



川島 一浩

一般財団法人少林寺拳法連盟 会長  
 少林寺拳法正統流 八段  
 公益財団法人日本武道館 理事  
 日本武道協議会 常任理事・特別顧問  
 青少年育成香川県民会議 顧問

## 創始者 宗道臣 先生

### ～ 生誕110周年を迎えて ～

本年は、少林寺拳法の創始者である宗道臣先生の生誕110周年となります。

宗道臣先生はその人生を通して、大きな戦争を体験してきた人でもあります。特に第二次世界大戦では、従軍者として、戦争という生きるか死ぬかの極限の状況によって赤裸々になった人間の姿を目の当たりにし、法律も軍事も、政治の在り方も、すべてはそれにたざさわる人の質にあることを直感しました。

その後、少林寺拳法を創始するにあたり、自他共衆の理想境を目指したのです。

私が大学の少林寺拳法部で活動していた当時、年に一度の本山合宿では、宗道臣先生の講話の中で、「人の犠牲の上に成り立つ幸せはありえない」、「私は武術家を育てたいのではなく、人づくりをしたくて少林寺拳法を創始した」と言っていました。宗道臣先生の言葉は一つ一つが単純明快で、どれも「裏打ちされた経験」から発せられていました。これも、二度と戦争をしてはならない…、平和な世の中を築いていきたい…という強い気持ちの表れであったのだと思います。

宗道臣先生が志し、遺していった理想境建設の夢は、

現代を生きる我々自身の手で実現していくものです。一人一人が今後の未来の在り方を背負っていることを自覚し、まずは道場内、家庭、学校、職場など、身近なところから理想境を作っていきましょう。修練をする中で身についた勇気・慈悲心・行動力を、どのように使うかを賢く考え、一人でも社会にとって必要とされる存在になれるように、同志連帯して邁進しましょう！

## 世界で一つだけの少林寺拳法

### ～ WSKO 拳士への取り組み ～

私は一般財団法人少林寺拳法連盟会長と共に、少林寺拳法世界連合 (World Shorinji Kenpo Organization : WSKO) の事務総長という任を拝命しております。WSKOでも、加盟している各国連盟及び各支部で、少林寺拳法の修練はもとより、少林寺拳法の教えと共に、様々な実践活動 (社会貢献活動) に積極的に取り組んでいます。世界中の仲間たちが民族・文化・宗教・言語の違いを越えて友情をはぐくみ、国際色豊かな交流を行っている団体です。

2021年5月現在、新型コロナウイルス感染症の猛威は留まることを知らず、国内だけでなく世界でも数多くの犠牲者が出ております。

本来であれば2020年の上旬には、少林寺拳法発祥の地である香川県多度津町にて、世界中の拳士が集い合宿を行う予定でしたが、残念ながら中止となってしまいました。

世界中にいる WSKO 加盟下にある拳士は、日本以上に制限された環境下でいるのが現状です。道場に集合しての修練がままならない中、少林寺拳法との繋がりを強く持ち続けられるようにと、2020年の10月を皮切りに、

WSKO オンラインセミナーを毎週実施いたしました。セミナーでは、画面越しであっても活発なやりとりが行われ、参加者の笑顔や真剣な表情を見ることができました。修練内容は都度更新を行い、基本となる動きから、原理原則の確認など幅広く行いました。参加者は毎回100人以上で、多い時は170名を超える回もあり、大勢の WSKO 拳士から好評をいただきました。2021年6月からは、これまでの総括を活かしながら、言語別での開催や講話等を組み込んで、継続しております。

現在、世界39ヶ国 (日本国を含む) に広がっている少林寺拳法ですが、冒頭にも述べた通り、民族・文化・宗教・言語の違いがあっても、皆同じ『拳士』です。世界中に同志がいるということに、私は少林寺拳法の横の強い繋がりを実感しています。日本国内で活動している拳士の皆さんも、コロナ禍が明け、晴れて WSKO 拳士の皆さんと接する機会がありましたら、ぜひ積極的にコミュニケーションをとっていただければ幸いです。2023年の世界大会 (国際講習会) では、世界中の拳士が笑顔で合掌礼をできることを強く願っております。



# 女性支部長×若手副支部長のタッグ！ チームで支える指導体制に学ぶ

聞き手：川島佑斗（東京事務所）

## 小池 克典



美濃加茂スポーツ少年団 副支部長

少林寺拳法 三段

高校生時代、創部のチャンスがあったが、あと一歩までのところでできなかった。地域にもっと少林寺拳法が根付いていればとの思いをきっかけに今の目標は「指導者となりさらに普及し、県内の高校に部活を作ること」と語る。



## 砂月 恵美



美濃加茂スポーツ少年団 支部長

少林寺拳法 五段

20代後半から修行開始！  
保育士歴12年の経験に加え、リカレント教育にて認定心理士を取得するなど、あくなき探究心を持って指導にあたる。

岐阜県南部に所在する人口約5万人の美濃加茂市にて設立3年目を迎える美濃加茂スポーツ少年団。少年部指導に熱意を持って奮闘する指導者にお話を伺いました。



小池副支部長（当時10歳）と砂月支部長

Q 支部設立に至った経緯を教えてください。

砂月…市内にて、高校に部の設立を試みたり、岐阜警察支部が立ち上がる等美濃加茂市に再び普及拠点を作りたいという機運が高まったことから2018年に支部長資格認定研修会を受け、周囲のサポートもいただきながら、駆け抜けるように2019年、支部を設立することになった。

小池副支部長は、白帯の頃（5歳）から砂月支部長（当時幹部）に教わっていた。そして、16年経った今、地域の子供達へ共に少林寺拳法を指導する仲間になり、当時の印象を尋ねると「とても厳しい先生だった！」とのこと。（人生経験と、少林寺拳法の修行を経て今では丸くなりました…砂月支部長談）

一方、砂月支部長からみた小池少年は、「当時からとても熱心で素直な子だった」とのこと。

高井…幹部4名、みな仕事があり、誰かが修練の開始に間に合わないときは、お互いにカバーしながら指導にあたっています。若い世代は、特に少年部の修練時間にはまだ仕事をしていたり、家事があることも多い。自分も含め、それぞれが休日や空き時間帯を調整し、協力することで成り立っている部分も大きいと感じています。

Q 美濃加茂スポーツ少年のチームワークの秘訣について教えてください。

砂月…最初の緊急事態宣言中も二人で相談し、子供たちのためにできることを考えて、お互いに分担し、動画を撮影しました。拳士たちへ配信するなど少林寺拳法の活動を止めないよう、できることを積極的に模索して実施してきました。私がお忘れてしまうようなことがあっても、小池先生がまめな性格で連絡してくれたり、提案をしてくれるのでとても助かっています。

小池…高校卒業後、地元で就職しました。将来的に少林寺拳法の指導者（所属長）になることを公言していたところ、砂月さんから将来に向けて「今から一緒にやろう！」というお誘いをいただきました。

上) 仕事と家庭と少林寺拳法で忙しい日々。しかし、子どもたちの前では笑顔を決やさない。

下右) 対策をとり、全国中学生大会・県予選に向け修練に励む様子

下左) 小池先生が SNS も担当し積極的に情報発信中ケーブル TV で放映された発表会の映像リンクもツイートしています！ぜひフォローください！



### オンラインで取材

支部の指導にあたる幹部拳士、高井さんと古賀さんにも取材に応じていただきました。砂月支部長と同門かつ高校の先輩後輩という間柄で、アットホームな体制で指導されているそう。誌面に載せ切れないほど、貴重なお話をたくさん伺うことができました。



小池：修練のある木曜日は18時30分の開始に間に合うように仕事を切り上げるのができているのですが、

それは入社する際に、少林寺拳法を修行していることを公言し、会社にも理解いただいていることが大きい。本当に感謝しています。

砂月：保育の仕事で遅くなり、修練の開始時間に間に合わない時がある。ある意味、皆さんを信頼して頼らなければ成り立ちません。古賀先生や高井先生の指導の時間もあったり、個々の得意を活かして活躍いただいています。「自分がやらなければ」と思い込んでいた時期もありましたが（ちょうど小池少年を指導していたころ）。

また、先輩が後輩を見るなど、子ども同士で教え合うことも大事にしています。「みんなの力を借りて活動していこう」という考えでうまく回っている気がします。

Q 人づくりに関わる自身の役割は。

どんな存在でありたいですか。

砂月：周りの人に、元気を発信できる存在でありたいです。例えば修練においても自分が一番楽しんでしまおうと。子どもは大人のことを良く見ていますから、常に本気で向き合えないと伝わりません。

それから、誰もが輝けるようにお手伝いができる人。皆の良いところを見つけ、褒め、伸ばしていきようようにお手伝いする役割。ひとりひとりの良い面が輝いてくれたら、それが一番嬉しいですね。

小池：人づくりで一番大切にしたいことは、自他共榮です。そのために、支部の仲間同士が修練を通じて幸せになれるよう心がけ、地域の方が幸せになるよう、地域の様々な活動にも支部で参加しています。それらの活動を通じて、子ども達に自他共榮をしっかりと理解してもらおうと心がけています。

砂月支部長の發揮するリーダーシップは、周囲の指導者や拳士を信じ任せることから始まっています。

先頭に立つて率いる「先導型」のリーダーもある一方、砂月支部長は、協力しなくなるような、周囲の力を引き出すような存在であり、いわゆる包括的なリーダーシップを感じました。

メンバーの誰もが、敬意を持って公平に扱われている、尊重されている、チームの一員であると確信できれば、個々のパフォーマンスも自ずと高まる。そういう支部の体制づくりに大きな可能性を感じました。

# 読者のみなんで選ぶカレンダー写真。

読者の皆さまと創るカレンダープロジェクト【第二回】。今回は、本山のビュースポットに精通する専属カメラマン・志村力の写真をご紹介！

一般財団法人 少林寺拳法連盟 / 事業課 コラボ企画

## 【お知らせ】

皆さまにはメールにてお知らせしましたが、コロナ禍により、前号『会報少林寺拳法春号』の発送に遅延が生じてしまいました。

本来なら、今号（夏号）では、読者の皆さまから応募いただいた写真を紹介し、人気投票を行う予定でしたが、応募期間が短かったため、十分な作品を集めることができませんでした。

そこで、今号では専属カメラマン・志村力の作品10点を紹介させていただくことといたしました。

## 【写真の応募について】

本プロジェクトでは、引き続き、皆さまからの写真投稿をお待ちしています。

投稿された写真の人気上位6作品は、「月めくりカレンダー」に使用いたします。

また、全ての作品を、大判カレンダーに掲載させていただきます。

## 【人気投票について】

上記のスケジュール変更により、「月めくりカレンダー」に使用する写真は、一般財団法人少林寺拳法連盟公式フェイスブックを利用しての人気投票に切り替えさせていただきます。（詳細は左ページに記載）

カメラマンの皆さまへ  
写真の応募は今からでも可能です!!

## 写真募集

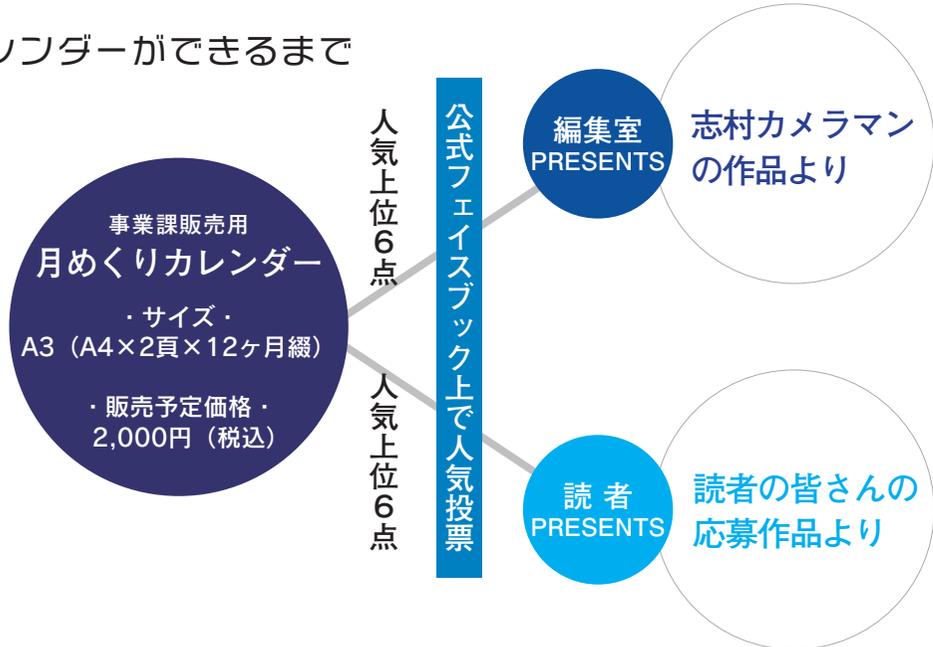
テーマ 少林寺拳法に関するもの、自然・風景  
写真仕様 カラー不問。解像度 300dpi 以上の JPEG ファイル。  
人物が写っている場合は肖像権クリアなもの。  
応募方法 おひとりにつき 1 点まで。編集室にメール送信。  
応募先 hensyushitsu@shorinjikempo.or.jp  
締切日 2021 年 7 月末日  
記載事項 氏名・拳士コード・写真タイトル・撮影日

# 少林寺拳法カレンダー PROJECT

2022

写真募集は7月末まで！ 人気投票は8月末まで！

カレンダーができるまで



## 志村カメラマンの作品

金剛禅総本山少林寺のジュースポットを知り尽くした志村氏が撮りだめた数々の写真から、厳選された10点を紹介します。聞こえてくる音や前後の物語を想像しながらご覧ください！



1 雲に映える大雁塔



2 開祖像を見上げる



3 This is 仁王門



4 境内の小さな生命



5 楊貴妃桜の下で



6 合掌礼の妖精



7 今からいくよ



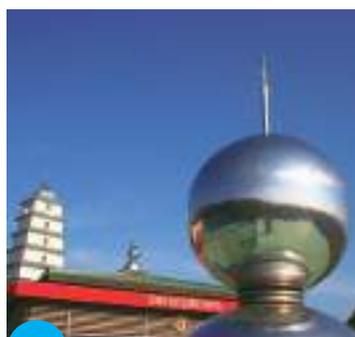
8 作務

担当/カメラマン

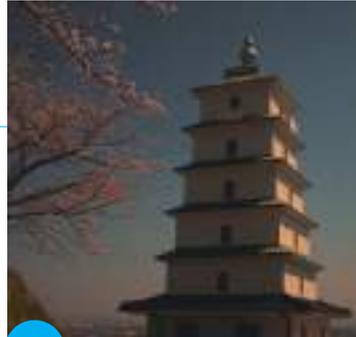
志村 力 Chikara SHIMURA

多趣味が高じて、カメラにもハマってしまふ。少林寺拳法と風景の融合を狙って、日夜、絶好のシャッターチャンスを追いかける日々。今回、使われている写真はすべて志村撮影です。

振興普及部勤務。59歳。



9 宝珠三兄弟



10 薄暮の大雁塔

投票受付

一般財団法人少林寺拳法連盟

公式フェイスブックにアクセスしてお気に入りの写真にいいねを押そう！

本ページ掲載のものを含む、カレンダーの候補写真は全て公式フェイスブックにて紹介いたします。「いいね」の数が多かった順に、カレンダーに採用しますので、ぜひアクセスして「いいね」を押してください！

投票締切日 2021年8月末日



“一般財団法人少林寺拳法連盟（公式）”で検索！

# 脳しんとう

むとう よしてゐる  
武藤 芳照

東京健康リハビリテーション

総合研究所 所長

## 「脳

れ動いて起こる一時的に意識を失う障害のことです。サッカー、ラグビー、アメリカン・フットボールなどの接触プレーの多い球技の場面でしばしば発生します。とりわけ、ラグビーでは選手が倒れて脳しんとうを起こした時に、トレーナーなどのスタッフが「魔法のやかん」（ただの水が入っている）を持って駆け付け、水を頭と顔に浴びせて気づかせて、プレーに復帰という光景が、過去には有名でした（今はなくなりました。後述）。

少林寺拳法では、剛法（突き、蹴り）により、頭部や顔面あるいは頸部に打撃が加えられ、結果、脳にゆがみが生じ、脳しんとうをきたすことは決して少なくありません。

脳しんとうは、脳に損傷が生じたわけではありませんが、一時的に脳の機能が阻害され、その活動が停止するために、意識を失ったり、記憶が途絶える、ふらつく、頭痛などの症状をきたします。

これらの症状は、通常、一時的なもので、間もなく回復し、本人は「大丈夫！」ということが多いため、プレーや競技に復帰しても問題ないと判断されてしまうことが多いのです。

ラグビーの「魔法のやかん」も、水をかける行為そのものは特に害がありませんが、気づいたら、そのままプレーに復帰させるためのお決まりの処置として安易に行われるとしたら、それは、間違いです。

少林寺拳法では、特に顔面の「三日月」に正拳あるいは熊手が当てられた場合に、強力な打撃による外力が脳にゆがみを生じ、脳しんとうをきたすリスクが高いと考えられています。

## 指

導現場で脳しんとうをきたした拳士や健康プログラムの参加者があった時には、まずは安静を確保します。症状（意識障害、健忘（過去のことを思い出せなくなる）、頭痛、ふらつき、吐き気、失見当識など）の有無、程度を確認します。失見当識とは、日時、場所、人の名前などがわからなくなることで、「今日は何月何日？」「ここはどこ？」「私の名前はわかりますか？」などの質問に素早く正確に答えられないような状態となります。

このような症状が複数はつきりと認められる時には、速やかに近くの医療機関（脳神経外科、脳神経内科の診療科のある病院・診療所等）に連れて行き、診察により身体所見を確認・評価した後、脳の画像診断（X線写真、CT、MRI等）を受けることが必要です。多くの場合、画像上は何ら異常所見はなく、一時的な症状のみで、間もなく回復します。しかし、時には画像上、骨折や血腫等が発見され、重篤な事態（急性硬膜下血腫、急性硬膜外血腫等）と診断され、手術を必要とすることさえありますから要注意です。

脳しんとうが起きたその日は、少林寺拳法や激しい身体活動は中止です。

それ以後も慎重に行動し、生活上の注意を守り、段階的に現場に復帰するようにします。短い期間に脳しんとうを繰り返すと、「セカンド・インパクト症候群」という、重篤な脳のむくみをきたして生命に関わる事態を招くリスクもあるのです。

繰り返しますが、「魔法のやかん」そのものが非科学的なのではなく、脳しんとうを起こした人が、気づいてまたすぐに復帰することが危険なのです。

執筆者／武藤 芳照

東京健康リハビリテーション総合研究所所長、東京大学名誉教授。専門：健康スポーツ医学。1950(昭和25)年、愛知県生まれ。75年、名古屋大学医学部卒業。80年、名古屋大学大学院医学研究科修了。医学博士。93年、東京大学教授。95年、東京大学大学院教授。2009年、同大教育学研究科長・教育学部長。11年、東京大学理事・副学長ならびに政策ビジョン研究センター教授。ロサンゼルス、ソウル、パルセロナ五輪の水泳チームドクター。日本転倒予防学会理事長、スポーツ・コンプライアンス教育振興機構代表理事。一般財団法人 少林寺拳法連盟顧問。



# トレーニング用品ならマーシャルワールド!

## BM39 ビッグミットライト

- サイズ:幅44×高さ58×厚さ10cm
- 重量:約1.5kg
- 素材:ターボリン

¥5,500(税込)



オレンジ

青

## BM55 プロ仕様ビッグミット

- サイズ:幅44×高さ58×厚さ10cm
- 重量:約4kg
- 素材:ターボリン

¥7,700(税込)



黄

青



MARTIAL WORLD  
FIGHT & TRAINING

## KM15 キックミットソフトタイプ

- サイズ:幅17×高さ45×厚さ10cm
- 重量:約500g
- 素材:ナイロンキャンパス

¥2,200(税込)

※1個の価格です



## PM130 プロフェッショナルパンチングミット

- サイズ:縦23×横17×厚み5cm
- 重量:片手220g
- 素材:本革

¥8,140(税込)



### マーシャルワールド公式アプリが登場!

欲しい商品がすぐに見つかる! トレーニング動画も随時更新!



App Store



Google Play

## ご家庭トレーニング用品 Webにて各種販売中!

格闘技用品・トレーニング用品の製造・販売

マーシャルワールドジャパン公式ページ  
<https://www.mwjapan.jp>



**MARTIAL WORLD**  
FIGHT & TRAINING



martialworldjapan

LINE 登録でお得な情報を

- 新商品のご案内
- POINT還元キャンペーン



### 店舗情報

**OPEN** AM10:00 ~ PM7:00

**CLOSE** 年末年始・夏季

※大会出店の為、臨時休業となる場合がございます。

### ■ マーシャルワールド水道橋店

TEL: 03-5684-1405 FAX: 03-5684-1407  
東京都文京区本郷 1-4-11 岡野ビル 1F  
アクセス / 都営三田線 水道橋駅 徒歩 1分  
JR 総武・中央線 水道橋駅 徒歩 3分

### ■ マーシャルワールド博多店

TEL: 092-283-1955 FAX: 092-283-1956  
福岡市博多区神屋町6-18 神屋ビル101  
アクセス / 地下鉄 中洲川端駅 徒歩 8分  
箱崎線 呉服町駅 徒歩 8分

### ■ マーシャルワールド札幌店

TEL: 011-776-6830  
北海道札幌市北区新琴似7条9丁目5-15  
七番街ビル2F  
アクセス / 学園都市線新琴似駅 車 5分

# さぬき探訪日記



**讃** 岐三白とはズバリ、綿・砂糖・塩  
 です。昔、讃岐平野（香川県）は  
 水不足に悩まされ、その問題解消のため  
 に「ため池」が多くつくられました。そ  
 れでも雨が少なく干ばつなどによる不安  
 定な稲作は、藩（今でいう県）の財政や  
 庶民（今でいう市民）の生活に大きく影  
 響しました。

その後、干ばつに強い綿やサトウキビ  
 の栽培が増え、また降雨量の少ない温暖  
 な気候を生かして製塩も盛んに行われ、  
 最適な気候条件で作られた上質な産物と  
 して評せられました。

以来、綿・砂糖・塩は「讃岐三白」と  
 呼ばれ、讃岐の財政基盤を支えるまで  
 になりました。

植物としてのワタは「棉」と書きます。  
 棉の種は約1220年前に日本に  
 渡ってきたと言われます。

**棉** 讃岐は気候温暖で雨が少なく砂質土壌  
 であることから棉作に適していて、さか  
 んに栽培が行われました。当然に、収穫  
 して精製する綿産業も発展したというわ  
 けです。

**和** 三盆は、香川県の特産品として現  
 在も有名です。

和三盆は、サトウキビから独自の方法  
 で黒砂糖を精製する特別な製法で生まれ  
 る高級な砂糖です。

繊細なくちどけが特徴で、口に含むと  
 ととろける甘さがじわあと広がります。

**塩** 田は昭和47年に廃止されましたが、  
 それまで香川県は「塩田王国」と  
 もいわれていました。

遠浅（とおあさ）の浜辺を利用して、  
 海水を天日干しにし、塩を精製する姿が  
 かつての風物詩でした。海外から安価な  
 塩が入ってくるようになり、塩づくりは  
 廃れていきました。今では埋め立てられ  
 て工業用地や住宅地あるいは新しい街と  
 して転用されていきました。とき。



**特派員／藤原 直功**  
 地元で就職した息子が、車を購入し  
 たらと思ったら、続けざまにセカンド  
 カーとして軽トラを購入…  
 車が無くても生活できない場所なの  
 で仕方ないが、税金と保険はワタシ  
 が支払うことに（泣）  
 加えて何故軽トラ？





ふるさと：岡山県久米郡美咲町  
 (人口：約 14,000 人、鶏：約 120 万羽)  
 アクセス

車①：岡山 IC から国道 53 号で約 70 分  
 車②：岡山桃太郎空港から約 50 分  
 電車：J.R 津山線 / 亀甲駅…徒歩約 15 分  
 ※無料駐車場あります。



## 卵かけご飯 TKG のふるさとを

### 知ってるか？ in 岡山

Satoshi Tani EDITOR'S REPORT

日本の朝の変わらぬ風景、それはコケッコと鶏が鳴き、台所が炊き立てのご飯とお味噌汁の香りに包まれ、そして生卵が用意される。そう TKG、卵かけご飯である！

なんと、卵かけご飯のふるさとが岡山県にあるという。(※明治時代初期、TKG を全国に広めた岸田吟香氏の故郷とのこと。)それは行かねばなるまい。

目覚めとともにテンションが上がる。近所に鶏がいないため、自分でコケッコと声に出して、バイクに跨り、香川から瀬戸大橋を渡り岡山県北部へひた走ること、約 2 時間超：ついに TKG のふるさと、岡山県美咲町に到着。今回目指すべき店は、町内運動公園内の小高い丘の上にある。その入り口には、まさにマラソンのビクトリーロードのように「たまごかけごはん」と書かれた多くの旗が振られ、ゴールまで応援してくれている。思わずガッツポーズをして、沿道の旗に手を振り返す。バイクのアクセルをひねり、ラストスパートの丘を軽快に駆け登っていく。

食券を買い、目の前にはご飯

と卵が置かれる。湯気があがるご飯の上へ新鮮な卵を落とし、専用のタレをたらし：かき混ぜる：最高の香りとその食感を味わう至福の時：無我夢中！

卵かけご飯は自宅でも食べられるものであるが、同じ料理でも母の料理が美味しく感じられるように、ピクニックに行った時のおにぎりが美味しいように、ここで食べる卵かけご飯は、「美味」である。

訪れた店はお替り自由であるため、周りの紳士淑女からもお替りを求める声がかかります。1 杯目はワイルドにかき混ぜて、2 杯目は、空気を入れるように優しくよく混ぜて。3 杯目はトッピングで味を変えて。4 杯目は、辛口タレで：

「白米×生卵」というシンプルゆえに、その食べ方には人生が表れるようである。周りの紳士淑女も様々な食べ方をしている。皆さんは、どのようにして食べられますか？



谷 聡士  
 本誌副編集長  
 私のラッキーカラーは黄色。卵も黄色。車も黄色。あとは、幸福の黄色いハンカチを見つけたのみ！



・パムとケロのにちようび、パムとケロのそらのたび  
 ・パムとケロのさむいあさ、熊田 ゆか/文芸堂  
 ・ねえねえ あのね、しもかわら ゆみ/講談社



## 私がかわいいと思う

“本”

EDITOR'S REPORT Miku Abiru

Twitter : @kawaii\_shorinji  
 Filmarks : @abiruchandayoo

皆さんにとって、絵本とはどんな存在ですか？

物心ついた頃から、私は絵本を読む（見る）ことが好きでした。母に読んでもらう、一人でじっくり読む、時には弟・妹に読んであげる。物語に入り込んで世界観を堪能していたように思います。おかげで学生時代に国語の文章問題に、苦手意識はありませんでした。

実家の寝室の一角には絵本が並ぶスペースがあり、数ある中から「今日はこれ！」と選ぶ楽しみも、絵本の魅力に引き込まれた理由の一つなのかもしれません。たくさん買いそろえてくれた母に、今更ながら感謝をしています。

あれから弟は家庭をもち、6歳離れた妹も社会人になりました。少女だった私ももう一人前の大人。しかし面白いことに、大人になった今も相変わらず絵本が好きなのです。

しかし、少女の好きと、大人の好きは一味違います。少女の頃は物語重視、大人になった今は「絵のかわいさ」が好きかどうかの判断軸になっているのです。

前置きが長くなってしまいました。ここからが本題、かわいい絵本を2つご紹介しますね。



畔蒜 みく  
 振興普及部

去年の10月に甥っ子が誕生。母からは「みくの子の赤ちゃんの時にそっくり」と言われるが、私には父にそっくりに見える。…つまり、私は父と似ているのである。(複雑な心境)——かわいいことを見つけては、Twitterで発信中。映画鑑賞記録はFilmarksにて。

1つは幼少期からのお気に入り「パムとケロのシリーズ」です。(3冊あつてどれも好き)ダイテールにこだわって描かれた絵を目の当たりにした当時の私は感動し、何度も何度も食い入るように見ていました。とにかく絵がかわいい！  
 もう1つは、この5月に偶然出会い、本当にかわいくて一目でメモロメロになってしまった絵本「ねえねえあのね」。繊細なタッチとやわらかい色使いが特徴です。出てくる動物みーんなかわいいんです。  
 今回、私は考えました。大人になっても、どうして絵本に魅力を感じるのか？それは、「かわいいものから癒しを得ていた」のです。大人になるにつれて、悩み、気持ちが落ち込むことが増えてきた中、無意識にかわいいものを探していたのは癒しを求めているのだと気づき、自分で自分のことをまた少し分かってあげることができました。  
 そう、私にとっての絵本とは、「癒し」の存在なのです。

# Point of View 仕事のコツ



大原 一純 先生

「優れるな、異なれ!」。ある芸人さんが、悩む若者に回答した「一言」です。人と比べ、人を羨み、そのラインの最後についていくより、「人がやっていないことのラインの先頭に立ってはどうか」ということでした。

少林寺拳法の人づくり像の一番目に、「自己の可能性を信じる生き方ができる人」があります。

川島一浩会長は、各種講義の中で、これを「自己肯定感を持てる人」とも説明しています。

自分の不得手な事柄に悩む後輩が、「悔しくてたまらない」と、相談に来た時のことです。その悩みをしつかりと受け止めて、私も同様の苦しい経験をしたことを自己開示しました。その上で、私がコーチングをしてもらった時のように、後輩に本当のありたい姿を聴いてゆきました。そうすると、「みんなの役にたきたい」、「組

織貢献したい」という、自身の本当になりたい姿が見えてきました。次に、それを実現する方法を何回も尋ねました。その結果、自分の不得手な分野以外に活路を見出しました。彼は、新たに発見した道を究める努力を重ね、今では、その道の一流のプロになり、「みんなから頼りにされ」、立派に「組織貢献」を果たしています。

「才能はコンプレックスの裏側にある」とも言います。他人との比較ではなく、〇〇しなければならぬという思い込みで縛られることなく、自分の「あるがまま」を受け入れ、そこから自分の道を切り開くことで、人生を楽しむことも可能になります。



## 窓拭き編

# 作務の奥義



永安 正樹 先生

日本少林寺武道専門学校に入学して初めての作務の時、何のために掃除をするのか?と先輩から問われました。「心を磨くためです」とカッコをつけた私に、先輩は「掃除で心が磨けたら世話ないなあ」とバツサリ。「掃除は掃除。ただひたすら綺麗にするんだよ」と雑巾を手渡され、赤面した覚えがあります。

ということで、「ただひたすら」以外に奥義と呼べる作務技術を持っていないのですが、武専時代はとにかく何でも磨いていましたので、今回は皆さんにも身近な窓拭き(ガラス磨き)を説明します。

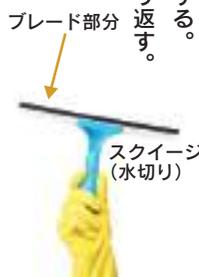
- ① 面倒でなければサッシを窓枠から外して作業する。
- ② 水スプレーが絞り雑巾でガラス面を濡らす。(洗剤不要)
- ③ スクイージ(水切り)で表面の水気を切っていく。ゴンドラ作業員のように一筆書きでなく、一列ずつ丁寧に切る。

※水を切るたびに必ずブレードをぬぐう。

④ フチ4辺に水が残っているので絞り雑巾でぬぐう。

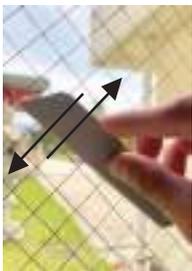
⑤ カラ雑巾(乾いたもの)で小さく円を描くようにガラスを拭きあげる。ひたすら磨く。見る角度を変え、裏から透かし、拭き残しのスジやケバがないかチェックする。

⑥ 裏面も繰り返し返す。



コツとも言えませんが、スクイージは切るたびにぬぐう、二列目以降は前列に少し重ねて切る、カラ雑巾は湿ったら取替える、そしてできれば曇った日に行うことです。仕上げ磨きは、ガラスに湿気の残った方が綺麗になりやすいからです。少し荒業ですが、松脂やお香のタール、テープ跡などの汚れには、私はカッターナイフ用の替刃を使っています。大学時代、アルバイト先の美装屋で教わったもので、切っ先でなく刃全体を進行方向に対し直角にあて、やや寝かせた状態で素早く往復させると、こびりついた汚れが一気にはがせます。用法にコツがあるので問法会得のこと。

必ず軽く水拭きをして、ガラス面を濡らしておくこと!



少年拳士 七夕 広場!!



おりひめ  
**織姫**と彦星  
ひこぼし

あまがわ  
**天の川と愛の物語**

昔めるといって、神様の娘の**織姫**と、若者の

**彦星**がいました。

織姫は機織りの仕事をしていて働き者。

彦星は牛の世話をしているしつかり者。



やがて2人は結婚しました。  
すると、今まで働き者だった2人は急に遊んで暮らすようになり、全く働かなくなりました。



怒った**神様**は、2人の間に**天の川**を作って離れさせてしまいました。  
悲しみにくれた2人は泣き続けました。



それを見た**神様**は、前のようにまじめに働いたら、1年に1度だけ、2人会わせてくれると約束しました。  
それから2人は心を入れ替えて一生懸命働くようになったのです。

そして、2人は年に1度だけ**天の川**を渡って会うことが許されるようになりました。



その日が七夕とされるようになりました。

(その他にも、諸説あります)

どうして**短冊**に

お願いを書くの？

江戸時代、七夕は庶民にも広まり、全国的に行われるようになりました。人々は野菜や果物をそなえて、詩歌や習いごとの上達をお願いしました。五つの色の短冊に色々な願い事を書いて笹竹につるしました。

7月7日の七夕の夜、織姫と彦星は、待ちに待った「再会」という願いをかなえます。人々は「2人のように、願い事がかないますように」と、短冊に色々な願い事を書いて、笹や竹の葉に飾るようになりました。

笹や竹が使われる理由として考えられているのは、冬でも緑を保ち、まつすぐ育つ生命力にあふれているため、昔から不思議で神秘的な力があると言われてきたからとも伝わっています。

七夕の短冊飾りを楽しむのは江戸時代でも同じ！その様子を浮世絵からも見ることができます！



三代 豊国  
『当世葉唄合-七夕の図-』



歌川 国芳  
『七夕』

少林寺拳法を正課として授業に取り入れています



教育理念 人間の能力は生まれつきのもではなく、  
その人の努力によって開発され、無限に伸ばされる。



# 京都廣学館高等学校

ジェネラルコース

アドバンスコース

ステップアップコース (通信制)

少林寺拳法経験者には授業料免除などの優遇される入試制度があります。  
興味をお持ちの方は気軽にお問い合わせください。

少林寺拳法部 クラブ体験でお待ちしています。



@kyoto-kogakkan

少人数で参加できるミニオープンキャンパスや  
オープンキャンパスの日程や内容など詳細は、  
京都廣学館高等学校 公式 LINE でもご案内して  
います。どうぞお友達登録をお願いします。

京都廣学館高等学校

619-0245 京都府相楽郡精華町下狛中垣内 48 番地

TEL : 0774-93-0518 (代)



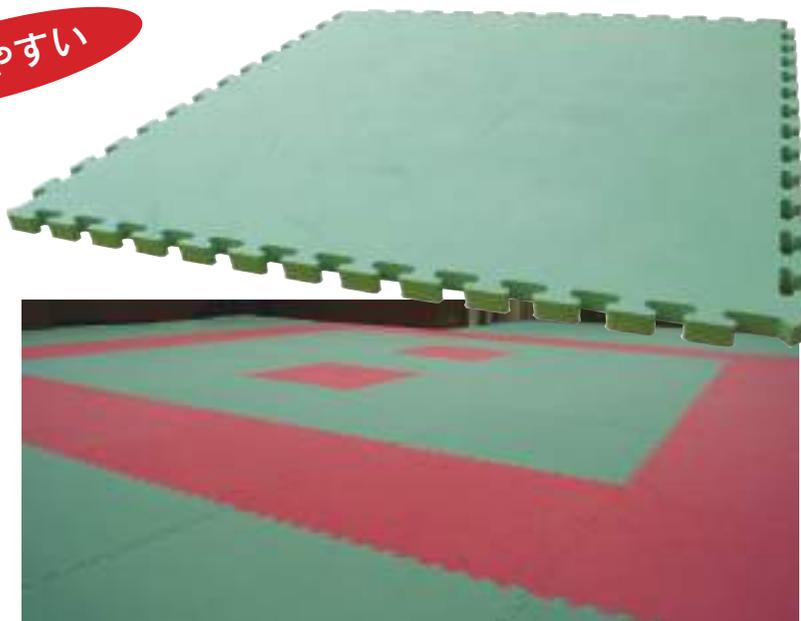
少林寺拳法連盟公認柔法マット & 薄型マット。

# 優れた耐久性と 動きやすさが特徴です。

高い耐久性

動きやすい

もはや少林寺拳法の練習には欠かせないものとなった柔法マット。安全性、機能性、耐久性に優れた他にはない独自のフロアマットです。すり減りや破れの心配がない耐久性、動きやすい適度な堅さ。とくに柔法の稽古には欠かせません。



## 少林寺拳法連盟公認 柔法マット

- ① 1~10枚 10,780円 ② 11~50枚 10,450円  
③ 51~100枚 10,120円 (税込、運送費含む)

■サイズ/1025 x 1025 x 40mm ■重さ/5kg  
■材質/ポリオレフィン系発泡体 ■日本製

## 少林寺拳法連盟公認 薄型修練マット

- ① 1~10枚 6,380円 ② 11~50枚 6,160円  
③ 51~100枚 6,050円 (税込、運送費別)

■サイズ/1025 x 1025 x 20mm  
■重さ/3kg  
■材質/ポリオレフィン系発泡体 ■日本製

商品のお申し込みは電話か FAX で下記まで。

# 0299-45-0208

FSK 富士スポーツ工業有限公司 担当：箱田 〒319-0202 茨城県笠間市下郷 4834-7

## FSK presents 少林寺拳法連盟公認防具

- ① ボディプロテクター (大、小) ② ファールカップ  
本体価格 30,800円 (税込) 本体価格 5,969円 (税込)

※連盟事業課、株式会社オザキ、株式会社前川商店にて取扱中です。

上達の  
つよ~い  
味方です

# 拳理体感 剛法編DVD 7月下旬発売予定

「崩し・落とし・外し」などの柔法原理、角度処理や単独／相対バランスなどの剛法原理一筆舌に尽くせぬと言われる技法のコツの言語化と映像化！

「拳理体感」は、1980年代後半～90年代に展開され多くの指導者・拳士に共有化されてきました。そして、2020年度から始まったオンライン講習会の映像に加えて再収録した映像を再編集し、DVD「拳理体感 剛法編」として、7月下旬頃にリリース予定です。

- ・発売元 一般財団法人少林寺拳法連盟 事業課
- ・発売時期 2021年7月下旬（予定）



【拳理探究】少林寺拳法オンライン講習会チャンネルでPVを公開中

## 賛助会員

ご入会・ご更新ありがとうございます。

(敬称略)

【ゴールドメンバー】 山崎 高雄

【フレンドリーメンバー】 中川 加代子

## 訃報

永きにわたり少林寺拳法の普及にご尽力されたご功績に対し敬意と感謝の意を表しますとともに心からご冥福をお祈り申し上げます。

**齋藤 方秀 氏**

一般財団法人 少林寺拳法連盟 参与、慶應義塾大学 少林寺拳法部 OB、2021年4月15日ご逝去、満80歳

**下川 正春 氏**

長崎県少林寺拳法連盟 元理事長、長崎県立大学 元監督、283期、正範士七段、2021年4月25日ご逝去、満68歳

**長谷川 武志 氏**

豊浜スポーツ少年団 支部長、239期、正範士七段、2021年4月28日ご逝去、満72歳

**臼井 謙司 氏**

スポーツクラブ21 尼崎西 元支部長、128期、正範士八段、2021年5月22日ご逝去、満81歳

### 【会報春号発送遅延に関するお詫び】

本来であれば5月1日発刊の予定（※4月25日より順次発送予定）でしたが、委託業者におきまして、発送業務に関わる部署で新型コロナウイルス罹患が発生し、業務の一時停止が余儀なくされ、発送が遅れました。お詫びいたしますとともに、ご事情ご賢察のうえ、ご理解をいただきたくお願い申し上げます。

2021年秋号  
2021年10月1日

発刊

秋号テーマ

子曰く、

「子曰く」は論語で使われる言葉で、「子（し）」とは主に儒教の開祖である孔子を指しますが、一方では「学徳のある人」「先生」という意味もあります。私たちは、幼児期から数多の「子」となる人から物事や世の理、学問、人生観を教わり、時には叱責も含めた激励をいただきながら成長していきます。

「子」となるのは人間だけではありません。映画や本、漫画でも名言、金言に出会い、その一言が人生を大きく成長させるきっかけになることもあります。

そして時が来れば自身が「子」となり、後人を育てていかなければなりません。

秋号では、「子」の言葉や想いについて特集する予定です。ぜひ楽しみにお待ちください。



# 読者プレゼント

◆ほとばしるうどん愛がもった「うどん屋さんなりきりセット」。粉から練り上げる本格派です。



この商品を開発した大庄屋さんは、テレビ朝日『ナニコレ珍百景』で“10分しか営業しないうどん店”として認定された話題のうどん屋さん。お仕事のメインはお土産用うどんの製造販売で、話題の“10分うどん”は工場長が「おいしいうどんを直接提供したい!」という強い思いから、自身の昼休みを削って始めたもの。(だから10分しか営業できない…!)

今回の読者プレゼントは、編集長・倉本プレゼントです!

香川県に生まれ育った身としては、切っても切り離せない存在の讃岐うどん。

(小さい頃はうどんばかり食べさせられるのがイヤで、「ラーメンがいい」と思っていたという話はここだけの秘密)

讃岐うどんのウリは何といてもその“コシ”の強さにあるのですが、果たしてその“コシ”はいかにして生まれるのか?…というわけで、今回ご提供するの、ご自宅でうどん作りを体験できるセットです!!

さあ、アナタは讃岐うどんの“コシ”をどこまで引き出せるか!?  
2名様にプレゼントです。



商品提供

大庄屋



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: hensyusitsu@shorinjikempo.or.jp 【応募締切 7月30日迄】

## 編集後記

◆この編集後記を書いているのは5月下旬です。今年梅雨入りが非常に早く、香川は連日雨模様となつています。

◆私の担当ページ「いごっそう日記」は、雨が降ると出かけられないので、いつも天気と睨めっこしています。天敵は雨だけではなく、春先の黄砂もひどく、なかなか出かけられませんでした。毎号西日本を中心にしか出ていますが、時間が取れれば、様々な地域を回ってみたいと思つてます。

◆ところで5月といえば、例年五月病の話題を見聞しますが、今年もコロナ関連の話題ばかりで、新学年、新天地で頑張っている皆さんは身心の調子はいかがでしょうか?

◆思い起こせば、田舎から上京し大学入学した頃の頃、一人暮らしが寂しく感じ、春先は高校卒業アルバムのページをいつもめくっていました。新社会人になった時も大学(学科)の卒業アルバムを片手に毎晩飲んでいたことを思い出します。私の高校時代はまだ携帯電話が普及しておらず、卒業後の同級生は今どこで何をしているのか…

◆将来、皆さまが何かの縁で集まった時に、当時の会報について話題が出る、一種の卒業アルバムのような感じで活用してもらえ、ずっと皆さまの元に、思い出として残り続ける誌面を目指してまいります。

会報編集室 副編集長 谷聡士

会報少林寺拳法

2021年7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: hensyusitsu@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>



# 少林寺拳法公認道衣



SHORINJIKEMPO  
少林寺拳法

道衣が税込価格から

今が  
チャンス

# 20%OFF

## ブラックラベル・ゴールドラベル クリアランスセール!

2021 6月1日 ~ 2022 3月31日 受注分

## シルバーラベル 期間限定!! お買い得キャンペーン!

2021 6月1日 ~ 2021 9月30日 受注分

### 上級者向け道衣 ゴールドラベル

素材・シルエット・縫製にいたるまで、全てにおいて特別な仕様を取り入れた上級者向け道衣です。

◎素材:綿70%・ポリエステル30% 防縮加工日本製生地使用海外縫製

サイズ	上下セット価格	上衣価格	ズボン価格
1号	11,162円 税込	6,697円 税込	4,465円 税込
1.5号		6,803円	
2号	11,570円 税込	6,942円 税込	4,628円 税込
3号	12,059円 税込	7,235円 税込	4,824円 税込
4号	12,467円 税込	7,480円 税込	4,987円 税込

サイズ	B体ズボン価格
1B	6,274円 税込
2B	6,518円 税込
3B	6,682円 税込
4B	6,845円 税込

※1.5号は上衣のみの販売となります。 (単位:円)  
道衣上下が必要な場合には他サイズのズボンを併せてご注文ください。

### 高機能道衣 シルバーラベル ◎素材:綿50%・ポリエステル50%

シルエット・縫製はゴールドラベルと同じで、ゴールドラベルより軽く、抗菌・防臭効果を高めた部屋干しにも強いと大好評です。

◎素材に純銀の糸「ミューファン。」を使用した高機能道衣です。

サイズ	上下セット価格	上衣価格	ズボン価格
1号	11,815円 税込	7,089円 税込	4,726円 税込
1.5号		7,210円 税込	
2号	12,222円 税込	7,333円 税込	4,889円 税込
3号	12,630円 税込	7,578円 税込	5,052円 税込
4号	13,038円 税込	7,823円 税込	5,215円 税込

サイズ	B体ズボン価格
1B	6,518円 税込
2B	6,763円 税込
3B	6,926円 税込
4B	7,090円 税込

※1.5号は上衣のみの販売となります。 (単位:円)  
道衣上下が必要な場合には他サイズのズボンを併せてご注文ください。

### 一般向け道衣 ブラックラベル

吸水性に優れ、肌触りも抜群。オリジナルの国産生地を使用した一般向けの道衣です。 ◎素材:綿100% 防縮加工 日本製生地使用 海外縫製

サイズ	上下セット価格	上衣価格	ズボン価格
7~8才	6,641円 税込	3,985円 税込	2,656円 税込
S	7,162円 税込	4,297円 税込	2,865円 税込
M	7,700円 税込	4,620円 税込	3,080円 税込
L	8,335円 税込	5,001円 税込	3,334円 税込
LL	8,694円 税込	5,216円 税込	3,478円 税込
3L	9,142円 税込	5,485円 税込	3,657円 税込
4L	9,590円 税込	5,754円 税込	3,836円 税込
5L	10,038円 税込	6,023円 税込	4,015円 税込

サイズ	上下セット価格	上衣価格	ズボン価格
LB	9,590円 税込	5,754円 税込	3,836円 税込
LLB	11,114円 税込	6,668円 税込	4,446円 税込
3LB	11,562円 税込	6,937円 税込	4,625円 税込
4LB	12,100円 税込	7,260円 税込	4,840円 税込
5LB	12,727円 税込	7,636円 税込	5,091円 税込

(単位:円)

道衣ネーム ネーム代 1文字 税込220円

### 【キャンペーン注意事項】

- ※対象商品の返品・交換はできません。
- ※セールの内容および期間は予告なく変更になる場合があります。

## 在庫限りとなります

(ブラックラベルは残りわずかです。在庫に関してはご確認ください。)

※送料はお買い上げ金額が税込22,000円以上の場合は無料です。ただし棒類・外国向けは除きます。 ※ブラックラベルB体の上衣には前立てがついています。  
※上下のサイズが違う道衣を組み合わせる場合、道衣の白色が異なる場合があります。 ※帯は別売りです。

商品のお問い合わせ・ご注文は、電話・FAX・ホームページをご利用ください。

株式会社 前川商店

〒764-0004 香川県仲多度郡多度津町仲ノ町9番17号 TEL 0877-32-2438 FAX 0120-20-4066  
URL <http://www.maekawashouten.co.jp/> 少林寺拳法前川商店 検索



人は寝ているあいだも、  
空気を吸っている。



だから私たちは、人の心と体に  
心地よい空気とは何かを考え続けています。  
空気で答えを出す会社、ダイキン。

**ダイキン工業株式会社**