

# 笑顔の ために



## 焦らず慌てず、日進月歩

私は今、カントー市で中学生～大学生を対象に空手道選抜チームのコーチをしています。

活動の話をする前に、少しだけ空手道についての説明をします。

空手道は沖縄発祥の武道で、世界で6千万人以上の愛好家がいると言われており、2020年の東京オリンピックの正式種目になったため、国内外で注目が高まっています。ベトナムでも競技人口は多く、国際大会で好成績を残すほどの実力です。空手道の中には、技のスピードや力強さを競う「形(かた)」と、二人で戦い、ポイントを取り合う「組手(くみて)」があります。

私がベトナムの空手を見て感じたことは、レベルが高いということでした。これまで海外の稽古に参加したり、指導したりという経験が乏しかった私は、ベトナムの競技力の高さに驚いたと同時に、はたして私に指導できるのだろうかかと不安にもなりました。初めの数か月は、日本でやっていた練習を試してみても受け入れられなかったり、選手がすぐ飽きてしまって練習にならなかったりと、ベトナム流の稽古に馴染め

ず落ち込む毎日でした。

そんな中、転機になったのが昨年11月に行われた試合です。私が指導していた大学生が形で優勝しました。その学生は組手の選手だったので形で優勝したことは本人自身も驚いていました。その事がきっかけとなり、同僚や他の地域の先生方に形の指導者として認知されるようになりました。私は現役時代、形に力を入れて稽古してきたので、組手より形に自信がありました。また、ベトナムは、形よりも組手の選手層が厚いと感じていたので、形に力を入れれば結果を残し易いのではないかと考え、コーチと協議した結果、選抜選手の中から三名の中学生を形の選手として指導させてもらうことになりました。

しかし、その三名はこれまで形を一切やった事がなく、立ち方や技もほとんど知らない状況でした。そこで定期的にテストを行ったり、毎回練習の最初に復習することで、少しずつできる事が増えるようになり、また、月に一度、選手の形を動画で撮り、選手自身でどこが進歩してどこがまだできていないかを考え、翌月の目標

を立てて稽古することで、やる事が明確になり、熱心に稽古に励んでいるように思えます。日々の稽古の甲斐あり、今年4月に行われたベトナム南部、16の地域が参加した大会で準優勝することができました。選手も試合で勝った自信と優勝できなかった悔しさで、7月末に行われる全国大会に向けて今まで以上にやる気を出しています。私も選手の後押しができるよう、語学力を向上させ、よりていねいに指導することを目標に選手と一緒に稽古しています。

また、私は空手道の技術指導だけでなく、選手に武道精神を感じて欲しいと考えています。日本の文化を押し付ける気はありませんが、「スポーツ」とは違った「武道」の良さを少しでも知って欲しいと思い、自分が率先して実践しています。その一つが礼です。道場の出入りの立礼や、稽古の前後の座礼を欠かしません。日本では当たり前かもしれませんが、私の道場では一切ありませんでした。始めは誰もいない出入口で礼をする私を選手たちは笑っていましたが、礼の意味を教えると数名の選手が真似をするようになり、4か月後にはみんなが習慣として礼をするようになりました。私は2年間という短い時間しか選手に関わる事ができないので、何か一つでも身につくことがあればと思い、武道精神を感じてもらうことを目標の一つとして置いています。



### ●プロフィール

#### 河野 文也 (かわの ふみや)

宮崎県出身。小学4年時より空手道(剛柔流)を始める。関西大学でスポーツ生理学を専攻し、大学卒業後、2017年7月から青年海外協力隊としてカントー市中央スポーツセンターにて空手道の指導を行う。

