

JKP TIMES

2019年1月号

JAPAN
KARATE
PROMOTIONS



日本空手機構

WE PROMOTE TALENT WHO CONTRIBUTES TO THE WORLD.

誉めて伸ばす！
飽きさせない！
試合参加の重要性！
空手道教室の役割！

石橋孝彦先生の
指導法とは？

J K P

講師 **interview**

石橋 孝彦(いしばし たかひこ)

1960(昭和35年)年3月4日 59歳

日本空手機構 四段

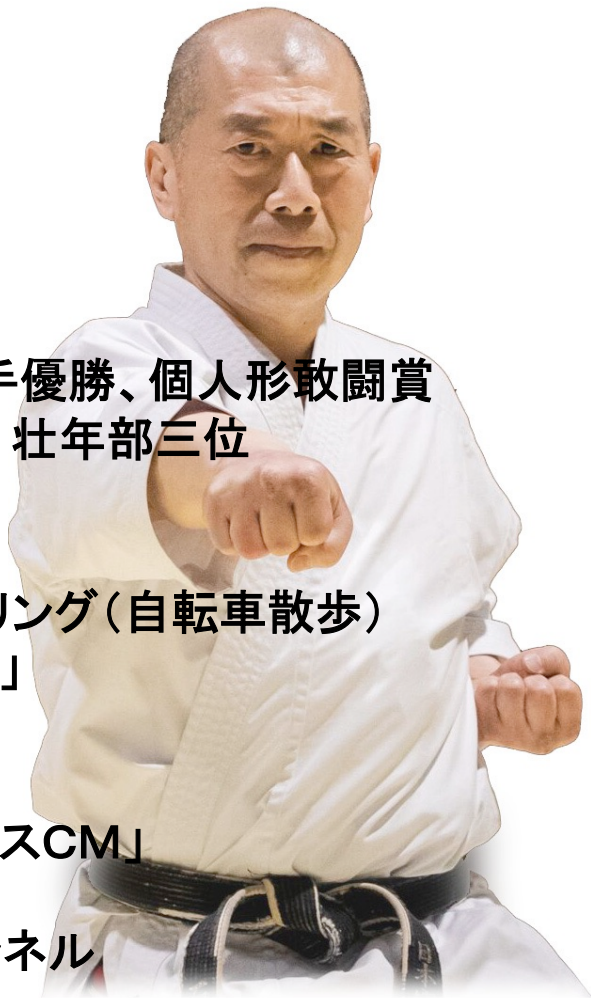
新宿区空手道選手権大会 団体組手優勝、個人形敢闘賞
極真空手道 東京・神奈川交流試合 壮年部三位

趣味

ブログ執筆、映画・アニメ鑑賞、ポタリング(自転車散歩)
個人ブログ「little by little(少しずつ)」

出演作

「KG カラテガール」「エアーサロンパスCM」
「グレートジャーニー・オブ・カラテ4」など
YouTube「kuro-obi world」公式チャンネル



【指導者としての心構え】

編集 石橋先生、本日はどうぞよろしくお願い致します。

石橋 こちらこそ、よろしくお願いいたします。

編集 それではまず初めに、石橋先生の考える、指導者としての心構えをお聞かせ頂けますでしょうか？

石橋 はい。指導者というより、一人の社会人として、姿勢、態度、言動に気をつけねばならないと考えています。

いつもお子さん方、保護者の方々から見られた時の姿を考えています。

笑顔を絶やさず、お子さん方、保護者の皆さんから親しみやすい存在であるよう心がけています。

また、お子さん方と話す時は、しゃがんだり、腰をかがめたりして視線を同じ高さにしています。

これもお子さんとのコミュニケーションとして、大切なポイントだと思うんですよね。

編集 おっしゃる通りですね。空手の先生だからといって偉ぶることなく接する姿勢はとても重要なことだと思います。

石橋 又、お子さんがルールを破るような言動をした場合は、頭ごなしにでなく、「他の子からこんなことされたら、どう感じる？」「だったら、どうすればいいと思う？」そんな風に、自分で答えを見つけ出せるように持っていきます。

そして、その子が謝ったり、態度を改めれば、すぐに笑顔に戻すと。

大切なのは、ケジメ、メリハリをつけること。楽しく空手を練習するのは良いけれど、ふざけたり、自分勝手なことは絶対にしない。

特に小さいお子さんには、最初からしっかりと教えているつもりです。

編集 大変素晴らしいことであると思います！子供に、相手の気持ちを考えさせることは、これから子供達が生きていく上で、最も重要で最も必要なことだと痛感します。

石橋 指導方針としては、「褒めて伸ばす」。それぞれのお子さんの性格も見ながらですが、まず長所を見つけて褒める。

それから、短所を指摘して修正していく。

僕自身が過去、全ての恩師からそうやって教わって来ました。

だからこそ、今でも続いているんだと思うんです。

編集 良い指導者に育てられた石橋先生の指導を受けられる子供たちは、後世にその指導哲学を引き継いでくれるのでしょうか！

石橋 はい、そうなってくれると嬉しいです。そして、空手教室の主役は、お子さん方であるということも声高に申し上げたいと思っています！

僕の十八番に「空手アクション式指導法」というのがありますが(笑)

受け技や形分解の説明をするために、お芝居交えて、アクション映画のように派手にやらせてあげる。

やってる子、見てる子たちは勿論、参観の保護者の皆さんも大喜び！

楽しいだけでなく、自分たちが何をやってるかを強く印象付けられます。

お子さん方が、週一回の稽古を楽しみにしてくれる。

そんな教室にしたいですね。

編集 素晴らしい試みですね！言葉で伝えることや、先生がやって見せるだけでは、その技や動きをやる意味までなかなか伝わらない部分もあると思います。そういった意味では、芝居風で見せてあげることで、子供の理解度が向上しそうですね！

石橋 はい、そうなって欲しいですね。



【空手指導者として子供達へのメッセージ】

編集 それでは次に、指導者として、子供たちへのメッセージをお願い致します。

石橋 はい。まず初めに申し上げたいことは、空手は、すぐには上手になりません、ということです。毎回休まず、コツコツと少しずつ。皆も拳の握り方、正拳中段突き、前蹴り、最初は何も知らなかったよね？

今はどう？一所懸命やってるうちに、出来るようになったよね。

石橋先生だって、皆さんが教わってる先生方だって、最初は白帯！

何も知らない、何も出来ないところから始まりました。

出来ないから、難しいからと言ってやらなければ、いつまで経っても出来ません。

最初は出来ないのが当たり前！

その出来ないこと、難しいことを自分で考え、工夫していくのが、空手の練習。

そうやって続けていけば、必ず出来るようになっていくんです。

そして、それが出来るようになったら、また次のことにチャレンジ。

空手の道には、終わりがありません。

後輩の子達がいたら、教えてあげてください。

僕も、私も最初は出来なかったけど、練習してたら出来るようになったんだよって。

先輩は、後輩の良いお手本になってあげてください。

後輩の人たちは、先輩を見習ってください。

そして、自分たちが先輩になったら、後輩に同じように教えてあげてください。

編集 継続すること、そして子供たちが自ら考えて練習することが大切なのですね。

石橋 はい、その通りですね。



【親御さんへのメッセージ】

編集 それでは次に、親御さんへのメッセージをお願い致します。

石橋 はい。

いつも空手教室を温かい目で見守ってくだり、誠にありがとうございます。

空手は、上達するにつれ、帯の色が変わります。

これは、お子さん方のみならず、親御さん方にも分かりやすく、嬉しい仕組みだと思います。

どうか、お子さん方の帯の色が少しでも濃くなっていくよう、まずは毎回出席させてあげてください。

黒帯取得には、通常、4年から5年を要します。だからこそ、空手、武道の黒帯には、絶大なる価値があるのです。

お子さんにとっては、非常に長い道のりです。

親御さん方の支援なくしては、継続はありえません。参観されたら「がんばってたね」。お家に

帰って来たら「今日はどんなことをして来たの？」空手の話題で、コミュニケーションを取って

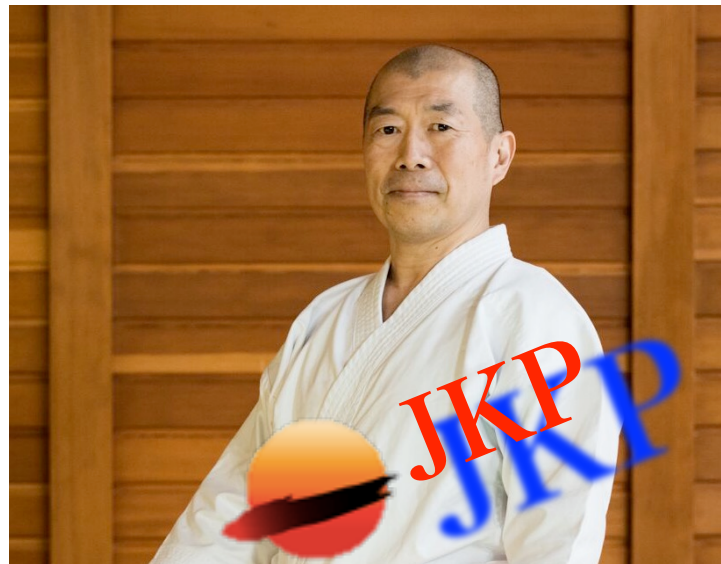
あげてください。幼少時代の空手道修行においては、入退室の挨拶に始まり、目上の者、目下の者との接し方。稽古中の心がけや態度、集団

の中での自分のあるべき姿。

審査会や試合では、他者とだけでなく「自分との戦い」をも学ぶことも出来ます。

いずれも成長してから、学校、社会で必ず役に立つことばかりです。

どうか、お子さん方の将来を見据え、長い目で心身の成長を見守ってあげてください。



【空手道を始めるきっかけ】

編集 それでは次に、石橋先生が空手道を始めたきっかけについて教えてくださいませんか？

石橋 はい。

私は子供のころから体も小さく、趣味はお絵かきとプラモデルというインドア派の子でした（笑）

編集 そうなんですか！驚きの事実です（笑）そんな子が中学生になって、突如現れたのが、ブルース・リー！

「燃えよドラゴン」という映画が、僕の人生を一変させてしまいました！

映画雑誌、レコードを買い集め、自宅で日々筋トレ！

メンチャクも試行錯誤しながら自作！見様見真似で操って、その気になってました。

編集 随分大きな分岐点を中学生時代に迎えましたね！

石橋 そうですね。高校時代も空手道場には通いたいものの、自信が無くて決心がつかず。

よりによって予備校時代に、たまたま母親が見つけた門下生募集の記事で防具空手の道場入門。でも、そこで出会った先生が、本当に素晴らしい方で！

長年の念願だった空手道に、一気にのめり込んでいきました。

大学4年間と社会人2年間までお世話になり、黒帯をいただき、試合にも出ていました。

編集 大学4年間だけでなく、忙しいサラリーマン生活の中で稽古を続けていくのも大変なことだったと思います。

【自身の空手ストーリー】

編集 それでは次に、石橋先生の空手ストーリーについて教えてくださいませんか？

石橋 はい、前述のように、1978年、18歳で空手を始めました。1985年、25歳から松濤館流の佐原勇（たけし）先生にお世話になり、新たに白帯から始めて、全空連公認参段、東京都公認指導員、全空連公認地区審判員の資格も取得。選手、指導員、東京都空連の役員と、十数年間、多大なる経験を積ませていただきました

そして、引っ越しを期に、40歳目前にして、今度は「フルコンタクトカラテ」の掌風館に入門！

僕らの年代は、ブルース・リーの他に、「空手バカ一代」という漫画の影響も受けているんですよ。

直接打撃制は、僕の空手人生の中でどうしても避けて通れなかった道。

再び、白帯から始めて10年間通いました。

黒帯もいただき、壮年部ではありましたが、極真カラテの試合にも何回か出ました。

伝統空手、フルコンタクトカラテ両方の経験あってこそ今の自分の空手ですね。

編集 空手道の多様な部分を多く学び、今の石橋先生があるのですね！

石橋 その通りですね。

その後2009年、50歳目前にして、拳足鍛錬で有名な倉本成春先生傘下の道場入門！

フルコンタクトカラテ時代の恩師、児玉秀人先生が「護身武道塾」を開設されたので。

そこでは、試合ではなく、実際の争いの中でいかに身を守るかの稽古ですね。

確実に相手にダメージを与えるには、拳や足を武器化すべきであるという教えも受けました。

お子さん方からも「先生、手、どうしたの！？」なんて聞かれますが、

「先生もガンバってるんだよ！だから皆もガンバって！」って（笑）



編集 石橋先生のような多様な武道を学ぶことで、指導哲学や指導方法にもバリエーションが増えて、大きなメリットとなり得ますね。

石橋 はい、そうなってくれていることを願っています。そして今年、2019年冒頭からは60歳目前にして、また新たな道へ！映画やDVDの撮影で一緒させていただいてる、中達也先生という世界的な先生がいらっしゃる。

その先生が少人数制のクラスを開講されたのです。そこでは、体の使い方、呼吸、意識の仕方などなど、毎回、目から鱗ですよ！もう、知らなかったこと、気づかなかったこと、出来てないことばかり！今更ながら、空手の奥の深さ、面白さを堪能しています。

ここで学んだことも自分の教室のお子さん方にも還元したいですね。

編集 子供でも、上級者になってくるにつれて、そのようなことを習得する必要は増してきますからね！

石橋 はい、お子さん方の目線に立ってわかりやすく指導して行きます。

【空手道を学んで良かったこと】

編集 それでは次に、石橋先生が空手を学んで良かったことについて教えて頂けますでしょうか？

石橋 まずは、自分はある程度の防衛能力があるという自信が持てるようになったこと。それによって、謙虚になれるし、人にも優しくなれると思っていますのです。電車の中で、人とぶつかってもすぐに謝れるし、お年寄りにも席を譲れる。

外でも挨拶や声かけがスムーズに出来て、円滑な人間関係を構築出来るというか、初めて出会った方々ともすぐに仲良くなれるようになりました。

編集 謙虚になれる、人とすぐに仲良くなれるといったものは、生きていく上で非常に大切なことなので、子どもたちにもそういったものを身に付けてもらいたいですね。

石橋 はい。空手道教室の場は、そういった能力を身に付けられる場でもありますから、意識して指導に当たります。

あともう一つ！何と言っても映画、テレビCM、DVDへの出演ですね！

もう十年以上前ですが、映画監督の西冬彦さんからアクション練習のお手伝いを頼まれました。

それをきっかけに、武田梨奈さんデビュー作「ハイキック・ガール！」に道場生の一人としてエキストラ出演。

次の「KGカラテガール」では、台詞も沢山いただき、なんと、空手家の役で出演！

続く「ハイキック・エンジェルス」では、主演女優さんたちの撮影前1年間に渡るアクション練習のお手伝いとヤラレ役でワンシーン出演も。

さらには、テニスの錦織圭選手の「エアーサロンパス」CM！テレビでご覧になったお子さん方、

保護者の方々にも喜んでいただけました。

最近は、西冬彦さん監督作品で、東映ビデオさんDVD「グレート・ジャーニー・オブ・カラテ」シリーズ、YouTube「kuro-obi world」などに出させてもらっています。

普通の人生では、なかなか出来ない経験ですよ。これも空手を続けていたからこそです！



編集 正に通常でなかなかあり得ない、大変貴重な経験を数多くされていますね！

今後の更なるご活躍を期待して止みません！

【これからの自身の目標】

編集 次に、石橋先生の今後の目標をお聞かせ頂けますでしょうか？

石橋 はい。まずは、心身共に健康でいること！僕ももう還暦を迎えます。指導、稽古、鍛錬などは、無理をせず続けていきたいと思えます。指導では、技だけでなく、空手を通して自信を持つ、人に優しくする、人と仲良くする。そういった、普段の生活、将来のためになることもお子さん方に教えていきたいですね。

自分に対しては、自分の稽古、自宅筋トレ、部位鍛錬を出来る限り継続。常に素直な態度で学び、少しずつでいいからさらに前に進めればよいなと。

とにかく、美味しいビールが飲めればサイコーです！（笑）

空手と出会ったからこそ、今の自分がある。
大きな病気、怪我もせず、これまで健康でいられたのは、空手のおかげ。
今の仕事に就けたのも空手のおかげ。映画、ビデオに出られたのも空手のおかげ。
空手を続け、一人の人間、家庭人、社会人として幸せな人生を送る。
これこそが、僕の目標、望みです。
編集 石橋先生の前向きな姿勢、そして自らを成長させようとするこの気概には感服致します！
美味しいビールが飲めますよう、今後も無理なく、石橋先生らしく突き進んで頂きたいです！

【JKP昇級審査に向けての取り組みや指導方法】

編集 それでは次に、昇級審査に向けた取組等について教えて下さい。

石橋 はい。

稽古、努力を続けると、帯の色が変わる。これは、本当に嬉しいシステムですね。
空手教室のお子さん方誰しもが帯の色を変えていきたいはずです。

編集 はい、おっしゃる通りですね。

石橋 本来は、審査のための稽古ではなく、稽古の途中関門が審査であるべきだと思っています。

編集 同感です。

石橋 そうは言ってもお子さん方の半年間の最終目標は、昇級、帯の色が変わること。それには、まずは続けてもらわねば。

続けるためには、先生は飽きさせない稽古を提供せねばなりません。

編集 そこはどの講師の方も頭を悩ませる最も重要な部分かも知れませんね。

石橋 そうなんです。口調、時には声色を変えたりしながら、常にお子さん方の注意を自分に向けさせる。

同じメニューを毎回繰り返すのも大切ですが、その中でも毎回、テーマや課題を考える。出来ねば励まし、出来たら誉める。
形では、ただ順番を追うだけでなく、必ず分解、意味も教えています。

編集 出来たら誉める、このちょっとしたことが、本当に大きな効果を得ると思います。

石橋 それも僕にしか出来ないであろう、空手アクションを使って楽しく印象付けながら！
そうすることで、表情が変わったり、気迫が出て来たり。

何よりも何故手がこの位置なのか、何故この立ち方なのか、何故顔の向きがこっちなのか。そういうことこそが、形では大切だと思っていますので。

編集 石橋先生ならではの特徴を活かした指導、本当に興味深いですね。そういった差別化された指導法で、さらに子ども成長してくれることを願うばかりです。

【JKP昇段審査に向けての取り組みや指導方法】

石橋 黒帯、これはお子さん方の憧れ、空手道教室の最大目標ですよ。

だからこそ、僕の担当する教室では、誰もが受けていいということにはしていません。

そのレベルに達した者のみが受審できる。

そのためには、結局、普段からの稽古の積み重ねが大切なんだよと。

勿論、段審査が近くなれば、対象者には個別に細かい指導も行います。

しかし、結局、それは付け焼刃。

やはり、白帯の頃からゆくゆくは黒帯に挑戦させることを心がけての指導が必要ですね。

編集 正におっしゃる通りだと思います。白帯の頃から黒帯取得を意識した指導を受けている子供の方が、そうでない場合と比較し、上達が早いことは勿論のこと、その後も、教えられたことを吸収するスピードが早いと思います。

【JKPクラシックに向けての取り組みや指導方法】

編集 それでは次に、試合参加に向けた取り組みについて教えて下さい。

石橋 はい。試合自体への指導は、普段の積み重ねですから、毎回の稽古を充実させること。

形試合に対しては、細かいところ、歩き方、気を付けの姿勢、礼の仕方。

さらには、発声、表情といった、審判員の印象に関わることも教えます。

編集 審査員の先生が重要視するポイントを指導することはとても大切です。

石橋 そうですね。組手試合に対しては、特に、連続技、受けてからの返し技。
今のルールは、僕の現役時代とはすっかり変わってしまいました。

幸い、コンビを組んでる先生方が選手としても数々の実績をお持ちです。

その辺は僕よりご存知なので、安心しておまかせすることもあります。

編集 組手の連続技を指導することは、非常に大切だと思います。他の教室の場合、一つの技を出して、そこで止まってしまう子供が多い傾向が見受けられますから、引き続き大切にして頂きたい指導の一つだと思います。

石橋 また最近では、大会出場に尻込みするお子さん方が非常に多いんですよ。

だから、お子さん方には「お祭り！空手のお祭り！」と言ってます（笑）

出なくてもいいから見に行くだけ行ってごらん。同じ教室の子も出てくるから応援してあげて。もしかしたら「オレもやれんじゃね？」って思うかもしれないよって。

編集 そう考えますと、子供が如何に試合に出たい！と思うようになるか頭の悩ませどころですね。

石橋 そうなんです。試合は、お子さん方には是非経験していただきたい！

審査とは違い、普段と異なる場所で、知らない人間と競い合う。

これは、大人でも大変な緊張感を伴うものです。だからこそ、経験しておくべきなのです。学校で皆の前で発表をする。会社で大勢の前でプレゼンテーションをする。

僕自身、そういった場での胆力は、多くの試合を経験して身に着いたものだと思っていますので。

編集 空手の試合で培った胆力、言い換えれば“勇気”や“根性”という言葉にも似ているように思うのですが、確かに子供の将来を考えますと、今経験することが大きな成長に繋がると思えてなりません。

石橋 はい、是非そう考えて、臆せず、試合にもどんどん参加して欲しいと思っています。

編集 今日はどうもありがとうございました。

石橋 ありがとうございました！



©東映ビデオ



JAPAN 
KARATE 日本空手機構
PROMOTIONS

WE PROMOTE TALENT WHO CONTRIBUTES TO THE WORLD.

JKP TIMES 2019年2月号

JAPAN

KARATE

PROMOTIONS

日本空手機構

WE PROMOTE TALENT WHO CONTRIBUTES TO THE WORLD

空手力よりまずは人間力を！
国体チャンピオンに聞く！
木部 かな未 先生
その指導哲学とは？



- ・氏名 木部 か奈未
- ・生年月日 1984.2.17
- ・段位→JKP段位のみ
- ・主な試合実績

全国中学生空手道大会 2位、3位
火の国期全国高校空手道大会 五人抜き
国民体育大会 少年女子組手競技 優勝
東西対抗戦 二人抜き
関西学生空手道個人選手権大会 優勝

- ・趣味 殺陣、映画鑑賞、旅行



【指導者としての心構え】

編集 木部、本日はどうぞよろしくお願い致します。

木部 よろしくお願い致します！

編集 それでは初めに、木部先生の指導者としての心構えをお聞かせ下さい。

木部 はい。私は、子ども達が大人になった時に、物事を前向きに対応していける立派な社会人になってもらいたいと思っているため、まずはきちんとした礼儀作法や、物事に取り組む姿勢から教えています。そこから技術の向上、精神・肉体の強化、できた時の喜びをたくさん経験させてあげたいという想いで指導に当たっています。生徒一人一人の性格を知り、その子ができるようになる教え方で指導することを心掛けています。

編集 まずは、子供達が集中して先生の指導を受けられる体制を整える、ということが大切なのですね。確かに、物事に真面目に取り組む姿勢というものを子供に理解・実践してもらわなければ、折角指導したこともなかなか身につくづらいですよね。これはとても勿体無いことです。

又、生徒一人一人の性格を鑑みて指導法を変えていくことは、空手道指導において最も大切なことであると思います。

【空手道指導者として子供達へのメッセージ】

編集 それでは次に、子供達へのメッセージをお願い致します。

木部 はい。

『何でも初めはみんなできないことだらけだけど、やり続けることで必ずできるようになる！』そういったチャレンジ精神を持って、色々なことにチャレンジしていったほしいと思います。

編集 やはり継続は力なり、ということなのですね。世界チャンピオンでも最初はみんな白帯。子供には、毎回の授業において、意識を高く持ってもらい、鍛錬することで自分の目標を達成してもらいたいものですね。

木部 はい、そのためにも、子供達に継続的に通ってもらえる空手道教室にしていきたいと考えています。

【空手道指導者として親御さんへのメッセージ】

編集 それでは次に、親御さんへのメッセージをお聞かせ下さい。

木部 はい。上達の速さや変化の大きさには個人差があるので、お子さんの成長を長い目で見てあげていただけたら幸いです。何かを上達させたり成果を出すためには数をこなすことが必要となってくるので、レッスン以外でどれだけ練習しているかということも重要となってきます。ですので。親御さんのご協力はとても大切だと思っています。自分ができるようになったことを人に披露することで褒められたりすると、嬉しくてもっと頑張ろうと思うので、そこを上手く使い、1日1回でも2回でも良いので、練習させてあげていただきたいです。そういった親御さんのご協力の積み重ねが子ども自身の自信にも繋がり、何事にも前向きに取り組んでいけるようになると思っています。

編集 やはり週1度だけの練習ですと、次の稽古の時に前回やったことを忘れてしまう項目あるかも知れません。従って、空手道教室以外の時間を活用して、稽古でできなかったことや、さらに生徒自信が伸ばしたいと思っている技なり礼儀作法などに取り組むことは非常に重要です。

そのためには、自宅など、空手道教室以外の場所で、具体的にどのようなことをしてくれば良いか、先生から生徒に伝えることも重要です。木部 そうですね。ですので生徒には、空手道教室でやるべきことを具体的に伝えるよう心掛けています。

【自身の空手道の始めるきっかけ】

編集 それでは次に、木部先生が空手を始めたきっかけを教えてください。

木部 はい。3歳年下の弟が、親の勧めで空手道教室に通っていたのですが、その練習や試合を見に行った時に「私も空手やりたい！」と言ったのをきっかけに小学校4年生の時に習い始めるようになりました。

編集 やはり、空手の試合の臨場感や、女の子がビシッとキレのある形を打っている姿を見ると憧れてしまうのはよく分かります。

木部 そうですね。私も強い選手になりたい！そんな気持ちが湧き上がってきたことを覚えています。

【自身の空手ストーリー】

編集 それでは次に、木部先生の空手ストーリーを教えてください。

木部 はい。空手を習いたての頃は、そろばんと両立させていたのですが、中学校に入る時にどちらか一本に集中しようという事で空手を選びました。毎日の練習が楽しくて、負けたり、思うようにできない時には、それが悔しくて、ずっと練習していたのを覚えています。辛さよりも優勝したいという気持ちが強かったからだと思います。

編集 木部先生のその強い気持ちが、空手を継続することに繋がり、そして継続したことで、木部先生のような国体チャンピオンを生んだのです。

木部 はい、中学生の時に全国大会で上位入賞する事ができるようになり、高2の時には国体で優勝する事ができました。その翌年にはナショナルチームに入ることができて、その後、複数の大学から推薦入学のお話を頂き、大学に入学することができました。大学卒業後は指導の方に力を入れて今までやってきている感じです。

編集 国民体育大会優勝という快挙、そして誰もが憧れるナショナルチームに入ることができたことは本当にご立派なことですし、並ならぬ鍛錬を重ねた結果ですね。木部先生にはこれからも、空手道教室において、その培われていきたく空手上達ノウハウを子供達に伝えて頂くことを期待致します。

木部 はい、これからも頑張っ指導に当たらせて頂きます！



【これからの自身の目標】

編集 それでは次に、木部先生ご自身の目標についてお聞かせ下さい。

木部 はい。今後も引き続き、より良い指導をしていける様、子供一人一人に目を配ることにまずは注意を払います。子供達各々の技を確認し、分かりやすい説明を心掛けたり、実際に技を見せたりすることで、子どもの成長のサポートしていくことを心掛けていくつもりです。

編集 人間の動きやクセなどは十人十色ですから、木部先生のように、一人一人に目を配るということは本当に重要ですね。さらに木部先生のような一流のお手本を見せてあげることができるのは大きな強みですし、それを見て学べる子供たちは幸せな環境で空手を学べるのではないかと思います。

木部 はい、そのような環境にできるよう、今後もさらに頑張っていきます。

【JKPの昇級審査に向けての

取り組みや指導方法】

編集 それでは次に、審査に向けた取り組みや練習方法などを聞かせて下さい。

木部 はい。常にその子の頑張りを評価していきたいと考えていますので、しっかりと練習している子供に関してはどんどんと進んで教えていくようにしています。

編集 つまりその子供に合った指導をしていかれるのでね。成長の早さもやはり個人の差が当然に出てくるでしょうから、伸びる子供はさらに伸びていくことになりますね。

木部 はい。又、どの子供も空手にもっと向き合ってもらえるよう、その子供に合った指導で、最大の効果が出せるよう心掛けて行きます。

【JKPの昇段審査に向けての取り組みや指導方法】

編集 それでは次に、昇段審査に向けた取り組みや指導方法についてお聞かせ下さい。

木部 はい。形は、順番を覚えるだけではなく、一つ一つの技の意味を理解させながら練習させています。又、組手においては、先生から言われたことだけでなく、自分で頭を使って練習させることで

自分オリジナルの組手スタンスや、形の見せ方ができると良い、ということを教え、それを意識させた練習をさせています。

編集 自分オリジナルの組手を子供自身が自ら考えることは、子供自身の柔軟性も育まれそうですから、試合などに出場した際の、組手の攻防における、技の応用役立ちそうですね。

木部 はい、仰る通りですね。

【JKPクラシックに向けての

取り組みや指導方法】

編集 それでは次に、JKPクラシックに向けた取り組みや練習方法をお聞かせ下さい。

木部 はい。まず審査においては特に、審査で合格するために必要な項目を習得させることを目標にして指導しておりますが、試合においては更にそれらに加えて、空手道と言うところの、所謂“上手さ”・“強さ”が必要であるということを教えています。ですので、子供達が練習する時は、常に見られているということを意識させて、練習に取り組むよう指導しています。

要は、審査には審査、試合には試合で大切な所があり、審査員や審判が何を重要視しているのかを教えて、子供達がそれらの点を理解し練習に取り組むことで、子供達に上達してほしいと考えています。

編集 高い技術レベルを持つ木部先生が知る、審査や試合における重要ポイントは、目から鱗の情報ですね。今後の子供の益々の成長が期待される所です。

木部先生、本日はお忙しい中、ありがとうございました！

木部 こちらこそありがとうございました！

JKP指定安全具ご購入のご案内

日本空手機構の空手教室では、会員様の安全な練習を目的とし安全具の使用を致します。
組手の練習が開始する「4級」から購入をお勧め致します。

【グローブ】



拳の保護 接触時の相手の負傷を防止	
サイズ	S / M / L
色	赤 / 青
価格	3,780円
購入時期	4級昇級時

【シンガード/ステップガード】



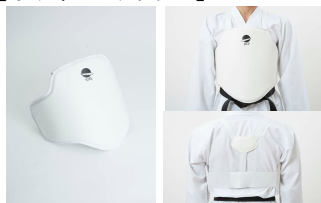
蹴り技による自傷を防止 接触時の甲の保護	
サイズ	S / M / L
色	赤 / 青
価格	7,560円
購入推奨時期	3級昇級時

【ヘッドギア】



転倒時の衝撃を和らげ 頭部への攻撃から保護	
サイズ	S / M / L
色	赤 / 青
価格	7,560円
購入推奨時期	2級昇級時

【ボディプロテクター】



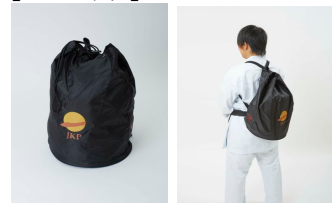
腹部全体を保護し 強打による負傷を防止	
サイズ	S / M / L
色	なし
価格	6,480円
購入推奨時期	1級昇級時

【セット販売】



全ての防具及びJKPバッグ付き 赤青どちらか	
サイズ	S / M / L
色	赤 / 青
価格	25,380円
購入推奨時期	随時

【JKPバッグ】



防具全てを収納可能 リュックタイプ	
サイズ	フリーサイズ
色	なし
価格	1,620円
購入推奨時期	

《ご注文方法について》

- ①下記ホームページにアクセス頂きます。(QRコードまたはホームページアドレスにてアクセスください)
- ②希望の商品を選択し必要事項を記入の上ご注文ください。
- ③のちほどお客様へご注文内容ご確認メールを送信致します。
- ④確認メール内に振込先が記載されております。7営業日以内にご入金をお願い致します。
- ⑤ご入金確認後、商品の発送となります。

《ご注意》

- ①ご注文より7営業日を過ぎてもご入金を確認できない場合は自動的にキャンセルとなります。
- ②ご入金確認後14営業日以内に発送致します。在庫の関係上14日以上お時間をいただく場合もあります。
その場合は別途ご連絡差し上げますのであらかじめご了承ください。
- ③別途送料がかかります。注文画面及び確認メールをご確認ください。

《QRコード》

携帯電話のQRコード読み取り機能を利用してアクセスすることができます。
QRコードが利用できない場合は、URLアドレスを直接入力してください。

http://www.tsuwamono.jp/goods_login.php



QRコード

商品取扱い：株式会社 強者 物販事業部
お問い合わせ：shop@tsuwamono.jp