

## 「全自衛隊少林寺拳法連盟で活躍する女性拳士たち ⑤」

護身の技術を修行することを通じて自己の変化や達成感を味わい、自信をつけることによって、職場や地域社会をリードしていく人間を育てるという少林寺拳法。防衛省・自衛隊において少林寺拳法の普及・振興等を担う全自衛隊少林寺拳法連盟で活躍する女性拳士を連載しています。

第5回は、全自衛隊少林寺拳法部（航空自衛隊那覇基地） 北村 由美さん。

### Q少林寺拳法を始めたきっかけ

約10年前に勤務していた職場の練成訓練で護身術と言う名目で少林寺拳法の存在に触れる機会があり、もっと深く知りたいと思ったのと、その時に教官だった方々（航空千歳 佐々木政人先生及び、航空入間 稲田倫久先生）が格好良く、私もあんなふうになりたい！と思ったのがきっかけでした。

### Q普段の練習は

最近ふたりの子育てが落ち着き、今年8月の第41回全自衛隊少林寺拳法大会参加の誘いを受け、練習したのが再開のきっかけでした。大会に参加していた仲間に、近くの道院を紹介してもらったので、これから週末に主人と娘達を連れ、練習していきたいと考えているところです。

### Q少林寺拳法にまつわる思い出

全自衛隊少林寺拳法大会に向け、演武の練習をしていた女性拳士との絆が深まったことが私の財産であり、良い思い出です。その大会では最優秀賞を頂くことができ、忘れられない思い出となりました。

その頃、週三回の練習で、みんなで急所を攻め合い、痛いながらも笑いあった事が今では懐かしく感じています。

### Q今後の目標

ゆっくりでも一つ一つの技を思い出しながらしっかりと自分のものにしていき、昇段できるようがんばっていきたいと思っています。また、出産や子育てで少林寺拳法をお休みしている女性拳士が、もう一度やってみようと思ってもらえるよう自分なりの広報活動をしたいと思っています。

## 全自衛隊少林寺拳法連盟について

全自衛隊少林寺拳法連盟（会長 大越康弘 元防衛研究所所長）は、防衛省・自衛隊において少林寺拳法の普及・振興を図るとともに、関係団体の融和、親

睦等を図ることを目的として一般財団法人少林寺拳法連盟に認められた団体である。現在、全国の基地・駐屯地に18の少林寺拳法部があり、約170名の拳士が活動している。少林寺拳法部がない基地・駐屯地の隊員でも、全自衛隊少林寺拳法部に所属することによって、昇段や大会への出場などが可能という。また、毎年一回、持ち回りで全国の基地・駐屯地において全自衛隊大会を開催しているのも特徴の一つ。(問合せ先：全自衛隊少林寺拳法連盟事務局長 生形良隆 08013643382)



向かって左側が北村さん