18歳から空手を初めて手取足取り教えてもらいました。

大学での練習と夜は松風館道場で故三浦弘之先生より指導して頂きました。彼の組手を手本とし共に厳しい稽古する日々でした。

今も鮮明に記憶しているのは2年生時に初めて全日本大学空手道選手権団体戦に出場した際、3回戦で福岡大学とあたり西村選手（元ナショナルチームコーチ）を鮮やかな足払いから上段突で一本を取りました。
結果は福岡大学に負けベスト16止まりでした。

また大学3年生時はアメリカカルフォルニア・パークレー大学での1ヶ月間の合宿は同部屋で過ごし寝食を共にし国際大会にも出場し優勝する事が出来ました。

泰君は後にカナダバンクーバに移住し武者修業に行っておられます。
彼はいつも私が目標とする選手であり、指導者としても力ナダでの指導経験が豊富で子供たち、社会人に指導する時は思いやりの心、気づかいの心を持って指導されてました。
今、私自身が空手の大会、柔道の大会に出続けているのは、いつか彼と一緒に練習稽古をしたいからです。

唯一無二の親友を亡くして寂しい思いですが、彼はきつと天国で「清水！ すまんのう」と言ってる道着を着て待っていてくれると思います。

「Let's meet again someday!」

心よりご冥福をお祈り申し上げます。

第57回鹿児島県空手道選手権大会（個人戦）

令和5年4月22日（土）～4月23日（日）鹿児島県立体育館

第57回鹿児島県空手道選手権大会個人戦が4月22日～4月23日鹿児島県立体育館であり、県内各地区から幼児～成年まで形・組手延べ800名が出場し熱戦が展開され、優勝は逸しましたが北村、隈本、春藤、松田が2位に入賞するなど糸洲会勢が活躍した。

今年8月7日～9日東京武道館で開催される全国少年少女大会に春藤奏翔（小1）松田凰（小2）北村美鈴（小2）が出場「負けたのは悔しいですが、全力を出し切りました。来年はさらに稽古を積み入賞を目指します」と力強く決意を語ってくれました。

（九州地区会報委員 井出俊郎）

【大会結果】

◎形競技

- | | | |
|--------|-----|-----------|
| 幼児の部 | 優秀賞 | 中村斗紀（伊敷台） |
| 小学1年男子 | 2位 | 春藤奏翔（伊敷台） |
| 小学2年男子 | 2位 | 松田凰末（枕崎） |
| 小学3年男子 | 優秀賞 | 松野下湧（枕崎） |
| 小学5年男子 | 優秀賞 | 松田簾生（枕崎） |

◎組手競技

- | | | |
|----------|-----|---------------|
| 小学1年男子 | 3位 | 春藤奏翔（伊敷台） |
| 小学3年男子 | 優秀賞 | 松野下湧（枕崎） |
| 小学5年男子 | 優秀賞 | 松田簾生（枕崎） |
| 小学6年男子 | 優秀賞 | 池田光希（伊敷台） |
| 小学1年男子 | 優秀賞 | 今給黎直路（枕崎） |
| 高校1年男子 | 3位 | 國料拓斗（鹿屋中央高校） |
| 高校2・3年男子 | 優秀賞 | 原田歩季（鹿児島第一高校） |
| 小学2年女子 | 2位 | 北村美鈴（大崎） |
| 中学3年女子 | 2位 | 隈本優羽奈（大崎） |



伊敷台・鴨池選手



大崎選手

組手審判新ルール講習会を開催

糸洲会荒道場では、令和5年9月24日（日）、福島県南相馬市において、今年度より大幅に変更になった組手審判ルールの講習会を行いました。

始めに改正になった個所の説明を主催者の荒司師範が丁寧に行い、次に参加者ひとり一

令和5年9月24日（日）福島県南相馬市

人が主審、副審等の実技を行い、各支部より集まった、支部長、指導者は審判のレベルアップに汗を流した。

講習会後は支部長、指導者の親睦会も行い、有意義な一日となりました。

（東北地区 中村博之）



参加した審判、選手の皆さん



組手試合形式の実技講習



丁寧な説明

昇段審査合格者一覧

（令和5年5月6日～5年9月20日まで）

●少年部

【初段】

白井花穂、牛神莉乃、丸谷航史、高橋もも子、吉本充希、西山健斗、尾濱杏奈、柳迫ともか、中谷安那、岡田真央、古屋美優、宮之首仁浩、坂本滉武、大野雅躍、小林康志郎、宇山昂志、白地栞雨、山口大輔、脇田煌良、小曾根健心、岡 稜人、汐崎公大、佐藤史夏、中村 涼、山崎梓心、橋岡 慶、坂口瑞希、岩本百夏、藤田とこは、長田 隼、廣 大地、大槻旺助、平井哲成、工藤杏史奈、横川拓海、渡久地佑政、長渡美穂、北條由麻、清原美乃莉、秋村礼隆、上村穂奈吏、福島 慧、牛神陽葵、三上幸太郎、中島敬博、小橋翔空、田口胡花、荒武亜美、伊藤綺音、岡 杏莉、本田結愛、栗原蒼陽、吉川瑠香、広保慶人、高浦夏歩、川本理子、堀江崇汰、平本義仁、金行玲央奈、河本寿弥、吉田藍生、米良陽桔、小林ななみ、三瓶可菜、山田瑛翔、水野秀哉、山下恵蓮、小坂樹生

●一般

【初段】

吉本昇矢、赤澤史晃、中上 遙、高橋結人、

白井 律、清原恵介、伊藤伶晟、梶山幹太、藤井南帆、堀川梨央、小谷昊輝、栗原怜之、松元琥希、坂口淳子、岩本陽輝、神寄美桜、川上静里嘉、藤谷龍太郎、盛下達矢、新田竜生、田淵瑞人、實川あいこ、片山榛菜、作野美香、中谷優威、小田彩音

【二段】

松下 貴、青木光子、玉田幸雄、菊浦佑大、杉中訓子、西本真琴、高橋拳大、赤澤紗菜、三塩 徹

【参段】

深草辰春、阿部里菜

【四段】

今西仁史、中村衣理架、端山亜希子

【五段】

横田加奈、藤田真誠、松田 卓、梶田豪心

道草

その二十一 武道とリズム

日本の指導は、「イチ・ニイ・サン・シー」で説明することが多い。理由は単純で教えも学びも容易である。

一方、グローバルな社会となり、「リズム」感覚は多様な時代を迎えている。

中学校では、2012年からダンスが必修科目となり、小学校においても、体育授業の一環として、「表現運動」やヒップホップなどの「リズムダンス」が必修化されている。

①リズムには「表拍」と「裏拍」がある。日本の演歌や民謡の手拍子は「1・2・3・4」の「表拍」でリズムをとっている。

一方、「裏拍」は「1と2と3と4と」の「と」のアクセント部分で拍子をとるので倍のリズムが刻まれる。

「裏拍」は「裏打ち」とも言い、リズムに「乗り」が生まれる。

②日本の武道（空手・剣道など）、さらに歌舞伎や日本舞踊は「表拍」を基調としている。武術は「静から動」へと一瞬の「一撃必殺」が求められるため、「表拍」によって継承されてきた。

しかし、現代の競技スポーツはゲーム化され、多様なリズム感覚が求められている。

③過去の日本的な「イチ・ニイ」のリズムでは、タイム・ラグが発生し、動作がスムーズにできないことが多い。

この点、ジャズ的なリズムは、「一拍三連符」（ららら）や「二拍五連符」（たらららん）など、曲線的なリズムが組み込まれており、複雑な動作であっても、連符がこれを受け入れてくれるので動作がスムーズになる（一拍三連符は一拍を三分割したもので、二拍を五分割すると二拍五連符になる）。

④二拍子の動作など、複雑な連続動作であっても、「ららら」「たらららん」など連符の語感に乗るとタイム・ラグがなくなり、一拍子の中へスムーズに納まる。

▼黒人のリズム感など、優れたリズム感を身につけるには、リズムに乗った動きを何度も見るイメージのインプットが大切である。

さらに脱力して何度も繰り返すアウトプットがもたえられる。これにより運動センスが向上する。

人生100年。まずはアップ・テンポな楽曲にチャレンジ。半年後には、新しい自分に出会えるかも……？

審議員 林 開作

編集後記



「ニュー・ノーマル」、「新しい常識・常態」という意味ですが、専門家によると40度近い猛暑、ゲリラ豪雨など、異常気象がこれからは普通の出来事だと言っ。

それにしてもこの夏は暑かった。

テレビのテロップでは「熱中症警戒アラート」、その同じ画面で、炎天下でのスポーツ競技（高校生）を中継している。

この矛盾も「ニュー・ノーマル」と言うのだろうか？

私たちは、このような時代を生きて行かなければならなくなった。

第56回糸洲会全国大会、選手の皆さん、大会の運営にご努力いただいた関西地区の皆さん、大会関係者各位、攻撃的な猛暑の中、本당にご苦勞様でした。

時代は大きく変化しておりますが、各地区・各支部の皆さんは、健康、楽しさ、探求心、さらに大会に向かっている稽古など、空手道の魅力と活動を工夫されていることと思います。

皆さんの活動の様子や提案など、ご寄稿をお願い申し上げます。

（会報委員長 林 開作）

お知らせ

2024 年「新春号」 締切日は 2023 年 11 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

空手用品総合メーカー株式会社

東京堂インターナショナル

http://www.tokyodo-in.co.jp

東京堂 空手 検索

(カタログ無料発送中)

『空手道型大鑑』

坂上隆祥 著

287ページ A4版 上製函入

¥12,000 (税込)

ネットショップよりご購入で送料無料♪

(NETショップ以外のご注文は送料がかかります)

東京本社

☎0120-35-2997

〒111-0052 東京都台東区柳橋1-10-9

TEL:03-3866-2997 FAX:03-3864-9645

✉info@tokyodo-in.co.jp

東京堂インターナショナルの空手衣はまだ進化し続けます！

遂に待望の 2大新商品 新登場！！

◆アスリート3◆

◆(AT-3＝型用)◆

AT-3の重量感に満足出来ないお客様へ

価格例:4号 ¥18,480 (税込)

◆ヒーロー2◆

◆(HR-2＝組手用)◆

従来のヒーローでは満足できないお客様へ

価格例:4号 ¥18,480 (税込)

九州支社 〒890-0016

鹿児島県鹿児島市新照院町1-19

TEL:099-255-8471 FAX:099-255-1547

☎0120-219-170 九州支社(ダイヤル)

✉kyusyu@tokyodo-in.co.jp

その他グッズも

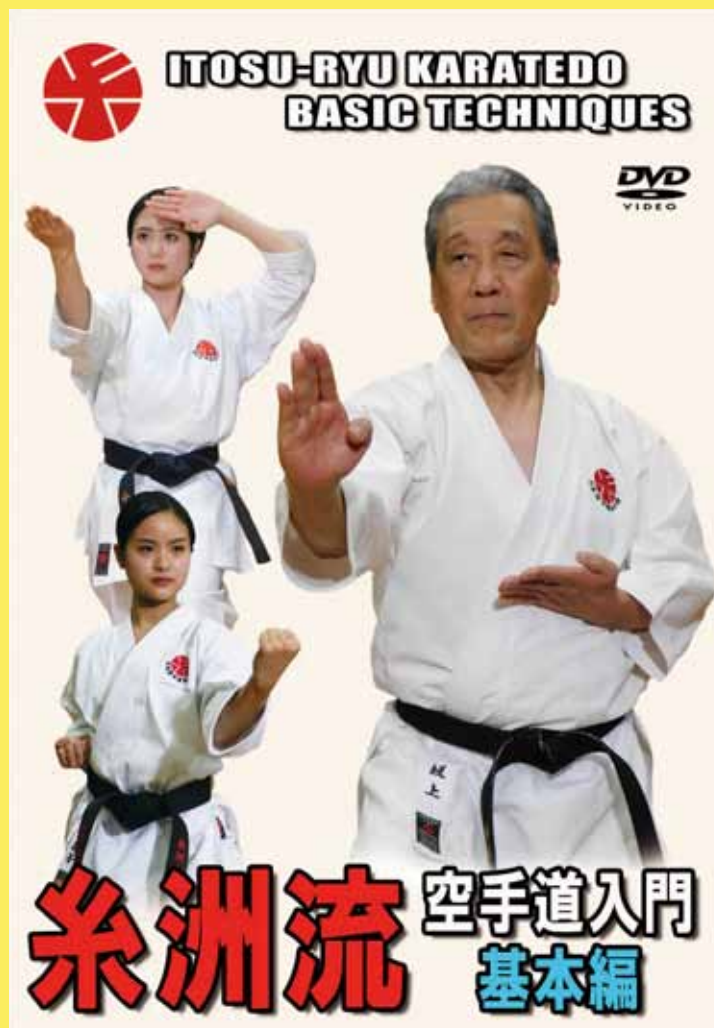
ネットショップで

好評発売中！

【道衣・帯に糸洲会ラベルお付け致します！】

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