

1. 柔道指導者を対象とした実技と坐学の好循環を目指した指導法伝達の試み：全日本柔道少年団指導者研修会（講道館講習会）を事例として

講道館 桐生 習作

キーワード：実技、坐学、好循環、スポーツ・インテグリティ、全日本柔道少年団

1. Transmitting teaching methods for a virtuous cycle of practice and lecture in judo instruction: A case study of the *Zen Nihon Judo Shonendan* Instructor Workshop (Kodokan Seminar).

Shusaku KIRYU (Kodokan Judo Institute)

Key words : practice, lecture, virtuous cycle, sports integrity, *Zen Nihon Judo Shonendan*

Abstract

Jigoro Kano advocated for a balance between practice and lecture in judo; however, contemporary instruction is heavily focused on practice, primarily for competition. With limited opportunities for lectures and discussion, there is a risk that Kano's philosophy and the history of judo may not be effectively transmitted on.

This study introduced a teaching method designed to create a virtuous cycle between practice and lecture among instructors. The study analyzed questionnaire responses from participants and other data to examine the outcomes and challenges of this approach. The seminar included 24 instructors (21 men, 3 women) from across Japan, with 18 (15 men, 3 women) responding, yielding a 75%. The key findings are as follows.

- 1) 90% of participants were satisfied with the seminar content, “the philosophy of Kano Shihan and Judo”, “the importance of ethics”, “the method of the lectures”, “the teaching methods” and “communication”.

- 2) Approximately 80% of participants aged 60 and older reported difficulty hearing the lecturer. To address this, instructors should improve their speech clarity and consistently use a microphone to enhance accessibility for elderly attendees.
- 3) Some participants expressed dissatisfaction with the delay announcement of training dates and details. The Kodokan and the *Zen Nihon Judo Shonendan* should expedite course planning and dissemination of information.
- 4) Availability of “words of kano Jigoro Shihan”: A participant requested additional copies this booklet. To improve accessibility, Kodokan should consider increasing its distribution, selling copies and making the text available to the public.

Since Kano Shihan's philosophy is rooted in sports integrity, it was suggested that this instructional approach could be expanded into leadership education across all sports. To enhance the teaching methodology, a follow-up study should assess how participants apply the methods in practice and identify any challenges that arise, ensuring continuous improvement.

I. はじめに

嘉納治五郎（以下、嘉納）は柔道の稽古法について「主として亂捕、形、講義、問答の四種の方法を用ふる」¹⁾と述べ、修行者に4つの稽古法を示すと共に、実技と坐学の両面からの稽古を奨励した。嘉納が柔道修行者に求めた実技と坐学の好循環を生み出すための指導法を考え、現場の指導者への伝達を試み、その成果と課題を検証することが、本稿のテーマである。

2025（令和7）年1月現在、国際柔道連盟（以下、IJF）には206の国と地域がIJFに加盟し²⁾、世界中に愛好家を有しております、実技である乱取と形は国内外で競技大会が盛んに行われている。形については、年1回の世界大会に加え、2025（令和7）年からアフリカ、アジア、オセアニア、パンアメリカ、ヨーロッパの5大陸で国際大会を実施する計画が進んでいます³⁾。

一方、坐学は一般的に行われていると言い難いのが現状である。問答については、2023（令和5）年から機関誌『柔道』で「館長問答」が不定期連載されるなど、上村春樹講道館長が率先垂範する動きがある。しかしながら、講義は2024（令和6）年の夏期講習会の各コースで1時間程度であり⁴⁾、2023（令和5）年度の講道館講習会⁵⁾（6回実施）でも講義は5回で、内訳はIJF試合審判規定の解説が3回、中学校柔道指導者に向けた基調講演1回、歴史が1回と、審判規定の伝達が中心であった。講道館柔道科学研究会運営委員会は有識者を招き、2年に1度研究集会を開催している。しかしながらいずれも開催頻度が少なく、総本山である講道館でも坐学が十分に行われているとは言えない⁶⁾。こうした状況が長く続ければ、柔道の歴史や伝統の継承が困難な事態に陥る可能性も考えられる。

講義は少ないものの、講道館の道場指導では、学校講道館⁷⁾のカリキュラムに毎月1回講話が含まれ、それ以外の場面でも指導員の判断で必要に応じ講話が実施されている。講話は講義や問答よりも普段の稽古で行いやすく、実技と坐学の好循環を生み出す方法の1つとして有効な手段だと考えられる。稻川⁸⁾は小学生を対象とした講話の有効性を報告しているが、柔道における講話作りの方法論や指導者への伝達などの事例は見当たらない。

日本オリンピック委員会（以下、JOC）は、2008（平成20）年にナショナルコーチアカデミー

を設立し、講師と受講者の双方向性の高い講習を実施することで、高い実技の専門性だけでなく、医科学やマネジメントの知識、そしてコミュニケーション能力を有するトップコーチの育成を図っている。JOCは、嘉納を中心とする体育関係者が1911（明治44）年に創立した大日本体育協会の流れを汲む日本体育協会（現日本スポーツ協会）から、1989（平成元）年に独立した組織である。現在でも各競技のトップコーチが、日本のスポーツの原点を学ぶべく、講道館で定期的に研修を行っているのは、こうした歴史的背景に由来していると考えられる⁹⁾。スポーツ競技全般において競技偏重や行き過ぎた勝利主義に対する批判が寄せられている現代において、柔道及び日本スポーツの父である嘉納が創立した講道館において、実技と坐学の好循環を目指した指導法を追究し、現場の指導者たちに伝達することは、意義のあることと考える。

こうした中、筆者は全日本柔道少年団¹⁰⁾の依頼により、2025（令和7）年に全国の柔道指導者を対象とした講道館講習会において講師を担当する機会を得た。そこで本研究では、筆者から受講者に実技と坐学の好循環を目指した指導法の伝達を行い、受講者からのフィードバックを元に、成果と課題について考察を行った。

II. 対象と方法

（1）研究の対象

2025（令和7）年2月11日（火・祝）、講道館で開催された全日本柔道少年団指導者研修会（第30回講道館講習会）を受講した柔道指導者24名（男性21名、女性3名）を対象とした。内訳は、全日本柔道少年団関係が17名、中学校体育連盟関係が7名であった。講習の日程は下記の通りである（表1）。

表1 講習日程

| 時間 | 内容 | 会場 |
|-------------|---|-----------|
| 10:00 | 開講式 | 女子部道場 |
| 10:05～11:30 | 実技「誰にでも簡単にできる講話と指導法～子どもたちに楽しく深く柔道を学んでもらうために～」 | 女子部道場 |
| 11:30～13:30 | お昼休憩 柔道資料館の開放 | |
| 13:30～15:00 | 講義「コンプライアンス教育が求められる今だからこそ学びたい嘉納師範が求めた講道館柔道の文化的精神～スポーツ・インテグリティの先駆けとして～」 意見交換会「修行と親睦を兼ね備えた環境作りを目指して～柔道精神で大会や会議のあり方を考える～」 | 教室 |
| 15:00～15:15 | 修了証授与・閉講式 | 教室 |
| 15:30～16:30 | 交流懇親会 | 地下1階（はびび） |

(2) 研究の方法

前述の講習会を受講した柔道指導者24名に対し、筆者が講師として講習を行った。講習終了後、受講者に対し、講習会に関するアンケートを行った。アンケート内容は「結果」を参照。

III. 結果

(1) 講習会

1) 実技

全員が柔道衣に着替え、講道館女子部道場にて実技講習を行なった。「実技と坐学の好循環と人間形成を提唱した嘉納が創始した柔道を学ぶ我々が、スポーツ界に模範を示すことが大切である」との趣旨のもと、「気持ちが一番、身近なもので、心を込めた指導」をコンセプトとした講話作りと指導法を紹介した。いずれも競技力向上ではなく、子どもたちに興味関心を持たせ、柔道の意味や意義について考えさせることを主眼としたものである。当日の配布資料は本稿末尾に掲載した。

前半は講話作りについて、講話の構造を「導入」「本論」「結び」に分け、「導入」では聞き手の興味関心を引くこと、「本論」は情報収集した偉人の言葉や歴史的事実を忠実に伝えること、そして「結び」では自分の言葉で相手を見て話すことを説明した。具体例として、筆者がA県小学生昇級審査において年3回行なっている講話を挙げ、「『本論』は同じでも『導入』と『結び』を変えることで、丸暗記ではなく、活きた講話を作ることができる」と解説した。受講者には講道館発行の小冊子『嘉納治五郎師範の言葉』(図1、非売品)を1部ずつ配布し、好きな言葉を選び、制限時間10分間の講話作りを行った。受講者2名から発表があり、手順を踏めば即興で講話作りが出来ることが実感できたと思われる。

後半は指導法として「自然体」「小手返」「手解」、そして柔道専門以外の子どもたちに実技を指導する際の留意点を紹介した。前述の3つの指導法は、「自然体」と直立姿勢の安定感の違い、柔術と柔道の投技の違い、そして柔術の技術の奥深さを学ぶプログラムであり、受講生同士で熱心に練習していた。競技が盛んになる中で懸念されるのは、「試合に使えない技は覚える必要はない」「試合に役立たないことはしなくてもよい」という発想である。試合の勝利に関心が集まるほど、柔道の技術、歴史、武術性などを工夫した指導法は稀少性が高まり、指導者にとって専門性を發揮するチャンスでもある、という逆転の発想もできる。形の稽古や柔道の歴史に関する書籍や雑誌を読むことで、様々な指導法のアイデアを得ることが出来ること、そして知識や技術を人から人へ心を込めて伝えることで、良好な人間関係作りが期待される。講師から受講者へ「もし実技と坐学の好循環が期待できる新しい指導法ができたら教えて欲しい」と伝え、午前の実技講習が終了した。



図1 小冊子『嘉納治五郎師範の言葉』の表紙

2) 坐学

教室にてスライド（本稿末尾参照）を見ながら講義を行った。近年よく耳にするコンプライアンス教育やスポーツ・インテグリティについて把握するため、全日本柔道連盟発行の『暴力・体罰・セクハラ問題を学ぶためのガイドブック』¹¹⁾、文部科学省ホームページ、講道館機関誌バックナンバーに記された嘉納の言説を参考に、柔道指導者が守るべきルール、嘉納が理想とした柔道指導者像について確認した。また徳川家康とその家臣団を例に挙げ、家康が讒言をする家臣を重用したことが徳川幕府の礎を作ったように、スポーツ・インテグリティは個人の道徳だけでなく、組織の健全化にも重要であり、社会的価値の高いものであることを説明した。また嘉納が社交や宴会などの行事も、人、物、金銭、時間など多くの資源が関係するものであり、人と人が最も有効に交流できる社会のあり方を「精力善用・自他共栄」の精神で考えるこの重要性を説いていたことを紹介した。

3) 意見交換会

講義において理解した「柔道精神を個人のみならず社会生活全般に応用する」をテーマとし、受講者自身の率直な意見を持ち、書き、人に伝えるために意見交換会を実施した。意見交換会シートを受講生に配布し、下記の4つのトピックについてそれぞれ10分間程度自由に記述させ、希望者が発表する形で実施した。意見交換会終了後、本研究の趣旨に賛同し、匿名化することで自身の意見を掲載することを承諾した受講者から、回答用紙11件を回収した。結果は表2の通り。

- ① 海外クラブチームのボランティアポイント制度
- ② ご自身の身近な行事の効率化と成功例
- ③ ご自身の身近な行事の問題点とその理由
- ④ 柔道に対する理想と要望

①はカナダのクラブチームで実施されているボランティアポイント制度¹²⁾で、クラブに所属する子どもの保護者や大人は、年間数十ポイントを持ち、年中行事からボランティア活動を選んで実行してポイントを消化するか、年末の残りポイント数に応じたお金をクラブに収めるかを選ぶことができるシステムである。大会運営等の負担が可視化される、日本の律令制度における租庸調の労役のような仕組みであった。受講者は、このシステムに対する賛否とその理由を回答した。

直接的な利害関係の少ない海外の事例の後、受講者自身の身近な行事を対象に、②と③について意見を書いていただき、2名の受講生から発表があった。発表後、本研究の目的を説明し、匿名化して本稿に掲載することを承諾いただいた受講者11名から意見交換会シートを回収し、テーマごとにまとめた（表2）。

表2 意見交換会の結果 (n=11)

| テーマ | 意見 |
|-----|--|
| ① | <p>賛成</p> <ul style="list-style-type: none"> ・アルバイトの最低賃金が1時間1000円以上の時代に、全て無料という考え方を改める機会になると思う。 ・行事開催や運営補助に関して、特定の人に負担が偏らないなど、公平性が保たれる。手伝わない人への不満が出ない。強制的なシステムなので、ボランティアという名称は適当ではない。 ・国民性の違いから日本に合うかは微妙だが、一番平等で良いと思う。 ・少し強制的な印象だが、保護者同士でもコミュニケーションが取りやすくなり、ポイント制によって偏りが生じなくて良い。 ・ボランティア＝無償という考えが染み付いているので、奉仕ポイントなどの名称に変えてはどうか。また金銭的な負担はクラブ運営に支障が出るため、ポイントを貯めると有名選手の指導が受けられるなど、特典と交換できるシステムにしてはどうか。 ・ボランティアをやるかやらないかを個人で決めることができる。 <p>反対</p> <ul style="list-style-type: none"> ・業務ごとに平等なポイントを設定することが困難。 ・ボランティアであれば有志を募る、必ずやることであれば当番制をとる。帯同審判員が出せないならば、協力金の形で対応するなど。 ・共働きの保護者が多い現状を踏まえると合理的な印象だが、「精力善用・自他共栄」の精神からは外れている。 ・「助け合い」や「寛容の心」といった古き良き日本人の心、心の余裕といったものが薄れる恐れがある。 ・ボランティアとは、あくまで自主的にお金が発生しない行動であるべきで、するかしないかの判断はその人自身に任せるべきである。 ・日本では合わないと思う。聞いたことがない！ <p>不明</p> <ul style="list-style-type: none"> ・講師の話からシステムの内容が具体的にイメージできなかった。 |
| ② | <p>会議</p> <ul style="list-style-type: none"> ・大会前日に監督会議をオンラインで実施。 ・審議内容、会議資料を事前にメールやメッセージアプリで共有し、会議時にはすぐに意見交換に入る。 ・To doリストを作成し、作業を可視化する。 ・アンケートをとて来年の活動につなげる。 ・対面で報告する必要はないが共有の必要な情報は、メーリングリストで情報共有する。 ・トーナメント作成ソフト「トーナメンター」を用い、組み合わせ時間の短縮を図る（従来各選手の支部や出身を考慮して2日間かかった作業が半日で完了）。 ・声かけを行い、意見しやすい環境作りを促進した。 ・人間関係もあるが、ほとんど全員が意見を言っているように思う。 |

| | |
|--|--|
| | <p>書類</p> <ul style="list-style-type: none"> ・大会要項を郵送からメール配信あるいは大会ホームページ掲載に変更（郵送代、印刷代の節約） <p>大会</p> <ul style="list-style-type: none"> ・コロナ禍以降、開会式・閉会式の簡略化が常態化した。表彰も、各選手が表彰台から賞状・メダルを取るので、プレゼンターが授与する形式よりもスピーディーになった。 ・参加申し込み方法を、大会ホームページにエクセルファイルにて提出するシステムに変更（システムの費用はかかるが、情報が一元化され運営が効率化）。 <p>組織</p> <p>②</p> <ul style="list-style-type: none"> ・従来は1人のリーダーの下でやっていたが、現在は部会を作り、各部会のリーダーが指示を出す体制を作った。 ・効率を求めるとして縦の組織になる。しかし多くの人の力を借りないと成り立たない。担当者にいかにも奉仕や仕事だと感じさせないよう、感謝の気持ちで接することを心がけている。 ・子どもの減少により、単独での大会開催が困難な道場が出てきたため、A市内の道場（26ヶ所）で少年協議会を作り、案内やお手伝い募集等をメールにより一斉に各団体にアナウンスしている。 <p>親睦会</p> <ul style="list-style-type: none"> ・お酒が飲める人がほとんどなので、楽しくやっているように思う。 |
| | <p>大会</p> <ul style="list-style-type: none"> ・開会式や閉会式が長時間に及ぶ場合があるため、メダルやプレゼンターなど表彰の準備を早め、時間の短縮を図る。 ・行事準備や会場撤去、役員、審判員、係員など、全てがボランティア（無料）という考え方を改める。 ・大会運営における導線を、選手は守るが、大人が守らない（不正入場、席取り、場所取り）。ルールや礼法を守らない大人が、ベンチ以外の場所で選手に技術の指示を送っている。 ・プログラムの印刷や売買が負担。データを各団体に送って各自で印刷してもらいたい（会議資料も同様）。 ・全員が柔道が仕事でないため、役割分担が難しいため、 <p>③</p> <ul style="list-style-type: none"> ・年齢や道場の指導方針（普及、強化）によって意見に違いがあるため、これらのバランスを考えて階級の細分化や実力差に応じた組み合わせなど、大会運営を工夫して対応している。 ・2025年国際ルール変更に伴う「有効」の復活等でタイマー等の機材買い替えが目下の懸案。自治体に購入の要望を出していきたい。 <p>連絡方法</p> <ul style="list-style-type: none"> ・メールを見ない人もいるので、文書での通知も必要。 <p>会議</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ボイスレコーダー等を利用しているが、議事録作成が困難。 <p>組織</p> <ul style="list-style-type: none"> ・トップダウンすぎる（リーダーシップは必要だが、勝手に決まる面もある）。 |

| | |
|-----|--|
| (3) | <ul style="list-style-type: none"> ・地域によって事情が異なる（都市部や地方など）。 ・女性（特に産後）が参加しやすい環境作り。託児所を少しづつ増やし、保育士不在の時はボランティア制で面倒をみるなど。 ・子どもの減少と保護者のモンスター化。保護者にボランティア活動の必要性を説明し、依頼しなければならないことが大変。 ・新年会において、普段大会等に参加しない年配の役員が多く参加し、若手の指導者が参加しない状況が見られた。大会後に行われる少年協議会の打ち上げに年配の指導者を招くなどし、役員と若手指導者の交流を図りたい。 ・A県は、今まで問題が見つからないし、今からも良い状況が続くように思われる。もちろん、役員の協力、高校生の会場準備等がスムーズに行えているからだと思う。 |
| | <p>組織</p> <ul style="list-style-type: none"> ・講道館、全日本柔道少年団との連携を強固にし、柔道人口減少などの諸問題解決に向け意見交換を進めたい。 ・各団体が協力して取り組めると素晴らしい。 ・中学校体育連盟で海外チームとの合同練習会を実現したい。 <p>指導</p> <ul style="list-style-type: none"> ・全国的に指導者の礼法が不出来であり、徹底してほしい。 ・指導者が生徒の模範になってほしい。 ・少年柔道の指導では、試合に勝つこと、組み手、相手に「指導」を与えるため戦術的な内容ではなく、基本的な技や体力など、基礎を作ることを大事にしてほしい。 ・大学生がやるような細かいテクニックを教える指導者が増えているが、子どもたちには遊びながらできる体捌きや基本的な技をしっかり教えていきたい。 ・後進の指導者の育成。 ・普及と強化のバランス調整。 <p>大会</p> <ul style="list-style-type: none"> ・役員、審判員、係員などの早朝出席時間について再考する。 ・柔道大会等の運営敷金を事前に明確に示す必要がある。 <p>その他</p> <ul style="list-style-type: none"> ・中学生から始める生徒が増えるような方策が必要。 ・競技の前にまず道場で体を動かす楽しさ、礼儀作法などを、トレーニングや遊びを通じ、柔道の良いイメージを一般の人々に伝えたい。 ・毎回の稽古の様子をインスタグラムに掲載するなど、柔道普及について日々努力した結果、団員数が30名から47名に増加した。 |

(2) アンケート結果について

受講者24名を対象とし、講習会の運営及び内容に関するアンケートを行った。質問項目は回答者の年齢、指導の対象、講習の運営など計11問で、Googleフォームにて作成した。午後の講習終了後に調査を行い、紙の方が回答しやすいという受講生には、印刷したアンケートを渡し、回収後に筆者がGoogleフォームに入力し、集計した。18件の回答があり、回答率は75%であった。

各質問と結果は以下の通り。

「質問1 講習会全体にはどのくらい満足されましたか」

（5段階評価：「1」まったく満足しなかった、「2」満足しなかった、「3」どちらでもない、「4」満足した、「5」非常に満足した）。

「非常に満足した」が77.8%（14件）と最も多く、次いで「満足した」が16.7%（3件）、「どちらでもない」が5.6%（1件）であった（図2）。

「講習会全体にはどのくらい満足されましたか」

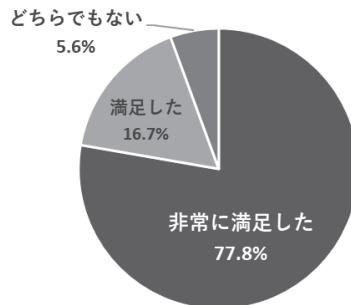


図2 講習会全体の満足度 (n=18)

「質問2 ご自分の仕事との関連性や、ご指導、お仕事に役立つ部分はありましたか」

「非常に満足した」が66.7%（12件）と最も多く、次いで「満足した」が22.2%（4件）、「どちらでもない」が11.1%（2件）であった（図3）。

「ご自分の仕事との関連性や、ご指導、お仕事
に役立つ部分はありましたか」

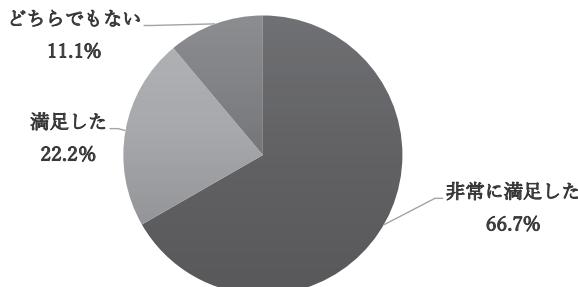


図3 講習内容とご自身の仕事・指導との関係性 (n=18)

「質問3 講習会では、主にどのようなことを習得されましたか（自由記述）」

61.1%（11件）の回答があり、内訳は下記の通り。「師範や柔道の思想」「倫理の大切さ」「講話の方法」「指導法」「コミュニケーション」に関する内容が多く見られた。

- ・講話をする際の組み立ての大切さ。私は中学生を対象に指導をしているため、分かりやすく、要点をまとめて話すことを再確認できた。
- ・柔道に対する基本思想、少年指導の基本や問題の再確認。
- ・人とのコミュニケーションの取り方。
- ・道場の運営と、指導者を上手く導く方法。
- ・嘉納先生の考え方。
- ・嘉納師範の偉大な考え方や行動力。時代に合わせた指導法。
- ・指導法のヒント。
- ・①講話の仕方は「帰りの会」などでクラス全体に話をするときに役立つ②初心者の女子生徒に授業で柔道を教える際、護身術や小手返（導入と受身の練習として）に挑戦したい③午後の講義では「講義の仕方」も学べた。嘉納先生だけではなく徳川家康の話もあり興味深かった。意見交換シートは考える力がつくと思う。
- ・新たな視点から柔道指導、坐学を学ぶことができ、今後の指導に活かして行きたい。
- ・倫理の大切さ、講話の方法。
- ・今からの自分の人生に役に立つと思う。

「質問4 講習会の以下の項目について、どのくらい満足されましたか」

小冊子『嘉納治五郎師範の言葉』、実技の配布資料、坐学の配布資料、会場、時間配分、音響（音の聞こえやすさ）、スクリーン等の見やすさの7点について質問し、「非常に満足した」が最も多かったのが小冊子『嘉納治五郎師範の言葉』83.3%（15件）、次いでスクリーン等の見やすさが66.7%（12件）、会場、時間配分、音響が55.6%（10件）であった。最も満足度が低かったのは音響で、「満足しなかった」が5.6%（1件）、「どちらでもない」が11.1%（2件）だった（図4）。

「講習や以下の項目について、どのくらい満足されましたか」

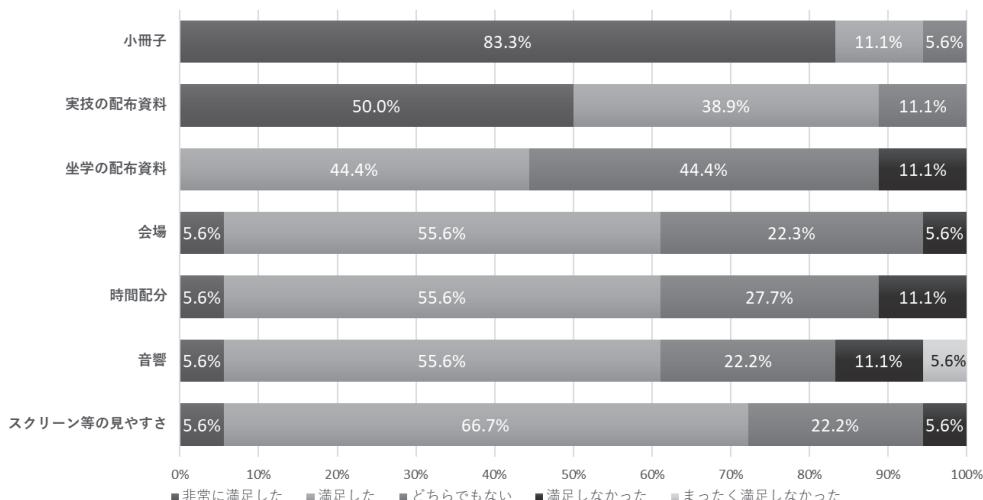


図4 講習の各項目の満足度 (n=18)

「質問5 運営面で改善、配慮が必要なことなどがございましたら教えてください（自由記述）」

61.1%（11件）の回答があり、内訳は下記の通り。「開催日の早期告知の要望」「高齢者への配慮（音響・椅子）」「講義内容」に関する内容が多く見られた。

- ・開催日の告知が1ヵ月以上前であれば仲間を説きやすい。
- ・もっと早く通知してほしい。
- ・もっとたくさんの先生方が集まれば良いと思いました（貴重な経験・学びができたので）。
- ・講習会の日程変更がなければ参加できます。
- ・部屋が暑過ぎました。お茶の用意があれば嬉しいです。
- ・遠いと音が聞こえにくいので、なるべくマイクを使って欲しい。
- ・聞こえにくいので配慮願いたい。
- ・講師の物腰のやわらかさがあったので聞きやすかったです。
- ・実技の際に高齢の方がいらっしゃったので、椅子の用意があると良かったと思いました。
- ・ハラスメントを意識すると何もできなくなる。
- ・運営面については特にありません。今後はコンプライアンスに関わること、セクハラやハラスメントの実例について挙げてもらえるとありがたい。

「質問6 以下の各セッションについて意義がありましたか」

「開講式」「実技」「坐学」「意見交換会」「閉講式」「交流懇親会」の6点について質問し、「非常に満足した」が最も多かったのが「実技」で66.7%（12件）、次いで「坐学」が61.1%（11件）、「意見交換会」が55.6%（10件）だった（図5）。

「以下の各セクションについて意義がありましたか」

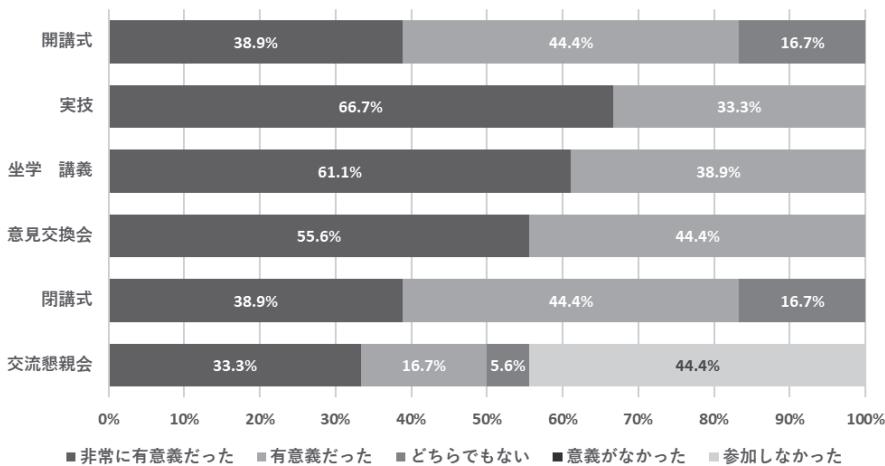


図5 各セクションの意義について（n=18）

「質問7 セッション全体にはどのくらい満足されましたか」

「非常に満足した」が66.7%（12件）と最も多く、次いで「満足した」が33.3%（6件）で、「どちらでもない」以下の回答はなかった（図6）。

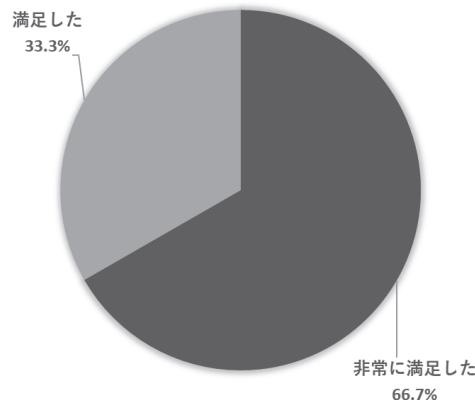
「セッション全体にはどのくらい満足されましたか」

図6 セッション全体の満足度（n=18）

「質問8 ご回答者様の性別について教えてください」

「男性」が83.3%（15件）、「女性」が16.7%（3件）であった（図7）。

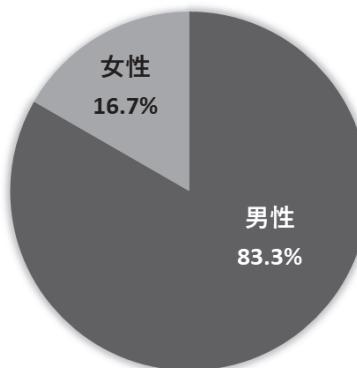
「ご回答者様の性別について教えてください」

図7 受講者の男女比（n=18）

「質問10 ご回答者様の年齢について教えてください」

「50代」が38.9%（7件）と最も多く、次いで「60代」が27.8%（5件）、「30代」が16.7%（3件）、「80代」が11.1%（2件）、「40代」が5.6%（1件）であった（図8）。

「ご回答者様の年齢について教えてください」

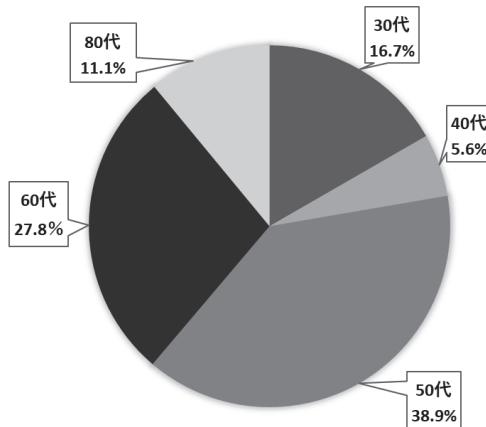


図8 受講者の年齢層 (n=18)

「質問11 ご回答者様が柔道をご指導されている場について教えてください（複数回答可）」

最も多かったのが「地域の道場」で61.1%（11件）、次いで「中学校の部活動」が33.3%（6件）、「中学校の授業」が22.2%（4件）、「その他」が11.1%（2件）（内1件が「大学の柔道部」）であった（図9）。

【質問11】ご回答者様が柔道をご指導されている場について教えてください（複数回答可）
18件の回答

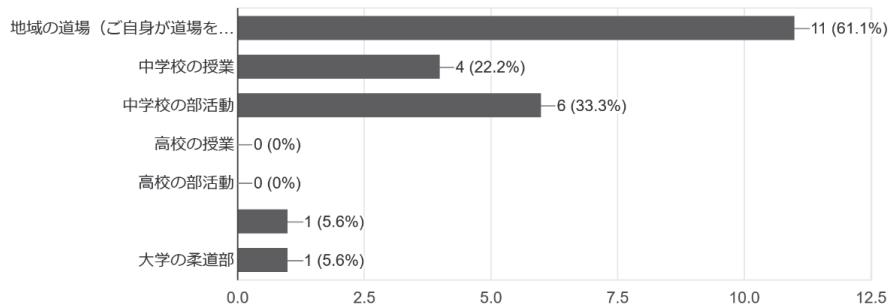


図9 受講者の指導現場について

IV. 考察

講習会全体の満足度について、「質問1」では「非常に満足した」が77.8%（14件）、「満足した」が16.7%（3件）と、回答者の高い満足度が窺えた。「質問3」を見ると、回答者が講習を通じて習得したことについて、「師範や柔道の思想」「倫理の大切さ」「講話の方法」「指導法」「コミュニケーション」などと回答しており、講習内容が概ね伝わったことが示唆された。講義で取り上げたスポーツ・インテグリティは、大学スポーツにおける不祥事が多発したことを受け、2023（令和5）に室伏広治スポーツ庁長官がスポーツに携わる全ての人々に対して「スポーツにおけるイ

ンテグリティの確保に向けて」¹³⁾とのコメントを発表するなど、インテグリティの向上がスポーツ界改善のキーワードとなっている。静岡大学¹⁴⁾などの高等教育機関でも、スポーツ・インテグリティの教材開発や子どもたちへの教育を推進している。嘉納師範の言説や柔道の歴史からスポーツ・インテグリティを高める講話をを行うことは、柔道普及と德育の面で有効な手段だと考えられる。

「質問6」から意義のあった講習について見ると、「実技」「坐学」「意見交換会」の3つとも半数以上の人人が「非常に満足した」と回答しており、本講習が受講生のニーズに合致した内容であったことが示唆された。一方、アンケートの標本数が少ないため、結果の信頼性を高めるためには、さらに同様の取り組みを重ね、標本数を増やす必要があると考えられる。

「質問4」から講習の各項目の成果と課題を見てみると、小冊子『嘉納治五郎師範の言葉』は「非常に満足した」が83.3%（15件）と最も高く、講道館が発行した書籍が、回答者にとっても高評価であった。一方、小冊子は販売しておらず、内容もインターネットで公開していないため、一般の方々が入手できない状況にある。指導者が小冊子を用いて子どもたちに講話をする風潮が広まれば、指導者の資質向上や実技と坐学の好循環が期待できるため、講道館として受講者の声に対応することが望ましいと言える。

音響について満足度が低い意見が数件あったが、これは高齢の受講者が多かったためと考えられる。幅広い年代が受講する場合は、年齢層の特性に配慮し、受講しやすい環境や事前の準備が必要であることが示唆された。

運営面での配慮について、最も要望が多かったのは早期告知であった。それは「もっと多くの人に参加してほしい」「知人を誘いやすい」という理由からであった。今回は講道館が講師選定に時間を要したため、講習会の案内が遅くなったという経緯を確認した。多くの方に受講いただくためにも、開催案内は1ヵ月前から1ヵ月半前には告知することが望ましい。アンケート結果を運営側と共有し、今後さらに効果的な研修となるよう協議していきたい。

最後に、受講者の意見交換会の結果から、指導者を取り巻く現状について見ていただきたい。

①海外クラブチームでのボランティアポイント制では、ボランティアの概念、助け合いの心、公平、平等など様々な視点から意見が述べられ、賛成と反対が同数であった。クラブや大会の運営にはボランティアが不可欠であるが、その業務の公平さをシステムで担保するのか、それとも奉仕の精神を高めることで解決するのか、一概には言えない問題である。いずれにしてもボランティアの依頼や確保が、指導者にとって関心の高いテーマであったことが示唆された。

②行事の効率化については、コロナ禍にオンライン会議の導入やメーリングリストやトーナメント作成ソフトの活用など、業務の効率化と時間短縮が認められた。案内の印刷と郵送を止め、電子メールの利用やホームページ掲載に変更したという回答が多かったが、一方で「メールを見ない人もいるので、文書の通知も必要」という意見もあり、母集団が多く、高齢者が多いほど一元化は難しいと考える。

③行事の問題点については、指導者を含めた大人のモラルの低さ、普及と強化のバランス、運営、女性の参加しやすい環境（託児所）、役員と若手指導者との交流不足など、様々な問題提起があった。指導者が本業の傍ら、柔道の指導以外に会議、書類作成、組織作り、ボランティアの確保、審判員、広報、親睦会など、多くの業務を抱えている様子が窺える。前述したように、行事の効率化により作業時間の短縮が図られたが、それは逆説的に考えれば指導者が日常的に時間の確保に苦慮していることの証だと言えよう。全国各地の指導者自身の言葉から、指導者のステー

クホルダーや具体的な業務を明らかにすることが出来たことは、本研究の成果の1つだと言えよう。なお、「A県の場合は、今まで問題が見つからないし、今からも良い状況が続くように思われる」との回答もあったように、全ての指導者が改善や変化を望んでいるわけではなかった。組織の中で役員と若手指導者の交流が乏しいという意見があったが、変化か現状維持かという意向の違いも、両者の交流に影響を及ぼしている可能性が考えられる。

④柔道への要望については、各団体（講道館、全日本柔道少年団、中学校体育連盟など）や指導者同士で協力して、共通の問題解決に取り組みたいという意見が見られた。具体的には、指導者の待遇改善と資質向上、指導法や広報の工夫などが挙げられ、指導者たちが業務負担の軽減だけでなく、普及のため柔道の認知度や満足度を向上させたいという意向が窺えた。本講習会では、試合に勝つための技術や戦術を取り扱わなかったにもかかわらず、受講者から高い評価を得た。その背景には、受講者が子どもたちに興味を持たせる指導法や現代に求められる指導者像など、時間に余裕がなくともすぐに活用できる知識を求めていたためだと考えられる。今後も多忙な指導者のニーズに応じた講習を行い、現場に寄り添った支援を続けることが、実技と坐学の好循環を実現する上で有効であると考える。

結論

本研究では、実技と坐学の好循環を目指した指導法を指導者に伝達することを試み、その成果と課題について考察した。受講者から特に評価の高かった師範の倫理観については、スポーツ・インテグリティのルーツや成り立ちを学ぶことにも繋がるため、柔道はもとより、種目を超えた指導者教育への展開も可能だと考えられる。意見交換会で明らかになった指導者の多忙化の実態に対しては、講道館や全日本柔道少年団といった関係団体が、限られた時間で最大の効果が期待できる指導法や教材を開発して提供するなど、継続的な支援を行う体制作りが重要である。具体的には、小冊子や講習会運営に対する受講者の要望について両団体に情報提供し、受講者へのサービス改善に繋げる必要がある。また指導法の改善のためには、受講者に追跡調査を行い、本講習会の指導法が現場でどの程度実践され、またどのような問題点が生じたかを把握し、改善を図っていくことが今後の課題である。

謝辞

本研究にあたり、木内敦詞筑波大学体育系教授からスポーツ・インテグリティの意義及び研究動向について、本橋端奈子講道館学芸員から小冊子『嘉納治五郎師範の言葉』編集の視点や活用法について貴重な情報を頂いた。記して感謝したい。

参考引用文献

- 1) 嘉納治五郎講述・門生筆記：講道館柔道講義（第三号の續き），國士，1(4)：22, 1899.
- 2) International Judo Federation : Members, <https://www.ijf.org/countries>, (参照日2024年11月30日).
- 3) 山本三四郎：世界柔道形選手権大会2024, 柔道, 96(1) : 56-61, 2025.
- 4) 道場良久：令和6年講道館「柔道夏期講習会」を終えて, 柔道, 96(10) : 16-19, 2025年.
- 5) 嘉納治五郎が全国各地の修行者増加に伴い、柔道の正しい普及と発展のため講道館及び講師を各地に派遣して実施した事業のこと。初出は1923年7月15日から19日まで東京高等師範学校

(現筑波大学) 柔道場で行われ、嘉納、永岡秀一、山下義韶^{よしつぐ}（と共に後の十段）が講師を努め、内容は形、乱取、講義、問答、活法であった。現在も講道館の事業として行われている（講道館：講道館130年沿革史、講道館、東京：323-329、2012）。

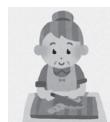
- 6) 講道館:組織情報、令和5年度事業報告書、<https://kdkjudo.org/wp-content/uploads/2024/10/令和5年度事業報告書.pdf>、（参照日2024年11月30日）。
- 7) 講道館：学校「講道館」（各種学校）、<https://kdkjudo.org/学校「講道館」（各種学校）/>、（参照日2024年11月30日）。
- 8) 稲川郁子：小学生を対象とした嘉納柔道思想教育の試み、武道学研究、57 (1) : 59-67、2024.
- 9) 編輯部：JOCナショナルコーチアカデミー視察報告、柔道、97 (3) : 35-37、2025.
- 10) 1962（昭和37）年、鷹崎正見九段（嘉納治五郎の娘婿）によって設立された。1981（昭和56）年に指導者講習会を開催し、同年には読売新聞社との共催で、第1回全国少年柔道大会を開催した（柔道大事典編集委員会：柔道大事典、アテネ書房、東京：256、1999）。
- 11) 全日本柔道連盟：指導・審判、暴力・体罰・セクハラ問題を学ぶためのガイドブック、https://www.judo.or.jp/cms/wp-content/uploads/2015/05/guidebook20150625_hp.pdf（参照日2024年11月30日）。
- 12) 横澤由貴：海外だより～世界の柔道事情～第19回カナダ、柔道97 (1) : 52-55、2025.
- 13) スポーツ庁：スポーツにおけるインテグリティの確保に向けて、https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/choukan/jsa_00044.html（参照日2025年2月1日）。
- 14) 静岡大学大学院教育学研究科附属現代教育研究センター：研究センター概要、<https://shizudaikyouken.main.jp/about/>（参照日2025年2月1日）。

講習会の配布資料

【実技】

令和7年2月11日
全日本柔道少年団指導者研修会（第30回講道館講習会）配布資料 桐生著作（講道館）

実技「誰にでも簡単にできる講話と指導法～子どもたちに楽しく深く柔道を学んでもらうために～」



コンセプト

気持ちが一番、身近なもので、心を込めた指導
※イラストは本講義のコンセプトのイメージです

背景 実技、坐学、コミュニケーション力を兼ね備えた指導者像

双方性を重んじるJOCナショナルコーチアカデミー
スポーツを手段とした人格形成（スポーツ・インテグリティ）
行政・経済界等との連携強化（日本スポーツ政策推進機構設立）

実技と坐学が共存するのが柔道の特徴（形、乱取、講義、問答）

目的 師範が理想とした実技と坐学の好循環を、まずは柔道界で体現し、スポーツ界や社会に範を示す。そのために、一工夫で出来る講話と指導法を習得する。

令和7年2月11日
全日本柔道少年団指導者研修会（第30回講道館講習会）配布資料 桐生著作（講道館）

1 講話編

1) 講話の仕組み

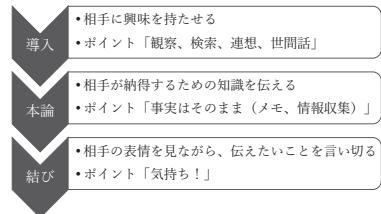


図1 講話の仕組み

導入（崩し） 相手の興味関心を見抜く（人生経験の見せ所）

※「私に言ってくれている」と思ってもらえるように

本論（作り） 情報収集し、メモを作って対応（無理をしない）

※自分の経験ではなく柔道の心を伝える姿勢を明確化

結び（掛け） 相手を見てハッキリ言う（勝負度胸の見せ所）

※なぜその人に今、これを伝えたいのかを掘り下げる

1

2

令和7年2月11日
全日本柔道少年団指導者研修会（第30回講道館講習会）配布資料 桐生著作（講道館）令和7年2月11日
全日本柔道少年団指導者研修会（第30回講道館講習会）配布資料 桐生著作（講道館）

2) 講話例（A県小学生界級審査）

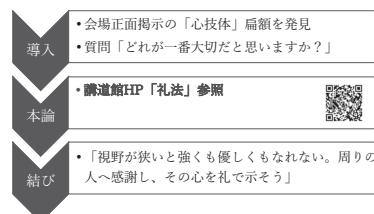


図2 会場の扁額を利用した導入と結び（2024年10月）

3) 講話作りにチャレンジ

<ルール>

①講話の場面、結びの言葉（お手元の小冊子から選定）を決めてください

②制限時間は10分間です

③ネタ作りのための会話やスマートフォンの使用も全て可能です

④発表者には小冊子をもう1冊差し上げます！

| 場面 | |
|----|--|
| 導入 | |
| 本論 | |
| 結び | |

※本論は講道館HPや「柔道」、月刊「武道」（日本武道館）などから色々な情報を入れてアレンジしてみてください。

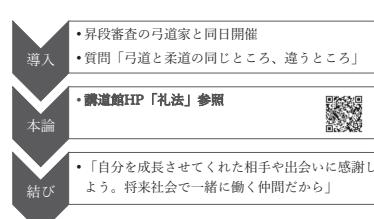


図3 共通体験を利用した導入と結び（2024年12月）

3

4

令和7年2月11日
全日本柔道少年団指導者研修会（第30回講道館講習会）配布資料 桐生智作（講道館）

令和7年2月11日
全日本柔道少年団指導者研修会（第30回講道館講習会）配布資料 桐生智作（講道館）

1 指導法編

1) 姿勢の奥深さ 自然体

方法

柔道衣着用は不問。受は肩幅のスパンで立ち、右手で拳を作り、腕を伸ばした状態で正面に上げる。取は右掌で受の右拳を打つ。受が拳立ちだと態勢を崩し、息を吐いて臍下丹田を意識し、右腕を伸ばしていると安定する。



嘉納師範の自然体

学べること

- ・姿勢の大切さ、奥深さ
- ・意識をどこに置くかで、安定性が変わる

2)「小手返」 柔術と柔道の技術の違い

方法

柔道衣着用は不問。お互いに正坐した状態、受が拳で取のお腹を突く。取が右に体を開いて受の右拳をかわし、両手で掴んで小手返で投げる。

学べること

- ・共通点・間合い・体捌き
- ・柔術の特徴 相手の身体を直接掴む 関節を極めて投げる
- ・柔道の特徴 柔道衣を掴む、相手の関節を極めずに投げる

23) 小手返（こてがえし）

左手の小指の部分を相手の右手首内側に、拇指を相手の右手甲にあてる。つまり、左手の拇指と小指で相手の右手首を挟むように握る。右手は左手の上から拇指及び小指がそれぞれ重なるように握り、相手の右手を外に返して極める。



引用：講道館「講道館護身術」、2004年

5

6

令和7年2月11日
全日本柔道少年団指導者研修会（第30回講道館講習会）配布資料 桐生智作（講道館）

令和7年2月11日
全日本柔道少年団指導者研修会（第30回講道館講習会）配布資料 桐生智作（講道館）

3)「手解」 柔術の歴史の長さ

方法

柔道衣着用は不問。お互いに向き合い、受が左手で取の右手首を掴む。取は右手を伸ばして下げる。受が引き戻そうとする動きに合わせ、取は右肘を出すようにして受に掴まれた手を解く。警察HPで様々な例が確認できる。

学べること

- ・柔術の初心者が最初に学ぶことが掴まれた手を解くこと。「手ほどきを受ける」の語源という説もある（参考：小佐野淳『秘伝当身技』2006年）
- ・手首の重要性と「自分の身は自分で守る」という意識の啓蒙
- ・人体の構造や相手の反応に基づく武道の技の理合いの深さ



令和6年講道館鏡開式「極の形」 取が受の右手首を制している様子

7

4) 普及のための指導法

体育学部以外の学生に、10回の柔道授業を楽しく安全に柔道に親しんでもらうために行ってきた工夫。

方法①身体接触に慣れるためのマッサージ、ストレッチ

抑込技の心の準備として、ペアでストレッチやマッサージ。

方法②カメの攻防（カメ取り）に一元化

高専柔道のように、一方的に守ることの価値を認めた。攻防に慣れてくると、自然に向かい合う攻防も見られた。「参った」の方法を教え、合団があれば必ず技を止めるなど、ルールを徹底した。

方法③「人に触れる」⇒「体を使った知恵の輪を解く」に転換

相手に触れることに抵抗がある学生には、イメージを置き換えて取り組めるよう様々な声かけをした。

方法④相手に伝わりやすい方法を見極める

～視覚情報と言語のバランス～

方法⑤腰を掏った状態から乱取を始める

「相手を返せるかどうか」のところから始め、攻め気を促した。

方法⑥較技や関節技も体験させる

裸絆に難色を示す学生に、そこ「からの」三角絆を紹介。好評。

8

令和7年2月11日
全日本柔道少年団指導者研修会（第30回講道館講習会）配布資料 創生習作（講道館）

3 質疑応答

4 さいごに

- 一緒に話してくれる人は宝。先輩たちのお言葉
「要するに何なの？」
「面白くなければ人は聞かない」
「～から？」
・何をやっても無駄なような気がするとき
※「気づきがあれば変わることができる。変わることができれば成長できる」

『柔道』令和7年3月号

午後の講義では…

師範の唱えられた「講道館柔道の文化的精神」を学び、持続可能で発展的な柔道界作りに向けて、意見交換をしましょう！



【講義・意見交換会】

全日本柔道少年団指導者研修会(第30回講道館講習会)
令和7年2月11日(火・金) 於:講道館

コンプライアンス教育が求められる今だからこそ学びたい嘉納師範が
求めた講道館柔道の文化的精神
～スポーツ・インテグリティの先駆けとして～

講道館 編輯部
桐生習作

講義の内容

- 1 社会の変化の中で、守るべきルールの再確認
- 2 指導者としてやってはいけないことを再確認
- 3 嘉納師範が柔道を手段として人々に啓蒙しようとした講道館柔道の文化的精神を学ぶ

倫理の大切さ

社会生活の存続発展のため

- ①悪い言動を知り、それをしないようにする。
- ②良い考え方や姿勢を知り、それを実践する

柔道指導者がやってはいけないことを再確認する

暴力・体罰・セクハラ問題を学ぶためのガイドブック

全日本柔道連盟(2015)
『暴力・体罰・セクハラ問題を学ぶためのガイドブック』

- 誰でも入手可能
- 全柔道HPダウンロード可能 紙媒体は在庫なし
- 暴力(体罰を含む)やセクハラの具体的な事例がわかる
- 暴力やセクハラの定義、13のQ&Aなど
- 相談先がわかる

柔道目安箱
各都道府県柔道連盟コンプライアンス担当 他

暴力

ぼう - りょく【暴力】

- ・1 亂暴な力・行為。
不當に使う腕力。
- ・2 合法性や正当性を欠いた
物理的な強制力。

出典:『デジタル大辞泉』

体罰(指導の際になされる暴力的な行為)

第十一条 校長及び教員は、教育上必要があると認めるときは、監督庁の定めるところにより、学生、生徒及び児童に懲戒を加えることができる。但し、体罰を加えることはできない。
出典:文部科学省HP「学校教育法(昭和二十二年三月二十九日法律第二十六号)」

何が体罰にあたるのか？

(1) 体罰(通常、体罰と判断されると考えられる行為)

○身体に対する侵害を内容とするもの

- ・体育の授業中、危険な行為をした児童の背中を足で踏みつける。
- ・授業態度について指導したが反抗的な言動をした複数の生徒らの頬を平手打ちする。
- ・生徒指導に応じず、下校しようとしている生徒の腕を引いたところ、生徒が腕を振り払ったため、当該生徒の頭を平手で叩く。
- ・給食の時間、ふざけていた生徒に対し、口頭で注意したが聞かなかつたため、持っていたボールペンを投げつけ、生徒に当てる。
- ・部活動顧問の指示に従わず、ユニフォームの片づけが不十分であったため、当該生徒の頬を殴打する。

出典：文部科学省HP「学校教育法第11条に規定する児童生徒の懲戒・体罰等に関する参考事例」

教育上認められる懲戒

認められる懲戒(通常、懲戒の範囲内と判断されると考えられる行為)(ただし肉体的苦痛を伴わないものに限る。)

※学校教育法施行規則に定める退学・停学・訓告以外で認められると考えられるものの例

- ・放課後等に教室に残留させる。
- ・授業中、教室内に起立させる。
- ・学習課題や清掃活動を課す。
- ・学校当番を多く割り当てる。
- ・立ち歩きの多い児童生徒を叱って席につかせる。
- ・練習に遅刻した生徒を試合に出さずに見学させる。

出典：文部科学省HP「学校教育法第11条に規定する児童生徒の懲戒・体罰等に関する参考事例」

柔道界の暴力

◆言語的暴力に関する具体例

- ▶ 「スポーツ特待生だから馬鹿だ」と言い、馬鹿にする
- ▶ 精神的に苦痛なことを、大声でしつこく言う
- ▶ 「死ね」などの暴言を吐く
- ▶ 差別的な発言を繰り返し行う



◆身体的暴力に関する具体例

- ▶ 身体を殴る
- ▶ 木や竹刀で叩く
- ▶ 平手打ちやビンタをする
- ▶ くしゃみや唾をわざと吐きかける
- ▶ 髪を引っ張る
- ▶ 「参った！」をしてるのに、絞め続ける
- ▶ 関節技や抑え込みで、「参った！」をしても離さない



出典：全日本柔道連盟(2015)「暴力・体罰・セクハラ問題を学ぶためのガイドブック」

セクシャル・ハラスメント(セクハラ)

- ・二人以上の複数人の間において、当事者(被害者の)意に反した性的な性質の言動を行うこと。また、それに対応させることにより一定の不利益を与えたり、言動を繰り返すことによって生活・練習環境を著しく悪化させること。
- ・言語、身体的な行為の両方がある。
- ・犯罪に該当するものがある。
- ・異性間だけではなく、同性間でも起こりうる。
- ・女性、男性問わずか被害に合う可能性がある。



全日本柔道連盟(2015)「暴力・体罰・セクハラ問題を学ぶためのガイドブック」¹²の文章に基づき、講師が「ある」詞に編集した。

その他の良くない振る舞い

- ・飲み会や懇親会で未成年に飲酒を勧める
- ・飲酒やお酌を強要させる
- ・自分の用事をさせる
- ・乱暴な言葉遣いになる
- ・早朝からの場所取り
- ・過度な上下関係

出典：全日本柔道連盟(2015)「暴力・体罰・セクハラ問題を学ぶためのガイドブック」¹³

暴力・セクハラは、なぜしてはいけないのか

- ・人間の尊厳、個人の権利を著しく侵害する行為のため。犯罪に該当する行為も少なくない。
- ・教え子は指導者の所有物ではない。
- ・指導者は、教え子を一人の人格として尊重し接する義務がある。
- ・暴力・セクハラに強さは身につくはずもない。

恐怖や苦痛による主従関係から、社会的な連帯や信頼関係を築くことができるだろうか？

全日本柔道連盟(2015)「暴力・体罰・セクハラ問題を学ぶためのガイドブック」¹²の文章に基づき、講師が「ある」詞に編集した。赤字は講師の意見。

