

そ の 他

東京有明医療大学柔道教室 「有明柔道クラブ」の活動について

徳 安 秀 政

有明柔道クラブの歴史

2010年 東京有明医療大学親子柔道教室発足
2013年 保護者主催による柔道教室
2020年 有明柔道クラブ（現在に至る）

指導者

東京有明医療大学 保健医療学部 柔道整復学科
師範：橋本 昇教授
監督：徳安秀政准教授

学生ボランティア

東京有明医療大学 柔道部員

保護者ボランティア

柔道経験のある保護者

稽古日

水曜日 17時30分～20時00分
金曜日 17時30分～20時00分
土曜日 10時00分～12時30分

I. はじめに

東京有明医療大学は、柔道を通じて、健康・体力の維持増進、精神の鍛錬・修養に努めることによって人格の涵養を図り、もって青少年の健全育成と斯道の普及発展に資することを目的として2010年に柔道教室を始めました。

12年が経過し、入門者も増えて活発な活動が行われるようになってきました。そこで、これまでの活動を振り返りながら有明柔道クラブについてご紹介致します。

II. 有明柔道クラブ概要

このクラブでは、柔道整復学科の教員の指導により、小・中学生、高校生、大学生、一般社会人などが柔道の稽古に励んでいます。柔道経験の有無、男女の区別なく、それぞれの体力や技量に応じた稽古を行っています。

発足当初、このクラブは、地域貢献の一環として始められた親子柔道教室でしたが、子供に柔道を学ばせたい保護者

が主体となって大学の柔道場を借り、そこに大学教職員を講師として招聘する保護者主催のクラブとして2013年12月に新たに発足しました。始めたころは週一回土曜日に稽古を実施していましたが、柔道に興味を示す子供たちが非常に少なく、子供たちを集めるところからのスタートとなりました。

2017年頃から、子供たちの人数も少しずつ増えてきて、稽古も充実した内容ができるようになってきました。ところが、2019年に発生した新型コロナウイルス感染症が拡大し、日本においても、2020年2月頃から感染が広がり、2020年3月頃には、様々なイベントなどが延期又は中止となり生活の制限がされるようになりました。2020年4月には日本政府より緊急事態が発出され、当クラブも活動ができなくなりました。そこで、何かできることはないかと保護者会と話し合い、自宅でもできるリモート練習を始めることとなりました。参加する子供たちは決して多くはありませんが、モニターを通じて子供たちの元気な姿を見ることができたことを今でも覚えています。

その後、緊急事態宣言を解除することが決定され、当クラブもリモート練習から、大学のグラウンドにおいてトレーニング及び打ち込み練習ができるようになりました。このようにグラウンドをお借りできたことは、大学に対して感謝はありません。また、緊急事態宣言が発出されていない場合は、道場において稽古ができるように大学の許可を得ることができました。道場の稽古では、全日本柔道連盟の新型コロナウイルス感染症対策指針通りに稽古を再開しました。

不思議なことにコロナ禍の時期に、柔道を習いたいという入門の問い合わせが増え、今では(2022年10月現在)約40名の部員数となり、毎回、活気ある稽古ができるようになりました。道場生が増えたことで練習日も、水曜日・金曜日17時30分～20時、土曜日10時～12時30分と週3回の稽古を行っています。

柔道の稽古は、初心者、低学年、高学年の3グループに分けて行い、初心者に対しては、礼法と受身の指導を行い、安全に受身ができるようになったら、立ち技・寝技の稽古を行うようにしています。初心者以外の子供たちは、技の技術を習得するための、寝技の反復練習、立技の打ち込み・投げ込み練習、自由乱取の稽古を行っています。

稽古は再開されるようになりましたが、柔道大会は中止になることが多くあり、子供たちが大会に出場することはなく、モチベーションを維持させるのに苦労しました。

2022年頃から東京都内でも柔道大会が開催されるようになり、当クラブからも多くの子供たちが大会に参加できるようになってきました。各大会で優勝、入賞する子供も出てきており、子供たちの活躍が楽しみになってきました。今後、指導者としても全力でサポートしていかなければいけないと改めて思いました。そして、近い将来、このクラブは必ず強くなると思いました。

しかしながら、当クラブでは試合で勝つ技術指導も行っていますが、一番大事にしていることは礼儀であり、何事においても感謝する気持ちを忘れず、強い心と体が作れるような指導を重視しています。道場で学んだことが人生において、また、日常生活において活かして欲しいという思いからです。

Ⅲ. 終わりに

有明柔道クラブで指導を始めて12年が経ちました。有明地区の子供たちを中心に指導を行ってきましたが、これまで多くの方に支えられ活動ができたことに感謝申し上げます。私自身も、生まれ育った福岡県で小学校2年生より柔道を学びました。私が柔道を習っていた道場は、毎日3時間の稽古、1年通じてお休みする日は、年末年始の5日間くらいでした。辛いと思ったことは一度もありませんでした。柔道が楽しくて楽しくて道場に行くのが楽しみでした。遊びの延長線上に柔道があり、友達と遊んでいる感覚で柔道教室に通っていました。この年齢まで長く柔道に携われたのも柔道の素晴らしさや楽しさを教えてくれた、多くの指導者や仲間がいたからだと思います。だからこそ、私は柔道で育てていただいた分、柔道で恩返しをしたいと強く思っています。また、本学の学生も柔道指導に携わっていることから、この経験を活かして、将来医療人として活躍することを願っています。

今後、柔道の素晴らしさや楽しさを多くの人に伝えること、柔道の創始者嘉納治五郎師範の理念である「精力善用・自他共栄」の精神を忘れずに精進を重ねていきたいと思っています。

謝 辞

最後に、有明柔道クラブの運営及び道場の使用許可を承諾していただいている東京有明医療大学、また、運営にご尽力を頂いている保護者の方、柔道経験のある親御さん達の協力のもと柔道クラブは成り立っています。深く感謝申し上げます。



当クラブ初めての入賞者



リモート練習の様子



野外練習 1



野外練習 2



稽古風景 1



稽古風景 2



2022.全国錬成大会



2022.品川区柔道大会



2021.柔道納会



2022.ひのまるキッズ九州柔道大会



集合写真