

平成19年度

九州ブロック小学生強化合宿感想文

(長崎県)



期日 : 8月24日～8月26日

場所 : 大分県由布市湯布院スポーツセンター

主催 : 九州柔道協会

平成19年度 第6回「九州ブロック競技者育成事業」小学生強化合宿に参加して

長崎県柔道場連盟強化委員長
山口末男

この合宿は、これからの日本柔道は、小学生時代から始めないとオリンピックで金メダルはとれないことから、世界に羽ばたくジュニア選手の育成を目的に実施されているものです。

今回は、8月24日（金）～26日（日）の3日間 大分県湯布院スポーツセンターにおいて開催されたものです。

私は、この強化合宿については、初回から参加しておりますが、本県の参加選手の選考は柔道場連盟大会・学年別大会の上位入賞者等から選考しており、通常は各県男子15名、女子5名ですが、今回は宿泊経費の軽減等の関係で本県から24人が参加することができました。

○出発（8月24日）

県柔道協会の荒木会長の激励の言葉をいただき、8時20分に指導者・保護者のお見送りを受けて県警武道館を元気に出発。五島選手の一人がホテルに財布を忘れていたことから、途中寄り道をし、予定時間をオーバーしてしまいました。多良見・川登で待っていた選手の皆さんご免なさい。

○3日間の練習内容

合宿のスケジュールは、朝6時20分集合・ランニング・朝食・掃除・稽古・道場掃除・入浴・夕食・ミーティング・10時就寝（すべて団体行動でした）

稽古中に毎熊選手は鼻を強打、針尾選手は鼻血、山本選手は風邪と思わぬハプニングがありました。稽古を休むことなく頑張ったうえ、水分補給の帰りに、256人分のスリッパをきれいにそろえていました。（あまりにもきれいにそろえてありましたので、スリッパの整頓状況を写真を撮りましたので紹介します。）

○閉講式

最後の感想文発表では、これまで各県代表者が発表しておりましたが、今回は時間の都合で沖縄県・長崎県・大分県の代表者が発表することになり、本県から針尾選手が代表して、元気よく向上心あふれる内容を発表し、他県の先生からも好評でお褒めの言葉をいただきました。私も、急に指導者を代表して挨拶を依頼され、普段子ども達に口うるさく指導している「当たり前」のありがたさに感謝しよう」と「あいさつの大切さ」について話しました。

「当たり前」のありがたさに感謝しようとは、2本の足、2本の手がある（柔道ができる）ことがどんなにありがたいか、目が見え、耳が聞こえることがどんなにありがたいか、食事や稽古の送迎をしてくれる両親がいることがどんなにありがたいか、合宿を計画し実施していただいた先生方に今回合宿参加できたことに感謝しようということでした。

「あいさつ」については、相手の顔を見て・相手にわかるような大きな声で・相手より先に心をこめてあいさつをしましょうと話をさせていただきました。



第6回 九州ブロック小学生選抜強化合宿
（長崎県女子が揃えたスリッパ風景）

8月24日（金）～8月26日（日）の3日間、大分県湯布院スポーツセンターにおいて九州各県より選抜された5・6年生男女250名の強化合宿が行われた。日本オリンピック委員会、全日本柔道連盟、九州柔道協会、各県柔道協会の主催・共催のもと指導者30名が参加し、充実した3日間であった。

私は、今回初めての参加であったが、過去高校の監督をしていた時、また県の高等学校柔道専門委員長、九州専門委員長の時も当センターにお世話になったりでなつかしい場所であった。

3日間の練習内容は柔道の基本練習と乱取や寝技を中心に行ったが、とくに、柔道修行で大切なことを各先生方が話をされた。そのことをいくつか述べてみたい。

1. 柔道修行で大切なこと。

- (1) 人の話をじっくり聞ける人（強くなっている人の第一条件）
- (2) 相手に対する感謝の心を持つこと（ありがとう、強くしてくれて）

2. ケガの予防ができる人が大切。

90パーセント自己管理できる。特に受け身をしっかりやる。

- (1) 向き合って爪の検査をする。（一番多いのは、爪によるケガ）
- (2) 睡眠時間 不足にならないこと。集中力がなくなる。
- (3) バランスよい食事を
- (4) 準備体操・整理体操を真剣にしっかりと

今回、長崎県の選手 男子16名・女子8名、ケガなく最後までよく頑張りました。また、さいごの感想文の発表は、すばらしいものでした。

九州ブロック小学生柔道強化合宿に参加の感想文
（九州合宿をふり返って）

長崎県女子選手
発表者 針尾 紗英

私たちは、この合宿を通して五つのことを学びました。一つ目は生活面のことです。いつも自分達でしないことを進んでやることを学びました。特に、最初に先生方から注意されたスリッパのことを中心にしっかりならべるようにしました。団体行動では、時間を守り、集合時間5分前には集まるようにしました。二つ目は礼儀作法のことです。この中で代表的なものとして、あいさつを挙げたいと思います。あいさつは、形だけではなく、相手に感謝の気持ちを込めてするということを学びました。これらを通して、あいさつはとても大事な意味があるんだなあと思いました。また、柔道は一人ではできないので、仲間はとても大切だと感じました。三つ目は、寝技の基本練習のことです。足げりやエビなどは、いつも各道場でやっているやり方とは少し違って、細かく教えていただきました。これから道場に帰ってもこれらの基本練習をみんなに教えていこうと思います。四つ目は、人の話をしっかり聞くということです。色々なことが伸びてくる人は、一生懸命人の話を聞くことができる人だと教わりました。最後に、食事のバランスについてです。一日三食とるということは、自分の体にとってとても大切なことだなあと思いました。話の中に、井上康生選手の話がありました。井上選手は「嫌いな物はあるけど、柔道が強くなるためなら何でも食べる」と聞いてびっくりしました。私たちはなるべく嫌いな物でも残さずに食べるようにしたいと思います。この三日間はきつかったけど、いい思い出ができ、勉強になりました。教えてくださった先生方ありがとうございました。