



## パーソナリティ 竹岡拓哉

『竹岡拓哉の  
押忍!押忍!!Radio』  
毎週金曜日 21:00~21:30

### プロフィール

6歳から大和市で極真空手を始める。  
全日本空手道選手権大会中量級を2回チャンピオンとなり、3度の日本代表選出。  
現役引退後は大和市で極真会館神奈川大和支部を設立。  
支部長として空手の楽しさを伝える。



# 極真空手から学ぶ思いやりと礼儀

私は、大和市で6歳の頃に極真空手を始めました。今年で27年間になり、指導者としても17年目を迎え、15力所以上の道場にて指導を行ってききました。

皆さん、極真空手といえ何を思い浮かべますか? ケン力空手、野蠻...などのイメージがある方が多いのではないのでしょうか?

昨今、極真空手は子どもたちに人気の習い事となり、教育現場などでも活用いただく場面が増えてきています。

空手を始めるときに、体力の向上や礼儀を身につけたい、など理由は様々ですが、私が指導してきた中で一番大切にしていることは、相手のことを考える、ということです。

極真空手は直接打撃制とい、実際に技を当てる空手になります。そのため、組手の稽古では、自分勝手に攻撃すると相手の技をもらってしまいうことがあるため、常に相手

のことを考え、コントロールする必要があると思っっています。相手がどんな技を出すのか、自分が攻めるのはどのタイミングか、一見ただ組手をしているように見えても心の中で戦っているのです。

よって相手のことを想う人ほど空手が強くなる傾向にあると私は感じています。パワーだけ、強いだけならポディービルダーのようなムキムキな人が強いはずですがそこではないのが極真空手、武道の魅力でもあります。相手を思いやり、そして尊敬をして相手に尽くすことが礼儀を身につけることだと思います。

道場では入場の際に一礼、稽古が始まる前に一礼、黙想、稽古終了一礼、黙想、退場の際に一礼とたくさん礼法があります。一つ一つ意味がありますが共通していることはそこに意識を落とすということ。道場を敬い、人を尊敬して稽古を行うことで自身

の体と精神を鍛えることができます。

現代の子供たちの年代ではいじめが社会問題になるニューズが報道されていることがあります。

私の道場では稽古した拳や足は人を傷つけるためにあるのではなく、守るためのものだと指導してきました。稽古を積み重ねれば積み重ねるほど必然的に強くなっていき、道場生たちは自分が人より強くなっていることを理解することが重要です。強い自分を認識することで、心に余裕ができ、人を蔑んだり、妬む必要もなくなると思います。

つらつらと高説垂れましたが若輩者の私も修行中の身です。

空手家としての理想を追い求め、尊敬できる人間になれるように精進していきたいと思えます。



### 株式会社サーテック

〒242-0016 神奈川県大和市大和南1-7-3  
TEL 046-259-5280 FAX 046-259-5281  
<https://satec-inc.jp>

耐震：耐震スタッドジベル施工・管理  
建築資材：各種ボルト・ナット  
JIS アンカーボルト  
タンパクルブレース  
スプライスプレート  
ガセットプレート  
ASTM 規格ボルト  
エキスパンドメタル  
チェッカープレート  
パンチングメタル他の販売加工

鉄骨加工：階段・手すりの製作、管理  
胴縁加工・アングル加工・H形鋼加工  
鉄骨 現寸(部材明細・PL・加工図等)

