

KANJI

1. JESSI: 皆さんこんにちはジェシーです。
2. YUKI: 勇樹です。
3. JESSI: 皆さん、「少林寺拳法」という武道はご存知でしょうか。今日は「日本現代九武道」の一つである少林寺拳法について、JapanesePod101の勇樹さんが練習している道場にお邪魔して、少林寺拳法はどのような武道なのかを皆さんと見ていきたいと思えます。勇樹さんよろしくお願いします。
4. YUKI: よろしくお願ひします。
5. 「沿革」
6. YUKI: 少林寺拳法は1947年に、日本において宗道臣が創始しました。教え・技法・教育システムによって、自信と勇氣と行動力と慈悲心をもった社会で役立つ人を育てる“人づくりの行”なんです。一人一人がまず頼りにできる自己を確立し、人間同士が援け合い、共に幸せに生きるための道を説いています。
7. JESSI: これが少林寺拳法の教えなんですね。それに中国からきた武術じゃないんですか？
8. YUKI: 違いますよ。勘違いされてる方が多いですが、日本でできた武道なんです。
9. 「道衣」
10. JESSI: それでは実際に練習風景を見ながら、どういうことをやっているのか見てみましょう。
皆さん、どのようなものを着て練習しているんですか？

CONT'D OVER

11. YUKI: これは道衣といって、空手着や柔道着と同じようなものです。素材は少し違いますけどね。
12. JESSI: 皆さんの帯の色が違うんですが、なんでですか？
13. YUKI: 段によって、色が変わるんです。段が上がっていくと、白、黄色、緑、茶色、黒の順番で色が変わるんですね。
14. 「あいさつ、姿勢」
15. JESSI: あいさつなんかも少し違うようですが。。
16. YUKI: そうですね、あいさつときは手を合わせて挨拶します。我々はこれを「合掌礼」と呼びます。そして、普段の立ち方も少し変わっていて「結手」といって、このような立ち方がいわゆる、「気をつけ」の状態です。
17. 「技法紹介」
18. JESSI: 実際にどんな技があるのか見てみたいのですが、、、少林寺拳法にはどんな技があるんですか？
19. YUKI: 「剛法」といって、突いたり蹴ったりを中心にする技。あと「柔法」といって投げたり固めたりを中心にした技があるんですよ。それじゃ「剛法」の技を見てください！
20. ---剛法---
21. JESSI: 痛そうですね。。

CONT'D OVER

22. YUKI: メッチャ痛いですよ。。これは相手が突いてきたり、蹴ってきたりしてきた時に、捌いて、突きや蹴りの攻撃を返します。それじゃ今度は「柔法」です。
23. ---柔法---
24. JESSI: へえ、こんな技もあるんですね！
25. YUKI: 柔法は手とか腕、服をつかまれたりした時に有効な技が中心です。女性の護身術にもとても効果的ですよ。ジェシーさんやってみますか？
26. JESSI: んんん。。。考えておきます！
27. 「少林寺拳法の特徴（他武道との違い）」
28. JESSI: 質問なのですが、他の武道との違いはなんですか？
29. YUKI: 少林寺拳法には「試合」というのがありません。その代わりに「演武」といって、剛法、柔法を組み合わせた技を作って技の熟達度を見るものがあります。今度は「演武」を実際に見てみましょう！（演武映像）
30. JESSI: へえ～すごく迫力がありますね！
31. YUKI: いかがでしたか？少林寺拳法は世界34カ国で修行されていて、日本国内には約2,900の支部があります。もし少林寺拳法に興味がありましたら、ウェブサイトから探してみてください。事前に相談すれば、見学が可能な道場もあります！それでは！（www.shorinjikempo.or.jp/wsko/）
32. JESSI: 勇樹さん今日はありがとうございました。

1. JESSI: みなさんこんにちははジェシーです。
2. YUKI: ゆうきです。
3. JESSI: みなさん、「しょうりんじけんぽう」というぶどうはごぞんじでしょうか。きょうは「にっぽんげんだいきゅうぶどう」のひとつであるしょうりんじけんぽうについて、JapanesePod101のゆうきさんがれんしゅうしているどうじょうにおじゃまして、しょうりんじけんぽうはどのようなぶどうなのかをみなさんとみていきたいとおもいます。ゆうきさんよろしくおねがいします。
4. YUKI: よろしくおねがいします。
5. 「えんかく」
6. YUKI: しょうりんじけんぽうは1947ねんに、にっぽんにおいてしゅうみちしんがそうしました。おしえ・ぎほう・きょういくシステムによって、じしんとゆうきとこうどうりよくとじひしんをもったしゃかいでやくだつひとをそだてる“ひとつづくりのぎょう”なんです。ひとりひとりがまずたよりにできるじこをかくりつし、にんげんどうしがたすけあい、ともにしあわせにいきるためのみちをといています。
7. JESSI: これがしょうりんじけんぽうのおしえなんですね。それにちゅうごくからきたぶじゅつじゃないんですか？
8. YUKI: ちがいますよ。かんちがいされてるかたがおおいですが、にっぽんでできたぶどうなんです。
9. 「どうぎ」

CONT'D OVER

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/136114205234011000>