



# PROJECT DOUBLE CIRCLE

## 薄芸身に随うに如かず

宗道臣開祖の著書、『少林寺拳法教範』はこれまでに幾度かの改訂を経ているが、開祖ご存命中最後の改訂にあたる1979年には、「新版序」と題して次の言葉が残されている。

中国に「財を積むこと千万も、薄芸身に随うに如かず」という古い諺がある。

莫大な財産を築いてみても、わずかの学問や技芸を身につけることにさえ及ばないということである。

私は二十年近くの中国在留中に、(中略)かなりと云えるほどの財をなしていたが、引き揚げる時、全部中国へ還して身体一つで帰国した。(中略)しかし、その間私は財貨では買えない貴重なもの、いかなる力をもってしても奪いとれない大切なもの—各種の拳技と体験を通じて学んだ思想—を身につけることが出来た。

開祖は、自らの身につけたわずかの学問や技芸によって、人生を賭けるに値する大きな志を打ち立てられた。では、今日修行する我々は、修行の中で得られた“薄芸”によって、どれほど人生を方向付けられているのだろうか。

## 私の“薄芸”

採用から20年近く経った今でも、たまに「あのとき倉本からお礼状が届いた」という話をされる。失敗も多く、諸先輩方に迷惑をかけてきた身ではあ

り、採用試験が終わった直後、監督に電話で報告をし、その電話口で「すぐにお礼状を書きなさい」と言われたのだった。その一言で、私が戸惑うことなく即日お礼の手紙を書き上げることができたのは、大学少林寺拳法部で毎夏・毎冬、OB先輩方に何十枚と暑中見舞い・年賀状を手書きしてきたからであった。

試験を終えた直後、どうやら私はずいぶんお礼状を書いたらしい。私自身は長らくそのことを忘れていたからだ。職員となった後、何年か経って「あのとき、倉本くんから手紙をもらったんだよね」と言われて思い出したのである。

2000年の暮れ、私は当時の財団法人少林寺拳法連盟の職員採用試験を受けた。試験の際には役員の先生はもちろん、技術審査官であった職員の先生、総務担当の女性職員の皆さんにも大変お世話になった。

## 修行と生活

だが、お礼状の一件によって、私という人間を良い方向に認識してもらっているという実感があるのである。開祖には遠く及ばないが、これが私にとつての「薄芸身に随うに如かず」の体験だ。

このコーナーのタイトルには、「修行」と「生活」という異なる二つの要素が独立しつつも重なり合い良い影響をもたらすという願いを込めた。冒頭、開祖の言葉にあるように、開祖の人生には36歳までの修行と呼べる日々があり、それを、帰国後の惨憺たる逆境にも関わらず、人生に活かして幸福運動という大志を抱き、たくさん種を撒いた。

少林寺拳法の修行において培われたものが、実生活の中で生きるといふことをこのコーナーで証明し、読者の皆さんと「この修行を大事にしよう」という共感や納得を得たいというのが担当者としての願いである。拙い分析や表現もあるが、どうか願いの部分を汲み取っていただき、4回連載予定のこのコーナーを、ともに考えるための材料と受け取っていただければ大変ありがたい。

# クローズアップ

## 大学生にとって、少林寺拳法の修行はどのように役立つのか



### ◎ 技法の修練が人間関係の

#### 構築につながるって本当？

本部合宿において、期間中に他大学の学生同士が仲良くなっていく姿を見ると嬉しくなります。簡単に仲良くなってしまう理由として、攻守を交代しながら修行する「組手主体」の仕組みが挙げられるのではないかと思います。

互いに感覚を共有し合い、持っている情報と与え合うことで互いが上達していくというこの仕組みは、知らず知らずのうちに会話を促進させますし、深いところで解り合おうという前提があります。こういうコミュニケーションを行うことができる社会人は、会社や上司からも大切にされるだろうと思います。

- ①人に向き合うことができる
- ②相手の悩みや痛みを察することができる
- ③自分を素直に表現することができる

### ◎ 修行環境と実社会は違う？

日々の修行環境は支部長や監督、あるいは伝統・校風などによって方向付けられています。そこから独特の秩序が構成されていることもあるでしょう。これは少林寺拳法の修行環境に関することですが、実社会に置き換えると次のようになります。

“日々の仕事環境は社長や部長、あるいは伝統・社風などによって方向付けられています。そこから独特の秩序が構成されていることもあるでしょう”

各所属には、「社会の縮図」と呼んで差し支えない側面が確かにあり、時に応用は必要なものの、組織的なその成り立ちはそのまま実社会でも当てはまることが多いはずなのです。会社組織に限って言えば、社長や部長（上司）とその会社の伝統や社風をしっかりと理解することで、自分という個の置きどころや行動に、ある程度の方向性を持たせることができるのではないのでしょうか。

社会人となって3年以内に離職する人は少なくありません。統計によって順位は多少異なりますが、いずれの統計においても離職理由の上位にくるのは次のようなものでした。

- ・ 経営者や上司との考え方の違い
- ・ 労働時間や環境に対する不満
- ・ 人間関係

離職のことも含めて、社会人となって悩むことはできるだけ少なくしたいですね。そのためのヒントは、私たちの日々の修行の中にも転がっているのではないかと思います。皆さんはどう思われますか？

### ◎ 団体行動って大事？

大学少林寺拳法部や本部合宿では、迅速な集合解散や整列など、厳格な団体行動が求められます。通りがよく歯切れのよい返事や号令も含まれるかもしれません。それ以外の環境で修行する大学生にとっても、異世代と上手く交流し、その所属が持っている雰囲気や人間関係の調和を乱さない…というようなことを学ぶでしょう。

このように「団体の中にある自分という個」を認識できる修練環境で習得できるスキルは、以下の点で社会人となった後も役に立つものです。

- ①全体を見渡し、自分のやるべきことを見つけることができる
- ②時間や規律を当然のように守ることができる
- ③意思の伝達をスムーズに行うことができる



#### 執筆者／倉本 亘康

会報少林寺拳法編集長、振興普及部部長。  
2001年入所。地元スポーツ少年団・  
大学少林寺拳法部を経て本部道院、現在は  
琴弾道院道院長、琴弾スポーツ少年団  
支部長。本部444期生。香川県出身・在住。

# 『残念』からの脱皮

菅野 純

早稲田大学名誉教授

## 実

実際はもつと能力がありそうなのに、「新たなことに挑戦しよう」としない」「壁にぶつかるとすぐめげらる」「指導の言葉に傷つき落ちこむ」「助言に耳を傾けない」「出来ないことを誰かのせいにする」「自己否定的な言葉（どうせ、ボクなんて・・・）が多い」「子どもがいます。教室には必ずこうした『残念な』子どもがいます。道場にもいるのではないのでしょうか。大企業で管理職を続けている友人の話では、最近の若い社員の中には、相当な力を持つていそうな人でも何か仕事を命じるとやる前に「出来ません」とすぐ言うとのこと。現代ではこうした『残念な』現象は広くわが国を覆っているのかもしれない。

「自分」と「挑戦」「前向きな行動」「自己学習」「情緒的安定」をつなぐものは何でしょうか？前回

「モデリング」（2019年秋号）で紹介した心理学者バンデューラは「自己効力感（セルフ・エフィカシー）」という言葉で説明しています。自己効力感とは自分を信じて行動する力のことです。何かに挑戦して失敗しても自己否定的にならず、今度挑戦するときには何をどのように改善すれば成功するかを見極めようとする力なのです。そのためには、自分の失敗を正面から見据え、プロセスを分析し、他者の助言に素直に耳を傾げる態度が必要でしょう。

バンデューラは自己効力感を高める要素として、①達成（成功）経験、②代理経験（自分以外の人が達成した例を学ぶ）、③言語的説得（自分の中にやれる能力があることを言葉で説明されること）、④生理的情緒の高まり（ワクワクする、気持の高まり）、⑤想像的体験（自分や他者の成功をイメージする）の5つをあげています。

## 指

指導者はこの学びの場を、ワクワクするような場にしているのでしょうか？出来たことや、いまは発揮されなくてもその子が内に秘めている能力を、きちんと言葉で伝えているのでしょうか？子どもの周囲にいる仲間、大人から、学ぶべきことをしっかりと伝えているのでしょうか。「自己効力感」というキーワードは、指導・教育の更なる可能性と方法を具体的に示しているのです。

# さぬき探訪日記



## 少林寺拳法だけじゃない！香川県！！

少林寺拳法発祥の地がある四国・香川県。  
香川県と言えば讃岐うどんが有名ですね。  
研修会や大会で、香川県を訪れた際はぜひ香川を探訪してください！  
魅力がいっぱいです！

私は週末が来るたび、わくわくしていることがあります。それは、応援するサッカークラブが地元にあるからです。ここ、香川県では、地域に根ざしたプロサッカーチーム《カマタマーレ讃岐》が2014年よりJリーグに加盟しています。

サッカー文化は徐々に広がっていきスタジアム観戦は週末のイベントとなっています。

選手に会える、サポーターに会える、クラブマスケットに会える、グルメ探索もできる。勝敗は関係なく、独特の雰囲気、気の渦にハマる非日常体験！毎年シーズンが始まるのがとても楽しみです。

### カマタマーレ讃岐

釜玉うどん（かまたま）と瀬戸内海をイメージする海（イタリア語で、マーレ）の造語。略してカマタマ。

① ©KAMATAMARE SANUKI



①カマタマーレ讃岐の試合風景 ②カマタマーレ讃岐のホームグラウンド  
③カマタマーレ讃岐のキャラクター「さぬびー」 ④カマタマーレ讃岐を応援するサポーターの皆さん

### 特派員／藤原直功

香川県出身・在住。  
少林寺拳法連盟本部にて働く傍ら、地元サッカーチームシーズン中の週末は、熱狂的なサポーターとなり表情が一変します。



# Meet 少林寺拳法

中学校武道必修化 OutPut

全ての出会いは一期一会  
同じ授業は二度とない  
毎日が新しい出会い…

少林寺拳法「を」伝えるのか？  
少林寺拳法「で」伝えるのか？  
出会いを紹介していきます

## 東海市立上野中学校 真剣に楽しめちゃった！

### ～ 全学年 3 時間体験記 ～

**私、絶対に良い授業に  
なるって分かっていました！**

秋葉みどり先生の校長会等へのPR活動から実施に至った市立上野中学校での授業。校長・校務主任が保健体育科で、少林寺拳法を採択するに当たってはとても前向きに進めてくださったそう。今年から、柔道に加えての実施となりますが、安全性と運動量確保、生徒の反応や感触に対して高評価をいただいたようです。

「特別支援学級の生徒たちにも是非授業を受けさせたい」という学校からの要望にも応えられ、時には、うまくできなくて諦めがちだったりする生徒を見てきた保体教員の方々、校長や教頭の先生方からは「生徒たちがあんなに上手に、あんなに嬉しそうに真剣に授業に向かえるとは！」と驚きの声をもらったそうです。

目当てを明快に伝えること、板書は保体教員（プロ）にお任せしたことで生徒の理解は格段に向上したそうです。（教員と外部指導者の関係ができていると効果が違いますね〜）ラスト授業の三時間目には、「思いやりの心を持つこと行動しよう。重たいものを持って歩くのが大変で困っているご老人を見て助けあげたいな、という思いを持つことは大事です。ただどこに、持つてあげられる力と行動がなかったら、本当に助けあげられることはできないよね？だから力も愛も両方持つていることが大事なんだよ」と「力愛不二」の教えに触れました。

「上野中学校の生徒はみんな良い生徒たちでした」と、秋葉先生は全授業を振り返りました。



**秋葉みどり先生**  
愛知県少林寺拳法  
連盟 事務局長  
外部指導者として  
地域貢献活動に深  
く関わっている。

# 秋葉流指導のポイント

- ・体育館が道場であると真剣に伝える。
- ・できた事をしっかりと真剣に褒める。
- ・喜びを分かち合う。「上手い!!カッコイイ!!」
- ・という評価は、率直に生徒にとって嬉しいもので、もっと上手くなりたいと真面目に取り組む動機付けに繋がった。

保体教員の皆様も指導を見直すきっかけになったとか。(素晴らしい)



## 「楽しい授業のお約束」

### 秋葉先生の言葉

いつもは何気なく跨ぐ体育館の入り口ですが、少林寺拳法は武道で皆はそれをここで学びます。だから、体育館の入口でしっかりと合掌礼をし、大きな声で「お願いします!」と挨拶をする。出る時にはこの場所への感謝を込めて、「ありがとうございました!」と言っただよ。

## 学校教育目標と少林寺拳法の授業

上野中学校では、校訓「英気・剛健・協調」とかたばみ三訓「夢・鍛錬・挨拶」を柱(学校教育目標)に授業が行われています。

秋葉先生の授業では、少林寺拳法の「合掌礼(挨拶)」と教育目標ががっちり結びついて効果を発揮しているようですね。次回はどんな授業を紹介されるのか、とても楽しみです。

担当者



秋元 宏介

保体教員の道を志していた男が、今熱い全国の少林寺拳法授業を紹介いたします!



愛知県連盟の精鋭で授業実施!  
(理事長、事務局長自ら出勤!)



挨拶 夢 鍛錬



可能性を  
引き出すために

# Enjoy Coaching 高める

執筆者／大原 一純

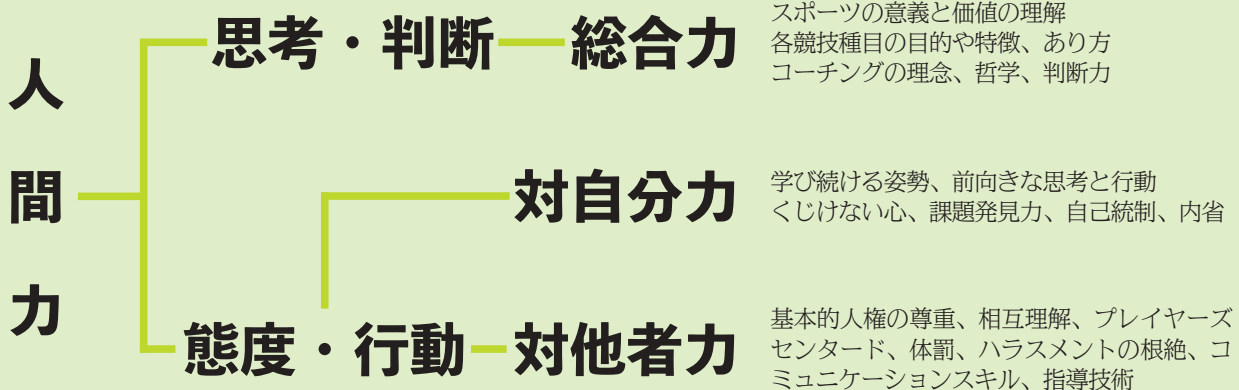
なぜ今、  
コーチングなのか？

かつては、「なんでわからないの!?」「やる気があるのか!」「失敗したら罰走させるぞ!」などと罵声を浴びせる時代もありました。今は、体罰やハラスメントにあたる禁句事項となっています。

欧米では当たり前となっていますが、「かつて名選手だったから」、「OBとして実績があるから」ということで、コーチの勉強をせずに、プレイヤーを指導できる時代ではなくなってきました。昨年より、スポーツ庁と日本スポーツ協会は、国民一人一人が、生涯を通じた快適なスポーツライフを構築し、望ましい社会に貢献するために、その中心となる指導者の養成に力を入れています。指導者養成の目標は、「グッドコーチ」であり、求められる資質能力は、人間力、知識、技能に分類されています。

昨年、各競技団体のコーチ1,200名が、日本スポーツ協会公認スポーツ指導者養成講習会（共通科目Ⅲ）を受講し、コーチングを学び、現場で導入され始めています。

少林寺拳法連盟の指導者研修会においても、公認スポーツ指導者養成講習会の伝達研修を実施しております。少林寺拳法の指導者は、コーチングをスムーズに学べると思います。その理由は、グッドコーチの大切な資質が、少林寺拳法創始からの教育システムに既にあることばかりだからです。



## ボスタイプイメージ

責める、批判する  
恐怖をかきたてる  
脅す、罰する、強制する  
失敗の責任を追及する  
練習を苦役に変える  
「やれ」と命じる



少林寺拳法の指導者になりたいと思う大学生581名に、理想の指導者像について、「ボスタイプ」と「リーダー」の定義を説明せずに、どちらがリーダーになりたいかを聞いたところ、全員がリーダータイプと回答がありました。そして、双方のイメージを聞いたところ、このような結果となりました。

## リーダータイプイメージ

人を導く  
情熱を生み出す  
認める、褒める  
失敗の後始末（今後）  
と一緒に考える



苦しい練習も楽しさに変える  
「行動するように」動機づける

## ティーチングとコーチングの違いとは？

コーチングとは、コーチがプレイヤーが望んでいるところまで、安全に送り届けるという意味合いを持ちます。ですから、コーチは、プレイヤーの入部の動機や、目標、なりたいたい姿を明確にしてあげる必要があります。では、コーチングとティーチングの違いはどこにあるのでしょうか？

**ティーチング**は、基礎的な知識や技術の指導に効果的です。しかし、コーチの資質によつては、「指示命令型」「欠点指摘型」「権力誇示・上位解脱型」という「支配型指導」に陥る場合があります、暴力、体罰、ハラスメントの要因となります。

**コーチング**は、自らの可能性や自信を自覚してチャレンジする人へ成長させたい場合に効果的です。プレイヤーの基礎知識と能力や、コーチのコーチマインドとスキル次第では非常に大きな効果を生むことが可能です。

コーチングは、次世代型リーダースキルとして、「傾聴共感型」「情報共有型」「刮目相対型」という特徴を持ち、プレイヤーの能力を信じ、潜在能力を引き出し、成長へ導くという『**支援型指導**』となります。

いずれにしても、コーチが、プレイヤーの特性を刮目しながら、必要に応じて使い分けると効果的です。

※刮目…人の著しい進歩や成長を待ち望むこと。または、今までとは違う見方をして、相手のことを見直すこと。

コーチング現場に即したスポーツ医科学、危機管理、安全対策、女性の体調管理トレーニング科学、メンタルトレーニング・スポーツと健康・栄養、外傷と障害予防救急処置、心理学

コーチング現場に即した（年齢別、キャリア別、障がいの有無、プレイヤーの持つ特性など）  
専門知識、技能、指導法

知識・技能

知識・技能

共通

専門

## 拳士の退会理由

拳士・保護者 1,000 名へのヒアリング結果

- ①期待外れ。期待（想像）していたものと違っていた。
- ②支部（部活）になじめなかった。自分に関心を示してくれなかった。
- ③嫌な思いをする言動があったが、誰もフォローしてくれなかった。

指導者へのヒアリング結果

- ①塾と道場の両立が難しい。単位取得、卒論に集中したい。
- ②仕事が忙しい、介護や家事で忙しい。会費負担が大変。
- ③時代の流れで、辛抱強さ（根性）がなくなった。



執筆者／大原 一純

幼少期ゆめにあい、少林寺拳法に入門。生徒会長となりゆめ対策に取り組む。法政大学体育会少林寺拳法部にて厳しい体育会風土を経験し、風土改革を行う。万余のトラブルクレーム対応に従事し、コーチングの必要性を実感。現在、少林寺拳法連盟のアドバイザー、コーチングトレーナーに従事する他、日本スポーツ協会のコーチディベロッパーとしてコーチ育成の支援を行う。







私は、幼少より川で泳いで育ってきました。私の地元高知県はとにかく川が多い（と思います）。日本カワウソが最後に発見された新庄川（しんじょうがわ）は、実家のある須崎市を流れており、学生時代、野郎どもと青春を謳歌した場所です。

その新庄川を差し置いて有名なのが、最後の清流と言われる四万十川。その源流は、実家から車で40分のところにあり、久しぶりに訪ねてみました。

深い山々に囲まれた中腹から湧き出る水。人工音は無く、風に揺れる木の葉と、流れる

水の音のみの世界。四国にお越しの際には、思考と心を癒しに是非訪れてみてはいかがでしょうか。

そうはいつても、車一台の狭い幅の道。ガードレールが無い崖路を車で進み、途中から、獣に襲われそうな道なき登山道を登るとい、いろいろな心臓の高鳴りが感じられます。たどり着いた先には、美しい「生」が感じられる場所が広がっています。

**さぁ冒険に出かけましょう！**

ただ、**携帯電波が入らない**ので  
ご用心…

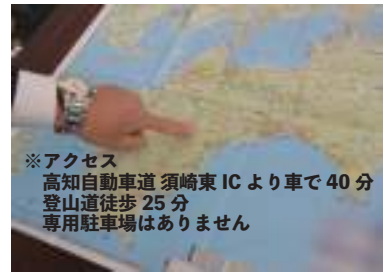
# 源を訪ねて



登山道入口にある大きな記念碑です。



旅の相棒



※アクセス  
高知自動車道 須崎東 IC より車で40分  
登山道徒歩 25分  
専用駐車場はありません

目的地は四国高知県の遙か山の中



執筆者／谷 聡士（タニ サトシ）

出身地：高知県

出会いを求めて三千里



ご当地の鍋焼きラーメン（須崎市）



大自然のど真ん中に源流点があります



背中語り導く先輩、優しく言葉で導く先輩、先端のテクニックで導く先輩、様々な先輩に囲まれ成長の日々

## たくさん失敗し、たくさん学ぶ

少林寺拳法連盟に正職員として就職したその日の内にかけてられた言葉があります。『たくさん挑戦して、たくさん経験をこなさい。失敗したら、俺が責任をとる』

ストレス社会と呼ばれる現代日本で、仕事が思い通りにいかないことや、ある程度のストレスに向き合うことを覚悟していた自分としては、職場の上司からそんな言葉が投げかけられるとは思いませんでした。

全国の拳士・会員の皆さんをお支えする、一財連盟職員として、奉仕の精神を忘れず、誠心誠意職務に従事いたします。

しかし、気負いの裏返しのように「失敗」ということに大きな恐れを抱き、なかなか一歩を踏み出すことができない自分がいました。先輩や上司の方々が異口同音に寄せてくださる「一緒にやっぺいこう、バックアップはするから安心して」という声かけに大きな勇気をいただいております。

本コーナーでは、新入職員の中井が、日々様子とその中で得た気づきを、お送りいたします。拙文ではありますが、寛大なお心でお付き合いくださると大変ありがたいです。

誠心誠意、働かせていただきます！

憧れの川島会長のお相手をさせていただき日々。ただし、とっても痛い…。



執筆者／中井 弘佑

2020年より正職員として勤務  
出身地：東京都  
香川県に来てから花粉症になった。



### 千葉県少林寺拳法連盟合同研修会開催

2020年2月9日(日)、船橋市ポートアリーナにて、千葉県連盟内の学生、一般、武専学生が一堂に会し、230名を超える参加者が受講しました。

研修会に先立ち、井形 眞寿夫理事長より「共に楽しく学びながら交流を深め、とくに若い拳士が学校を卒業しても少林寺拳法を継続できる意識を高めることを願います」と研修会の主旨を踏まえ、挨拶しました。

当日は、一財連盟より井上 弘東京事務所所長をはじめ、多くの実行委員により指導がなされ、若い拳士達は眼を輝かせ、活き活きとした表情をしていました。

彼らの姿を見ながら、開祖の講話で胸を熱くし、多くの先生の技に心を震わせ、逞しさに憧れた、学生時代の自分を思い出し、初心に帰れた気持ちでした。

(千葉県少林寺拳法連盟事務局長/ 阪井・広報/ 矢口)



### 第5回少林寺拳法奈良県女子稽古会開催

2020年2月9日(日) 奈良文化

高等学校多目的ホールにて、一財連盟より、京都西陣の牧野 明美先生をお招きして、県内の支部長、監督、幹部拳士が補佐を務め、新型肺炎等への対策もしながら、会を進めていきました。今回は高校生の他に中学生、一般拳士、そして他府県からも参加して下さり、とても賑やかな会になりました。全員女性であることで、のびのびと修練することができ、技の細かな所も牧野先生がしっかりと説明してくださることで、みんなが1つ1つできるようになっていき、常に会場のあちらこちらで笑顔が見え、又「オー」という歓声が上がっていました。毎回皆さん熱

心ですぐに打ち解け、お互いを認め合い協力して技に取り組み良い汗を流していました。普段のメニューに無いものも多く新鮮でとても内容の濃いものになり「早速持ち帰って自分達の所でもやってみます」という声が多く聞かれました。

(奈良東市スポーツ少年団 浅芝 春美)

### 令和元年度 関東中学校少林寺拳法

#### 合同練習会

2020年2月16日(日)、東京都市大学付属中学校にて、令和元年度関東中学校少林寺拳法合同練習会(第8回U・14大会)が120名の中学・

高校生が参集し開催されました。

本大会の特徴となっているのは、高校生が主導して中学生の演武披露の場を設定し、技術を評価する体験をすることで中学・高校生の主体性や多様性、協働性が大きく育成でき、少林寺拳法の教育的要素が随所で見ることができ

ます。高校生実行委員による運営会議、審判講習会、中学生演武練習、演武評価会を実施。設営も評価も実行委員の高校生が中心に合議し、行います。

表彰式では、得点順位だけでなく、なぐりグリーンホワイト賞、ブラウン賞、キラキラ賞、努力賞、迫力賞、元気賞など、

十代の感性をフルに発揮した多くの賞状が手渡されました。

野口実行委員長(東京都大附属高校2年)からは、「学校の垣根を越えたスタッフのみんなが積極的に動いてくれて僕を助けてくれました。だから自己評価は95点です。少林寺拳法の魅力は、皆と仲良くなれること。それが信頼に変わり、一人ではできないことが、できるようになる、それが最大の魅力です。」

未来の少林寺拳法を支える10代の拳士の姿がここにありました。

(共栄学園中学校 矢野将弘)



### 天皇皇后両陛下主催のお茶会に出席

11月28日（木）の午後、京都市上京区にある京都御所において、天皇皇后両陛下主催のお茶会が開かれ、斉喜博美貝塚水間スポーツ少年団支部長が招待されました。

斉喜支部長は、少林寺拳法の指導者として活躍する傍ら、貝塚市教育委員会からスポーツ推進委員を委嘱されており、平成14年度から同市の会長を、平成24年度から大阪府の会長、平成29年度に近畿の会長、平成30年度から全国スポーツ推進委員連合の副会長をしており、大阪府の推薦により、宮内庁長官から招待状が送られ、このたびのお茶会に出席したものです。

天皇陛下は「即位礼および大嘗祭（だいじょうさい）を終え、ゆかりのあるここ京都の地において茶会を催し、皆さまとともにひとときを過ごすことを誠にうれしく思います。この機会に人々の幸せと地域の一層の発展を祈ります」とお言葉を述べられました。斉喜支部長は、「この上ない名誉なことである。」と語っていました。

（貝塚水間スポーツ少年団 斉喜博臣）

### 武道功労章受章祝賀会開催

2019年11月24日（日）、兵庫県神戸市三宮にて姫政会（OB・OG会）の

一環として兵庫県立大学姫路・藤本義政先生の武道功労章受章祝賀会を開催しました。

今回の祝賀会は、兵庫県立大学姫路で総監督として指導していただいている藤本先生が2019年1月に武道功労章を受章されましたので、そのお祝いということで開催しました。

多数のOB・OGの方々が参加され、遠方は東京都や群馬県からも参加されました。このように、大学を卒業しても、また集まって先生のことを祝うことができる、そんな繋がりを感じる素晴らしい会となりました。

（兵庫県立大学姫路 少林寺拳法部 橘勇樹）



### 和歌山県薬物乱用防止教室

#### 講師養成講習会

和歌山県では、第四次紀の国薬物乱用防止五カ年戦略を踏まえ、学校等における薬物乱用防止教育の一層の充実強化を図る必要があることから、薬物乱用防止教室の講師としてより高度な専門知識を身につけた人材を養成することとし、平成29年度から講習会を実施しています。

去る、11月26日（火）岩出保健所と薬物乱用防止指導員那賀地区協議会が合同で岩出小学校にて薬物乱用防止教室を行いました。

保護司から出立正則氏（薬物乱用防止指導員那賀地区協議会長）が薬物濫用防止教室のボランティア講師として教壇に立ち、薬物の危険性について、パワーポイントを使用し説明しました。

ネットやテレビにおいて、薬物乱用のニュースが取り上げられる中で、子どもたちに正しい知識を身につけてもらい、「薬物乱用はダメーゼッター」を伝えました。

今後とも、薬物から子どもたちを守るためにもボランティア講師として薬物の怖さを伝えていきたいと考えております。

（岩出保健所 医療技師 辻和成）

※いつも本誌面、「掲示板」の記事ご寄稿にご協力いただきありがとうございます。この度も、多くの寄稿をいただきましたが、誌面の都合上、全内容を掲載することができませんでした。寄稿いただいた全内容は、少林寺拳法連盟の公式ウェブサイトにて掲載しております。



# Good Neighbors

グッドネイバース。隣人は仲間。仲間に学ぶリーダーシップ。

担当/秋元 宏介

## スペシャルな 日常は 学び方にあった

香川大学  
少林寺拳法部監督

浦田 堅人

編集長

倉本 巨康



浦田 堅人：1995年（4月）入門、本部553期生  
坂出専修道院、坂出第一高等学校、香川大学を経て、2011年より、  
同大学監督。1988年生まれの香川県在住。

浦田監督は若手の支部長の中でひととき  
異彩を放つ方だと思っていました。  
2018年度の全国大会では男子五段  
以上では最優秀賞、2019年度は団  
体で最優秀賞と、華々しい功績ですが、  
これまでどんな影響を受けてこられた  
か教えていただけますか。

私には2人の師がいます。「やれば  
できるようになる、頑張りなさい、また  
道場に行きたい」と思わせてくれる、  
厳しくも優しい師匠である大西 専七  
先生には、特に小中学校の間お世話に  
なりました。2人目の師である村井  
誠先生は誰に対しても平等に接する教  
育者で、高校入学時にモチベーション  
が低かった自分に厳しく接してくれ、  
熱く燃える高校生活を送ることができ  
ました。今も大事にしている言葉「一  
燈を提げて暗夜を行く。暗夜を憂うる  
こと勿れ、只一燈を頼め」。部員の少  
ない時代に踏ん張る生き方や自分の立  
ち居振る舞い次第でこの部活は良くも  
悪くもなると思ひ、人に見られている  
意識を持つようになりました。様々な  
知識も豊富な先生でした。

浦田監督の資質もあると思いますが、  
素晴らしい師に出会ったことで今があ



20回は読み込んだ「ぼくは勉強が  
できない（山田 詠美 / 新潮文庫）。  
ほんとうのカッコよさを学んだとい  
う。

送りましたか。大学時代はどんな生活を

香川大学時代の連盟本部合宿では、  
地方から来る学生に対して「ようこ  
そ」って思っていました。とにかく少  
林寺拳法と地元が好きなのだと思いま  
す。合宿では、地域の道場で育ったか  
らこそ、支部を超えた繋がりの素晴ら  
しさを感じました。

地域に対する目線を忘れない姿勢は、  
その若さで率直に感心します。どう息  
を抜くかも大切なポイントかと思いま  
すが、いかがですか。

サッカー・競馬観戦が趣味で、劇的  
なゴールや全ての馬が力を出し切った  
良いレースの動画をみたりします。高

校受験の失敗や苦しい場面で手を抜き、最後一番大事な場面で追い込めなかった頃の自分を思い出すのかもしれない。全力で走り続けたもの到最后、不思議とパスがいくんですよね。また、読書は心の落ち着きと知識、考える時間をもらえるので好きですね。

### 監督として、学生とは

#### どんな関わり方を？

香川大学では、大学生（部員）と同じ目線で、同じ目標に寄り添うこと、私の実体験を元にコーチングの手法をとっています。小中学生の頃、特に技



術面の上達を実感できない、そもそも頑張れていない、できていないことは自分が一番よくわかっている、そんな時に「よく頑張ってる、できているな」と言われると、「これ以上自分の上達しないのか」と、限界を決められるような感覚に陥り、嫌になっていました。「自分の経験がすべてではない、それを望まない人もいる」という実体験と、平等に厳しくしてくれる道場で「自分も頑張ればできるんだ」という両面で今の私、指導者マインドが作られています。ですから、「できる人に対してはできる人に対しての指導を、できない人に対してはできない人用の指導を」と。単純には網羅しきれない領域で悩んでいる部員はもちろんいるし、その気持ちに因應するため、指導者も学び続ける必要があります。できない人に対して、できるようになることを放棄することがあってはならないと思うのです。その意味でPDCAサイクルを取りながら、「4年間の部員の成長⇨技術面だけでなくむしろ人間性」を大切にしています。関わる人にはスペシャルな日常を過ごしてほしいです。

### 社会と少林寺拳法を

#### どうつながりますか？

学生には母校、香川県そのものへの帰属意識をもって、できればずっと一緒に少林寺拳法をしたいですね。私は2011年（22歳）に監督、2014年には部長資格を取得しましたが、先輩方には本当に恵まれていて、未熟な自分を色んな形で支えていただきました。香川県の先生は、若手の頑張り口を下ささず、壁も作らず、ただ激励とエールをくれます。自分の生き様をみると、帰属意識を高めて取り組むことは、生活のモチベーションを高めてくれる要素が増えることだと実感しています。だからこそ、少林寺拳法の動作を教えるだけでは、社会に出て活躍する人を輩出することにはならず、少林寺拳法で得た様々なライフスキル、少林寺拳法の教えをしっかりと



一瞬にかける力と集中力、プロフェッショナルの素直に学ぶ姿勢、考える幅が広がった。2019年武道代表団（於 オーストリア / ウィーン）写真はその時の演武の様子。

柵卸しして、人として成長できる4年間を、主役である部員たちとともに過ごしていくことが重要だと思っています。決して私（指導者）が主役ではありません。基本に立ち返り、大学の看板を背負っている部員には、振る舞いや日常生活、礼儀やマナーの指導を底辺に、私は部員を家族、最高の仲間として、これからも同じ時間を共有できていることに感謝し、頑張っていきたいと思います。





# ソメイヨシノ



日本各地の公園や学校などに広く植えられている桜。花見で見るのはほとんどがこの桜。葉の塩漬は桜餅に使われるよ。江戸時代に江戸駒込染井村（現在の東京都豊島区）の植木屋さんが「吉野桜」の名で苗木を売り出し、評判になったんだって！ そのあと、奈良吉野山の桜と区別するために「ソメイヨシノ」と命名されたんだ！ 明治以降、日本を代表する桜とされているんだ！



「桜」って、いろんな種類があるんだ～  
どの桜も個性があってキレイだね！

# ヒカンザクラ



ヒカンザクラ（緋寒桜）、台湾ヒザクラ（台湾緋桜）  
台湾・中国大陸南部原産の桜。日本への渡来時期はよくわかってないんだ！  
沖縄の石垣島や久米島に野生状態で生育しているよ。  
枝は太くて、ごつごつする。  
まだ寒い1月ごろから、濃い緋色の花が下向きに咲き始めるので「寒緋桜」って名前なんだ！



# エドヒガン



山地に見られる桜。韓国、台湾、中国大陸にも分布しているよ。桜の中ではもっとも寿命が長く、各地で天然記念物や名木といわれるものの多くがエドヒガンなんだ！ 樹齢1000年以上といわれるものも、あるんだそう！（驚）  
春の彼岸ごろに咲き、江戸で多く見られたことから、この名が付いたんだ！  
枝が垂れるものをシダレザクラ（枝垂桜）という。春風に花をつけた長い枝がなびく姿をたとえたものとされているよ！



## 『決算書類』の公開のお知らせ

一般財団法人 少林寺拳法連盟では、各所属の決算書類を下記対象者に公開・配布するよう義務づけております。

### 1、公開の必要性

所属(部)の責任者は事業報告書と決算書類を公開対象者に報告しなければならない。

### 2、公開対象者

- ①学校関係・職域の少林寺拳法部の報告対象者は、部の所属する拳士と運営(管理)主体とする。
- ②スポーツ少年団・その他の所属の報告対象は拳士と保護者等とする。



## 賛助会員

(敬称略・順不同)

ご入会・ご更新ありがとうございます。

### ★ゴールドメンバー

日本総合保険企画(株) 葛石賢秀 / 千田博通 / (株) オザキ 尾崎浩太郎 / (学) 南京都学園 本部 広樹 / (株) アイコー印刷 / (有) 西山印刷所 西山照彦 / 江原文子 / 鈴木義孝 / 西野金陵 (株) 西野寛明 / 前堀隆信 / 城善建設(株) 依岡善明

### ★ブロンズメンバー

名鉄観光サービス(株) / (有) 華や商事 森末和彦 / 八巻宏幸 / 平田美智子 / 吉田至誠

### ★サポーターメンバー

ねこた孝事務所 猫田孝 / 宮野義久 / 宮野倫子 / (株) 三好石材 三好康治 / 山本一弘 / 西山正則 / 川北文雄 / 多羅尾尚 / ちぐさ旅館 谷口よね子 / 中村博 / (株) 中茂工務店 中茂量夫 / 田中勇 / (株) 百十四銀行多度津支店 / 丸亀被服(株) 西川平二 / 橋本光顕 / 稲葉真一 / 河合潤 / 栗原源吉 / 後藤和雄 / 民宿浦島屋 高島宏子 / 安藤邦男 / 佐野富和 / 前口昭夫 / 澤精一 / (株) マーシャルワールドジャパン 城門貴志 / 左藤章 / 新井庸弘 / 香川銀行多度津支店 / 水野龍郎

### ★フレンドリーメンバー

(株) 牛田塗装 牛田孝 / 市岡政枝 / 楠本盛一 / 宮本久美子 / 稲増哲 / 丸尾幸雄 / 岩永敬造 / 亀山石油(株) 亀山伊佐雄 / 吉田篤司 / 宮本国男 / 金子充 / 隈本興平 / 古月輝昭 / 今泉則雄 / 山本憲之 / 柴原実 / 上谷忍 / 森真二 / 神原薬局 泉川昌弘 / 浅見利男 / 村井智子 / 大平道子 / 中根勝美 / 田上周作 / 田中みどり / 畑野行広 / 平手建 / 高橋法律事務所 木村真一 / 木内幸夫 / 大島宏幸 / 後神輝美 / 中村実 / 松本光亮 / 山口正人 / 浪川昌佳 / 土田光雄 / 松尾和生 / 重田武 / 穴田雄一 / 代市博文 / 萩原妙子 / 高尾博 / 工藤弘敏 / 松島達雄 / 田中慎一 / 白藤礼子 / 保立幸政 / 近藤公治 / 塚本隆二 / 大森尚人 / 廣瀬敏明 / 山本洋三 / アイシン・エイ・ダブリュ(株) 井本尚樹 / 市川敏行 / 平野恵一 / 中谷亨 / 鎌田裕久 / 阪義幸 / 小林三良 / 西條佳紀 / 樋渡徹 / 薦田昌史 / 寺口勝義 / 和田千佳子 / 三瓶敦 / 中川加代子 / 向井敏江 / 塚本孝 / LAURENT BSPESO / MASATERU OKUMA

一般財団法人 少林寺拳法連盟は、自他共楽を理想とする“真の武道”を宣言しています。  
その為、暴力・体罰・各種ハラスメント・薬物使用行為問題に対して正々堂々と立ち向かい、  
根絶することを目指します。

少林寺拳法を修練している中で、お困りになっていることやお悩みになっていることはありませんか？

そんなときはできるだけ早く、いちばん身近な所属長へご相談ください。

しかし、諸事情がある場合、一財連盟本部にも相談窓口を設けておりますので、ご遠慮なくご相談ください。

一日も早く問題解決できるよう、一緒に考えていきませんか。

☆内容によっては、女性職員が対応させていただくことも可能です。

☆内容ごとに、専門の担当が対応させていただきます。

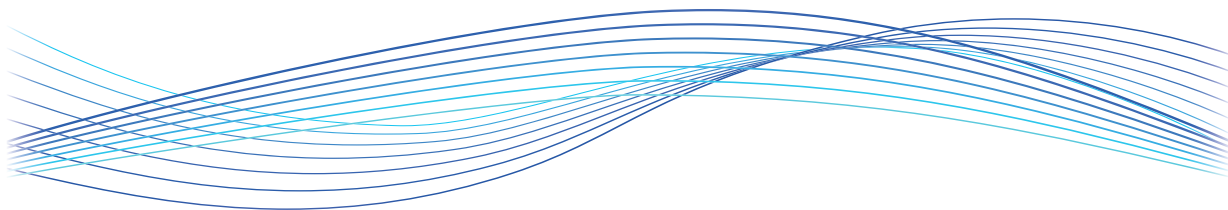
☆実名をお知らせいただいたうえで匿名希望については配慮いたします。

☆匿名、事実確認が不可能な場合、対応いたしかねる場合があります。ご了承ください。

**【相談窓口】 一般財団法人 少林寺拳法連盟**

**TEL:0877-33-2020**

**E-Mail: shinko-fukyu@shorinjikempo.or.jp**



## 訃報



藤田 英彦 氏

関東学院高校

460期 大拳士五段

2019年10月8日ご逝去

満44歳



岡田 孝 氏（名誉本部委員）

玉島北スポーツ少年団

177期 大範士八段

2020年3月5日ご逝去

満78歳



田邊 由洋 氏

鎌倉市役所

413期 大拳士六段

2019年12月23日ご逝去

満54歳



高野 實 氏

立命館大学

京都西スポーツ少年団

218期 正範士七段

2020年3月12日ご逝去

満72歳



宮幡 義友 氏

都留文科大学

313期 正範士七段

2020年2月15日ご逝去

満66歳

ご冥福をお祈りいたします。

2020年夏号

7月1日

発行予定



## テーマ エール

新型コロナウイルスの感染拡大を受け、少林寺拳法の修練環境自体が深刻な被害を受けています。また、進学・就職の年だった方々は、卒業式や入社式などが満足に行えなかったことと思います。

このことに関連して、暗いムードが広がっていますが、会報少林寺拳法としては、何としても明るい話題を届けたいと思っています。

そのような理由から、次号（7月1日発行予定）のテーマを「エール」と設定し、以下の要領で読者の皆様から、全国の皆さんへのエールとなる話題を募集いたします。いただいた話題は、編集部で精査・整理のうえ、誌面に掲載させていただきます。（趣旨にそぐわない場合、掲載を見合わせる場合があります）

ぜひ多くの皆さまから投稿が寄せられることを期待しております。

### 募集要項

#### ①『ウイルスに負けるな！笑って免疫力を高めよう！』

各地・各支部において、思わず笑ってしまうような面白エピソードを募集します。[文100～250字/写真あれば尚可]  
おもしろ動画も受け付け、動画は公式ウェブサイト上で閲覧できるようにいたします。[動画60秒以内/簡単な説明文要]

#### ②『ウイルスに負けるな！新たな拳士とのつながり』

各地・各支部において、集合しての修練はできなくとも、インターネットやSNSなどを駆使して拳士とのつながりを絶やさず育てている事例を募集します。[写真2～5点/紹介文400～500字]

締切り 2020年5月10日

送り先 会報少林寺拳法編集室（担当/中井）

E-mail shinko-fukyu@shorinjikempo.or.jp

※テーマ、誌面等は都合により変更することがあります。

# 読者プレゼント



今回の景品は、「谷のいごっそう日記」執筆者の谷が選定！

(自費で購入)

高知県須崎市の、ゆるキャラ「しんじょう君」のイラスト  
が描かれたタオルです！ ※2016年ゆるキャラグランプリ1位

## 《応募要項》

住所、氏名、年齢、所属名を書いて、メールにてご応募ください。

当選者は発送をもって発表にかえさせていただきます。

なお、お寄せいただいた個人情報には内部資料として使わせていただくだけで、  
第三者には公表いたしません。

メールアドレス：shinko-fukyu@shorinjikempo.or.jp

[応募締切 5月31日迄]

## 編集後記

2000年、二十一世紀の到来とともにグループの出版形態を大きくリニューアルする中で誕生したのが『会報少林寺拳法』だった。大学生く新入職員の時期を、これに目を通しながら過ごした。今でも思い出す印象深い記事がいくつかある。今年度より、その会報の編集長となり、誌面を少しばかりリニューアルすることを試みてくる。かつての自分のように、この誌面を忘れたくない思い出として受け取る人がいるかもしれないと思うと、大きな責任を感じるからだ。人との出会いだけでなく、言葉や記事との出会いも一期一会だ。その出会いが読む人の人生に影響を及ぼすことがあるかもしれない。編集部一同、誌面の隅々に気を巡らせ、出会いの可能性を信じて編集業務に精進してゆく所存だ。寛大な読者の皆さまとともに、有意義な誌面を創り上げていきたい。

(編集長 倉本亘康)

会報少林寺拳法

2020年5月1日発行(年4回発行)

発行人：川島一浩

編集人：倉本亘康

発行所：一般財団法人少林寺拳法連盟

印刷・製本：株式会社ムレコミュニケーションズ

会報少林寺拳法に関するお問い合わせ、ご意見、ご要望は下記までご連絡ください。

一般財団法人 少林寺拳法連盟 振興普及部

〒764-8511 香川県仲多度郡多度津町本通 3-1-59

☎0877-33-2020 E-Mail: shinko-fukyu@shorinjikempo.or.jp

※本誌掲載記事の無断転載を禁じます。

少林寺拳法ホームページ <http://www.shorinjikempo.or.jp>

# 新しい“ものがたり”が始まる。



## 伊予灘ものがたり

IYONADA MONOGATARI

穏やかな海に見とれる心懐かしい鉄道旅 ものがたり



## 四国まんなか千年ものがたり

SHIKOKU MANNAKA SENNEN MONOGATARI

深い渓谷と千年の歴史に分け入るおとなの遊山 ゆさん



※写真はイメージです



※写真はイメージです

### ■ 運転区間・時刻

下り	松山	伊予大洲	八幡浜
大洲編	8:26発	10:27着	—
八幡浜編	13:28発	15:14着	15:52着
上り	八幡浜	伊予大洲	松山
双海編	—	10:56発	13:11着
道後編	16:05発	16:29発	18:17着

### ■ 運転区間・時刻

下り	多度津	善通寺	琴平	大歩危
そのの郷紀行	10:18発	10:26発	10:48発	12:48着
上り	大歩危	琴平	善通寺	多度津
しあわせの郷紀行	14:21発	16:31着	16:58着	17:14着

### ■ 運転日 土・日・祝日を中心に運転

※時季により追加運転日があります

### ■ 食事

地元素材等を使った事前予約制のお食事をご提供いたします。(ご乗車の4日前までにJR四国の駅のみどりの窓口、ワープ支店、駅ワーププラザ等で「食事予約券」をご購入ください。)

- 大洲編 / 「モーニングプレート」2,600円(税込)
- 双海編 / 「和洋折衷料理の特製御重」5,000円(税込)
- 八幡浜編 / 「フランス料理松花堂弁当」5,000円(税込)
- 道後編 / 「アフタヌーンティー」3,100円(税込)※20食限定

### ■ 指定席券の購入

全車グリーン車指定席です。乗車券のほかに、グリーン券が必要です。駅のみどりの窓口及び主な旅行会社にてお買い求めください。

## “ものがたり列車”で

四国を巡る旅へ出かけませんか?

四国まんなか千年ものがたり



### ■ 運転日

土・日・祝日を中心に運転

※時季により追加運転日があります

### ■ 食事

地元素材等を使った事前予約制のお食事をご提供いたします。(ご乗車の4日前までにJR四国の駅のみどりの窓口、ワープ支店、駅ワーププラザ等で「食事予約券」をご購入ください。)

### そのの郷紀行 /

「さめきごだわり食材の洋風料理」5,600円(税込)

### しあわせの郷紀行 /

「おとなの遊山箱」4,600円(税込)

### ■ 指定席券の購入

全車グリーン車指定席です。乗車券のほかに、特急券とグリーン券が必要です。駅のみどりの窓口及び主な旅行会社にてお買い求めください。



## 志国土佐

## 時代の夜明けのものがたり

SHIKOKU TOSA TOKI NO YOAKE NO MONOGATARI

### ■ 運転区間・時刻

下り	高知	土佐久礼	窪川
立志の抄	12:04発	14:13着	14:43着
上り	窪川	土佐久礼	高知
開花の抄	15:10発	15:46発	17:56着



土佐の食材を使った創作洋風料理～血蔀風～  
「立志の抄」 5,000円(税込)



高知家満喫「土佐流のおもてなし」コース  
「開花の抄」 5,000円(税込)



※最新の情報など詳しくは各列車の専用ホームページをご覧ください。  
※写真はすべてイメージです。