＜2016 年 1 月　月例会報告＞

＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊

柔道というスポーツが日本で愛されるために

−柔道のこれまでの歩みを振り返り、今後の課題を考える−

川戸 湧也（筑波大学大学院修士課程 2 年／柔道部）

＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊

【日　時】2016 年 1 月 26 日（火）19 : 10～21 : 00（終了後は 23 : 00 ごろまで「景宜軒（けいぎけん）」）
【会　場】筑波大学附属高等学校 3 F 会議室
　　－柔道のこれまでの歩みを振り返り、今後の課題を考える
【演　者】川戸湧也（筑波大学大学院修士課程 2 年／柔道部）
【参加者（会員・メンバー）9 名】安藤裕一（GMSS ヒューマンラボ）、牛木素吉郎（ビバ！サッカー研究会）、春日大樹（筑波大学大学院）、金子正彦（会社員）、川戸湧也（筑波大学大学院）、岸卓巨（スポーツ・フォー・トゥモロー・コンソーシアム事務局）、小池靖（サッカースポーツ少年団）、嶋崎雅規（国際武道大学）、中塚義実（筑波大学附属高校）、
【報告書作成者】川戸湧也
注）参加者は所属や肩書を離れた個人の責任でこの会に参加しています。括弧内の肩書きはあくまでもコミュニケーションを促進するため便宜的に書き記したものであり、参加者の立場を規定するものではありません（ご本人の了解が得られた範囲で公開しています）

＜目　次＞

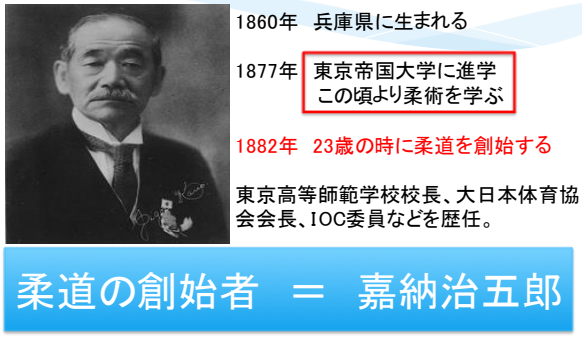
１．柔道の歩み
１）「術」から「道」へ
２）柔道の普及活動
３）乱取（乱捕）稽古の開発
４）柔道着の開発
質疑応答
２．スポーツとしての柔道
３．全日本柔道連盟『科学研究部』とは？
質疑応答
４．柔道が解決すべき課題
５．ディスカッション

１．柔道の歩み

はじめにこちら（スライド 1）の映像を見ていただきます。こちらの映像は先日（2015 年 12 月 4 日～6 日）東京体育館において開催されたグラントスラム東京大会の日本人のハイライト映像です。動画共有サイトの YouTube より引用しました。このように日本で生まれた柔道は世界に広まり、今や世界中を回るワールドツアーを組んでいます。そのワールドツアーの中の大会が先日東京で行われたのです。

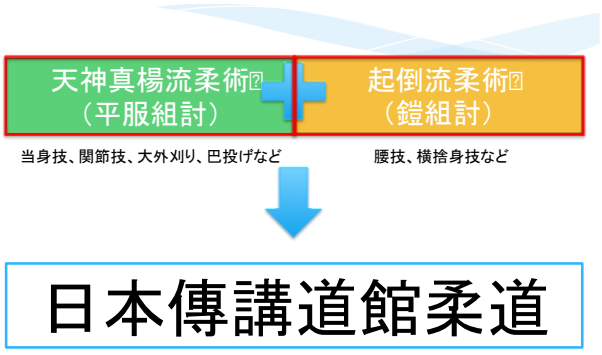
スライド 1

さて、まず初めにこのように世界に普及した柔道ですが、その創始者についてお話ししたい。ここ（スライド 2）におられる皆様においては既に十分ご存知のことだと思いますので恐縮ではありますが、ここに示す嘉納治五郎師範が創始されました。嘉納師範は東京帝国大学進学と同じ時期に柔術を始めました。そしてその 5 年後に柔道を創始しました。スライドを見てもらえれば分かるかと思うのですが、柔術を学び始めてからたった 5 年で柔道を創始しています。たった 5 年ですべての技に対して理論的に分析・検討を加えて取捨選択をしていることは特筆すべき点だろうと思います。さらに教育的な観点から柔道の稽古を通して心身を健全に育成するために体系化した点も大きな功績だと思います。



スライド 2

ではこのスライドからは柔道の技術・技法についてお話を進めていきたいと思います。柔道は基本的には天神真楊流柔術と起倒流柔術の二つの流派が元となって構成されています（スライド 3）。ちなみに柔術は幕末には 167 の流派が確認されています。その柔術は特徴から 2 種類に分けられます。普段着での戦闘を意図している「平服組打」と合戦場で鎧を着用した相手との戦闘を意図した「鎧組打」の 2 種類です。これについては後で詳しく示します。



スライド 3

スライド 4

それでは柔道のルーツとなった柔術について話を進めていきましょう。まずは平服組打である「天神真楊流柔術」からです。それではこちら（スライド 4）の映像をご覧ください。この映像も YouTube から引用しました。

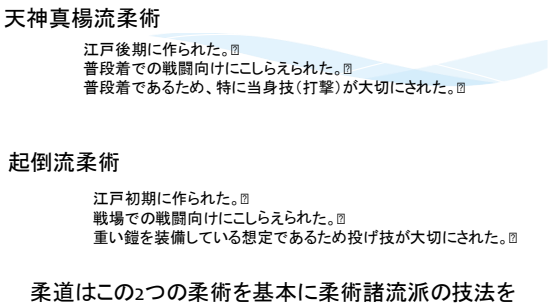
この映像では袴姿ですが、普段着での戦闘を意図して突きや蹴りなどの当身技や関節技を重要視した技術体系があります。

少し実例を見てもらいたいともいます。春日くん、後ろから僕の首を絞めてみてください。今絞められています。ですが、このままお尻を突き出すように体を前屈すると相手が伸びますよね。わかりますか。そのまま絞めている相手の手首をとって相手の脇の下をくぐるように抜けると、このように肘を決めることができて逆転できます。ありがとうございました。

スライド 5

続いて鎧組打ちの「起倒流柔術」を見てみましょう。この（スライド 5）映像では鎧は来ていませんが､鎧を着ているという想定でやっています。鎧はとても重くて、姿勢を維持するのが大変ですね。そのような想定なので、奥の男性の足元に注目して欲しいのですが、足が揃っていないですよね。足を揃えると鎧の重さで倒れてしまうので足を開いて立っています。そして礼法も少し異なります。見ていただくとわかるのですが、正座をしていませんよね。つま先を立てたまま膝をついて、手も肘を突っ張って前についていますよね。これも同じ理由で、通常の戯れは鎧を着た状態では潰れてしまうからです。

それではこの 2 流派についてまとめます（スライド 6)。「天神真楊流柔術」は江戸時代の後期に作られた流派です。つまり戦国の世から離れた時代に作られたということです。そのため合戦を意識しておらず、普段着での戦闘を意識したしつらえになっています。そして普段着であるため突きや蹴りといった当身技や関節技が重視しているということが特徴としてあげられます。一方の「起倒流柔術」は江戸時代のはじめに作られています。つまり戦国時代の雰囲気、余韻が漂う時代背景の中で作られました。そのため合戦場での戦闘を意識して鎧を着用した状態での戦闘を意識したしつらえになっています。そして重い鎧を着用していることから当身技よりも捨身技に代表される投げ技を重視しているということが特徴としてあげられます冒頭にもお話ししましたが、この 2 流派を基本として他の流派の技術を



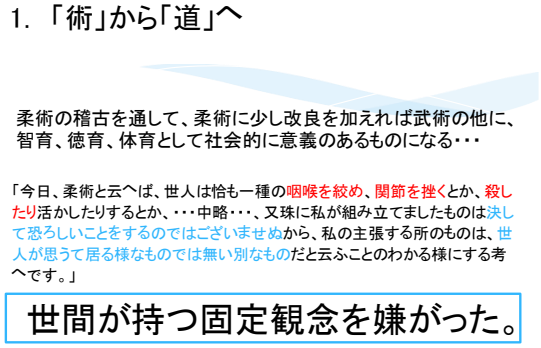
スライド 6

取捨選択しながら柔道の技法・技術は体系化されていきました。

次のスライドからは嘉納師範の柔道に関わる取り組みと発明についてお話をして、より深く柔道について知ってもらいたいと思います。

1）「術」から「道」へ

嘉納師範は柔術の稽古を通して、柔術に少し改良を加えれば武術の他に、智育、徳育、体育として社会的に意義のあるものになると常々お考えになられていたそうです。そのように考えられていた折、柔術の諸流派を統合する形で柔道を創始しましたが、創始にあたっては教育的な観点を加えました。

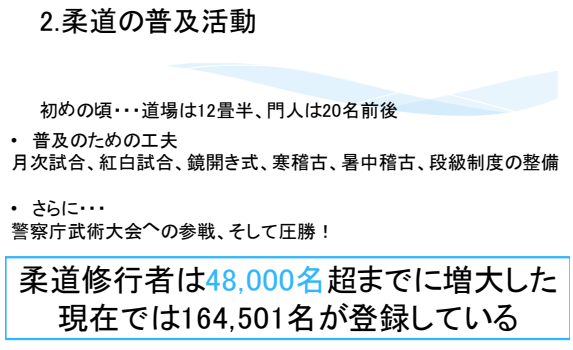


スライド 7

そして、柔道という名称についてですが、嘉納師範はスライドに示すように述べております。「今日、柔術といえば、世人は恰も一種の咽喉を絞め、関節を挫くとか、殺したり活かしたりするとか、・・・中略・・・、又珠に私が組み立てましたものは決して恐ろしいことをするのではございませぬから、私の主張する所のものは、世人が思うて居る様なものでは無い別なものだということのわかる様にする考えです」。つまり、柔術という名称のままだとこれまでのイメージから首を絞めたり痛めつけたりするような粗暴なイメージを引きずってしまうことを嫌がったのです。しかも嘉納師範が創始した柔道は安全で教育的価値のあるシステムというこれまでの柔術と一線を画すものであったため、世間の固定観念を嫌がったことが名称変更の理由と言われています。

2）柔道の普及活動

次は柔道の普及についてお話ししたいと思います。柔道は創始された当初、12 場程度の道場、これはお寺の一角なのですが、そのような場所で 20 名程度の門人でスタートしました。柔道の価値を世間に広めるために、嘉納師範は柔道の普及に取り掛かりました。



スライド 8

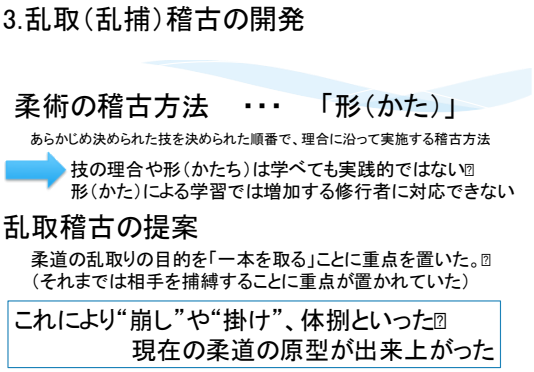
まずは普及のための工夫として行事を設けることとしました。例えば、月次試合（つきなみしあい）、紅白試合、鏡開き式、寒稽古、暑中稽古、段級制度の整備などが挙げられます。特に段級制度は囲碁の世界から取り入れて修行者の努力を段位で可視化した、動機付けを高めるための工夫であると言えます。

さらに柔道の優位性を示すために積極的に対外試合・他流試合を行いました。特に警察庁武術大会への参戦したところ、そこで圧勝したことは有名です。

このように修行者の動機付けを高める工夫と柔道の優位背を外に発信する取り組みの結果、昭和初期には、柔道修行者は 48,000 名を超え、現在では 164,501 名が競技者登録するまでに普及しています。

３）乱取（乱捕）稽古の開発

続いて、柔道の稽古方法についてお話しします。柔術時代の稽古法は主に「形」を通して行われていました。「形」の稽古はあらかじめ決められた技を決められた順番で行うのですが、これによって技の形や理合、これは言い換えると理屈ですね。技がかかる理屈です。この稽古方法では稽古に参加できる人数が限られてしまうため増加しつつあった門人の稽古に対応できませんでした。そこで嘉納師範は過去の文献などを検討して乱取という稽古方法を発明しました。柔道の乱取り稽古の目的を「一本を取ること」と設定したことが大きな変化です。これまでの形などの稽古法では相手を投げるということよりも相手を捕縛することに重きが置かれていました。この乱取り稽古の発明によってその点が大きく変わったのです。これによって体捌きや崩しなどといった現在の柔道の原型が出来上がったのです。

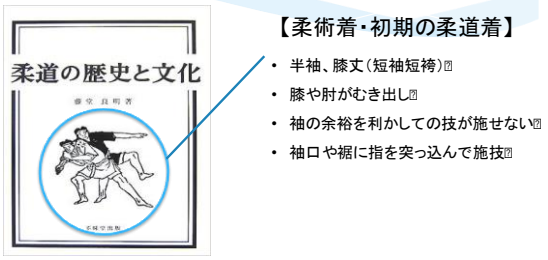


スライド 9

４）柔道着の開発

最後に柔道着の開発です。こちらのスライドをみてください。

これは武道学の本なのですが、ここで描かれている人は柔術着を着ているのですが、半袖・膝丈の着物を着ていますね。この状態だと肘や膝がむき出しで、怪我が絶えなかったそうです。技についても袖口や裾口に指を突っ込んで技を仕掛けるほかなく、袖の余裕を利かせて技を仕掛けることができませんでした。



スライド 10

次のスライドをみてください。これは私の写真なのですが、先ほどの絵と比べて大きく違いがあると思います。まず袖ですよね。長袖になっていて肘が隠れています。これによって安全性が高まったとともに袖の余裕を利かせた技を施すことが可能になり背負投や体落などの技術が発達しました。

スライド 11

ここまでが柔道の技法や技術についてもまとめです。ここまでで何かご意見やご質問がある形はいらっしゃいませんか？

質疑応答

中塚：細かいところを聞くようだけれども、柔道衣の『衣（ぎ)』って着物の『着』を使わずに衣って書くけれど、それはどっちが正しいの？

川戸：確かにそうですね。『衣』を使います。けれど、今回お話をさせていただくにあたって調べてきた内容にそこは入れてなかったので、ちょっと今僕からお話をさせていただけないです。すみません。

牛木：もともとは『衣』なんですけど、常用漢字が戦後制定された時に、『衣』っていう時に『ぎ』という音を与えないことになったんですね。その名残がまだ残っているんですね。

川戸：あぁ、なるほど。そんな背景があったのですね。補足していただきありがとうございます。

質問：近代になる手前、剣術というのは武士のたしなみとして一般的だったと思うんですけれど、同様に柔術の場合も同じではないかと思うんですね。ですけど、柔術というのは明治になる前にどれくらい普及していたのですか？

川戸：柔術の普及については、今回は調べていなくて準備もしていないので具体的な数字などを挙げてお答えではできないんですけれども…

質問：例えば剣術だと有名な○○さんは××流みたいなことがあると思うんですけれど、柔術の場合はそういうのはないのですか？

川戸：例えばですけれど、柔道の世界には『講道館四天王』と呼ばれる人たちがいたんですね。代表的な方で西郷四郎といって姿三四郎のモデルになった方です。彼らは柔道の草創期に四天王として活躍をされていた方達なんですけれど、柔道から初めて強くなったというわけではないんですね。もともと柔術をされていた方達でした。その当時、柔道で有名になった方というのは柔術で名のある人たちが多かったようです。

質問：段級制度というのは嘉納治五郎が始めたんですか？

川戸：いえ、あのこれは囲碁の世界から持ってきたということでした。僕が参考にした本にはそれ以上の記述がなかったので、囲碁の世界において（段級制度）はどのような発展をしてきたのかはわかりませんが、柔道においては、囲碁の世界から持ってこられたのは事実のようです。

質問：っていうことは剣道はどうなのかな？柔道の方が先にそういうことになったのかな？

川戸：剣道の段級制度が何年にできたかなどということは、今回調べてきていないので、お答えはできませんが、柔道は明治の半ばにはすでに完成していて、ごく初期にできたとのことでした。

中塚：非常に興味深いのは、高等師範蹴球部初代主将の中村覚之助は『水泳初段』を嘉納校長からいただいているんですね。柔道と同じような段位制を水泳にも導入しようと嘉納治五郎は思ったんでしょうね。それが今も続いているのかはわからないですけど。多分古式泳法のなんとか流みたいなところに繋がっていくのかもしれないですね。

川戸：確かにそうですね。今回の資料をみたところでも古式泳法などは紹介される程度にとどまっていて、例えば段級制度があったみたいな話はなくて、なんともコメントできないんですけど。

中塚：この月次試合っていうのは今でもやっているの？

川戸：ここ（スライド 8）にあげられているものは今でも行われていますよ。月次試合に関して言うと毎月一回、講道館で行われています。木曜日か土曜日ですね。紅白試合は年に 2 回、春季・秋季ですね。鏡開式、寒稽古、暑中稽古っていうのも今でも講道館に行けばやってます。

中塚：というと、いま町なかのフットサル場へ行けば誰かとは試合ができるというような仕組みを約 100 年前に整備していたというわけですね。

川戸：そうですね。月次試合は割と気軽に参加出来ると思います。
参加者：それは広い道場の中を初心者コース・上級者コースみたいな形で分けているの？
川戸：試合は基本的には段別で行われています。初段、弐段、参段、四段という形ですね。五段より上は高段者という扱いになるので、別で、『高段者大会』というのが開催されています。

２．スポーツとしての柔道

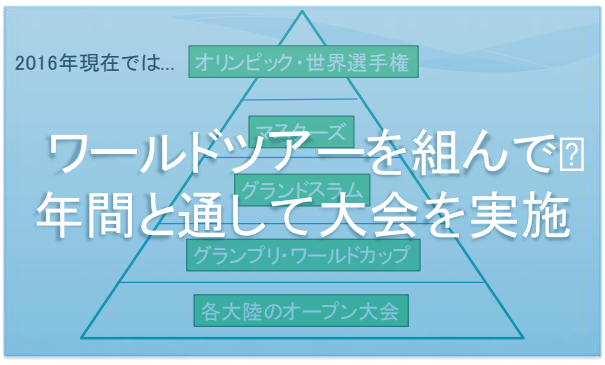
スライド 12

まずはこのスライド 12 をご覧ください。冒頭に少し触れましたが、今日、柔道は世界中を回るサーキットを組んでワールドツアーを実施しています。この映像は YouTube に公開されているプロモーション映像です。

スライド 13

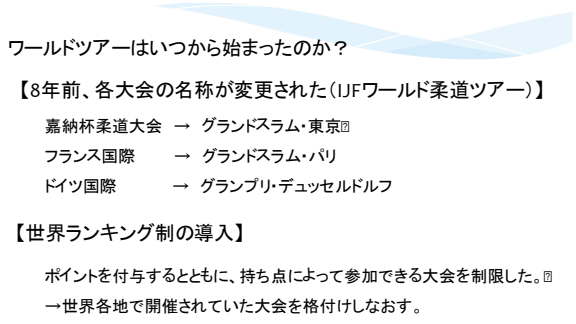
さて、いうまでもなく世界に広まった柔道がスポーツとして認知されるようになったのは間違いなく 1964 年の東京オリンピックだと思います。女子においてはソウルオリンピックですね。これによって国際的にスポーツとして認知されたと言っても過言ではないかと思います。そして昨年カザフスタンで開催された世界選手権では 120 カ国の国と地域が参加していました。こちらがその光景ですね。とても盛り上がっていました。

さて、先ほどから述べている柔道のワールドツアーですが、このようなヒエラルキーで構成されています。一番下が各大陸で開催されているオープン大会、続いてワールドカップ大会、グランプリ大会、そしてグランドスラム大会があります。その上にマスターズという大会があって、その上が世界選手権とオリンピックという位置付けになります。サッカーの世界でワールドカップというと最も高い位置付けだと思いますが、柔道ですとこの位置になります。

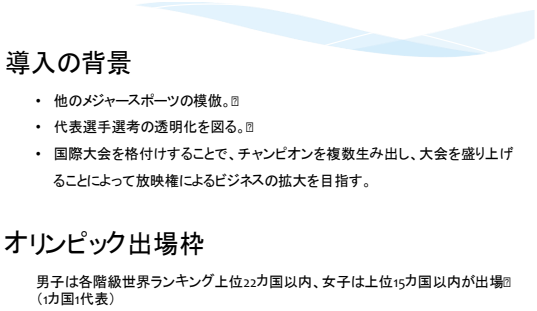


スライド 14

まとめると次のスライド 15 の通りになります。今から 8 年前にこれまで行われていた国際大会のすべての名称を変更して 1 年間を通じて大会を実施するようにしました。これが IJF ワールド柔道ツアーの始まりです。そしてこれと時期を同じくして世界ランキング制が導入されました。先ほどのヒエラルキーに応じてポイントが選手に付与するとともに、所持しているポイントによる大会出場制限をつけることが目的でした。



スライド 15



スライド 16

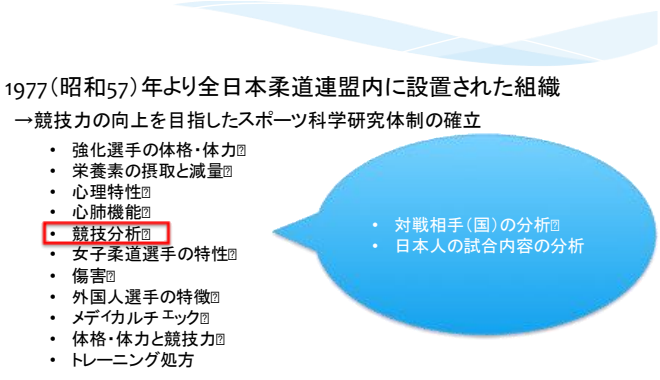
この世界ランキング制の導入の背景には他のメジャースポーツの模倣をするとともに順位をポイントで明確に客観的に示すことで各国の代表選手の選考の透明化を図ることを目的としました。

ここまでが今日世界で行なわれている柔道の実情というか現状です。

３．全日本柔道連盟「科学研究部」とは？

さて、ここからは私の活動について紹介させていただきたく思います。早速ですが、皆さんは全日本柔道連盟科学研究部という存在をご存知でしょうか。科学研究部は強化委員会の中にある組織です。ここで私は柔道についての研究活動をさせていただいています。

そのなかで何をしているかというと、このスライドに示すような研究活動を行っています。その中で私は主に競技分析を担当させていただいています。競技分析では、誰が、何の技を、どの時間帯に、どのように仕掛けてくるかということなどについて分析しています。



スライド 17

さて、先日このような記事が新聞に掲載されました（スライド 18）。少し読んでみますと「柔道も科学の時代」「『この情報間違ってるんじゃないのか。』昨年の世界選手権、重量級の試合が続くなか、研究部にあるコーチから連絡が入った。対象は日本人選手の次の対戦相手について。技の頻度、左右

の比率、時間帯ごとのポイント奪取率などだった。ポイントを取っているのはすべて左技というデータだったが、コーチには右のイメージしかなかった。そのギャップー」ということで、これはひとつの例なのですが、試合の過程や結果をデータとして客観的に出すと、真実が見えてくるんですね。

　この前行われた世界選手権でも分析を活用して試合に臨みました。

スポーツ（7）　8版　8/24日刊スポーツ
柔道も科学の時代
長らく感覚勝負で成功してきた日本
ロンドン五輪低迷でデータ分析強化
リオはでどんな選手になっているか
全柔連科学研究部 石井孝法氏に聞く
冷静判断も
涙…「ふがいな

スライド 18

　その分析なのですが、実際はこのように行われています。パソコンにスイッチャーなどなど幾つかの機械をつないで映像をキャプチャして即時分析をして選手・監督にフィードバックできるようにしています。写真を見ると分かるかと思うんですけど、5 人のメンバーに対してパソコンの数が異常ですよね。

スライド 19

スライド 20

　ここまでのところで、いかがですか？

質疑応答

質問：オリンピックの代表を決定するにあたって、ロンドンからランキング制になったのですか？

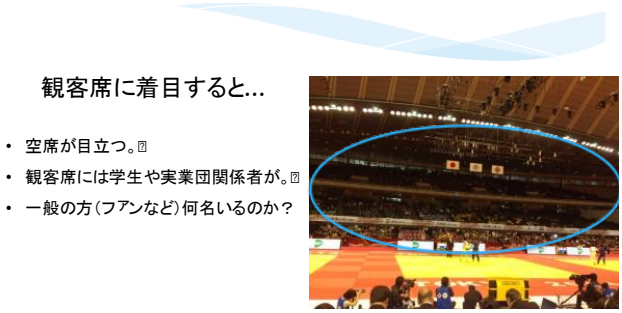
川戸：それまでもオリンピックには参加制限があったのですが、ランキングを導入して上位 22 名しか出られないという枠組みをつくったのはロンドンからです。

４．柔道が解決すべき課題

次のテーマに続けていきます。次のテーマで話す内容は私の私見ですので予めご了承ください。

先日、グランドスラム東京に来られた方は分かるかと思うんですけれど、観客席、めちゃくちゃ空席がありましたよね。埋まっているかと思うとそこには実業団関係者だったり大学関係者だったりということで身内しかいないんです。一般の、ファンの方というのはいったい何名位いるのかな、といつも疑問を抱いています。

カザフスタンでの世界選手権とは大きい違いですね。



スライド 21

自分の主観ではありますが、日本人と外国人の応援の特徴についてまとめてみました。

まず日本人です。日本人は国なんか関係なくて所属の選手を応援するんですね。そしてその応援方法もシュプレヒコール調で、騒がしくて品がないと感じてしまいます。そしてあまりルールを把握していないんじゃないかなって思っています。あと表彰式も無視して帰ります。これが僕は許せないんですよね。すみません。

そして外国人の特徴ですが、所属にかかわらず自国の選手を応援しています。コールや歌唱などはしません。そして応援を聞いているところ、ルールを正しく把握していると思います。それに表彰式までしっかり観て、選手に対して敬意を払っているように感じます。

そこで、まとめると、日本人はスポーツを観る目が育っていないんじゃないのかと考えるようになりました。日本は大学まで「体育（保健体育）」の授業がある非常に稀有で恵まれている国です。「部活動」という学内でスポーツのできる機会・システムがあります。日本人はスポーツをすることや関わることについては教養が備わっていると思いますが、殊、観ることについては全く教養がないのではないのかなと思っています。

ここで今日の話題を提供させていただいてこの話を終えたいと思います。みなさんにとって「柔道」とはどんなイメージですか。どうしたら柔道を始めとしたスポーツを観る目が養われるのでしょうか。

ここで意見の交換ができればと思います。よろしくお願いします。

５．ディスカッション

参加者：日本人は見に行くというよりも応援しに行くという感覚でスポーツにかかわるのではないでしょうか？　まだスポーツを見て楽しむというところが文化として定着していないのではないでしょうか？

川戸：なるほど

参加者：そこで日本スポーツ経営学会では見る力『鑑賞力』に着目してそれを指標化できないか、そしてそれを向上させる教育ができないかということを取り組んでいます。

川戸：なるほど、ありがとうございます。非常に興味深い取り組みをされているのですね。

参加者：柔道だと、海外の試合に見に来る観客の層というのはどのような感じですか？家族連れ？

川戸：結構家族連れできている人が多くて、おそらく子供が柔道をしているファミリーが来ていると思うんですけれど、カップルがいたり、乳幼児を連れた親子がいたり、という感じですね。印象的だったのがお母さんが二人子供を連れてきていて、柔道をやっている人が応援しているという感じよりも家族連れというか、普段柔道をやっていなさそうな人も多く応援に来ているといった印象ですね。

参加者：カザフスタンだけでなくて？

川戸：そうですね。パリやハンガリーでもですね。特にハンガリーは子供が多くて。その子達に『柔道クラブに入っているの？』って聞いたら『ちがう』って言っていました。柔道はやっていないと。ヨーロッパの方がこういう感じが多い印象ですね。

参加者：柔道の試合だと、この前の GS 東京なんか、会社のつながりで来ているというような感じですよね。

川戸：そうですね。好きで来ているのか何なのか…

参加者：柔道は国際競技力も高いし、メダルも取ってくるし。露出もあって、メディアにも取り上げられますよね。そういう意味ではメジャーなのに、大会に人が入らないっていう状態が、僕はすごく不思議なんですよ。

川戸：僕も、正直そこは不思議に思っています。柔道の世界大会にくると、おそらく誰かが世界一になるんですよね。日本人が世界一になる瞬間を見られることってなかなかないと思うんですよね。しかもかなり高い確率で。なのに人が入らないというのは何が問題なんだろうっていつも思っています。

参加者：そもそも柔道は観せることを目的にしているとは思えないよね。3 面でやっているとどこを見たらいいのかわからない。決勝は 1 つだけども。大相撲だって、あちこちでやらないよね。観せるのなら、観せるための工夫がかならず必要になるわけで、観てもらいたいのなら 1 面でいい試合を観せるという方にシフトするのがいいんじゃないか。

川戸：確かにそうですね。

（続きは「景宜軒（けいぎけん）」にて…）