

大阪府空手道連盟
技術委員会女性部会
5年間の歩み



♪ 第一回講習に参加した仲間たち ♪

平成28年8月14日(日) 於 豊中市武道館ひびき

大阪府空手道連盟 技術委員会 女性部会創設の経緯

平成28年6月9日(木)・・・大阪府空手道連盟理事会で承認

平成29年3月4日(土)・・・大阪府空手道連盟総会で承認

女性部会 目的 大阪府空手道連盟における女性会員の地位及び技術の向上を
目指すとともに、生涯スポーツとして支援を行う事を目的とする。

- 活動
- ①年に形講習会、審判講習会などの開催。
 - ②その他のセミナーの参加を積極的に推奨する。
 - ③女性会員相互の親睦を図る。

役員

部会長	千葉佳永子
副部会長	奥野紀美子・友寄愛子・園山昌枝
部会員	藤田国子(事務局員)・宮本早百合・西川陽子

〈平成28年(2016年)6月9日～2019年3月31日〉

2019年4月1日～

部会長	千葉佳永子
副部会長	奥野紀美子
部会員	友寄愛子・西川陽子・藤田国子(事務局員)

女性部会の主な利点

- ①少人数なので講習で細かい点まで学べる。
- ②女性の特徴をふまえた講習会を実施できる。
- ③現役の女性空手家に講師、選手などの活躍の場が提供でき、
年代を超えて交流が出来る。
- ④空手道の良さと楽しさを共有でき、女性の層を厚くし、生涯スポーツを実現可能にする。
- ⑤様々な勉強会、講習会が出来る。(怪我の対処、メンタルケアetc)
- ⑥空手に関する新情報を早く知ることが出来る。

実施内容

2016年度	8月14日	形・組手審判講習会 午前 桑本知幸 午後 奥野紀美子中心に女性部会
	12月18日	形・組手及び組手審判講習会 午前 園山昌枝中心に女性部会 高橋照見(剛柔流) 午後 木下貴博(組手) 女性部会(組手審判)
	3月20日	礼法・基本技術講習(空手教範第九条) 形・組手講習会 午前 千葉佳永子(礼法) 高山雅彦(形) 午後 宮本早百合中心に女性部会(組手)
2017年度	8月13日	形・組手審判講習会 怪我、熱中症予防と応急処置の講習 午前 小来田剛 勝本桂史ドクター 午後 森本国雄
	12月17日	形・組手講習会 午前 小来田剛 午後 新本清
	3月21日	形・組手講習会 午前 高山雅彦 午後 新本清
2018年度	6月3日	形・組手審判講習会 午前 磯田正典 午後 女性部会
	8月12日	形・組手審判講習会 午前 古川隆一 午後 女性部会
	1月27日	形・組手講習会 午前 雲川幸男 午後 新本清
2019年度	6月2日	形・組手審判講習会 午前 長友憲一郎 午後 森本国雄
	9月1日	形・組手講習会、筋トレとは?Q&A 午前 高山雅彦 勝本桂史ドクター 午後 新本清
	1月26日	形・組手審判講習会 午前 長友憲一郎 午後 雪野眞吾
2020年度	4月29日	優しい古武道体験・組手審判講習会 午前・午後 西川吉重 ※コロナウイルス影響で中止
	8月30日	形・組手審判講習会 午前 雲川幸男 午後 雪野眞吾 ※コロナウイルス影響で中止
	1月31日	形・組手講習会予定(8/31現在) 午前 高山雅彦 午後 新本清

創設までの出来事あれこれ

毎年多くの大会があり、女性審判員同志が顔見知りとなりました。時々大会後、その日のお互いの審判について話をしたり、情報交換の場を持つようになりました。

マスターズも始まり空手をする女性が増えてきているので、一度懇親会をしようということになり夏と年の暮れに楽しく食事会を約3年間開き親睦を深めました。

その中で、もっと空手や審判の技術を向上させるため、女性のための講習を望む声が高まりました。後日具体的に大阪府連にお願いをするために、約20名の女性が集まりました。

それぞれの考え、意見を出し合い、「お願いしよう」という意見統一をしました。

主に当時の会長、故木島明彦氏、副会長の西川吉重氏(現会長)、理事長の高橋和夫氏、技術委員会委員長の長友憲一郎氏のご理解、ご支援を頂き、ついに創設して頂きました。

また、現在組手講習で使用している主な審判用具は大阪市連から頂きました。あらためて感謝申し上げます。



2016年6月 故木島会長との懇親会



2014年7月承認前の夏の懇親会

日時 平成28年8月14日(日)
場所 武道館ひびき
内容 9:30~12:00 組手審判講習会
講師 大阪府空手道連盟技術委員会審判部会部会員 桑本知幸先生

少年少女組手練習会

13:30~16:30 段審査に向けての第一指定形勉強会
流派別形講習会

受講者 午前 16名 少年少女26名
午後 23名

初めての女性部会講習会は夏真っ盛りの中、活躍している多くの女性空手家が集まりました。部会員も参加者も初めは緊張気味でしたが直ぐに和やかな笑顔いっぱい、良い雰囲気講習会となりました。

午前は桑本先生手作りのルールダイジェスト版で丁寧な説明、ジェスチャー練習、少年少女の組手実技練習。参加者の技術向上を目指す真剣な姿が輝いていました。

形講習では副部長奥野紀美子先生を中心に第一指定形を講習。質疑応答の後グループ毎に練習。最後は数名ずつ分けて演武をし、タブレットで録画された各自の形を見直しました。暑い中でしたが、時間を目一杯使い楽しく充実した第一回講習会でした。



平成28年度第2回形講習会・組手及び組手審判講習会

日時 平成28年12月18日(日)
場所 東大阪大学附属幼稚園(午前)
東大阪大学敬愛高等学校体育館(午後)
内容 9:15~12:00 形講習会
段審査に向けての第二指定形勉強会
流派別形講習会

13:30~16:30 組手及び組手審判講習会

講師 大阪府空手道連盟強化部組手コーチ・近大空手道部コーチ
木下貴博先生

受講者 午前 14名
午後 12名

形講習会は副部長の園山昌枝先生を中心に糸東流第二指定形が行われました。参加者の「すべて吸収して帰るぞ。」という真剣な眼差しの充実感あふれる講習会でした。流派別形講習会では剛柔流は高橋照見先生による剛柔流の基本、奥野紀美子先生中心に糸東流第一指定形の講習を実施しました。組手練習では木下貴博先生の厳しい中にも優しさある丁寧な指導のもと、突き、蹴り、ステップ練習等、充実した内容でした。組手審判講習会では有資格者は発声ジェスチャー及びC1、C2の反則の取り方を中心に実技練習。初心者の方々はルール説明、ジェスチャー・発声練習、技の見方を講習。最後に実技練習。東大阪大学敬愛高等学校空手道部の部員に負けじと気合の入った組手、そして審判姿が輝いた講習会でした。



平成28年度第3回形講習会・組手講習会

日時 平成29年3月20日(月・祝)

場所 東大阪大学附属幼稚園

内容 9:15~9:55 礼法・基本技術講習(空手道教範第9条)
10:00~12:00 剛柔流基本形 ゲキサイ第一・ゲキサイ第二
剛柔流第一指定形 セーパイ

講師 剛柔流大修会副理事長兼技術委員会副委員長
全空連2級資格審査員 高山雅彦先生
流派別形講習会

13:30~16:00 組手講習会

受講者 午前 22名
午後 14名

礼法及び基本技術は部会長の千葉先生・副部会長の奥野先生を中心に教範を用い勉強しました。正しい知識を身につけようと互いに立ち方等、確認しあいました。その後剛柔流のセーパイを高山先生が分解を説明された後、全員で練習しました。高山先生の楽しい話術もあり、笑顔いっぱいの講習会でした。

最後は流派別で練習をし、午前は終了しました。

組手講習は部会員の宮本先生中心に空手のワンツーステップ、2人組になったの攻防等女性同士の和やかな中にも、向上心いっぱいの練習でした。



平成29年度第1回指定形講習会・組手審判講習会(怪我、熱中症の予防と応急処置の講習含む)

日時 平成29年8月13日(日)

場所 東大阪大学付属幼稚園

内容 9:15~10:15 練習中の怪我、熱中症の予防と応急処置の講習

講師 大阪府済生会泉尾病院 勝本桂史ドクター

10:25~12:00 糸東流第一指定形 バッサイダイ・セイエンチン

講師 全空連3級資格審査員

大阪府空手道連盟審判部会員 小来田剛先生

13:30~16:00 組手審判講習会

講師 全空連3級資格審査員

大阪府空手道連盟審判部会員 森本国雄先生

少年少女組手練習会

受講者 午前 22名

午後 15名 少年少女20名

怪我の応急処置や熱中症対策など、日々起こりうることなので関心があり参加者全員熱心に耳を傾けました。質問も飛び交い大変有意義な勝本ドクターの講習でした。形講習では、参加者のほとんどの方が糸東流だったこともあり、小来田先生の細部にわたる丁寧な説明や2人ペアになっての分解練習も実施。先生の指導を体で覚えようと何回も練習する充実した時間でした。

組手審判講習会では、地区審判試験の直前だったこともあり、森本先生の熱心な指導のもと有資格者はきびきびとした動きで技が取れるようになりました。

初心者の方々も発声・ジェスチャーがどんどん上手になり最後は実際に主審もチャレンジ出来ました。緊張の中にも笑顔があり、森本先生の的確な指導が参加者の技術向上に繋がりました。



平成29年度第2回形講習会・組手講習会

日時 平成29年12月17日(日)

場所 東大阪大学附属幼稚園

内容 9:15~12:00 糸東流第二指定形 ニーパイポ・基本形(糸東系)

講師 全空連3級資格審査員

大阪府空手道連盟審判部会員 小来田剛先生

13:30~16:00 組手講習会 (基本の動き、フットワーク、実践練習)

講師 大阪府空手道連盟審判部会員 新本清先生

受講者 午前 15名

午後 11名

指定形ニーパイポの特徴的な個所の分解を小来田先生の説明後、2人組で練習する充実した時間でした。基本形は次年度から改定されるということで参加者の質問が飛び交う熱のこもった講習会でした。

組手講習では、ほとんどの参加者が組手の基本練習が初めてです。新本先生が解りやすく説明し実際に動いて手本を見せられました。

先生の軽やかな動きを真似し最後には軽快にフットワークもこなし真冬にかかわらず気持ちの良い汗を流す笑顔がいっぱいの受講者の皆さんでした。



平成29年度第3回形講習会・組手講習会

日時 平成30年3月21日(水・祝)

場所 桃山学院高等学校空手部道場

9:00～11:15 剛柔流基本形 ゲキサイ第一・ゲキサイ第二

剛柔流第二指定形 クルルンファ

講師 剛柔流大修会副理事長兼技術委員会副委員長

全空連2級資格審査員 高山雅彦先生

11:15～12:00 流派別公認段位向け講習

13:30～16:00 組手講習会 (基本の動き、フットワーク、実践練習)

講師 大阪府空手道連盟審判部会員 新本清先生

受講者 午前 18名

午後 18名

楽しい話術とテンポの良い解説で高山先生の講習が始まりました。分解を交えながらの形の指導は分りやすく、剛柔流の特徴も理解しながら全員一生懸命に練習しました。前回に引き続き、新本先生の組手講習会。慣れない動きにも楽しく、そして一生懸命に練習し出来ない動きは休憩時間でも練習する姿がありました。道場の子供たちの指導に取り入れることもできると真剣そのものでした。明るく楽しい充実した時間でした。



平成30年度第1回形講習会・組手審判講習会

日時 平成30年6月3日(日)

場所 東大阪大学附属幼稚園

内容 9:15～11:00 松濤館の基本、第二指定形エンピ

講師 大阪府空手道連盟指導部会員 礒田正典先生

11:15～12:00 流派別公認段位向け講習

13:30～16:00 組手審判講習会

少年少女組手練習会

受講者 午前 10名

午後 11名 少年少女44名

女性部会初の松濤館の基本と形エンピ。礒田先生の分かりやすい説明とアドバイスのもと講習が行われました。参加者のほとんどが他流派でしたが、きびきびした動きと、時には質問も交えながら、興味深々に練習する参加者の姿が輝く講習会でした。

午後からの組手審判講習会は女性部会員が各自の担当を熱く講習しました。また礒田先生も指導してくださいました。

奥野先生によるルール説明、ジェスチャー練習等の審判講習。宮本先生中心の少年少女組手練習会。組手審判実技では藤田先生の笑顔の中に厳しいアドバイスの声飛び交います。初心者も有資格者も最初は緊張していたものの最後には落ち着いた審判が出来ていました。やはり経験を重ねることの大切さを感じる審判講習でした。



平成30年度第2回形講習会・組手審判講習会

日時 平成30年8月12日(日)

場所 東大阪大学附属幼稚園

内容 9:15～11:00 和道流基本・第二指定形ニーセーシ、護身術

講師 全空連3級資格審査員

大阪府空手道連盟指導部会員 古川隆一先生

11:15～12:00 流派別公認段位向け講習

13:30～16:00 組手審判講習会

少年少女組手練習会

受講者 午前 17名

午後 11名 少年少女41名

女性部会初の和道流の講習は思いのほか多くの参加者が集まりました。

大阪の女性は勉強熱心だと改めて嬉しく思いました。

古川先生の楽しい雰囲気、話術とともに女性にはとても興味のある護身術の指導をして頂きました。慣れない和道流の基本や形の講習は貴重な体験となりました。

前回の6月に続き2回目の組手審判講習会はより上を目指す有資格者、初めて資格にチャレンジする人が集合し2コートで実技練習。

女性部会員とともに古川先生も指導してくださいました。

少年少女の元気な組手を真剣に審判する参加者の凛々しい姿が最後まで続きました。

大変有意義な講習会でした。



平成30年度第3回形講習会・組手講習会

日時 平成31年1月27日(日)

場所 東大阪大学附属幼稚園

内容 9:15～11:00 糸東流第一指定形セイエンチン・糸東流ナイファンチ

講師 全空連3級資格審査員

大阪府空手道連盟指導部会員 雲川幸男先生

11:15～12:00 流派別公認段位向け講習

13:30～16:00 組手講習会

講師 大阪府空手道連盟審判部会員 新本 清先生

雲川先生の熱意ある指導と質問に丁寧に答えて頂く心地良い雰囲気にも包まれた講習会となりました。

セイエンチンに加え、バツサイ大も指導して頂きました。

普段はあまり見られないナイファンチでは技術部会事務局員の山口享佑先生も指導に加わって頂きました。無駄のない身体の使い方など参加者は「目から鱗」状態で素早い動きを学びました。新本先生の組手講習は参加者の笑顔が輝きました。少し辛い動きも、軽快な動きで、明るくこなし、一つでも動きを覚えて自分のものにしてようと反復練習も真剣そのものでした。

最後には、見違えるほど軽やかな組手の動きになりました。



2019年度第1回形講習会・組手審判講習会

日時 2019年6月2日(日)

場所 東大阪大学附属幼稚園

内容 9:15～11:20 糸東流第二指定形ニーパイポ

講師 全空連2級資格審査員

大阪府空手道連盟技術委員会委員長 長友憲一郎先生

11:20～12:00 流派別公認段位向け講習

13:30～15:45 組手審判講習会

講師 全日本空手道連盟Aランク組手審判員

大阪府空手道連盟技術委員会審判部会副部長 森本国雄先生

少年少女組手練習会

受講者 午前 25名

午後 16名 少年少女70名

長友先生の指定形ニーパイポの熱のこもった指導は体の使い方、極め、分解等、丁寧で分りやすく充実した時間でした。「みんな姿勢が良くなったよ。」と褒めて頂きました。

参加者の真剣な練習姿はとても頼もしいものでした。

午後からの組手審判講習会は森本先生の大きな声の指導できびきびとジェスチャー練習が出来ました。初心者の人達は、慣れない動作に戸惑いながらも、最後には副審が出来るようになりました。有資格者は自信のある審判を心掛け、上達しました。

少年少女組手練習会は西川陽子先生の指示のもと、3チームに分かれて、気合の入った元気な声が会場に響きました。出来るだけ多く練習をしてもらおうと時間いっぱいまで試合をしました。



2019年度第2回形講習会・組手講習会(「筋トレとは？」Q&Aを解説を含む)

日時 2019年9月1日(日)

場所 東大阪大学附属幼稚園

内容 9:15~10:05 筋トレとは？Q&A(アンケートで書かれた解答を含む)

講師 大阪府済生会泉尾病院 勝本桂史ドクター

10:15~12:10 剛柔流第一指定形セーパイ・剛柔流得意形サンチン

講師 全空連2級資格審査員
大阪府空手道連盟技術委員会副委員長 高山雅彦先生

13:30~16:00 組手講習会 ウォーミングアップ・動作の確認・実践練習

講師 全空連3級資格審査員
大阪府空手道連盟審判部会員 新本 清先生

午前の形講習会17名。午後の組手講習会15名。

最初の1時間は第2回の講習からいつもお世話になっている勝本ドクターの「筋トレとは？Q&A」の講義でした。前回の参加者に実施した「希望するテーマ」の最多内容であり、全員が真剣な表情でした。今までの常識を覆すような情報もありとても役立つ講義となりました。

その後、高山先生によるセーパイ、サンチンの講習。剛柔流の基本の立ち方、足の運びから始まり先生の講義に全員が引き込まれていきました。セーパイの分解もしっかり学べました。

午後は新本先生の組手講習。今回は基本に立ち返り、基本的な組手の動きを何回も練習。

「何故そうするのか？」「こういう時はこういう動きをする」と明快な説明。

「これが正しい」ということはないといろんな方向から攻撃の動きを、指導して頂きました。

参加者の皆さんは汗をかきながら満足感いっぱいの笑顔が印象的でした。



2019年度第3回形講習会・組手審判講習会

日時 2020年1月26日(日)

場所 東大阪大学附属幼稚園

内容 9:15~11:50 糸東流基本形・第一指定形セイエンチン

講師 全空連2級資格審査員

大阪府空手道連盟技術委員会委員長 長友憲一郎先生

13:15~15:50 組手審判講習会

講師 全日本空手道連盟Aランク組手審判員

大阪府空手道連盟技術委員会審判部会部長 雪野眞吾先生

少年少女組手練習会

受講者 午前 25名

午後 19名 少年少女39名

午前は長友先生による糸東流基本形とセイエンチン。受講者は真剣そのもの。教えて頂いたことを自分のものにしようという熱い気持ちが全員の表情から感じられました。多くの質問に対して、長友先生の丁寧な説明があり、最後には受講者全員の動きがとても良くなり素晴らしい講習会となりました。

午後からは雪野先生による組手審判講習会。ペナルティの取り方やルール変更点中心の講義。その後、覇気のある先生に負けじと、ジェスチャー練習、そして実践練習。無資格者も副審を中心に実技練習。

最後には先生より「皆さん、姿勢がよく癖がない」とお褒めの言葉を頂きました。

少年少女組手練習会は西川先生・宮本先生を中心にルール説明やフットワーク、技の極め等中心に練習しました。

練習したフットワークを使って元気に戦う子供達の顔には笑顔と汗が輝いていました。



技術委員長 & 女性部会員からコメント

長友憲一郎委員長

早いものでもう5年になります。女性の技術向上を目指して発足した女性部会ですが、最初の目標に向けて着々と講習会を開き活動してきた結果、参加者の技術も少しずつ向上して来たと思います。これからも高い目標を設定して頑張ってください。

千葉佳永子部会長

創部から無我夢中で5年間に過ぎました。空手がより多くの女性の生涯スポーツとして発展するために充実した講習内容を計画してきたつもりです。講師の先生方が快く依頼にOKして頂いたこと、参加者の皆さんの向上心の高さを再確認でき嬉しかったことが、私自身の励みとなっています。これからも組手、形、審判、公認段位等に向け、楽しい講習を計画したいと思います。どうかみんなで大阪女子空手を盛り上げていきましょう！最後にドクターにも感謝です。

奥野紀美子副部会長

早いもので府連の故木島会長（近畿大学空手道部監督）の後押しで女性部会が発足して5年もたつのですね。部活動に賛同し、時間を何とか確保して参加して下さった方々に感謝します。他流派の形講習会にも積極的に参加して下さい、講師の先生方にも「とても熱心に受講してくれて女性部会の熱量は凄い！」と言って頂き、内心「そうでしょ！」と思った事を思い出します。縁があって空手道と継がった方々がこの道をずっと歩んでくれることを願っています。

友寄愛子部会員

早いもので、今年で女性部会5年目ということです。5年間振り返ると何も力になれなかったのですが、皆様と関わらせて頂き、教えて頂き、助けて下さりとても感謝しております。これからも微力ながらお手伝いさせて頂きたいと思います。ありがとうございました。

藤田国子部会員（事務局）

あっという間の5年間でした。発足までの思い出も発足してからの思い出も私にとっては宝ものです。そしてこれからも続いていきます。女性空手家の繋がりも益々強くなり、広がっていくことでしょう。私もその一員であることをとても嬉しく思っています。女性部会を盛り立てて下さった皆様方、講師の先生方、ドクター、参加者の皆さん、ありがとうございました。そしてこれからもよろしくお願いします。

園山昌枝旧部会員

女性部会発足5周年おめでとうございます。少しの間でしたが、部会員として皆様とともに講習会等を開催し参加させて頂けた事を大変嬉しく思っています。部会議では千葉部会長のとても純粋で熱心な気持ちが伝わって、より良い部会にしたいと私も感じました。講習会では女性部会の皆様の息の合った漫才のようなノリがとても楽しく、またこれからの資格やスキルアップのために勉強になることもたくさんありました。このような素晴らしい女性部会が大阪府連に存在していることを誇りに思います。

宮本早百合旧部会員

女性部会、今年で5年目を迎えられること、心から嬉しく思っています。発足当時は、「女性」だけで不安もありましたが、講習に参加して頂いた皆さんが、とても熱心で真剣に練習している姿がとても美しく、自分がその場に居た事で充実感を覚えました。そして私も審判資格や段位を挑戦することで私自身の空手人生にとっても意義のあるものになりました。今後も微力ながら継続のお手伝いをさせて頂きたいと思います。

この5年間、大阪の女性部会の講習会参加者の取得した状況

[令和2年8月]

(把握しているレベルアップ延べ人数)

公認段位	34名
審判資格	組手19名・形4名
スポーツ協会コーチ	25名
資格審査員	3名

後記

5年目にあたり、コロナ禍の中、大会や講習会等が中止になり、女性部会の講習会も中止となりました。

それまで年間3回の講習会を実施。目的を持って1回1回、内容を考えてきました。

参加者も回を追うごとに増えていき、嬉しいことに高評価をいただいています。

また大阪の女性空手家の皆さんに新たな目標や向上心が芽生えてきました。

そして達成するために頑張りが見られます。併せて目に見えて広がりが見られます。

これからも女性部会一同、盛り上げていきたいと思えます。

最後に大阪府空手道連盟の皆様、快く引き受けてくださった講師の先生方、ドクター、盛り上げてくださった皆様、本当にありがとうございました。



2019年12月年の暮れ懇親会



2018年12月年の暮れ懇親会

