

海田町にゆかりのある人を毎月ピックアップし、現在の活動や仕事内容から海田町への思いまで深掘りしていきます。12月号では、護身流空手道誠錬會坂原道場 師範代の坂原正啓さんに、空手を始めた経緯やこれからチャレンジしたいことについて聞かせてもらいました。

坂原 正啓さん

護身流空手道 誠錬會
坂原道場 師範代
誠錬會 三段位
講道館柔道 初段
日本スポーツ協会スポーツリーダー
JSPOスタートコーチ
JADPスポーツメンタルトレーナー
JADPスポーツ整体

今をときめく
まちのあの人に会いに行く vol.32

自信につながった空手の存在 続ける大切さを感じて

私が空手を始めたのは4歳の頃。父と共に海田の空手道場へ入門し私の空手人生がスタートしました。師匠である石田実師範はとにかく厳しく、幼かった私はただ怖いと感じていたものです。稽古漬けの毎日が嫌になり、何度もやめたいと思った時期もありました。空手が楽しいと思い始めたのは中学生になってから。有段者となったことをきっかけに、『もっと強くなりたい』という闘志が芽生え始め、刺激を求めて柔道や他流派に身を置き、試合経験を積んで18歳で二段位を取得。社会人になってからは、家庭と仕事がある中でフルコンタクト空手の全日本をめざし



▲活動の様子

て日々精進していました。しかし、稽古中に2度にわたり右膝内側半月板を損傷したことをきっかけに指導に専念することを決めました。

強い精神力や忍耐力を体得してほしい

自身の道場を父と一緒に立ち上げたのは2017年。空手の稽古は本来自己鍛錬が本質で、目標が無くとも日々の稽古を習慣化し、日常で当たり前で鍛錬でき、何事にも平常心でいられる心身を作るのが目的です。特に私たちが教えている護身流空手は身を守るために考案されたもので、直接的な打撃を行うフルコンタクト空手です。痛い思いもするし、辛いと感じる稽古も多いものです。しかしながら、その中で育まれる『闘志』は人を成長させてくれる糧になると確信しています。子どもたちが社会に出れば自分の判断で自由に選択できる楽しさの反面、さまざまな逆境（孤独、責任感、妬み、嫉妬、いじめ...）に多々直面することがあると思います。そこで逆境に耐えて乗り越えるもしくは、回避できる精神力を養ってもらいたいと強く思い、設立を決意しました。

現在生徒は60人を数えるまでになり、これからの誠錬キッズの成長が私の生きがいと言っても過言ではないと思っています。



▲活動の様子

空手の魅力を伝えつつ、選手を育成

自衛官だった祖父が他界する前に私に向けて残してくれた言葉があります。「志向は宝なり、思考は物なり、されど人に尽くすは、これ総て成就するところなり」どんな意味で書いてくれたかは聞くことができませんでしたが、自身で解釈して誠錬キッズに尽くしている今がこの言葉だと信じて行動しています。そしてこの言葉を座右の銘にし、自分の中に宿して指導を行っています。海田町民センターと畑賀福祉センターで行っている『海田わんぱく空手』では、技術指導のほか、あいさつや礼儀も大切にしています。稽古場に入る際は「押忍」とかけ声、稽古が終わった後に保護者の方への立礼など、人として当たり前の部分を徹底して指導しています。稽古中にフラフラするのは厳禁で、静と動を意識させるのも必須です。

空手稽古のほかに、毎週木曜日には海田南小学校で誠錬キッズを対象に『フィジカルクラブ』を開催しています。これは神経系が最も発達する5～12歳ぐらいの生徒を対象に、アジリティ動作やタグ鬼ごっこなど遊び感覚で楽しく身体能力を向上させる活動を行っています。ほかにも選手クラスが通うパーソナルクラスもあり、競技としての稽古も行っています。ここ数年はコロナ禍で色々な大会が中止になっていたため機会すら得られませんでした。今年度は道場を立ち上げてから初の全国大会出場者が5名決定しました。来年以降は全国へ羽ばたく選手がもっと増えるのではと期待しています。今後は借りスペースでの稽古ではなく、海田町へ本部道場を建設するのが目標です。そこで、多数の選手育成と同時に空手の楽しさや魅力をこれから入ってくる誠錬キッズに伝えることが自分の使命だと強く思っています。押忍。



▲坂原道場「わんぱくマーク」



My Favorite

海田の
お気に入り

存分に体を動かせるスポットが充実

稽古がないお休みの日は、生徒たちと一緒に海田総合公園で鬼ごっこをしたり、日浦山登山にチャレンジして遊びながら体を鍛えています。瀬野川河川敷を走ることもあるし、海田町には思い切り体を動かせるスポットが多数点在しているのがいいなと思います。



出演者 募集

広報かいたにご出演いただける人を募集中。自薦他薦は問いません。海田町で活躍していたり、新しいことに取り組んでいたり、まちのことが大好きな人をお待ちしています。興味がある人は問い合わせください。

企画課(役場3階)

TEL 823-9212

Mail kikaku@town.kaita.lg.jp