

2011年1月 71号

## 第22回若獅子青少年柔道大会が開催



12月12日に高岡中央ライオンズクラブ主催の第22回若獅子青少年柔道大会が県営高岡武道館で開催

中学生の部は男子団体戦の18チームと女子団体戦の10チームが参加、小学生の部は約300名が団体戦と個人戦とに別かれ、熱戦が繰り広げられました

我が家は長女佳菜恵は志貴野中学校の団体戦先鋒で出場し、勝利したものの3位という残念な結果に終わりました。(^\_^メ)

平成23年に期待します。

### 編集後記

年末は、恒例の家族全員参加の大掃除でした。窓拭きチーム、玄関外庭チーム、ワックスがけチームに分かれ作業を開始。この働きによるお年玉の査定があると脅し、私がサッボっていないか監視するまでも無く子供たちは一生懸命におののの仕事をしてくれました。また前日からの積雪のため、元旦は早朝より除雪トレーニングで一年が始まりました。今年は、子供たちにとっても勝負の年です。ウサギが飛び跳ねるように飛躍することを期待します。

4日の柔道稽古始め気合十分の写真 (\*^\_^-\*) わらい(右記→)



2011年2月 72号

## 第42回正気館柔道大会 中学女子の部で優勝



1月10日に正気館柔道大会が塩谷建設正気館道場で開催。高岡市内のスポーツ少年団7チームと中学校10チームが参加。我が家は長女3号(中2)も52kg級に出場しました。攻撃は強いのですが、決めの甘さもあり、とりあえず優勝はしました。さらに、稽古に励み、上を目指してくれるはずです。男子団体戦はなんと!!!!志貴野中学校が準優勝しました。(@\_@;)ビックリ 父談

### 編集後記

先日、志貴野中学校で柔道部の寒稽古がありました。昨年はインフルエンザが流行し中止となつたのでやれやれと思っていたのですが、今年は、雪と寒さが厳しい、絶好な寒稽古日和となりました。(/-\_-;)

生徒は、寒くても平気?ですが、見ている私は寒くて寒くて震えていました。今年は初めて校長先生も参加し、練習後にみんなでぜんざいを食べ終了しました



2010年3月 73号

## 第5回射水市柔道大会が開催

2月11日第5回射水市柔道大会がアイシン軽金属スポーツセンター柔道場で開催されました。

射水市柔道連盟の主催で射水市の中学生と招待チームが参加し



熱戦を繰り広げました。私が指導している櫻心塾も参加しましたが、惜しくも第3位の結果となりました。(>\_<) 志貴野中学校も出場の予定でしたが、インフルエンザにより出場を辞退しました。残念!!!!!!

### 編集後記

1月の大雪も消え、暖かい日差しが戻ってきました。早朝散歩を3ヶ月ぶりに開始しました。

2月には、佳祐が漢検2級、佳翔は暗算2級、佳菜恵は柔道初段にそれぞれ合格しました。目標に向かって日ごろから練習し精進した結果だと思います(^^)/。更なる上を目指してがんばってほしいです!!

3月は次男が中学を卒業。携帯電話を買うべきか悩むところですが、いまどきの子は持つのが当たり前。買ってあげる代わりに、高校でも柔道を続けなさいと、取引しようかと考える私は鬼?ですか……。

2011年4月 74号

## 平成22年度高岡市柔道連盟定期総会が開催



3月21日平成22年度高岡市柔道連盟定期総会が高岡商工ビルで開催されました。

総会に先立ち、東北地方太平洋沖地震・長野県北部を震源とする地震により、亡くなられた方のご冥福を祈り黙祷をささげました。

また、総会場では義援金を募り、集まった義援金は高岡市柔道連盟から北日本新聞社に預託され、被災地に送られました。

### 編集後記

先日、滋賀県竜王にある三井アウトレットパークへ、私と妻それに3号(長女)と4号(三男)の合計4人でドライブを兼ねた買い物に出かけました。駐車場と売り場は予想通りの大混雑でしたが、私と妻はREGALシューズを、佳菜恵は服、佳翔はナイキのシューズを安く購入できて、大満足の一日でした。(^^)/



## 第60回富山県高等学校春季柔道選手権大会が開催



4月23-24日第60回富山県高等学校春季選手権大会が県営富山武道館で開催されました。

我が家は長男（高3）も団体戦と個人戦に出場し、昨年の右肩負傷から、一年ぶりの公式戦を無事に戦いました。団体戦、個人戦ともに課題としていたことが達成でき、6月5日の高校総体県予選に向けてのよいスタートが切れました。

父談

### 編集後記

先日読んだ雑誌の中に「運とツキの法則」の記事が載っていました。内容は、「さまざまなチャンスに出会えることが“ツキ”であり、そしてその“ツキ”を活かし、成功したに時に“運”があったといえる」と、書いてありました。チャンスに、巡り会うためには、日々の努力とプラス思考、それと平常心が重要とも書かれてありました。

6月に長男は、高校生活の目標である全国高校総体の出場をかけた、大切な柔道の試合があります。運をつかむために、ツキに出会えるチャンスを逃さず、一日一日を大切に心と体を鍛えてほしいものです。

## 第6回高岡市民体育大会中学の部 52kg級で優勝



5月28日に高岡市民体育大会中学の部が、県営高岡武道館で開催。我が家は長女（中3）も出場し52kg級で優勝したのですが、力強い試合が出来ず、地区大会、県選に向けて課題が残る試合内容でした。次回は、しっかりと修正して試合に臨んでほしいものです。

父談

### 編集後記

先日、近所の方から自転車を頂きました。今年の健康診断で「運動不足によるコレステロールと肝機能の数値が悪い」と指摘されていたので、毎朝5時45分起床し、古城公園まで往復する自転車トレーニングを開始しました。自転車をこぐのも大変(>\_<)。息も上がり太もは筋肉痛になりますが、身体が浄化され、ストレスも解消され一石二鳥です。次回の健康診断が楽しみです。でも数値に変化がなかったらシヨック!

2011年7月 77号

## 第46回高岡地区大会 52kg級で優勝



6月18-19日に第46回高岡地区中学校総合選手権大会が県営高岡武道館で開催

我が家の中3の娘も出場し52kg級で優勝しました。

今回、寝技で勝つ課題は達成できませんでしたが、

7月18日の県中学校選手権大会では一本を取る柔道で全国大会出場をめざします。志貴野中学男子の団体戦も、今年は北信越大会の出場が期待できます。

父談

### 編集後記

6月4日と5日に第60回高校総体柔道競技がありました。我が家の中3の娘も73kg級に出場したのですが、勝ち上がる事が出来ず、残念な結果に終わりました。試合後数日間、私は試合結果を受け入れることが出来ず、"心はここにあらず"の日々を過ごしていました。しかし、子供はすでに次の目標に向かって歩き始めました。親の私ばかり、立ち止まっていたことに恥ずかしく、そして長男が小学3年生から柔道を始め、これといったタイトルも取れなかったのですが、一勝懸命に柔道を続けたことは褒めてやりたいです。

次は、志望大学合格です。この目標の為に精一杯の応援をします。今度は必ず、運も味方してくれるはずです。ガンバレ佳祐!!!!ファイト一発

2011年8月 78号

## 52kg級優勝で全国大会出場決定



7月18日第49回富山県中学校総合競技大会柔道競技が小杉総合体育センターで開催

我が家の中3の娘が52kg級で優勝し、8月22日から和歌山県で開催される「全国中学校大会」の出場キップを手にしました。

中学三年間の目標であった全国大会での試合を、当日は家族で精一杯の応援をし、入賞を期待します

父談

### 編集後記

8年と6ヶ月乗り続けた黄色の軽四を乗り換えることとなりました。約10万キロを走り私達を助けてくれたのですが、残念ながらお別れすることとなりました。

黄色い車体は何処を走っていても目立つらしく、黄色のekワゴンといえば、中川接骨院の車だと、家族だけでなく皆様に親しんでいただきました。

次の車は水色です。とくに送り迎えの方は、間違えの無いようにお願いします。

## 第42回全国中学校柔道大会に出場



8月22~25日まで第42回全国中学校柔道大会が、和歌山県の「和歌山ビッグホール」で開催されました。

我が家の長女(中三)が52kg級に出場したのですが、会場の雰囲気に呑まれたのかあっ気なく一回戦負け、全国のレベルを肌で感じたと思います。高岡から5時間30分もかけて行ったのに(>\_<)高校に進学してからは、この悔しさをバネにもっと強くなつて欲しいと願います。

父談

### 編集後記

全国中学校柔道大会終了後に大阪城を見学しました。城内は冷暖房完備でエレベーターもあり、外観との違いびっくり。ゆっくり時間をかけて見学すれば為になる展示物がたくさんあったのですが、わが子にせかされ、そそくさと退陣してしまいました。歴史が好きなこどもだったらよかったです。



しかし、所々に観光客がお土産を買っていきそうな雰囲気作りは、さすが大阪の商売上手と感心しました。

それでも大阪の街の高速道路はいろんな出口があってわかりません。車のナビのありがたさが身にしみてわかつた近畿のたびでした。

## 第1回富山県柔道指導者安全講習会に参加



9月11日第1回富山県「安全指導」講習会が県営高岡武道館で開催されました。全国的に各競技のスポーツ少年団での熱中症やケガによる事故が多発しております。

(財)全日本柔道連盟では「柔道はケガをしない・させない!」をスローガンに全国で講習会を開催しています。

今回、富山県柔道連盟が主管となり「柔道の安全指導」米田 寛 先生「柔道の基本指導」向井 幹博 先生を講師としてお招きし、安全指導について学びました。

### 編集後記

先日初めて、ヤフーのオークションに出品しました。出品物は、軽四のホイールです。出品する前にディスカウントショップで査定したところ500円といわれたのでそれ以上に売れればいいと思い、締め切りを待ちました。結果、大阪の方に4600円で落札して頂きました。(^^) これに味を占めて、我が家にある、どの品物をオークションに出品しようかと検討中です。



2011年11月 81号

## 子供たちの学校祭を見学



10月は学校祭シーズン。

23日には、次男(高1)と三男(小4)の学校祭を見学に行きました。

次男の展示してある作品(図面を製作)では、きっちりとした線を引いたり、丁寧に図を描くところには、彼の性格が現れていると感じました。三男の学習発表(跳び箱運動とダンス)では、楽しんで跳び箱を跳んでいたのですが、もう少し違う種目も挑戦できれば良いなと……。親の目線からそう思いました。

### 編集後記

12002年の4月から始めた早朝散歩トレーニングも、遂に2000日回を達成しました。5時40分に起床し6時スタート、雨の日は傘を差し、凍った坂道では転倒レズボンに穴を開けた事もありました。今年の春からは自転車でのトレーニングに変わりましたが、よく続いたと思います。2000日回の記念として、念願であった自転車を購入しました。当初はルイガノ(フランス製)の自転車を購入予定でしたが自転車ショップで勧められたキャノンデール(アメリカ製)に変更しました。特徴としては、油圧のディスクブレーキと大口径のタイヤで今までより、スピードアップとタイムの短縮が期待できることでしょう。価格はナイショ(^。^)子供たちからは、「お父さんばっかりでいいな」と言われていますが、聞こえないフリをしています。

2011年12月 82号

## 全国そろばんコンクール高岡支部大会で優勝



2011年全国そろばんコンクール高岡支部大会が高岡商工会議所4Fで開催我が家の三男が4年生の部で出場し、優勝しました。また、四年生以下の部で、最優秀賞も獲得しました。

この結果に家族はビックリ！いつもは、二位なのに、きっと運も味方してくれたのでしょう。

「練習は裏切らない」ということを感じてくれたことでしょう。まずは、たくさん褒めてやりました。(^。^)

### 編集後記

先日、東京で開催されたセミナーに参加しました。朝一番の飛行機に搭乗するために五時に起床、空はドンヨリと曇っていたので、飛行機が揺れるのではないかと心配していましたが、上空は快晴で富士山がクリクリ見え気持ちの良い時間を過ごせました。この時期は冬型の気圧配置になると、太平洋側では快晴になることが多いのです。東京からの帰りは、どんよりとした北陸特有の空で、心が萎えたのですが、習得した新しいテクニックを患者さんに試してみたい気持ちが心を切り替えてくれました。

2012年1月 83号

### 編集後記

去年のクリスマス寒波による二日間の除雪（トレーニング）で、身体はへとへとになりました。数年前までは休まずに駐車場を一気に一人で除雪していたのですが、年なのでしょうか？ 自転車で二上山万葉ラインを家から往復する事も、3月22日まで冬季の通行止めで走ることが出来ません。冬の間は、除雪に精を出して、体力向上と精神力を鍛えなければと思います。春が待ち遠しいです。

2012年2月 84号

## 平成24年新春武道稽古始め



1月4日に毎年恒例の新春武道稽古始めが県営高岡武道館で開催。

高岡市内の小学生から一般の武道愛好家、約800人が集まり新春武道稽古始めの式典がありました。

式典の後、各会場に別れ柔道は、準備運動に続き打ち込みと乱取稽古を行い、すがすがしい汗を流しました。

毎年、兄弟4人全員が参加するのですが、今年は、次男（高一）と長女（中三）と私だけの参加で、少し寂しく感じました。（\*^\_^\*）

### 編集後記

今年、古くなったエットバス（風呂場）を新しくする事にしました。メークからの招待で、展示場へいった帰りにイタリアンレストランでの昼食のサービスがありました。パスタ（パッケッティ）の料理なのですが、前菜から始まり、本格的なイタリアンレストランに慣れていない私は、量が少ないのでフォークとスプーンそれにナイフを使いこなすのに、集中し食べた気がしませんでした。バイキングなら良かったな～（\*^\_^\*）



2012年3月 85号

### 編集後記

3月は卒業ですね。我が家の中長男と長女もそれぞれ高校と中学を卒業し、進学します。

先日長男は一人で東京へ行き、大学を受験してきました。三泊四日の間、親の方はいろいろ心配していましたが、本人は受験には関係のない秋葉原を探検するくらい余裕（？）があったことを聞いて驚きました。いつまでも子供だと思っていたのに、知らない間に体だけじゃなく精神も成長しているのだと改めて気づきました。私のほうは、日々からだの衰えを感じているのに……（泣）。若いって羨ましいですね。

## 櫻心柔道塾の卒塾に出席



3月24日に櫻心柔道塾の卒塾式がありました。柔道塾が平成14年12月に開かれて約10年になりますが、小子化と柔道人気の低迷で、今年は男女2人の六年生だけが卒塾となりました。(:\_;)

中学校への目標はそれ違いますが、柔道で学んだ「精力善用」「自他共栄」の精神を活かし頑張ってもらいたいです。

## 編集後記

我が家の長男は、4月から青森県の大学に進学し巣立って行きます。

そこで、6人全員での家族旅行もしばらくはないだろうと考え、先月、車で東京へ行ってきました。私一人で往復運転しました。泣(~\_~;)

一つの大きな部屋で6人で泊まり、朝も昼も夜もみんな好きなものを食べて、夜は、語らう時間も無く爆睡し、大変疲れた旅でした。

この楽しかった思い出を胸に、青森で一人、がんばって欲しいものです。



2012年5月 87号

## 第61回高等学校春季柔道選手権大会



4月21-22日に、第61回高等学校春季柔道選手権大会がアルビス小杉総合体育センターで開催されました。

長女が高校生になっての初めての大会です。言葉や態度から緊張しているのが感じられ、どうなるかと心配していましたが、決勝戦まで進むことが出来ました。

しかし、決勝戦では、同じ高校の先輩に有効負けとなり、次の大会までの課題を残す結果となりました。

(;\_-)

### 編集後記

私は、二階で毎日三男と並んで寝ています。必ず子供は寝ている間に私の布団に入ります。寒いので仕方が無いかと我慢していますが、寝相が悪く蹴られることもしばしばで、その際には、子供の足を力いっぱい“チミチミ”してやります。すると、ヤドカリが殻の中に入っていくようにその時だけ縮こまります。しかし、また同じことの繰り返しで熟睡できない日が続きました。長男がいた部屋が空いたのを機に三男を三階に引越しをさせようと思っているのですが、本人は嫌がっているので困っています。(~\_~)三階にTVが無いからでしょうか……。



2009年6月 88号

## 平成24年度富山県女子ジュニア選手権に出場



5月13日に、平成24年度富山県女子ジュニア柔道体重別選手権大会が県営高岡武道館で開催されました。

優勝者は7月に石川県で開催の北信越大会の出場権が与えられるのですが、残念ながら、またしても、決勝戦で、同じ高校の先輩に有効負けとなり、次の大会までの課題を残す結果となりました。引き手を離した時に、背負で投げられる前回と同じ負け方が良くなかった。同じ相手に同じ負け方は絶対に許せないのです。努力が足りない。<`～'>怒・怒・怒

### 編集後記

毎朝の自転車トレーニングの効果か? 睡眠不足による精神的なストレスの影響か? 昨年の8月以来体重が90kgを割りました。どうしたのだろう!!!…。病気ではありませんが…良いニュースも。5月27日に「そろばんGP2012」の県大会があり、三男の佳翔が優勝しました。

7月に行なわれる全国大会に出場します。当日は名古屋まで応援に行く予定です。(^^♪。



## 第61回富山県高等学校総合体育大会に出場



6月2~3日に、第61回県高等学校総合体育大会が小杉総合体育センターで開催されました。

我が家が長女(高一)は52kg級に出場し、結果は二位となりました。8月3日~6日まで富山で開催される全国大会の出場を決めたのですが…

試合内容は、前回と同様に決勝戦では同じ高校の先輩であったためか、精彩を欠いた試合で少しガッカリしました。

(>\_<) 父談

### 編集後記

先日、次男がメガネを買うと言うので、私もついていき、2本で9000円という言葉に惹かれ、わたしもメガネを買いました。ただし、私の場合は老眼鏡です(-\_-;)。



近頃、見えにくくなつたなあと自覚していたので、自分に合つたメガネが手に入れられて良かったのか?わかりませんが、年をとつたなあとつくづく思いました。

まあこれで、新聞の文字も、柔道の試合プログラムの文字もスッキリと見る事が出来ます。

2012年8月 90号

## 第65回富山県民体育大会(国体選手選考会)で初優勝



7月1日に、第43回県民体育大会柔道競技と国体選手選考会を兼ねた試合が県営高岡武道館で開催されました。

我が家が長女(高一)は52kg級に出場し、決勝戦では同じ高校の先輩とあたり、今回、初めて一本勝ちをしました。

残念ながら、国体の選手には選ばれなかったのですが、来年の全国大会(福岡県)には、必ず私を連れて行ってくれるでしょう。(^。^) 父談

### 編集後記

先日、三男が出場する”そろばんグランプリ2012”の大会の応援のため名古屋へ行きました。子供は、一足先に電車で出発したのですが、人身事故のため列車が遅れ、四時間後に車で出発した私たちと同じ時間に名古屋へ着きました。今では高速道路も整備され、名古屋へは三時間で行ける事にビックリしました。大会の結果は、全国レベルの高さに驚かされ、足元にも及びませんでした。まだまだ修行が必要だとわかったようです。



しかしながら名古屋は暑かった(-\_-;)。

## 第61回全国高等学校柔道大会に出場も……



8月2日～6日まで、第61回全国高等学校柔道大会がアルビス小杉総合体育大会が開催されました。全国から県を代表として勝ちあがってきた選手が集まりました。我が家は長女(高一年生)は52kg級に出場、一回戦は小外刈りで一本勝ちをしたものの、二回戦では、力を出し切れずに残念な負け方をしてしまいました。高校の卒業までに二回のチャンスがあるので、次回に期待します(^。^) 父談

### 編集後記

先日、青森の大学に行っている長男が帰省しました。三男の弟は帰りを待ちわび、よほど嬉しかったのかわざと意地悪をしてカラミ合い、そして、泣かされています。大学へ戻る時は、きっと寂しがるはずです。来年は二十歳になるので、長男と一緒にお酒が飲めればいいな(\*^\_^\*) と期待しています。私に似ればお酒は飲めるはずなんです。嫁の家系はまったくダメなので…。



2012年10月 92号

## 第24回富山県珠算選手権大会に出場



9月22日に第24回富山県珠算選手権大会が富山商工会議所で開催されました。我が家は三男は、団体競技と個人総合競技5年生の部にエントリーし、二冠を勝ちとることが出来ました。夏休み期間中は週5回の練習を頑張ったのが、優勝につながったと思います。更に上を目指し頑張って欲しいものです。(^。^) 父談

### 編集後記

9夏休みの期間中、青森の大学に行っている長男が帰省していましたが、9月の半ばに戻ることになりました。しばらく会えなくなるので、食事に出かけることも考えたのですが、自宅でゆっくり食べることにしました。

長男リクエストの、回転寿司の持ちかえりを注文。大皿3つを前に楽しく頂きました。お店に行くと80皿は軽く超えてしまうので、今回は自宅と言うこともあり、少しだけ安くて済みました。(\*^\_^\*)

出発する朝は、とても寂しく感じましたが、行ってしまうと、いつもの日常が流れ、お昼には現状に慣れている自分がおりました。(慣れってこわい)



2012年11月 93号

## 第2クール「ひざ・腰かるがる体操教室」が修了



この教室は、高岡市の介護予防事業の一つとして、高岡市柔道整復師会(接骨院)が委託を受け、「ひざ・腰かるがる体操教室」と称し、活動的な生活につなげることを目的として行なっています。

9・10月の毎週木曜日、ひざ痛・腰痛の痛みを解消するための体操や、ひざ・腰に負担をかけない日常生活の工夫について、指導を行いました。

### 編集後記

先日、上信越高原国立公園の笛ヶ峰へ妻と三男の三人で行きました。

海拔1,300mに位置する高原には、2km～10kmのコースを回る遊歩道が整備され、選択することが出来ます。年配の方は散策として楽しまれ、運動選手はマラソンの高地トレーニングとして利用されているそうです。私は、森林セラピーロードで心を癒し、そして昼食にジャボンステーキでお腹を満タンにした、満足の一日でした。(^。^)



2012年12月 94号

## 2012全国そろばんコンクール高岡支部大会



24年11月23日に2012全国そろばんコンクール高岡支部大会が高岡商工ビルで開催されました。

我が家の三男（小学五年生）が出場し、5年生の部で優勝し、また昨年に引き続き（5,6年生の部で）最優秀賞も受賞しました。全国のレベルにはまだまだ及びませんが、“継続は力”です。

さらなるステップアップを目標に頑張って欲しいです。

父談

### 編集後記

11月11日に高岡武道館で昇段の審査があり、男子は初段～五段まで、女子は初段～参段までの検定があり、我が家は長女（高校一年）は二段の昇段試験を受けました。

実技は免除され、形の審査のみの受験でした。結果、めでたく二段に合格し昇段しました。しかし、次の日には、合格の証しの上納金の請求が届きました。（涙）

昇段して喜んでばかりではいられません……(-\_-;) ちなみに私は六段です



2013年1月 95号

## 自然資料館のボランティア活動に参加



12月16日に高岡市古城公園内の動物園に併設されている自然資料館の清掃ボランティアに、柔道整復師（接骨院の先生）五人が参加し、防虫剤の交換や窓を拭き新年を迎える準備をしました。

高岡市に住んでいる人は子供の時に一度は見学に来たことがあるはずです。私も、その頃を想い出し懐かしく思いました。

写真は、ライオンの剥製です。(\*^\_^\*)

## 編集後記

年末は、恒例の家族全員参加の大掃除でした。窓拭きチーム、玄関外庭チーム、ワックス掛けチームに分かれ作業を開始。この働きによるお年玉の査定があると脅し、私がサッボっていないか監視するまでも無く子供たちは一生懸命におののの仕事をしてくれました。元旦は前日より降り積もった雪をみなで除雪し、高瀬神社へ初詣に行きました。子供達それぞれどのようなお願い事をしたのかわかりませんが、目標に向かって突き進んで欲しいものです。私は？というと、今年こそは良い年になりますことを願い、ゴーゴーゴーと邁進するよう555円を賽銭箱にお布施してきました



2013年2月 96号

## 第35回高等学校選手権富山県大会で残念な結果



25年1月26-27日に第35回高等学校選手権大会富山県大会が県営富山武道館で開催されました。

我が家は長女（高校一年生）が今回階級を一つ上げて個人戦57kg級に出場、決勝戦では同じ高校の先輩に大内刈で負けてしまいました。普段、同じ道場で稽古しているのが原因か？遠慮しているのか？技の攻めが今一つで、情けない試合の結果となりました。父談

## 編集後記

1月13日に学校での運動部活動指導に必要な知識や指導法等についての研修会が富山南総合公園体育文化センターで開催されました。富山県教育委員会が主催で、私が中学校で柔道の指導をしている関係で、研修会に参加しました。今回は、谷川哲也氏（JX-ENEOS野球部トレーナー）が「育成と勝つ為には？」と題し講演がありました。トレーナーと選手との信頼関係をいかに築き上げるかが、レベルアップに繋がり、勝利を導くというお話をしました。試合後も、その内容を検証し、次の練習や試合に活かし、選手一人一人にあった指導が大切であることを、再認識しました。柔道の試合でも、勝つ形、負ける時の形も生徒も指導者も判っている筈です。子供達には自分自信で気づかせ、後は研究する力（考える力）を養えるよう導いて指導していくかなければと感じました。

2013年3月 97号

## 第7回射水市柔道大会が開催



25年2月11日に第7回射水市柔道大会がアイシン軽金属スポーツセンター柔道場で開催されました。

県内外から的小・中学校の強豪チームが参加しました。 我が家の子供たちも、何度も参加していたのですが子供たちが卒業してからは、私が審判員として応援しています。

この大会は、今春の全国大会に出場する際に、相手チームのレベルを試すよい機会なのです。昨年、全国大会の県予選で3位であった高岡市立芳野中学が優勝しました。今年の選手権大会が楽しみです。

### 編集後記

2月12日に高岡市の補助を受けて"いす式階段昇降機"を設置しました。

今春より、身障者の義母と同居することになったのです。

私の家は一階が治療室で、二階と三階が住居となっています。車イスで生活している義母には、昇降機は必需品なのです。設置費用は少し高く、普通車並みでしたがしかたありません。((~\_~;))

家族が一人増えますが、明るく生活して行こうと思います。

高橋市長さんありがとうございました。



2013年4月 98号

### 編集後記

3月20日に富山県民会館で開催中の「マチュピチュ『発見』100年インカ帝国展」に行ってきました。

インカ帝国の始まりから、その統治そして移り変わりについて、時間を忘れる位に興味深く観て周り、日本からは遠い異国の文化に触れることが出来ました。

普段、パソコンにしか興味のない次男が、インカの歴史や文化、調度品に興味を示していたことがとても新鮮に感じました。

何事も体験させることが大切だと改めて思いました。



2013年5月 99号

### 編集後記

毎年、4月～7月に省エネ、節約のためにエアコンのブレーカーを落とします。と言うのは、当院のエアコンは動力電源を使用しているので、電気の基本料金が家庭用に比べてかなり高く設定されており(月に10,000円)、落とすことによって基本料金が半分になるからです。その代わり、電気料の単価は安いので電気を使用すればするほど割安にはなるのですが…今年は電気の検針日前(18日)にブレーカーを落としました。しかし、今月は予想外に寒い日が続きエアコンが使えない日々が辛く、何とかファンヒーターでしのぎ我慢の日々でした。省エネ、節約もつらいな(泣)

2013年6月 100号

## 編集後記

「接骨院だより」も今週号で100回になりました、月末になるとネタ探しに悩んだのですがあつという間に過ぎたようです。

5月25日運動会。三男の佳翔は前日より体調を崩し、学校を休んでいました。でも、小学校最後の運動会ということで騎馬戦だけに参加することになりました。長男から数えて14年間、毎年運動会へ応援に行きましたが、これで最後かと思うと寂しい気持ちになりました。

(^。^)(親ですら、どこに子供がいるかわからない"ウォーリーを探せ"状態)



2013年7月 101号

## 北信越高等学校柔道大会の応援



6月15-16日に第54回北信越高等学校柔道大会の応援に行きました。今年度は福井県立武道館で開催され、我が家の中女(高校2年)が52kg級で出場。第1日目は勝ち残ったものの、二日目の一回戦で敗退、レベルの違いを感じさせられました。

仕事を休んで、妻と早朝応援に出発したのに、残念な結果となりました。写真撮影すると、負けることが多いので、ほとんど撮りませんでした。でも、結果は同じでした。

来年は、嬉しい結果を期待します。 父談

## 編集後記

6/16に開通した新港大橋「あいの風ロード」(自転車歩行者道)に行ってきました。自動車専用道路は昨年9月に開通したのですが、安全上の問題から自転車歩行者道の開通が遅っていました。早速、愛車(kakeru2号)と歩いて渡ってきました。高所からの眺めは最高!!しかも、通行料が無料!!!、観光の目玉になることは間違いないハズ。(^。^)



## 全国大会出場選手の激励会



7月24日に高岡市柔連に所属している全国大会出場選手の激励会が高岡武道館で開催されました。

激励会は毎年行われており、今年は小学生1名、中学生1名、高校生7名、大学と一般が3名 合計12名の選手に激励金が送られました。

我が家が長女(高校2年)は福岡県で開催されるインターハイに団体のメンバーとして出場します。

来年は個人戦での出場を期待します

父談

### 編集後記

夏休みに入りました。休み前の保護者会で、三男の成績表よりも驚いたのが「健康の記録表」の視力検査『C』という文字でした。学校からの治療カードをもらっているにもかかわらず、親に見せずこの日まで隠し、何食わぬ顔でパソコンゲームを毎日何時間もしていたのかと思うと、怒り爆発してしまいました。夏休み中はもちろんゲーム禁止!。絵を描く視力回復トレーニングをし、1ヵ月後の眼科受診時の視力検査の結果により再考することになりました。4番目だから甘やかしすぎたのかも…反省(~o~)

## 2013年9月 103号

### 編集後記

“ねぶた祭り”を観に行きました。

長男が青森の大学に行っているので、在学中に一度は観に行きたいと思っていました。今回、思い切って仕事を休み、妻と三男(小6)の三人で750kmを自家用車で約11時間かけて行ってきました。

会場となる沿道は沢山のパワード椅子が整然と並べられ、多くの人が賑っており、ねぶたの迫力は充分感じました。次の日は、十和田湖と奥入瀬の自然道を散策し自然のパワーを充電してきました。



▲今年の夏休みの宿題は、私はフリースタンドを担当し、妻は青森旅行記の新聞を担当、どうにか課題を達成しました。今年で手伝いも終わりにして欲しいと思っております。

さてさて、一ヶ月たった眼科での視力検査ですが、ゲームをやめていたにもかかわらず休み前の検査と同じ結果に、三男は撃沈しました。

原因はビデオ鑑賞…。外で遊べばよかったのですが、今年はさすがに暑く、家の中でゴロゴロするしかなかったこの夏を彼は恨むでしょう(-\_-;) ゲームもビデオも禁止になり、彼はどうするのやら……。



## 第25回富山県珠算選手権に出場



9月23日に富山県珠算連盟連合会が主催する「第25回富山県珠算選手権大会」に、我が家三男（小6）が出場し、小学6年の部で優勝しました。また、1200点満点中、1025点をたたき出し、小学生の部で最高得点者に授与される『小学生最優秀賞』も受賞しました。昨年も五年生の部で優勝したので、今回も優勝できるようにと昨年と同じ服装（本人では勝負服）で挑みました。晩御飯は「豚しゃぶ」で祝ってやりました「優勝できてよかったです」 父談。

### 編集後記

▲先日、能町小学校で多くの子供の声が聞こえたので、何かと思い行ってみたところ少年団の野球の試合をしていました。やはり子供の試合ですから、エラーはつき物です。しかし個人を責める事はなく、「ドンマイ・ドンマイ気にするな」と声をかけるチームの仲間たちの姿に、柔道と違う団体競技の素晴らしいを感じました。また、同じ失敗をしても何度も挑戦することの大切さを子供の姿から学び、勇気と一生懸命さを分けてもらいました。

## 介護予防体操教室が修了



この教室は、高岡市の介護予防事業の一つとして、高岡市柔道整復師会(接骨院)が委託を受け、「あし・腰げんき倶楽部」と称し、活動的な生活につなげることを目的として行なっています。

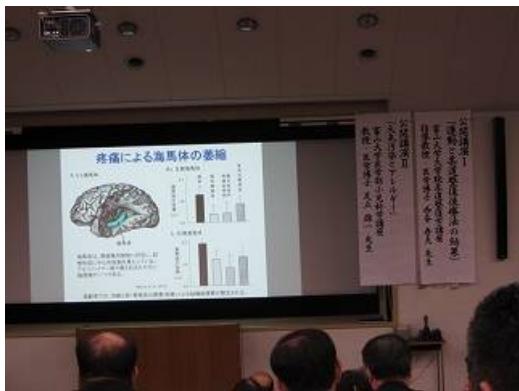
ひざ痛・腰痛の痛みを解消するためのゴムチューブを使った体操や、ひざ・腰に負担をかけない日常生活の工夫について、9/26～10/31までの毎週木曜日に全部で6回開催しました。能町自治会からのご協力もあり毎回12～15人の参加がありました。今回、参加できなかつた方は、来年度も開催予定ですので、次回の参加をお待ちしています。ありがとうございました。(^。^)

### 編集後記

2011年5月から早朝トレーニングを自転車に変え始めてから、新品だったタイヤも磨り減り、先日、マウンテンバイクの太くテコボコしていたタイヤを、細いロード用タイヤに交換しました。歩いている人が振り返る位にタイヤの音がうるさかったのですが、静かになり快適になりました。これまで約2年半で500日を走り、一日に約10km走り延べ約5,000kmを走ったことになる計算です。毎週、土日に自宅から二上山の頂上まで自転車で登るのですが、初めは登るだけで、精一杯だったのが、二上山の万葉ラインを通り、頂上で折り返し1時間で帰って来れるまでになりました。子供たちにはまだまだ負けません。



## 富山県接骨学学術研究会に参加



第25回富山県接骨学学術研究会が富山大学杉谷キャンパスで開催されました。

会員の発表後に講師としてお招きした、西条寿夫先生が「運動と柔道整復後療法の効果」、足立雄一先生が「大気汚染とアレルギー」と題してご講演をいただきました。

運動することにより、脳を活性化し認知症の予防に役立つことが科学的に証明されている事の発表があり、大変興味深いものでした。

## 編集後記



先日、高岡市古城公園内の動物園に併設されている自然資料館の清掃ボランティアに、柔道整復師（接骨院の先生）4人が参加し、防虫剤の交換や窓を拭き、新年を迎える準備をしました。

高岡市に住んでいる人は子供の時に一度は見学に来たことがあるはずです。私も、その頃を想い出し懐かしく思いました。

清掃作業修了後に、居酒屋で慰労会をしました。その際に、同業者の先生から七尾の漁港で釣れた黒鯛（約40cm）の差し入れがありお店で捌いてもらい、焼き物と薄作りを堪能しました。ごちそうさまでした(^。^)