

## 南京柔道研修レポート

東海大学体育学研究科体育学専攻 2年 穴井亮平

2011年9月8日～11日の間、中国語版柔道テキスト作成と柔道指導を兼ねて、中国・南京にある日中友好南京柔道館に橋本敏明先生と私の2人で行かせていただきました。日中友好南京柔道館の道場は300畳を越えるほどの広さで、トレーニングコーナーや見学するスペースまであり、柔道を行うのにより環境が整っていました。その道場で4歳～50歳くらいまでの幅広い年齢の人々が楽しそうに一生懸命に柔道に取り組んでいて、とても雰囲気の良い柔道クラブだと感じました。指導は東海大学で柔道を学んだこともある常東氏が中心になって行っていました。練習のメニューは準備体操や基礎トレーニング、受け身の反復などをたっぷり1時間ほど行ってから打ち込みに入っていくという流れで行っていて、基本と安全にとっても気を使って指導しているのだなと感じました。

私は中国語版柔道テキスト作成の傍ら、練習に参加し、技術指導をさせていただきました。言葉が通じない中での指導ということでもとても苦労しましたが、言葉が通じなくても柔道を通じてコミュニケーションを取ることができ、改めて柔道の魅力や素晴らしさに気付くことができました。とても素晴らしい経験をさせていただいたと感じています。その際に6歳くらいの子供たちから「技をかけたら返されるのだけど、どうすればいいの？」など多くの質問をされ、こんな小さな子供たちでもしっかり自分で考えながら柔道をやっているのだなと感動し、私も見習わなければならないと思うと同時に、この道場はこれからもっともっと発展していこうと感じました。また、中国のナショナルチームの練習に、男女ともに参加させていただいたのですが、体が大きく、体力もあるので、とても強いというのが正直な感想です。ですが、前後の動きばかりだったり、体を捨てて巻き込むような技が多かったので、いろんな方向の動きを使ったり、しっかり2本持って技をかけるという柔道の基本的な動きができるようになると、さらに強くなり、中国でのこれからの柔道の発展につながると感じました。そのためにも柔道の基本を重視している日中友好南京柔道館が果たす役割は大きなものがあると思います。

今回の研修ではほんの少しですが、中国の歴史や文化に触れることができました。数多くの貴重な経験を通して、柔道は国際交流にとっても有効であると感じました。このような経験をさせていただいた日中友好南京柔道館のみなさんやたくさんの中国の方々、また、柔道教育ソリダリティーの皆さまに大変感謝しています。最後に日中友好南京柔道館の今後の活躍を祈っています。本当にありがとうございました。

