

オリンピック ソリダリティー
コーチング コース 報告書

スリランカ

2006年10月19日～28日



山本 三四郎

(講道館道場指導部)

1：派遣国

スリランカ民主社会主義共和国

人口 1967万人（シンハラ人73%・タミル人18%・ムーア人8%）

面積 65,607k m²

首都 スリ・ジャヤワルダナプラ・コッテ（1984年にコロomboから遷都）

言語 シンハラ語・タミル語が公用語であり、連結語として英語を使用している。

宗教 仏教徒が7割、ヒンドゥ教徒、イスラム教徒、カトリック教徒などがある。

産業 農作物（特に紅茶は有名）、繊維製造業、宝石

2：日程

往路	10月19日（木）成田発	UL461	12:50
	モルディヴ着		20:30
	コロombo着		21:45
講習	20日（金）～26日（木）（7日間）		
帰路	27日（金）コロombo発	UL454	21:50
	28日（土）成田着		13:50

3：受入機関

スリランカオリンピック委員会

スリランカ柔道協会

4：講習会場

Sugathadasa スポーツ競技場

日本からの支援により作られた柔道場である。

2階建ての2階部分に道場があり、更衣室・トイレ・シャワー室も完備されている。

現在、未完成の部分もあるが指導その他を行う上で問題は無かった。



5：滞在先

ホテル TRANS ASIA

スリランカ柔道協会の御厚意により期間中、五つ星ホテルに滞在することができ、食事などもホテル内で快適に済ませることができた。

6：日本大使館表敬訪問



20日午前10時、在スリランカ日本大使館に表敬訪問。

Gregory's Road という閑静な町並みの中に様々な国の大使館がある。その中に在スリランカ日本大使館も存在する。

二重になった重厚な扉を通り、美しいモダンな建物の扉まで歩いていくと入り口で北岡美紀書記官が笑顔で出迎えてくれた。

白を基調とした建物の中に見とれながら、2階に上がり、やはり白を基調とした日当たりの良い執務室で伊藤伸彰公使（写真右側）にお話をうかがった。スリランカの現状などを一通り教えて頂いた後は、オリンピックの柔道の話から、陸上競技の話まで、実に幅広い様々な話を聞かせて頂き、貴重な時間を過ごす事が出来た。

7：講習



20日午後開講式の前に、講習内容や日程に関してミーティングが行われ、講習期間は20日から26日まで、27日は自由時間および帰国準備という日程になった。

午前2時間・午後2時間30分の実技講習を担当し、基本動作・実技中心に「投の形」、「柔の形」の指導等もリクエストされる。

参加者は、男女合わせて35名ほどであり、スリランカ柔道協会の役員やコーチから、まだ16歳の若い選手も混ざっていた。

参加者はとても熱心であり、私の拙い英語に一生懸命耳を傾け理解してくれた。

スリランカ柔道連盟から現地通訳も用意してくれていたが、コミュニケーションを重視したかった為、極力自力で説明し、どうしても表現が難しかった場合などは、通訳の「シータ」さんにシンハラ語で通訳して頂いた。

講習は、「簡単なものから、難しいものへ」を基本とし、基本動作、礼法、トレーニング、練習法、技術指導、形などを幅広く教える事に専念した。

最初の2～3日は、基本的な、技の掛け方などを説明したが、反応は頗る良いという訳ではなかった。

しかし、攻め方、連絡変化など応用的な技術の講習になると、基本的な説明の時よりも、反応が良い。



こうやってしまうと、講習前半は不真面目だったように感じられるかも知れないが、コミュニケーションがまだ上手く取れていないなかで、十分良い反応を示してくれていた。

後半の、応用編の時には色々な質問が投げかけられたり、「これで良いのか見ていてくれ」という積極性が顕著になり、活気のある講習会を行う事が出来た。

正直な話、彼等は、良い身体能力を持っているにも関わらず、技の掛け方はどちらかというと力任せで、その能力を十分に活かしているとは思えず残念である。

力があるからこそ力に頼ってしまう、外国人の陥りやすい落とし穴である。



スリランカ柔道の発展を考えると、試合に勝つテクニックよりも、個人能力の土台作りの方が重要であるように思う。

そのあたりは、協会の役員の方は理解しているようで、講習内容の打ち合わせの時に「基本を重視して行って欲しい」と要請があった。

最終日には、午後7時から講習生の宿泊施設である「スポーツホテル」において閉講式が行われ、修了者に証書が渡された。

その後、中庭で立食パーティーが行われ、更に交流を深めることが出来た。

8：最後に

このオリンピック・ソリダリティー・コーチングコースを終えて、自分の良い経験になった事は勿論、諸外国の柔道事情に触れる良い機会であった事を再認識出来た。

柔道衣、畳、指導者の不足が深刻な国は多く、ここスリランカもそうである。

ただ、スリランカに関しては講道館・国際交流基金の巡回指導や青年海外協力隊の派遣が多くなされてきた国であり、他国に比べれば恵まれていると言える。

そういった比較的恵まれた国においても、人材物資の不足を感じるという事は、他国の状況は、もっと悪いと言う事である。

この様な諸外国における柔道事情の中、オリンピックソリダリティーの活動によって、講道館柔道を伝え、定着させる事は大変有意義である。

今回、その重要な使命の一端を担うチャンスを与えて頂き深く感謝する。

