

# ☆平柔通信☆

平塚柔道協会発行  
責任者 会長 奥山晴治

## ～今、改めて、君たちに問う！～ 柔道を習う意味について

コロナの第二波により、思うような稽古が出来ていません。そしてこの暑さの中では、熱中症にも注意を払う必要があります。このような状況は続いています。このようなときだからこそ、「何故、柔道を習うのか」について考えてみよう。「強くなりたいから」「相手を思いっきり投げ飛ばしたいから」「礼儀正しい人になりたいから」等、それぞれ、いろいろな思いがあると思います。

**柔道を習う意味① 礼儀** 柔道は「礼に始まり礼に終わる」スポーツです。礼儀を身に付けることは、これからみんなが社会の一員として生活する上で、非常に重要なものとなります。相手を思いやる気持ちが養成されます。

**柔道を習う意味② 体力** 柔道によって、自らの体を育てることができます。体を育てることにより、病気に負けない強く丈夫な体を作ることができます。稽古とともに(好き嫌いせず)バランスの取れた食事をしっかり摂ってください。

**柔道を習う意味③ 精神力** 柔道の稽古はきつくて辛いことが多いと思います。でも、この辛い稽古によって、強い精神力が養われます。これからの人生においては、思うように行かないことも多くありますが、そのようなときにこそ、強い精神力で、乗り越えることができるのです。

**柔道を習う意味④ 協調性** 柔道は相手が居て成り立つスポーツです。自分ひとりでは乱取りなどは出来ません。稽古相手に感謝し、相手を思いやる気持ちは、社会に出たときに、社会の一員として、みんなと協力しながら生活していくために必要なスキルです。

**柔道を習う意味⑤ 感謝** 平柔への稽古への参加には、家族の協力がなくては出来ません。食事の準備や洗濯など、自分を支えてくれている多くの人があることに、常に「ありがとう」と感謝の気持ちを表してください。

**柔道を習う意味⑥ 可能性** 「自分はどこまで頑張れるのだろうか?」「自分の力はどこまで通じるのか?」そのような気持ちを持つことは重要です。自らの可能性を信じて稽古に励むことは、自分自身を大きく成長させてくれます。

## クラスターの恐怖！ ～感染防止対策に終わりはない～

ご承知のとおり、コロナ禍において、各種部活動等も再開しているところ、全国的には、体育会系の寮を中心に集団感染(クラスター)が発生しています。

当協会は、現在もなお、安全に一步一步前に前進していますが、皆さんの協力なくして安全な稽古はできません。検温・手指消毒・換気・うがい手洗い、自分でやるべきことははっきりしています。当協会からコロナを発生させないよう、みんなで頑張っていきましょう。

クラスター発生した天理大ラグビー部員新たに29人が感染、計53人に



クラスターが発生した天理大ラグビー部の寮＝奈良県天理市で2020年8月18日午後3時38分、広瀬晃子撮影

奈良県は18日、新型コロナウイルスのクラスター(感染者集団)が発生した天理大(同県天

島根の高校で88人感染 寮生ら大規模クラスター—新型コロナ

2020年08月10日01時00分



島根県と松江市は9日、新たに県内で92人の新型コロナウイルス感染者が確認されたと発表した。市によると、このうち86人が市内の私立立正大瀬南高校の生徒で、2人は教員という。市は大規模なクラスター(感染者集団)と認定した。

【新型コロナウイルス 都道府県別の状況・ニュース】

同校では8日、10代の男子生徒1人の感染が確認された。生徒はサッカー部に所属する寮生で、他の生徒135人、教員6人のPCR検査を行った結果、寮生80人と自宅通

(9月の予定) 原則 (火曜日)と(土曜日)の 19時～21時 になります。

**(雑感) ～夏の成果～** 今年の夏は特別。いつもなら海や山への旅行など、楽しい思い出が出来たであろうが、今年に限っては、そのようなことも出来なかった。柔道においても同様。通常、この暑い夏に、心身ともに大きく成長する選手が多い。中学生においては、地区大会→県大会→関東大会→そして夢の全国大会と、大会毎に勝負強くなっていく選手を多く見てきた。しかし今年は、そのような成長を見ることは叶わなかった。感染防止に気を付けながらの稽古、実戦はできなくても、心の成長は出来るはず。そして考える力に対しては感染の恐怖はない。今、自分が出来ることを考えよう。(五)

今月の目標・

打ち込みの重要性に気付くこと。リズムよく打ち込みできることが強くなる秘訣