

君たちが未来だ!

令和3年度 宮崎県(宮崎市) 地方青少年空手道錬成大会

令和3年 7月31日、8月1日、ひなた武道館

宮崎
県
連
時
報

(第145号)
編集兼発行
宮崎市佐土原町
下那珂 1382-7
宮崎県空手道連盟
広報企画委員会
TEL/FAX 0985-73-7751

令和3年度宮崎県(宮崎市) 地方青少年空手道錬成大会が開催されました。この事業は公益財団法人日本武道館等が主催し、趣旨は『空手道の錬成を通して心身の鍛錬と技術の向上を図り、あわせて青少年の健全育成に寄与するとともに、空手道の普及と技術力の向上に資する』というものです。中央派遣講師として大分県から佐藤重徳先生(範士八段)、北海道から小松幸治先生(範士八段)、山口県から沖野義治先生(教士七段)。地元講師として深水憲一先生(教士七段)、藤枝孝明先生(教士七段)をお迎えしました。参加者は小学生から一般までの120名でした。まず初日は剛柔流、松濤館流、和道流の3グループに分かれて形の実技講習会がおこなわれました。どのグループも講師の話を中心に聞き、キビキビとした態度で受講していました。2日目はまず一般の受講者に対して中央講師の先生方から講義形式で形、組手の審判員としての心得から、ジャッジに対する細かい指導がおこなわれました。その間、小学生、中学生は新富和道会の若大将、鶴田強先生に組手競技を気合十分に指導していただきました。その後、試合形式の組手審判の実技指導を中央講師の先生方にしていただきました。2日間を通して内容の濃い指導をしていただきました。時間がもう少しあればよかったなと個人的には思いました。また、形の実技指導に関しても指導者クラスの先生方にはもう少し多く参加していただければと残念に思いました。県内各流派の意見交換や技術の確認をできるよいチャンスになると思います。宮崎県は2027年に宮崎国体を開催します。そのターゲットエイジである受講者にはたいへんよい刺激になったと思います。「宮崎国体は自分が出場して優勝する」という目標を各自が持つと自ずとよい結果が生まれると信じています。中央講師の先生方、2日間ありがとうございました。



に宮崎国体を開催します。そのターゲットエイジである受講者にはたいへんよい刺激になったと思います。「宮崎国体は自分が出場して優勝する」という目標を各自が持つと自ずとよい結果が生まれると信じています。中央講師の先生方、2日間ありがとうございました。



(一社) 宮崎県空手道連盟理事長 河野和久



明日のために その6 夏バテ

元気ですか～！元気があれば夏バテにはならない。バカヤロウ！という訳で夏バテなんかしている暇はないですよ。夏は楽しむもんですから。さて、夏バテとは夏の暑さに体が対応することができないことで起こる体調不良の総称です。「体がだるい」「疲れやすい」「たちくらみ」「めまい」「下痢・便秘」「食欲不振」など、さまざまな症状がでます。夏バテにはいくつかのタイプがあるみたいですが、今回は、「とにかく暑くて夏バテ」についてです。

【原因】夏の間、体は汗をかくなど熱を下げるために全力で活動しています。そのため熱中症にまで至らなくても水分不足から体調を崩したり、普段よりも疲れやすくなります。

【対策】

- ①冷たすぎない飲み物で水分補給を忘れずする。お酒はかえって水分不足になるので飲み過ぎに注意。
- ②吸湿性と速乾性のある素材の下着や寝具を活用して、少しでも快適に過ごす。
- ③就寝時は室温が25～28度になるようにエアコンを設定する。風は直接体に当てない。

三重とこわか国体選手決定！ 令和3年10月2日(土)～10月4日(月)

- 監督 山本栄嗣 (日南振徳高校教)
 コーチ 鈴木康大 (宮崎海洋高校教)、 関谷佑樹 (南空会) 鶴田強 (新富和道会)
- 【成年男子組手軽量級】 花車 泰平 (宮崎第一高校教)
 【成年男子組手中量級】 浜砂 昭仁 (関西大学)
 【成年男子組手重量級】 花車 勇武 (ヒルトップ (株))
 【成年女子組手】 八頭司 歩 (バルコム)
 【少年男子組手】 久保 雅人 (宮崎第一高校)
 【少年女子組手】 橋口 妃真莉 (宮崎第一高校)

三重国体は残念ながら中止となってしまいました。宮崎県代表チームは決定していましたので監督、コーチ、選手をお知らせします。

微笑四コマ漫画



第146話

踏ん切り



作者：和Q

〈公認昇級審査〉はいーいーいーいー

和 Q 「今年の夏は雨ばっかしやね〜」

フジオ氏 「よう降るな、な、な。線上降水帯ちゅうやつやな」

和 Q 「まこ、相棒とプール遊びがでんが。それはそうと、

フジオ氏 「それはわからんな、な、な」

和 Q 「まだ、なんも言うちやらんが。公認昇級審査の移動基本よ。

フジオ氏 「なんすつとか〜」

和 Q 「そんなこつも知らんな。まず、順突きで前進、下がりながら

フジオ氏 「上段受け逆突き、次は逆突きで前進、下がりながら中段受け

和 Q 「逆突き、前蹴りして逆突きで前進、下がりながら下段払い逆突き

フジオ氏 「ですがな、な、な」

和 Q 「へ〜、知らんかった。読者のみなさん聞きましたね。これですよ」

フジオ氏 「誰に話かけちよつとや。もう何年も前からやってるかいですね」

和 Q 「風の便りじゃ、わからんが。ちゃんと文章で出せ」

フジオ氏 「なんて、まこち、うるせもんじゃ」

和 Q 「こん前、電話で聞いた時は『はい』『そうです』『今度教えます』

フジオ氏 「つて丁寧話すかい、改心したつかなと思つちよつたとん」

和 Q 「職場やがな、な、な。みんなが先輩からの電話をクレーマーから

フジオ氏 「と思つちよつたかいな」

和 Q 「なんてや。このご時世でなかなか人に会えんかい、フジオさんに

フジオ氏 「電話したとよ」

和 Q 「なんで俺な。他にもおるじゃるがな、な、な」

フジオ氏 「アナタノコトガ、スキダカラ〜！(チャン・ドンゴン風に)」

和 Q 「フジオ氏

フジオ氏 「気持ちわる〜」

