

2018年度「全日本武術太極拳選手権大会」に出場しました。

大会期間 2018年7月6日～8日 記: 小山 光幸

7月6日(金)・7日(土)・8日(日)の3日間、東京・調布市の「武蔵野の森 総合スポーツプラザ」において開催された「第35回全日本武術太極拳選手権大会」に愛知県代表として出場しました。

この大会は個人31種目と団体3種目で日本一を競う大会で、今年は全国から選抜された選手を含む1,722人が、3日間、オリンピックのため昨年オープンしたばかりの新しい会場に集結し、熱い戦いを繰り広げました。3日間の観客動員は2万人近くで、大会の様子はNHK・BSでも放送されました。



武術太極拳は、数千年の歴史のある中国武術を起源とし、14世紀～20世紀にかけ特に発達し、数多くの流派・種類が生まれましたが、現在行われている武術は200～300種類あると言われています。日本ではその中の太極拳が広く行われるようになって約40年たちますが、近年では長拳・南拳や各種の伝統競技も若い世代を中心に親しまれており、国内の愛好者人口はすでに百数十万人になっています。現在開催中のアジア大会では正式種目になっていますし、2024年オリンピックでの実施競技化も検討されています。

私は定年後の61歳で、何かやらねばと近所のカルチャーセンターを覗き、たまたま欠員があったのが太極拳教室だったので、取りあえずの思いで始めてみました。

現役時代に中国へ出張の際、早朝の公園で沢山の老人たちがゆっくり運動しているのをよく目撃しましたがまさにそれが太極拳でした。

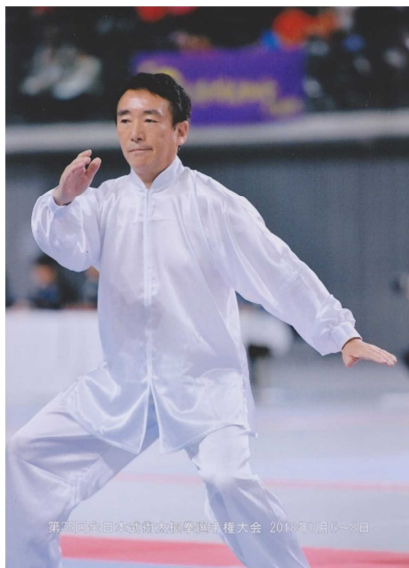
最初は週1回、先生の言う通りにゆっくり深く呼吸をしながら、上半身の力を抜いて規定の動きを繰り返していたのですが、半年くらいで体幹がしっかりしてきて立ち姿勢も良くなり、50代から悩んでいた腰痛・ひざ痛・肩のこりなどが和らいだことも実感できたので、老後の健康維持のために続けています。

昨年9月に派遣社員も辞めたことを機に、週4回全日本太極拳協会名古屋支部の複数の道場に通って練習し、今年3月の愛知県太極拳競技大会に、個人競技2種目「24式太極拳」、「42式総合太極拳」に初出場し、「42式総合太極拳AB(30歳以上)」の部で運よく愛知県代表に選んで頂きました。

42式総合太極拳は、1980年代後半に楊式・陳式・呉式・孫式など各流派の動きを総合的に取り入れ、

競技会用に制定された新しい太極拳で、競技会では6分以内に42通りの型動作を行い、5人の審査員が10点満点で、技の正確さ・身体の協調性・風格などを採点し優劣を競います。

私は太極拳を始めてまだ3年、しかも64歳と高齢なので、今年3月時点での先生の採点は100点満点で35点位、だが楽しんでやっている姿勢が実が良いと周囲にもおだてられ、3～7月の4か月間いじめにも近い猛特訓を受け、ようやく7月の全日本大会に出場することが出来ました。



但し結果は大方の予想通り、途中でバランスを崩したこともあり、出場46選手中の後半の順位に終わってしまい、大変悔いの残る大会となりました。やはり30歳代の若い選手の体の動きは美しい、高齢でも高段者の演武はとても風格がありました。

反面、独特の緊張感・高揚感をこの歳で楽しむことが出来ましたし、現在インドネシアで開催されているアジア大会に出場している日本の代表選手達と、同じ会場・コートで練習ができ競技会に参加できたことは一生ものの思い出になりました。

太極拳はとても奥深い武術です。今月幸運にも1級に昇級できたので、来年は普及指導員の資格取得と、3月の県大会に再出場しリベンジできることを夢見て、日々練習を続けています。