

## 研修員報告〈柔道 中村 兼三〉



平成16年度・短期派遣（柔道）



### I. 研修題目

イギリスを中心としたヨーロッパ各国の柔道連盟の指導体制、選手強化対策ならびにヨーロッパ柔道の特徴と現状についての研修。

### II. 研修期間

平成16年10月12日～平成17年10月11日

### III. 研修地及び日程

#### (1) 主な研修先

イギリス・ロンドン市及びヨーロッパ諸国

#### (2) 受入関係者

- ・ Budokwai柔道クラブ  
ブライアン・デービス氏（Budokwai柔道クラブ会長）  
住所：G.K. House 4 Gilston Road South Kensington London SW10
- ・ BJA（British Judo Association）  
ベンザイン・ホワイト氏（イギリス柔道連盟会長）  
住所：16 Upper Woburn Place London

#### (3) 研修日程

##### ①通常研修

主にBudokwai柔道クラブを中心とした柔道の指導とロンドン近郊の柔道クラブの練習に参加し練習方法、指導法を学ぶ。

##### ②特別研修

- ・ 10月13日－18日  
世界ジュニア選手権大会視察（ハンガリー・ブタペスト）
- ・ 10月30日  
スコットランドの柔道クラブで柔道指導（グラスゴー）
- ・ 10月31日  
スコティッシュ・オープン大会視察（グラスゴー）
- ・ 11月28日  
ナショナル・グラウンド・ファイナル大会視察（ウォーソー）
- ・ 12月18日  
指導者を対象とした柔道指導（ハイウェイカム）

## スポーツ指導者海外研修事業報告書

- ・ 2月2日－10日
  - (2月3－4日) フランス国際大会のための調整練習に参加
  - (2月5－6日) フランス国際大会視察
  - (2月7－10日) 国際合宿に参加
- ・ 2月16日－25日
  - (2月17－18日) ドイツ国際大会のための調整練習に参加
  - (2月19－20日) ドイツ国際大会視察
  - (2月21－25日) 国際合宿に参加
- ・ 3月9日  
バース大学柔道ディグリーのためのミーティングに参加
- ・ 3月13日  
第75回 オックスフォード対ケンブリッジ対校試合見学の為オックスフォード大学訪問 (オックスフォード)
- ・ 3月16日  
柔道セミナーのためバース大学訪問 乱取と技指導 (バース)
- ・ 3月17日  
バース大学地元の子供達に柔道指導 (バース)
- ・ 3月18－23日
  - (3月18日) ポルトガルで、指導者を対象とした柔道指導 (リスボン) 同日クインバラに移動し、地元のクラブチームに技の指導
  - (3月19日－20日) 主に指導者のため講師として参加 (ポルトガル・クインバラ)
  - (3月21－23日) ポルトガルのジュニア・チームの合宿に参加 (クインバラ)
- ・ 3月25日－3月28日  
イギリス柔道協会 (BJC) の合宿に参加 (イギリス・セント・アイブス)
- ・ 4月3日－5日  
バース大学にて柔道セッション講義と実技 (バース)
- ・ 4月8日－10日  
イギリス柔道連盟 (BJA) ナショナル合宿に参加 (ウォーソー)
- ・ 4月18日  
ハロー高校で技の指導を行う (イギリス・ハロー)
- ・ 5月6日－9日
  - (5月7日) 北欧柔道選手権試合見学 (アイスランド・レイキャビック)
  - (5月8日－9日) 国際合宿に参加、技の指導を行う
- ・ 5月19日－23日  
ヨーロッパ選手権視察 (オランダ・ロッテルダム)
- ・ 6月3日－5日  
柔道指導 (スコットランド・アバディーン)
- ・ 6月17日－26日
  - (6月18－19日) イタリアにて指導者講習会において技の説明、デモンストレーション (イタリア・イエゾロ)



- （6月20-21日） 地元の柔道クラブで柔道教室を行った（イタリア・ベネト）同日フリウリ地区に移動し、柔道指導（イタリア・フリウリ）
- （6月22-23日） 柔道指導（イタリア・ビチェンタ）
- （6月24-26日） 柔道指導（イタリア・トリノ）
- ・6月30日  
ダーキン柔道クラブで柔道指導（イギリス・ダーキン）
- ・7月11日-16日  
EJU国際合宿に参加（フランス・パリ）
- ・7月16日-23日  
日本選手とドイツ選手合同合宿（ドイツ・ケルン）
- ・7月26日-28日  
バース大学に柔道講習会（イギリス・バース）
- ・7月30日-8月8日  
（7月31日-8月5日） ジャーマン・オープンのための調整練習に参加（ドイツ・ハノーバー）
- （8月6-7日） ジャーマン・オープン大会視察（ドイツ・ハノーバー）
- ・9月3日-14日  
（9月4-7日） 世界選手権視察、世界選手権のための調整練習に参加（エジプト・カイロ）
- （9月8-12日） 世界選手権見学（エジプト・カイロ）
- ・10月20日  
キャンベリー柔道クラブに柔道指導（イギリス・キャンベリー）
- ・10月28日-30日  
エジンバラ柔道クラブに柔道指導（イギリス・エジンバラ）
- ・11月4日  
ヨーロッパ形選手権見学（イギリス・ガトウィック）
- ・11月6日-16日  
イタリアのナショナルチームの合宿に参加（イタリア・ローマ）

#### IV. 研修概要

##### （1）研修題目の細目

- ①イギリス柔道界の現状
  - ・歴史 ・組織 ・昇段システム ・柔道クラブ数 ・人口 ・財政
- ②イギリス柔道選手強化とシステム
  - ・選手サポート体制 ・オリンピックにむけての体制 ・ジュニア柔道選手の育成
- ③フランスを中心としたヨーロッパ柔道界の現状
  - ・ヨーロッパ各国の柔道環境 ・技術的特徴
- ④世界の柔道界の流れ
  - ・世界ジュニア選手権（ハンガリー）観戦記 ・世界選手権（エジプト）観戦記
  - ・審判の傾向

⑤研修を終えて

(2) 研修方法

- ・ Budokwai柔道クラブの練習に参加し、柔道技術の指導を行う。
- ・ イギリスを中心として、ヨーロッパ各国のナショナルチームの合宿や、各種講習会に参加した。
- ・ ヨーロッパ選手権（オランダ、ロッテルダム）、世界ジュニア選手権（ハンガリー、ブダペスト）、世界選手権（エジプト、カイロ）をはじめイギリス国内及びヨーロッパ各地で開催される柔道大会の視察を行った。
- ・ EJU（ヨーロッパ柔道連盟）主催の国際合宿に参加。

(3) 研修報告

①イギリス柔道の現状

私が通常研修を行っているBudokwai柔道クラブは、ヨーロッパ最初の柔道クラブと言われており、1918年、小泉軍治氏によって創設され、日本からも多数のJOCの在外研修派遣者を受け入れている。

1948年には、イギリス柔道連盟（以下BJA）が設立され、BJAが中心となり、オーストリア、オランダ、イタリア、フランスと共にヨーロッパ柔道ユニオンなるものを結成した。1951年には、日本も加わりInternational Judo Federation（国際柔道連盟：以下IJF）が結成された。

現在このIJFが大きく発展したのは、イギリス、ロンドンにあるBudokwai柔道クラブの功績が大きく、長年BJAの会長を務めたチャールズ・パーマー氏はIJFの会長も15年務めたことからイギリス柔道は世界柔道の発展に大きく貢献したことになる。私が視察したオックスフォード大学とケンブリッジ大学の対抗試合が、75周年を迎えていた事からもイギリス柔道の歴史を感じる事ができた。また、以前はイギリス国内にBJAとは別に1958年に設立されたイギリス柔道協会（以下BJC）という組織があり、現在BJCは（1993年末以降）BJAの下部組織となっている。彼らは試合中心の柔道ではなく、基本に忠実で子供から老人まで楽しめる柔道を主体としている。その理由として、現在の柔道は競技化されていて柔道本来の姿を見失う事を懸念している。これは単に技術ばかりでなく精神的な部分に関しても言える。BJCでは形の発表会やベテラン大会（年齢別の試合）を行っており、私がBJCの練習に参加した時に感じたのは、乱取りだけでなく、形についても普段から熱心に取り組んでいた。最近では、この形の試合についても日本だけでなくヨーロッパでも盛んに行われている。今回、私が見学した第1回欧州柔道形選手権大会は、過去2



▲ European Championship KATA（2005年11月）



回の準備大会を経てイギリスで開催された。形の演技を判定するには経験が必要な為、日本から講道館指導員、指導部長の醍醐敏郎先生などが審査員として招かれていた。この形の試合についても日本と他の国では試合場の広さが統一されてなく、間合いや動作においても影響を及ぼしていた事や、演技上の動作についても大きすぎる動作の解釈が難しく、審査上、明確な判断基準が必要とされるので問題点はあるものの、競技スポーツだけでなくこのような形の大会が行われることは、柔道人口の底辺拡大になると考えられる。

イギリスの昇段システムに関して言えば、BJAが主体として昇級を行っており、日本と異なるのは、KYU（級）、DAN（段）のほかに「MON」（門）と呼ばれるものもある。このMONは、BJAにおいて16歳以下のジュニアのみの為に作られ、トータルで6段階に細かく分類されているだけでなく、ベルトもカラフルに色分けされている。（表1）

級については、9段階あり、5つのベルトで色分けされている。イギリスでは、初段をとることは大変難しいとされ、昇段審査会において合計で、100ポイント以上（1本10点、技有り勝ち7点、それ以下0点）を獲得するか、5人連続で勝たなくてはいけない。また連盟に年会費を払わなければ、公式試合や、また昇段試合に参加することはできない。（表2）

BJAの年会費は、ジュニアは17ポンド（約3,400円）、シニアは26ポンド（約5,200円）となっている。また、柔道クラブ数だが、20年前と比較すると1073クラブあったところが、現在は柔道人口が減ったこともあり、この数年は812～814クラブとなっている。（表3、グラフ1）

今後柔道人口を増やす為にBJAでは、スクール・デベロップメント・プロジェクト（School Development Project）があり180,000ポンドが（約3600万円）が予算として組み込まれ、小学校を優先的に勧誘している。BJAは、すでに100以上の学校を訪れ2005年9月からすでに柔道を導入している小学校もあり、このプロ

表1 イギリス MON 取得者

	1st Mon			2nd Mon			3rd Mon			4th Mon			5th Mon			6th Mon			Grand Totals
	M	F	Tot																
LONDON	69	24	93	59	21	80	50	10	60	60	21	81	21	3	24	29	4	33	371
SOUTHERN	487	160	647	623	211	834	439	134	573	526	176	702	269	107	376	363	109	472	3604
NHC	348	119	467	376	131	507	233	80	313	227	74	301	134	39	173	152	60	212	1973
MIDLANDS	235	98	333	331	126	457	230	85	315	240	96	336	104	49	153	206	79	285	1879
NORTHWEST	336	144	480	313	123	436	248	66	314	258	83	341	152	52	204	178	57	235	2010
NORTHERN	89	33	122	122	52	174	68	32	100	78	38	116	46	15	61	58	31	89	662
YORKSHIRE & HUMBERSIDE	129	48	177	163	50	213	83	34	117	114	39	153	48	17	65	69	17	86	811
WESTERN	217	87	304	239	77	316	200	83	283	174	58	232	81	32	113	196	74	270	1518
EASTERN	139	56	195	161	54	215	134	50	184	128	41	169	84	31	115	95	35	130	1008
NORTHERN IRELAND	6	0	6	12	0	12	5	0	5	12	3	15	2	2	4	4	1	5	47
WALES	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	2	0	0	0	0	0	0	2
SCOTLAND	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
ARMY	0	0	0	14	13	27	1	2	3	6	7	13	4	3	7	6	2	8	58
RAF	17	2	19	8	2	10	2	1	3	1	1	2	2	2	4	3	0	3	41
BUJA	12	1	13	6	7	13	4	2	6	9	4	13	1	0	1	4	2	6	52
BJA IN SCHOOLS	3	2	5	0	0	0	0	0	0	5	1	6	0	0	0	5	1	6	17
PAA	1	0	1	2	0	2	6	1	7	6	0	6	3	1	4	3	3	6	26
TOTALS	2088	774	2862	2429	867	3296	1703	580	2283	1846	642	2488	951	353	1304	1371	475	1846	14079

表2 イギリス級・段習得数

MEN	1 Kyu	1 Dan	2 Dan	3 Dan	4 Dan	Total
1999	834	224	120	64	36	1278
2000	895	282	111	49	15	1352
2001	904	242	87	37	22	1292
2002	1035	325	135	58	25	1578
2003	979	288	124	55	26	1472
2004	987	304	135	57	37	1520

WOMEN	1 Kyu	1 Dan	2 Dan	3 Dan	4 Dan	Total
1999	236	25	-	-	-	261
2000	213	18	-	-	-	231
2001	207	13	-	-	-	220
2002	236	24	3	-	-	263
2003	212	35	6	3	-	256
2004	276	30	3	1	-	310

MEN - promotion to:	1D	2D	3D	4D	5D	6D	7D	8D
By points accumulation	106	39	13	13	4	-	-	-
By completion of line-up	121	21	7	6	2	-	-	-
Non-competitive promotion	6	12	8	3	6	5	-	-
Competitive conversion	12	7	7	3	3	-	-	-
Non-competitive conversion	1	-	-	-	-	-	-	-
Honorary	-	-	-	-	-	-	-	-

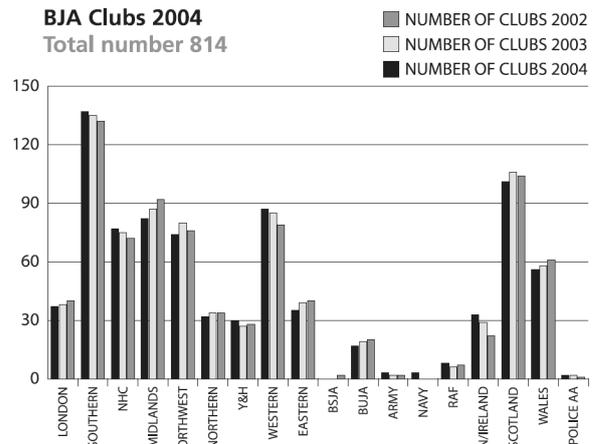
  

WOMEN - promotion to:	1D	2D	3D	4D	5D	6D	7D	8D
By points accumulation	37	8	2	2	-	-	-	-
By completion of line-up	17	5	-	-	-	-	-	-
Non-competitive promotion	1	-	1	-	-	-	-	-
Competitive conversion	2	-	-	-	-	-	-	-
Non-competitive conversion	-	-	-	-	-	-	-	-

表3 イギリスクラブ数

AREA	NO. OF CLUBS 2004	NO. OF CLUBS 2003	NO. OF CLUBS 2002
LONDON	37	38	40
SOUTHERN	137	135	132
NHC	77	75	72
MIDLANDS	82	87	92
NORTHWEST	74	80	76
NORTHERN	32	34	34
Y&H	30	27	28
WESTERN	87	85	79
EASTERN	35	39	40
BSJA	0	0	2
BUJA	17	19	20
ARMY	3	2	2
NAVY	3	0	0
RAF	8	6	7
N/IRELAND	33	29	22
SCOTLAND	101	106	104
WALES	56	58	61
POLICE AA	2	2	1
TOTAL	814	822	812

BJA Clubs 2004  
Total number 814



ジェクトによって、5.0%のメンバーシップ増加を見込んでいる。

更により良いコーチ育成、メンバーシップ内のコミュニケーション強化、柔道グッズの商品化なども検討しており、今後の柔道人口増加の為に様々な案が検討されている。

2004年3月から2005年3月のBJA財政決算報告では、まだ思った以上の黒字額は出せていないと報告されている。黒字額は、過去12ヶ月で42,863ポンド(約860万円)これまでの繰越金額と合わせるとトータルで116,426ポンド(約2,300万円)となっている。2003年3月から2004年3月までの過去12ヶ月は、22,098ポンド(約440万円)であることを考えるとおよそ倍にはなっているが、まだまだ色々な意味で改善していく必要がある。しかしながら、財政が苦しかった2002年3月は、黒字額が14,951ポンド(約290万円)だったという事を考えると、少しずつでも努力は報われていると思われる。

BJAの傘下には、ウェールズ、スコットランド、北アイルランド各柔道連盟があり、

表4 2003、2004年BJA財政決算報告

BRITISH JUDO ASSOCIATION						
HOME COUNTRIES						
SUMMARY OF STATUTORY ACCOUNTS FOR THE YEAR END 31 DECEMBER 2004						
	JUDO SCOTLAND		WELSH JUDO ASSOCIATION		N. IRELAND JUDO FEDERATION	
	2003	2004	2003	2004	2003	2004
<b>PROFIT &amp; LOSS ACCOUNTS</b>						
INCOME	326,716	376,961	203,341	243,867	66,953	68,243
EXPENDITURE (NET)	336,665	346,864	196,746	244,491	80,426	65,406
SURPLUS/(DEFICIT)	-9,949	30,097	6,595	-624	-13,473	2,837
<b>BALANCE SHEET</b>						
FIXED ASSETS	1,189	411	16,622	10,147	294	1,058
NET CURRENT ASSETS	-2,845	28,030	32,394	38,245	15,988	18,061
RESERVES	-1,656	28,441	49,016	48,392	16,282	19,119

平成16年度・短期派遣（柔道）



Please Note:  
Darker shaded boxes denote VACANT positions.

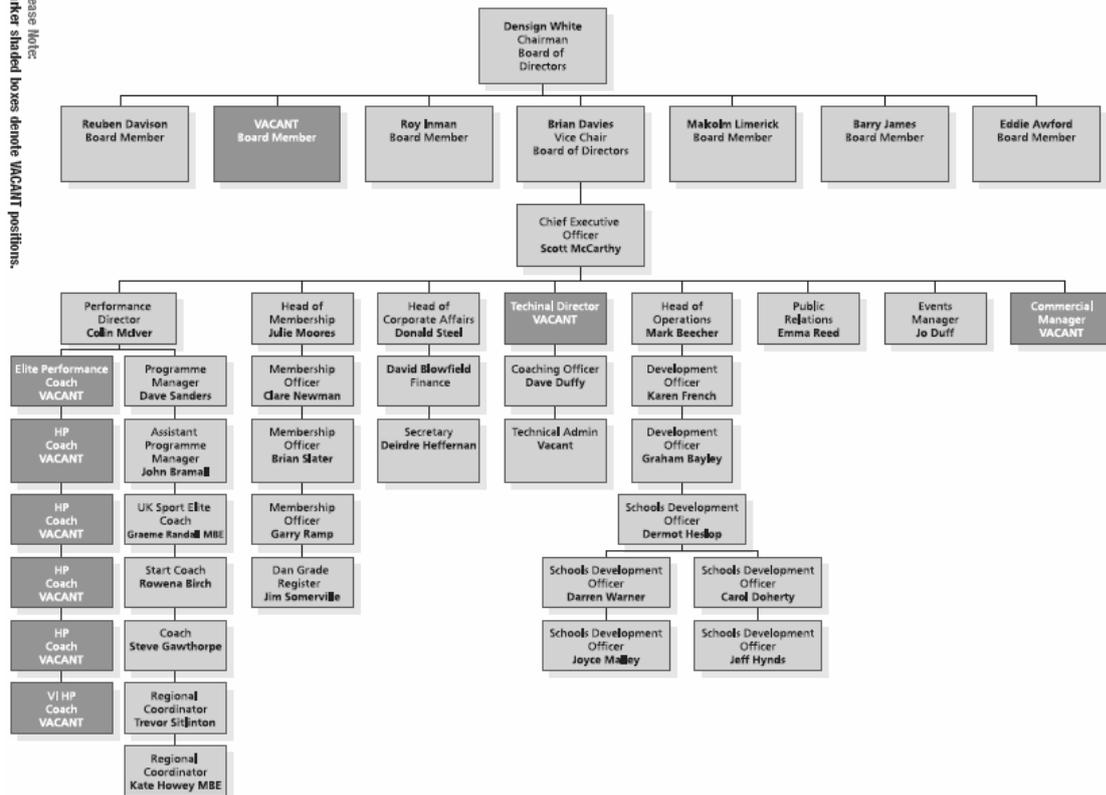


図1 BJAのスタッフ組織図

イングランド以外の地区から集められた会員の登録料や年会費などはそれぞれの連盟の収入になっている。現在、会員の登録料や年会費のみで、昨年と比べると登録料や年会費を2003年以降値上げしていないのにも関わらず4.1%上がっていた。その理由としては、既存のメンバーが継続し、新しく柔道を始める人が増えたことを表しているといえる。(図1)

現在の会長、ベンザイン・ホワイト氏は、2002年8月から4年間の任期で会長を務め、あと4年会長を継続する運びとなった。今年は、特に内部で人事改革が行われ内部の事情に大きな変化があった年であり、新しい人材も大幅に増えた。ホワイト氏は、次回のオリンピックに向け、前回はスポンサーが投資してくれている金額以上の結果は出せなかったが、今回は結果が出せるように人事改革も含め様々な改革を実行して行くコメントしていた。

前回のアテネ・オリンピックで十分な結果が出せなかったという事もあり、今後国内における選手育成に焦点をおくだけでなく、トップ・アスリート育成の為にプログラムを導入した。

次の北京オリンピックに向け、ハイ・パフォーマンス・プログラム (High Performance Programme) といわれる計画があり、これは、オリンピックゲームを目指す選手を支援する制度であり、選手のモチベーションを高めてくれる要素の一つである。

②イギリス柔道選手強化とシステム

イギリスでは選手選考は、BJAが行っているナショナルランキングシステムによって決められる。これは、1月～12月までの年間を通したランキング大会（地区ランキング大会、国内大会、各種国際大会など）の結果を加味してランキングが決められ通常シニアは男女共各階級4人ずつの28人、この選ばれたメンバーでナショナルチームを編成し世界選手権大会、オリンピック大会を目標に国内外の合宿、トレーニングを行い世界各国で行われる大会にイギリス代表として派遣される。

ハイ・パフォーマンス・プログラムは、金銭的に選手をサポートするだけでなく、将来的に有望な選手の育成を目的としたプログラムと言える。パラリンピックにおいても力を入れており、健常者と同じようにサポート体制が整っており、レベルによって金額も決まっている。(表5、表6：

表5 2008年 オリンピック・チーム (計28人各階級最高3人まで)

	金額(£)	内訳人数	支援団体	第一ターゲット	第二ターゲット	検討・更新期間
A	25,000	2人	UK Support	オリンピック 又は 世界選手権メダル獲得		2年ごと + 6ヶ月ごとプログラムを再チェック
B	17,000	2人	UK Support	オリンピック 又は 世界選手権7位迄 (Best8)	ヨーロッパ選手権金・及び銀メダル 又は ヨーロッパ選手権銅メダル + スーパー・ワールドカップメダル	一年ごと + 6ヶ月ごとプログラムを再チェック
C	10,000	5人	UK Support	オリンピック 又は 世界選手権9位迄 (Best10)	23歳以下ヨーロッパ選手権金メダル 又は ヨーロッパ世界選手権銅メダル 又は スーパー・ワールドカップメダル + ワールドカップメダル	一年ごと + 6ヶ月ごとプログラムを再チェック
D	7,000	19人	Home Countries	ヨーロッパ選手権7位迄 又は 23歳以下ヨーロッパ選手権5位迄	Bチャンピオンシップメダル+	6ヶ月ごとプログラムを再チェック



参照)

イギリス柔道界の内部では資金面だけでなく、戦略、テクニック、サポート、サービスなどここ最近徐々に改善されているというBJAの報告がある。

イギリスの柔道が目指しているのは世界トップのクラスに常に留まる事だというが、今日、世界各国に柔道が普及しメダル獲得国も分散している中でしっかりとした強化をしてもメダルを取ることは非常に難しく、現在のイギリスのレベルでは、もう少し時間がかかりそうである。競技力向上を図るには長期的な展望に立ち一貫性のある指導体制をとることが大事であるが、今のイギリスの現状を見るとこの様な事が不十分であり、今現在は数人のトップ選手はいるが全体的なレベルからすると決して高いとはいえない。

この表7、表8をみてもわかるように、以前は、国際大会などにたくさんのイギリス選手がメダルを獲得した実績があるが、現在では他の柔道加盟国が増えたことや、全体的なレベルが高くなった事もあり優勝や入賞は非常に難しくなった。このような状況を打開するために、Bath大学で定期的に行われている柔道Degreeは、指導者を対象とした選手育成のプログラムであり、現在かなり力を入れているプログラムの一つである。イギリスだけでなく、ヨー

表6 2012年 オリンピック・チーム (計42人各階級最高3人まで)

	金額(£)	内訳人数	支援団体	第一ターゲット	第二ターゲット	検討・更新期間
A	70,000	14人	Home Countries	20歳以下 ジュニア世界選手権 メダリスト	20歳以下ジュニア 世界選手権7位迄 +20歳以下ジュニア Aトーナメントメダル 又は 20歳以下ジュニア・ ヨーロッパ世界選手 権メダル	2年ごと + 6ヶ月ごととプログ ラムを再チェック
B	5,000	28人	Home Countries	20歳以下 ジュニア・ヨーロッパ 選手権7位迄	20歳以下ジュニアB トーナメントメダル+ 上位に行ける見込み ある有望選手	一年ごと + 6ヶ月ごととプログ ラムを再チェック

表7 国際大会、ヨーロッパ選手権におけるポイント付与基準

	World Cup	Super World Cup	European Championships
Gold	60	80	120
Silver	30	50	80
Bronze	20	30	50
5位	10	16	30
7位	6	8	15

表8 主な2005年国際大会 & ヨーロッパ選手権に於いての獲得ポイント

		World Cup/ Super World Cup Events	European Championship	TOTAL
1	Craig Fallon -60Kg	90		90
2	Peter Cousins - 90Kg	76		76
3	Euan Burton -81Kg	6	50	56
4	Steven Vidler - 90Kg	6	15	21
5	James Millar -60Kg	20		20
6	Winston Gordon -90Kg	16		16
7	Joe Delahay Over 100kg	6		6
7	Craig Ewers -73Kg	6		6
1	Karina Bryant Over 73Kg	70	120	190
2	Sophie Cox -57Kg	100	80	180
3	Rachel Wilding -78Kg	40	80	120
4	Sarah Clark -63Kg	68	15	83
5	Simone Callender Over 78Kg	60		60
6	Georgina Singleton -52kg	40		40
7	Sally Conway -70Kg	22		22

ヨーロッパ諸国からも参加者がおり、今年は30人の指導者が集まった。その内の26人が男性で、4人が女性であった。生徒の内訳としては、ヨーロッパ柔道連盟（EJU：EuropeJudoUnion）からは、2人のダイレクターが生徒として参加していただけでなく、4人は、シニア・ワールド・チャンピオンだった。また、この参加者の7人（グループの約25%）がオリンピックで試合をしたことがある人達であることからしても、レベルの高い講習を行っているといえる。成績向上のために指導者は、このようなプログラムに参加して選手に対する指導力向上を図っている。

私がBath大学で指導者を対象とした技術指導を行った時にも指導者は真剣に耳を傾け今のヨーロッパの柔道と日本の柔道の違いについて研究していた。やはり海外から見ると、日本の柔道はとても評価が高く、日本の技術を真剣に学ぶ姿勢が見られた。

講習の内容としては、表9のプログラムを見ても分かるように、ブロック・単位・レベルなどが決まっており、大学の授業のように決められた単位を取った後、資格が与えられる。

表10はBJAが目標としているメダル獲得表である。

2012年ロンドンオリンピックの準備に関して言えばさまざまな事に取り組んでいるが、まだ万全とはいえないのが現状だ。現在では、最高のコーチ、サポート万全のスタッフ達を用意しようとしているが、ここ数年はヘッドコーチが決まっていない状態なので、まずは、しっかりと選手をサポートする態勢を整えることが必要だと思われる。どうしても世界選手権やオリンピックでの結果だけを重要視する傾向があり、強化に関しては長い目で選手を育成する事が必要であるが、イギリスで子供の柔道人口が減少している事が、大きな問題の一つだと考えられる。

ヨーロッパにおいてはサッカーやラグビーは絶大な人気があり、その影響でメディアが

表9 パート・タイムの指導者向けプログラム

	Unit Title	単位	Level
<b>Year1</b>			
BlockA	Exercise, Nutrition and Lifestyle Management	5 10	C C
BlockA	Sports Performance	5	C
BlockB	Ethics and Safety	10	C
BlockB	Principles of Performance	10	C
A&B	Learning in the Workplace 1		
<b>Year1 &amp; 2 &amp; 3</b>	Work Based Learning	10	I
<b>Year2</b>			
BlockA	Planning and Practice		
BlockA	Performance Planning	5	C
BlockB	Talent Identification Principles and Practice	10 10	I I
BlockB	Sports Development	5	C
A&B	Learning in the workplace 2	10	I
<b>Year3</b>			
Block A	Strength and Conditioning	10	I
Block A	Human Structure and Function	5	C
Block B	Performance Analysis	10	I
Block B	Mental Skill Development	5	C

表10 メダル・ターゲット数

オリンピック等の目標メダル数			
年	イベント	出場枠	メダル・ターゲット数
2006	ヨーロッパ選手権大会		3
2007	世界大会	選手5-7人	3
2008	ヨーロッパ選手権大会		3
2008	北京オリンピック	選手10人	2
パラリンピック等の目標メダル数			
年	イベント	出場枠	メダル・ターゲット数
2006	ヨーロッパ選手権大会		3
2007	世界大会	選手4-5人	3
2008	ヨーロッパ選手権大会		3
2008	北京オリンピック	選手4-5人	2



表 11 ナショナルチームの合宿スケジュール

British Judo Association Elite Performance Squad Training (Weekend) 2005 金曜日	
7.00pm	スタッフミーティング
7.30pm	到着
7.45pm	説明会(紹介など)
8.00pm→9.45pm	乱取り-立ち技
British Judo Association Elite Performance Squad Training (Weekend) 2005 土曜日	
9.30am→11.00am	コーチング-寝技
11.15am→12.30am	乱取り-寝技
12.45pm→1.45pm	昼食
2.30pm→3.45pm	コーチング-立ち技
4.00pm→5.30pm	乱取り-立ち技
6.00pm→7.00pm	夕食
7.00pm→8.00pm	ミーティング
British Judo Association Elite Performance Squad Training (Weekend) 2005 日曜日	
9.30am→10.30am	打ち込み・投げ込み
10.30am→12.00am	乱取り-寝技&立ち技
12.00pm	ミーティング後 解散

たくさん取り上げられているスポーツに子供達が興味を持ち、それらのスポーツを始める傾向がある。しかし、世界に通用するトップ選手の育成には、子供の時から計画的に強化、育成をしていく必要があり、カデ（少年、少女）のグループが途中でやめないでジュニア、更にはシニアへと継続させる努力をしなければならぬ。イギリスの柔道に関しては、学校での柔道よりもクラブチームを中心とした柔道がほとんどで、日本の町道場やスポーツ少年団のような柔道の専門クラブは殆どない。柔道だけで経営を成り立たせる事は非常に難しく他の武道やスポーツ（柔術、空手、合気道、中国武術、ヨガ、ダンス等）との兼用クラブであることが多い。そのため指導者のレベルにもバラツキがあり、メンバーの入会の目的も健康維持のためにクラブに来る者や社交の場として考えている者などさまざまであるため、年齢や強さにも差が生じる。様々の動機の人達が同じクラブで稽古を行うので練習内容はさほど厳しくない。

試合で勝つことを目指している選手は通常通っているクラブとは別にいろいろなクラブに出かけて行き、練習を行ったり、各自でトレーニングに励んでいる。

ナショナルチームの国内合宿についても、仕事を持っている人達が殆どで、年間を通して十分な合宿ができないのが現状である。私が参加したBJAの合宿についていえば、週末を利用した合宿を年4、5回程度おこない、一週間程度の長期合宿を2、3回行うのが一般的である。（表11）

私が訪れたキャンベリー柔道クラブでは、一般の道場とは違ったスタイルで選手強化のトレーニングをしていた。選手達は道場の隣の合宿所に泊まり込み、朝夕などは自分達のトレーニングを行い、その合間に子供達や一般の人に柔道を教えることにより収入を得て生活をしている。

キャンベリー柔道クラブでは日本のようにたくさんの練習相手がいないため、技術力向上のために、特殊な器具を使い、柔道のレベルアップを図っていた。写真1は、天井からチューブを吊るし柔道着にくくりつけ、柔道着を着た者が技を受けるものであるが、いくら投げても体は畳につくことは無く投げられて怪我をすることが無い様に作られている。この器具については、前後に投げる技、背負い投げや大外刈り、大内刈り、小内刈りにおいては最後まで技を掛けきることによって、技のレベルアップに繋がると思うが、重心が横に移動する体落としや、支え釣り込み足などの技では不自然な動きになるため効果的ではない。だが、このように工夫し少

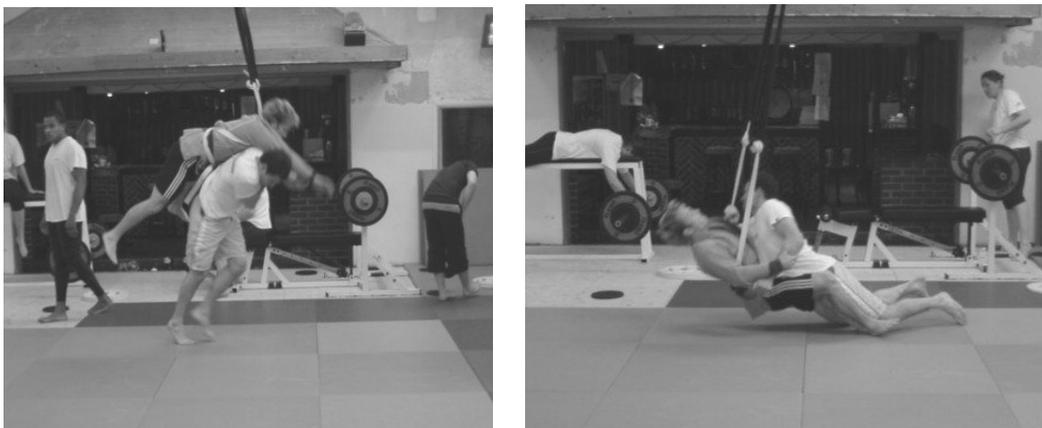


写真1 キャンベリー柔道クラブにて

しでも技のレベルを上げるためにトレーニングを行っている事は評価できる。

このキャンベリー柔道クラブでは、以前にナショナルチームのコーチを務めたマーク・アールというコーチが指導にあたっている。子供達にもしっかりとした指導を行っていたが、イギリスの一般的な柔道クラブにおける子供に対しての指導は、乱取り中心よりもどうしても“ゲーム感覚の遊びが多い練習内容”となり、柔道に対する興味づけの段階に重点を置きすぎる傾向がある。特に小さい子供達のメンバー確保の為、本来コーチの指導は、幼い頃に基礎的柔道技術を身につける事が必要であるのにもかかわらず、それができていない現状に多少物足りなさを感じた。その理由としては柔道の練習中の怪我に対してとても敏感になっている所があり、特に子供に対してはその傾向が強いような印象を受けた。

### ③フランスを中心としたヨーロッパ柔道の現状

ヨーロッパの柔道を語る上で、まず最初に名前があがるのがフランスである。その理由としては、日本の柔道登録人口が約20万人に対してフランスは約50万人といわれており、フランス国内においても非常に人気のあるスポーツであり、世界の柔道界においても強い影響をもった国であるからだ。これは、フランス国内におけるサッカー人口200万人、テニス人口100万に次ぐ3番目の登録人口でありその8割が18歳以下のジュニア選手である。この子供たちの底辺拡大に連盟としては競技者登録カード（パスポート）を発行し試合や練習会に参加すると記念シールがもらえたり、練習会に参加した有名選手のサインを貰ったりと子供の関心を引くように工夫されている。また連盟が柔道をPRする為にテレビ用CMを作成したり柔道のイメージアップを



写真2 2005年フランス、スーパーAトーナメント



図っている。また、柔道に通わせる親達は、礼やしつけについても身につけることを期待している。（写真2）

柔道をするにあたって、「友情」「勇気」「誠実」「名誉」「謙虚」「尊敬」「克己」「礼儀」の心得を設けて指導に当たり、単に試合での勝敗だけを競うスポーツではなくて道徳面、人間として大切な精神面を養う事の出来る価値のあるスポーツとして受け入れられている。こうした熱意を持った取り組みが柔道人口の底辺拡大になっていると考えられ、このような傾向は一昔前の日本と似た印象を受け日本人にも忘れかけている大事な部分ではないだろうか。

フランス柔道を語る上でINSEP（インセップ）の存在は大きい。「INSEP」とはInstitu National du Sport et Education Physiqueの略で国立パリスポーツ研究所のことであり、柔道だけに限らずあらゆる競技団体がこのINSEPを拠点にナショナルチーム強化に取り組んでいる。その中で取得できるスポーツ関連の資格は6つあり、その他に他大学との協同によって3つのスポーツに関する資格を取得する事が可能である。つまり常時、合宿体制で練習を行っている所がINSEP内の道場であり練習をしながらスポーツに関する事を学び資格を取っているのである。INSEPの目的は大きく分けると2つある。まず、1つ目はトップレベルのスポーツ選手にトレーニング環境を保障し、学校の体育指導者を育てること、もう一つの目的は各競技のハイレベルのコーチングスタッフ養成を視野にいれている。その中でナショナルチーム入りした選手に関してはINSEPでの生活費、授業料は免除され、試合の成績に応じて文部省、フランス柔道連盟から補助金が与えられる。

INSEPと並びフランス柔道の中心となる施設がInstitut du JUDO（柔道研究所）である。このInstitut du JUDOは約13億円をかけ、パリ市の南に位置したポート・ド・シャチオンに近代式ドーム型柔道場が2001年に建設され、中には柔道場、相撲場、剣道場、柔術の道場、それに1800人収容できる観覧席がある。また、とんりに宿泊できるホテルがあり、毎年行われ最もレベルの高い国際大会といわれる、フランス国際の後には大勢の外国選手を集めて国際合宿を行っている。このような取り組みを考えると、フランス国内で柔道人気があり登録人口が多いのも納得できる。

フランスのコーチになると一人、一人にノートパソコンが与えられ週間、月間、年間4ヵ年計画のプログラム、そしてフランス柔道連盟が独自に作成した、各階級ごとのDVDビデオの入ったソフトが与えられ、各大会の組み合わせ表の対戦をクリックするとその試合が再生されるようになっている。また、練習時には心拍数の管理を行い、練習相手によっての心拍数の変化を調べたり、選手個人に合った科学的なトレーニングを行い選手強化を計っているが、ここ数年の結果としては納得のいくものではない。万全の体制でアテネオリンピックに臨んだが、結果的には銀メダル1つという結果に終わりデータに過信しすぎたと言わざるをえない。やはり柔道のような対人競技では体力トレーニングは必要であるがそれだけでは試合で勝つ事は難しい。しかしながら、多くのヨーロッパの国では、ウェイトトレーニングなどにおいて筋力を上げる事に重点をおき過ぎ、柔道で大切な柔軟性が欠けている選手が多いように思われ、腕で押したり引いたりする力は強いが、手首や肩の動きが硬く私が技の指導を行った時も度々そのことを感じた。



写真3 イタリアでの指導者講習会



写真4 イタリアにおける柔道指導



写真5 イタリアにおける柔道指導風景



写真6 イタリアでの柔道指導において

ヨーロッパ全体をみた場合、選手育成やシステムについては各国それぞれ違ったスタイルで行っている。私が柔道指導に行ったイタリアなどは、警察や軍隊が中心で試合の成績によっては昇進もあり、選手のモチベーションを高めている。柔道を教える場合においても、指導者はライセンスを持ったものでなければ指導できず、そのライセンスも講習会に参加しないと失効することもあり、私が参加した指導者講習会では約350人も指導者が2日間の講習を真剣に受講していた。(写真3～6)

最近のヨーロッパ各国の世界選手権・オリンピックでのメダル獲得国は分散傾向にあり、過去の強豪国以外からも優勝者や入賞者が多く出ているのが現状である。男子においては旧ソ連であったグルジア、ベラルーシ、ウクライナの活躍は目覚ましい。このような国の技術的特長としては朽木倒、掬投、肩車といった技を多く掛け非常に力強いのが特徴である。このような技は掛けられてしまうと一本になる可能性が多く日本選手からすると注意する必要がある、日本選手と試合を行う時には積極的にこの様な技を掛け、特に掬い投げにおいては1995年当時の3倍に増えている。

世界のトップレベルの選手はその時々々のルールや新しい技に関して非常に敏感になっており、ビデオカメラなどの普及により頻繁に行われる試合をビデオにとり日々研究し、特に世界選手権やオリンピックで活躍している日本人選手に対する研究は熱心である。日本人選手がよく使う内股や背負い投げに対しては、外側から包み込むようにして背中付近を持ち、体が回転しないような組み手を行い、強引に内股などを掛けたところ足をもちコントロールして投げる。このようにして日本人

に対する対策をしており、その結果として掬い投げや内股返しが増えた一方で、反対に多くの日本選手の掛ける内股が減少傾向にある。

#### ④世界の柔道界の流れ

今回、2年に1度行われる2004年世界ジュニア選手権が2004年10月14日から10月17日の日程で、ハンガリーのブダペストにて開催されコーチとして選手のサポートを行い、試合を観戦した。

男女7階級の個人戦が行われ世界61カ国より396人の次代のトップを担う選手が参加し熱戦を繰り広げ、この世界ジュニア選手権では今後の世界選手権での大会運営案が試験的に導入され、予選ラウンドを前半の2日間、後半の2日間を男女無差別級を含む16階級の決勝ラウンドという方式で行われた。しかしながら、この案には各国のコーチからの反対の声が多く嘆願書まで提出されていた。反対の理由として最も強く言われていたのが、選手のコンディションを3日間ベストな体調に保つことは困難なうえ、3日間の計量では体重別の意味が薄れ、これまで以上に無理な減量に挑む選手が出ることを懸念したものであった。今回、出場した選手に新しい運営方式について聞いてみたところ、事前に栄養、メンタルなどの各分野の専門家からのアドバイスを得て、十分に準備をしていた為、大きな混乱、動揺もなく試合に臨むことができたが、やはり従来の1日で予選から決勝までを行うやり方のほうがより集中できるといった声が多かった。

私の個人的な考えとしても、予選と決勝ラウンドにおける選手のみならず審判への影響と、ドーピングに関して予選と決勝ラウンド2回行う必要があるという点を考えると、現在行われている試合方式の方が、より柔道の発展につながるのではないかと感じた。

ここ数年、大きなルール変更が行われる場合には、世界ジュニア選手権でテストを行い、そのまま採用されるケースがほとんどであった。その為、各国コーチ陣の動きは早く'04年アテネ五輪の際に導入反対の嘆願書をまとめ40カ国約70名のコーチがサインし提出されていた。その後、ブダペストで行われた理事会において見送る事となったが、翌年の世界選手権からの正式採用を見送ることは異例であり、カイロの世界選手権では従来通り行うことが下記のようにIJF理事会にて承認され決まった。

- ①試合は4日間で行う
- ②予選ラウンドと決勝ラウンドに、2時間以上のインターバルを置く
- ③決勝ラウンドは午後4時から行う

これからも柔道発展の為の大会運営は考える必要があり、試合をする選手と、それを観る観客のことを考えなければいけないと感じた。



写真7 2004ハンガリー世界ジュニア選手権表彰式風景



世界ジュニア選手権試合としては、日本男子は金メダル2、銀メダル1、銅メダル2、女子では金メダル5、という素晴らしい結果であった。選手に関しては、高校生の頃から積極的に海外遠征に行き平均4、5回の国際試合を経験していた為、出場した選手は落ち着いているように見えた。特に、女子についてはアテネ五輪と同じく5個の金メダルを獲得し、外国選手に対しても気後れすることがなく自信を持って戦っていた。

メダルを獲得した国についても、日本、韓国、フランス、ロシアなど、強豪国が入賞者の大半を占めていたが、ここ数年は、他の国々にも入賞者が増えている。これは、柔道が世界に普及・発展し、世界全体の柔道レベルが向上したことが考えられる。

入賞した国については、ヨーロッパの国々が多くのメダルを獲得しており、その中でもロシアは全体的に強く、次回の五輪開催国である中国においては、かつては重量級のみが強さが目立っていたが、軽量級も着実に力をつけており、選手の層の厚さを感じた。

エジプトで開催された第24回世界柔道選手権大会は、カイロスタジアムで2005年9月8日から9月11日までの4日間の日程で行われた。アフリカとしては初めての世界柔道選手権であり、今後アフリカの柔道発展に期待されると共に、柔道界にとってもとても意義のある大会である。また、アテネオリンピックの翌年ということ考えると、北京オリンピックに向けての新旧交代が注目される大会であった。(写真8、9)

参加国としては、国際柔道連盟に加盟する93の国と地域から男子334名女子210名の参加があり、従来の4試合場とは違って5試合場で行われ、試合を観ている側からすると試合が次々に消化された感じがし、選手にとっても試合と試合の間隔が短かったのではないだろうか。これはテレビの放映時間に合わせた試合進行という報告があったが、最近の傾向としてヨーロッパを初めとして柔道が観るスポーツとして認知され始めていることが挙げられる。今後、柔道の試合においては、分かり易く、おもしろく興奮度の高い試合が要求される事が考えられる。

試合の内容を見てみると、試合のルール改正によって勝敗の内容が大きく変わってくる事が考えられる。ゴールデンスコア方式での延長戦導入につ



写真8 エジプトで行われた24回世界柔道選手権 オープニングセレモニー



写真9 世界選手権 2005 エジプト試合風景



いては、当初賛否両論あったが、今ではすっかり定着し活性化させる意味で成功だと言えよう。

1997年フランスのパリ大会以降、消極的柔道に対する罰則強化が図られ、消極的な柔道に対しては両方に反則を与えるのではなく、どちらが攻めていないかを見極めることが審判には求められた。その事によって反則で試合が決まる場合が増え、その点についての批判が多くあったが、ゴールデンスコア方式での延長戦導入後、判定を意識せずしっかり組み合って柔道ができるため、攻防が激しくなり罰則で勝敗が決まるケースは10%程度に収まっている。

2001年ミュンヘン大会を境に、これまで増加していた一本で決まる試合が減少してきており、今回のカイロ大会でもその傾向が現れた。これは、選手における技術的な部分より、むしろルール・審判による影響が大きいと考えられる。ゴールデンスコア方式の導入や女子において試合時間の4分から5分の変更などは当然異なった試合展開になると思われる。また、ミュンヘン大会においては、一本の判定が比較的あまく、一本勝ちが約70%となっており、実力伯仲した試合としては一本を取り過ぎではないだろうか。この事からも世界の柔道は常に変化しており、その動きに惑わされる事無く、動向をしっかり把握し対応しなければならないし、審判においての同様のことがいえる。

最近のオリンピックでは審判をIJFが各大陸で選んでくる為、それほどさかんでない地域ではレベルが低い審判もあり、レベル的にもバラつきがある。このためアテネオリンピックでは、午前中の予選を全審判員で行い、その中でミスが少ない審判員が決勝トーナメントの審判を行うようになった。しかしながら、アジアの審判員は反則をあまり取らないとか、逆にヨーロッパの審判員は早いという傾向があり、審判セミナーにおいて実際に下された判定を見ながら統一見解を作っている、その時の状況によって変わってくる。

私が試合を見た印象としては「効果」と思われるものが「有効」として評価され、体側がつくようにして投げると「有効」と判断されるケースが多く、体が畳に付いたところだけを見てジャッチしているように感じた。最近ではビデオを導入してより正確な判定に努めている。やはり人間の見ることなので、難しい判定や紛らわしい判定に対応できない時もある。そうした時にビデオの録画をもとに Jury によって判断される、このように試合において、正確で誤審のないように心がけ工夫することは大事だが、審判がビデオに頼りすぎたり、Jury が積極的に発言し試合を頻繁に止めるようなことがあれば、審判の威厳とレベルを下げることにつながる恐れがあり、柔道の醍醐味も損なわれる。

国際柔道連盟試合審判規定の改正が行われる場合にはIJF理事会で行われ、これまでもカラー柔道着、ランキングシステムの導入、賞金大会の開催など提案され柔道の国際化に大きく影響を及ぼしている。カイロ世界選手権前のIJF総会でも朴会長が、200万ドルの財政的支援、各国柔道連盟への直接的支援100万ドル（柔道着、畳、その他柔道用具等）、柔道開発基金100万ドルなどの選挙公約を挙げ再選した。

今回の総会で、IJF加盟国は195カ国（国と地域）となり限りなく200カ国に近づき、代表出席国・地域と委任状を合わせた有効投票数は185票となったが、40%強

が委任状であった事を考えると常に柔道の将来を見据え真剣に取り組んでいる国と、そうでない国があるのが現実であり、こうした対策を考えていく事が、より底辺を拡大し柔道発展につながるのではないだろうか。



写真 10 ポルトガルでの柔道指導後の集合写真

#### (4) 研修を終えて

練習環境によって成績に差がでるのは明らかだが、まだまだ十分な練習相手や練習環境に恵まれていない国も多く、競技力向上においては選手や指導者の為の環境づくりが大切だという事を実感した。イギリスを例に取っても、選手は日本のように企業や大学の部員として属さないため、国からの生活費の援助はあるものの、ごく限られた人数のために大半の選手は資金を援助してくれるスポンサーを探さなければならない。その事を考えると日本人選手は恵まれているし、十分な環境の中で練習ができる。その反面、たくましき・ハングリー的な部分が海外の選手に比べて欠けていたところがあるように感じた。練習環境が充分でない国の選手は、自主的な行動と競技に対する工夫や研究心を持っており精神的にたくましい選手が多い。日本の選手もこのような所を見習い、できれば一人で海外に行き、色々な国の状況を知ると視野を広げることができるであろう。

今回の研修でイギリスを中心とし、様々な国の文化に触れ、海外で生活して初めて分かる事が数多くあった。加えて、滞在期間中数々の大会や合宿などに参加し、柔道を通じ色々なことを学び視野を広げることが出来、その中でも、ヨーロッパ柔道の現状の把握やコーチングについて研修できた事は大きな収穫であり、今後コーチとして指導していく上で大変に役立つことである。また、海外の多くの人々と良い関係を築けたことは、私自身にとっても大きな財産になり、この一年で築いた友好関係が今後さらに役立つと信じています。

イギリスにいる間、ロンドン同時多発テロ事件や、2012年ロンドンオリンピック決定など様々な出来事があり、あっという間に研修期間が過ぎ充実したものになった。また1年間という貴重な時間をいただき在外研修に対し日本オリンピック委員会、全日本柔道連盟ならびに、たくさんの方々にご尽力をいただきましたことに心から感謝し、この研修で学んだことを指導者として活かし、これからの日本柔道、世界柔道発展に尽力して行く所存であります。