

平成26年度宮崎県（宮崎市）地方青少年少林寺拳法錬成大会（報告書）

- 1 開催期間 平成26年8月23日（土）～8月24日（日）
- 2 開催場所 宮崎県総合運動公園（体育館）
- 3 講師名 [氏名] [称号・段位]
派遣講師 古川 真澄 正範士・七段
中山 文夫 正範士・七段
高辻 吉治 正範士・七段
地元講師 吉野 信弘 正範士・七段
笠 新也 正範士・七段
- 4 種目 少林寺拳法
- 5 参加者数 小学生81名 中学生16名 高校生20名 合計117名
- 6 概要報告

(1) 研修会経過

平成26年度宮崎県（宮崎市）地方青少年少林寺拳法錬成大会は、8月23日（土）・24日（日）の2日間、宮崎県内各支部から、日頃少林寺拳法を修練する小・中・高校生117名が参加、さらに、大学生や県内支部の指導者も参加し、宮崎市にある宮崎県総合運動公園（体育館）で開催された。

派遣講師として神奈川県より古川真澄 正範士、三重県より中山文夫 正範士、大阪府より高辻吉治 正範士においでいただき、地元講師の吉野信弘 正範士と笠新也 正範士とともに熱心に御指導いただいた。

前日打合会は、宮崎県教育庁スポーツ指導センター 向井大蔵所長、宮崎県少林寺拳法連盟 鳴海秀幸副理事長、松浦牧男副理事長、是沢利秋相談役をはじめ、宮崎県少林寺拳法連盟役員、宮崎県公立武道館協議会（宮崎県教育庁スポーツ指導センター）の担当者が出席し、研修日程や指導計画等について確認や協議を行った。

開会行事では、向井大蔵（宮崎県公立武道館協議会）理事長が主催者のあいさつを行った。次に、中山成彬氏（日本武道館常任理事）、渡辺創氏（宮崎県少林寺拳法連盟副会長）が主管団体のあいさつを行った。さらに、講師の先生方から錬成大会における心構えなどをお話しいただいた。

錬成大会は、派遣講師を含めた全員で「鎮魂行」を行った。その後、ウォーミングアップ、ストレッチを古川講師が中心となり指導いただいた。ウォーミングアップ後は、基本錬成として全体で、「突き」「蹴り」「受け」「相對練習」を行った。その後、実技1として、級・段別に5班で分かれ、基本の剛法・柔法を5名の講師から段階に応じて懇切丁寧にお教えていただいた。また、「重心軸（体幹）の必要性、天地拳第1の相對、竜王拳第1の相對、逆手投げ」についても丁寧に指導が行われた。また、中山講師が「思いやりの大切さ」と題して、古川講師「呼吸・脳の働き」と題して、高辻講師「ダーマと命の考え方」と題して、それぞれ20分程度講話をいただき、引率として参加していた各支部の指導者の方々も熱心に聞き入っていた。子供たちを指導する指導者にとっても刺激となった錬成大会となった。閉会行事では、古川講師から受講生代表の渋谷晃輝（しぶたこうき）くん「錬成証」が授与され、受講生を代表して南野陽向（みなみのひなた）さんがお礼のことばを述べた。

(2) 日 程

8月23日(土)	10:00	開会行事、鎮魂行
	10:20~12:00	実技Ⅰ [基本の剛法・柔法]
	13:00~15:30	実技Ⅱ [基本の剛法・柔法] 5班編制で実施 気合いの出し方、小手抜、寄技、逆小手、 送小手、帯取りゲーム、講義
8月24日(日)	9:30~12:00	鎮魂行、実技Ⅲ ウォーミングアップ、ストレッチ 基本錬成、竜王拳第1の相対、逆手小手
	13:00~14:40	実技Ⅳ 少林寺拳法ビンゴ(全体で動きを確認する) ~5班編制で実施 講話 実技Ⅴ 級・段別で5班に分け、基本の剛法・柔法
	14:50~15:10	受講生から講師への質問
	15:20~15:30	閉会行事

7 所感

今回の錬成大会は、5名の指導者の素晴らしい技術だけでなく、少林寺拳法の目指す「人間教育」という面を様々な面で垣間見た錬成大会であった。また、勝敗を超えたところにある相手に対する思いやりや優しさを大切にする精神に触れることができ、少林寺拳法を修練する意義を教えていただく非常に有意義な機会となった。さらに、日頃から子供たちへの指導に当たっている各支部の指導者にも、講師の方々の講話や指導法に触れる機会となり、指導者の方々の今後の指導にも大きな影響を与えたのではないかと考える。

今回の会場は、空調設備がなく非常に厳しい環境での錬成であった。しかし、大きな体調不良を訴える受講生は出なかった。講師が状況を見て適切に休憩や水分補給の時間を確保しながら進めた結果であり、また、氷や水分等を各支部ごとに準備され適切な対応を行った結果であると考えられる。指導者及び参加者の意識の高さにより錬成大会を計画通り進めることができた。本年度の高校総体から、少林寺拳法は正式種目となり、今後さらなる普及・発展が望まれる。県公立武道館協議会として、今後より一層、少林寺拳法競技の普及と競技力向上に向けて、関係団体と連携していきたい。