

新年おめでとうございます。今年はトラ年、猛々しく頑張ろう！

☆ 平 柔 通 信 ☆

平塚柔道協会発行
責任者 会長 奥山晴治

こんな時代だからこそ、文武両道(ぶんぶりようどう)を追求しよう！

文武両道

「文武両道」という言葉をみんなは知っていますか。

文事と武事、学芸と武芸、その両道に努め、優れていることを指し、求道的な評価にも用いられる言葉でもあります。

勉学と運動(スポーツ)の両面に優れた人物に対しても用いられていますが、さて皆さんは、どうですか。

学校での勉強と平柔の稽古、どちらにも一生懸命に取り組んでいますか。柔道を職業として生活することはできません。勉強で頭(能力)を鍛え、柔道で心(精神)と体(技)を鍛えることにより、将来、バランスの良い社会人となることができます。柔道の先生方は、みんなの学校での状況を見てはいませんが、しっかり勉強しているものと信じています。どちらもしっかりと頑張ってください。

厄介な奴！オミクロン株のことをよく知ろう！

年末年始は比較的穏やかでしたが、その後の第6波により、現在、オミクロン株による感染爆発が続いています。神奈川県も、現在、**まん延防止重点措置地域**となっています。平塚市内の学校でも感染により休校となる学校があります。**これまでのコロナとは異なる特徴などをよく確認して、感染防止対策を行いましょう。**

元世界チャンピオン朝比奈沙羅選手を知っていますか。朝比奈選手は、**現在、医師を目指し、医学部の学生として猛勉強をしつつ、全日本の強化選手としても活躍しています。**両立は非常に大変そうですが、頑張っています。みんなの良き手本になると思います。



オミクロンについて分かってきていること (B.1.1.529)

特徴

ヒトへの感染力が強く伝播性が高い
発症までの期間が短く、今までより短期間に広がる

症状

のどの痛み、咳、鼻水などの上気道の症状が多い
味覚・嗅覚の異常や肺炎はデルタに比べ少ない

ワクチンへの影響

効果を弱める「免疫逃避」がある。他の変異ウイルスに比べ発症予防効果低く、3回接種で75%の効果(ファイザー)
重症感染予防効果はある程度維持

個人の対策



3密を回避



マスクをしっかりとつける



ワクチンの接種

国の対策

水際と国内対策の再強化

3回目の接種を進める

基本的対策は今までと変わらずに

★ **不織布マスクの着用、会話の距離、手指消毒など引き続きコロナ感染防止対策を徹底願います。**

【ニュース】中学生の絞め技について、少年大会特別規定の変更により、本年4月から全面禁止になります。

(2月の予定) 火曜日・土曜日 現在、通常時間を短縮して実施中です。

(雑感) ~顔が見える関係~

本紙(「平柔通信」)も、120号になりました。筆者は、現在、指導に参加できないので、毎月の状況等を金井先生に聞きながら、本紙を作成しています。試合があれば、その結果を記載することになりますが、コロナ禍で、かれこれ2年近く、掲載記事が少なく、毎月、月末近くになると、頭を悩ませています。また、いただく各種情報は大変ありがたいものの、実際に自分で見た内容ではないため、臨場感を伝えるという点で十分でないことが現在の悩みです。職場では、感染防止対策として、テレワークを推進し、各種会議もリモートにより実施していますが、画面越しではあるものの、相手の顔を見て行えるため、相応の成果はあると実感しています。現在、お子さんの稽古状況の見学は、感染防止対策として、控えていただくような運用になっているかと思えます。そこで、今後、このような稽古状況を、例えば、YOUTUBEやインスタグラムなどにより配信することにより、道場外で見ただけのようになればと思うところです。現時点では直ちに対応することはできないでしょうが、もし、ウィズ・コロナが今後も長期に継続するようなことになれば、(個人的な意見ですが、)そのようなことも考えていく必要があると考えます。(五)

今月の目標・

一人でもできる・自分の弱点を補うトレーニングに取り組もう。