

# 北見武道通信

URL <http://www.kitamibudokan.org/>

## ニュースレター【事務局情報】北見市武道館感染予防月間(11月1日~4月30日)!

**ウイルス感染予防のお知らせとご協力**④北見市武道館で練習中に突然 嘔吐(おうと)をした場合には、ノロウイルス感染の恐れを疑い「①嘔吐物には手を触れず、②半径 2 メートル以内には利用者は立ち入らず、③受付に報告し、④活動を中止する」ことを徹底指導しています。北見市武道館の受付では、ノロ感染予防のためのマスクやゴム手袋・ビニール袋・エプロン・塩素系消毒剤(希釈液)などを準備しています。嘔吐物処理は利用者の協力も得ながら決められた手順で行います。



## 今年度2回目!北見市武道館火災・避難訓練を実施!



11月7日(火)北見市武道館において火災避難訓練を行いました。消防管理法では多くの利用者が集う映画館や劇場などの建物は火災訓練を年2回行わなければならない防火管理義務があります。法令に従って武道館も年2回行っています。訓練では複合火災受信機が熱を感知し



警報が作動すると消火活動や避難誘導訓練を迅速に行い、東側2階のバルコニーに設けられている緊急避難梯子(はしご)を下ろしての実践訓練でも参加者の勇気ある行動で無事終了しました。

## 柔道の選手強化講習会が開催! 11月18・19日 北見市武道館で北見市柔道協会が柔道選手強化講習会を行いました。



オホーツク管内の幼児から高校生、社会人まで約200人が参加。初めに西尾静男会長が「強くなるには柔道を好きになり長く続けてください」と挨拶し、続いて道警本部機動隊3名による講習会では一戸勇人五段、白井元彦三段、田村明日実三段がそれぞれの得意技を披露し「投げ技」「固め技」の基本練習や応用実技など2日間に亘り熱心に指導

しました。集まった子供たちや高校生があこがれの現役選手の指導に目を輝かせていました。

## 連載「武道宝鑑」第15弾柔道秘訣 柔道教士七段 中野正三「内股の妙味」

『腰業の内股』は(右内股の場合)左手に敵手の右外袖<sup>みぎそとそで</sup>を握り、右手は敵手の左外袖、又は左襟<sup>ひだりえり</sup>を取り、敵手を左前隅<sup>しゅぶん</sup>に崩して、自分の左膝は軽く曲げ、踵は必ず浮かせ、敵手を崩して来た方向に足先を向け、自分の右臀部を敵手の右内股に密着せしめ、敵手の体を、自分の上半身<sup>じょうはんしん</sup>に引き付け、業を掛け、自分の左の曲げた膝の方向に敵を倒すのであります。右二様の業の解説は極めて簡単であります。業を修得<sup>しゅうとく</sup>すれば、実際の場合と説明の場合と多少遠ざかる事もあります。充分に業の効きすぎた場合には、敵手を一回転…つづく