

武蔵野市御殿山に住むフランス人のダロー・グザビエさん(31)は、古流武術を源流とする日本拳法に武士道を感じ、日本拳法講武会館に入門して1年になる。将来、パリに道場を開きたい、と師範を目指し、けいこに余念がない。「筋力がついて、全身が強く、健康になりました。」

術、自衛隊の正式徒手格闘技にも取り入れられている。競技人口は約50万人いる。毎週金曜夜、講武会館立川教室が立川市練成館で開かれ、30代の女性2人を含む30代から60代の20人が参加する。入野信照館長(55)の指導で、前げり、飛びびざげり、回しげりなど形の練習に続いて、拳法衣のまま

2人1組で、相手に当たらないように技掛けを繰り返す。最後に面、胴、グローブ、股当てを着けて直撃が始まった。経験が浅いダローさんは軽量防具を着用。この場合、相手は手加減するのがルールだ。ダローさんは素早い動きで、回しげりや突き、投げなどを繰り返す。

グローブや素足が防具に当たる音が交じり、迫力満点。公式試合は2分間3本だが、教室ではけがを避けて、1本1分前後で相手を替えながら10本続ける。ダローさんは「本気で突いたり、けつたりできるのがいい。防具を着けていても、当たると痛いので、闘志をかき立てられる」という。

だが、けがで断念。講武会館の練習を見学して一遍で気に入った。「柔道、空手などが交じり合っているのと、武道の中で一番実践的なところがいい。礼を重んじ、精神を鍛錬する点に武士道を感じます。最近、心を平静に保つよう、制御できるようになりました」と喜ぶ。

「武道の中で一番実践的

精神鍛練 武士道を感じた」

した。1日
4、5回の
日本拳法講武会館道場生・ダロー・グザビエさん

食事を取りますが、全く太りません」と話す。

競技人口50万人

日本拳法は、突く、ける、投げる、関節の逆を取る、締めるなどの技を使う総合格闘技。防具を着け、一対一で力いっぱい相手に技をかけるのが特徴だ。実践的なことから警察の逮捕



入野館長は「日本拳法は常に腹式呼吸で全身を動かすので、体の内側から鍛えられ、エネルギー消費量が多いので、減量、中性脂肪の減少など健康効果が大きい。護身術としても向いています」と話す。

ダローさんはソルボンヌ大学で映画を専攻し、黒澤明監督らの作品を通じて日本に関心を持ち、2年前来日した。宮本武蔵が好きで、武道に興味があり、当初、剣道(たいこう)を習っ

4月から、師範になるための勉強も始め、立川や武蔵野、池袋などの教室に週2、3回、参加するほか、入野館長の個人指導も受けるようになった。「武道好きなフランス人に日本拳法を紹介したい」との思いが支えだ。

18日に大演武会

日本拳法大演武会が18日14時、昭島市総合スポーツセンター1(青梅線東中神駅)で開かれる。無料。《問》042-544-9228入野さん。

いき
康