



NPO法人 国際社会人剣道クラブ中国地区クラブ会報
INTERNATIONAL GOODWILL KENDO CLUB

第223号 2020（令和2）年1月発行

中国地区クラブ会長 湯村 正仁

発行責任者 幹事長 金尾 静一

事務局長 岩田 啓司

D

正心

SEI

SHIN

特定非営利活動法人 国際社会人剣道クラブ H.P <http://www.npo-igkc.or.jp>

2020(令和2)年 = 新年のあいさつ =

中国地区クラブ会長 剣道範士八段 湯村正仁

NPO 国際社会人剣道クラブ 中国地区クラブの会員の皆様 新年あけましておめでとうございます。

このお正月は大変暖かい日が続き、我が鳥取にも雪の姿もありません。きっと皆さまも良いお正月を迎えられたことと思います。

我が中国クラブは念願の目標会員数を達成し益々充実した会となり、ご同慶の至りであります。会員数もさることながら、六段・七段の合格者も確実に増加してまいりました。願わくはその上の“八段合格者”を今年は願っているところです。有資格者の皆さんの一層の奮励努力をお願いいたします。

さて、私事ながら、昨年末からかかっていた道場建築がようやく終わり、1月3日修祓式を執り行いました。月・水・金は朝稽古、水・日を夕方稽古日と定めて道場として使い始めました。

2週間経過した今、未だに訪問者はほとんどありませんが、時間には開館し、照明をつけエアコンによって温めて来訪者を向かい入れる準備を整えています。

正面には、宮元武蔵の等身大の画像（鈴鹿征巨画伯 倉敷市在住）を掲げて、この絵に向かって黙々と一人稽古を続けています。そのうち、その成果を皆様に供覧できることと思います。

2組も入ればいっぱい小さな道場ですが、機会がありましたら剣道防具を担いでおいでください。

この1年が皆様にとって良い年でありますようお願いながら年頭のご挨拶といたします。

【第223号の主な事項】

- ① 令和元年度2月例会(年度末例会)は、2020年2月15日(土)～16日(日)、広島県尾道市にて開催します。既に個別周知済みです。

② 会員拡大に向けて、会員ひとり一人の活動を継続してお願いします！！



令和元(2019)年 1月例会『新年例会』=広島県安芸郡海田町=のご報告

【1月新年例会】

2019年度1月新年例会は、2020(令和2)年1月18日(土)～19日(日)、広島県安芸郡海田中学校「武道場」及び海田警察署「武道場」にて開催しました。

今年は、世界的な気候異変の影響でしょうか…？1月の時期としては、寒さを左程感じない稽古会となりました。

第1日目(1/18)14時。今例会は、広島市高齢剣との合同稽古会になりました。会場には、会員16名と高齢剣10名そして地元等2名の総勢28名が集合。高齢剣の蒼々たる先生方に若干押され気味の雰囲気スタートとなりました。

長距離運転等の疲れを癒すことも兼ねて、寺本先生の号令により、準備体操・素振り(当然、恒例の股割り素振りあり)を行い、暖かいこともあって少々汗ばむほどのウォーミングアップとなりました。



【剣道講話】

引き続き、湯村範士による剣道講話「面の打ち方」についてです。

*******【剣道講話 『面の打ち方』について 剣道範士八段 湯村正仁先生】*******

「面の打ち方」について、湯村範士が範士号を拝受された平成11年、「剣道医学Q&A」に記載するいろいろなテーマの中の一つとして「かかとの痛みー足踵部の痛みー」についての原稿執筆において、羽賀忠利範士(羽賀準一範士の弟様)と大変に事細かい内容について手紙でやり取りしたことの紹介がありました。

当時、子ども達は、踵を痛める者が多く見受けられた。このため「踵を痛めない剣道は、どの様に打てば良いか？」がテーマです。つまり、踏み込み足については、踵から先に着地する。または、つま先から遅れて踵が着地する足使いでは踵を痛めます。踵の裏全体で打ち込めば痛めないはずですが。

さて、本来剣道で足音がする踏み込みが必要か？どうか考えるところです。剣道形や居合では音を出さない。剣道でも十分に間合いを詰めて踏み込んで打てば音を出さないで打てるはずである。しかし子ども達には分からない。出来ない。ただ、剣道ではどうしても、摺り足幅以上の遠くを打つためには、やはり踏み込み足で打たざるを得ない。では、足を痛めない打ち込み足はどうすれば良いか？

羽賀範士が「剣道日本」へ投稿された「この稽古を徹底しておけば、もう右のかかとは痛めない」によると、「戻り足」による打ち込みを矯正する稽古法として、「摺り足で面を打つ」(下図⇒方法1は、左足は残す。方法2は、左足を引付け伸び上がる。)稽古を徹底し、効果を上げられた。しかし方法2については、湯村範士と考え方が異なり書簡にて意見を交えられた。湯村範士は、右足を前に大きく出し、左足の素早い引き付けを行い、左足を引きつける時に面を打つ。打突後にバンザイする様に伸び上がらない。この面の打ち方が正しいものと考えております。また、私の面の打ち方の原点である。と解説がありました。

次に、面の打ち方は「腰と丹田でやる」(著者：森田文十郎)にありますので、是非参考にして下さい。

この著書には、「剣道は、手でやるものではない。腰と丹田でやるものである」「面打ちは、手で打たない。腰と丹田で自然の動作で打てば良い。」と解説がある。すなわち、面打ちは左腰始動で出すことさえすれば自然に面が打てる。これは、剣理に通じる自然の姿である。ただ歩いている時と同じで、対角線活動により無理な力は不要で自然に楽に打てるようになります。

ところが、最近の学生等の剣道では、当てて上に背伸びする打ち方が多く散見される。これは、天理に則った剣道から外れている。これには大きな問題があると考えている。

最後に、剣道の指導において、左腰始動で左腰を押し出して打ち始めることをシッカリと教えていただきたい。次の形稽古時においても、左腰始動による前進後退で打突することを意識して取り組んで下さい。

*****【記：金尾静一記録メモより】*****

と実演を伴いながら講話をいただきました。

=『左腰始動』 “言うは易く行うは難し” です。日々、左腰始動を意識し体得したいものです！！ =



【剣道形稽古】

講話に引き続いて、剣道形の稽古に入りました。

初めに、太刀1本目は大きく一挙動で。2本目はシッカリ機を見て打つ。3本目は構えの解き方と下段について。5本目は腰から前進・後退を行い、摺り上げ・打は一挙動。6本目は小さく小手を打つ。7本目は摺り上げ小手。等のワンポイントの実技指導をいただき、形稽古開始。1回目を打ち終えたところで、湯村範士から、「機を見て打て。」「握りを緩めないこと。右手が緩んでいる。」と指摘をいただき、再度太刀7本の打太刀・仕太刀に取り組む。(15:10頃)

=「機を見る。」は、「心の変化の兆しを見る。」とあるが、大変に難しい課題と感じました。 =



【方法：1】

【方法：2】

【湯村範士】

【記念撮影・座礼・記念品贈呈・名札贈呈】

剣道形稽古終了し、続いて記念撮影・座礼へと移りました。

座礼に続き、湯村会長から開始にあたり「新年初稽古会となりました。多くの高齢剣の先生方の参加をいただき会場は狭さを感じますが、この狭いエリアの中では、気を切ることなど出来ない。良いことである。真剣な気持ちでやって下さい。」と挨拶をいただきました。

続いて、昨年11月名古屋市での七段審査会にて見事合格された井上先生(広島県)に、湯村会長より記念品を贈呈しました。併せて入会后、例会へ初参加であったため名札の贈呈を行いました。

井上先生は「七段合格の喜びを、生きていて良かった！！次はワンランク上を目指し精進します。」と力強い決意表明がありました。(15:35頃)



井上先生

【指導稽古・お互い稽古】

稽古開始。20分間程は基本打ちと2分の周り稽古を行い、続いて指導稽古・お互い稽古と移りました。高齢剣の先生方も多いことから、湯村会長の指導稽古は、はじめの30分間程は会員を優先し、そして順番取りには竹刀袋を置くことを徹底し開始しました。湯村会長のお元気で厳しい指導稽古には、殆どの者が息も上がり我武者羅に打ち込んでいくのみの様相でした。

お互い稽古では、初めて剣を交える高齢剣の先生方との稽古で、新鮮さを感じるとともに緊張した稽古が出来ました。約1時間の稽古となりましたが、緊張感のある充実した稽古が出来ました。



第1日目の終わりにあたり、湯村会長からは「湯村道場が完成しました。道場正面中央には、仁王のごとく立ち睨みつける宮本武蔵の等身大の絵を掲げています。今は、日々その武蔵と構えて対峙する一人稽古に取り組んでおります。この武蔵と、視線鋭く合わせ集中していると、武蔵が突然カーッと目を見開き、

気をグーッと上げてくる。それに対して負けない様により強く気合を掛けているつもりが、武蔵の気が更にだんだんより強くなってきて自分の心が崩れていきます。これは全て自分の心が武蔵に反映しているものであり、構えの中にある自分の気持ちが定まっていない事でもある。これを自分として己の心をどの様に抑えて行くか？これが武蔵と向かう一人稽古の内容です。」と言葉をいただき稽古終了です。

【宿泊・懇親会】

稽古終了後は、数分程度の車移動で宿泊場所のホテル「海田シティホテル」に到着。シャワーで汗を流し、汗で冷え切った体も温まりホッとします。19 時頃から懇親会に移りました。懇親会場は、ホテルから徒歩数分の所にある韓国料理「ヨンミン」。最も若手の中尾君の乾杯で開宴。料理とお酒でちょっぴり韓国を味わいながら、剣道談議になりました。談議の中では「最終目標は、湯村範士です！」と何とも…！勇ましい声が出て大変に盛り上がり、差し入れの焼酎一升も見事に空けてしまい、皆さん上機嫌での出来上がりとなりました。20 時 30 分頃、井上先生の乾杯で終演。

早朝稽古の出発時間を確認し解散。就寝となりました。



“上機嫌！！”

【朝稽古】

例会第 2 日目(1/19)、ホテルから車で数分の移動で海田警察署武道場に到着。会員 11 名と高齢剣 1 名の総勢 12 名が集合。6 時 30 分過ぎから早速稽古開始です。湯村会長の指導稽古をいただく。睡眠が十分であったか？昨日の酔いの影響を感じさせない元気！で果敢に掛かっていく。しかし、一本の技にならない。この繰り返しである。お互い稽古でも余念がなくシッカリ取り組み納得の汗ばむ 1 時間でした。

2 日間の稽古の終了にあたり、湯村会長からは「今年の目標は“あきらめるな！！”を目指してやりましよう。そして、稽古においては、腹の力を抜くな！気を切るな！」と指導をいただき、無事終了しました。

道場の開錠・施錠には、吉田先生にご協力をいただきました。感謝致します。



【解散】

朝稽古後、外はすっかり明るくなっており気分爽快である。ホテルに帰り、暖かいシャワーでスッキリ。朝食後、解散・帰路につきました。

最後に、今例会の会場確保等のお世話をいただきました上野先生ありがとうございました。

そして、広島高齢剣の先生方、多くの参加により例会を盛り上げていただき感謝申し上げます。



令和元(2019)年度 2月例会『年度末例会』=広島県尾道市=のご案内

早いもので。令和元年度末の 2 月例会を迎えます。

※個別連絡済み！！

例会会場は、温泉もあります。サ～！頑張って稽古して後は“湯ったり！！”

(稽古会)

日時：令和2年2月15日(土)

14:30～17:00 (集合時間は14:00です。)

場所：『尾道ふれあいの里』

住所：広島県尾道市御調町高尾 1369 ☎：0848-77-0177

(宿泊)

日時：令和2年2月15日(土)

(懇親会)

18:30～20:30 ホテル内宴会場

場所：『尾道ふれあいの里』

※65 歳以上は、年齢確認を求められることがあります。

(朝稽古会)

日時：令和2年2月16日(日)

9:30～10:30

場所：『尾道ふれあいの里』

令和2(2020)年度 3月例会『新年度例会(定期総会)』=広島県福山市=のご案内(予定)

3月例会は、2020年度のスタートとなります。

役員会・総会・例会を開催いたします。また、審査研修会も実施予定です。

日 時：2020年3月7日(土)～8日(日)

場 所：広島県福山市「福山市武道館」

例会幹事：金尾先生

令和2(2020)年度 4月例会『修道大学』=広島県広島市=のご案内(予定)

4月例会は、恒例の「修道大学」です。

日 時：2020年4月18日(土)～19日(日)

場 所：広島県広島市「修道大学」

例会幹事：岩田先生・木谷先生

令和2(2020)年度 5月例会『全国例会』=京都市=のご案内(予定)

日 時：2020年5月3日(土)

場 所：京都府京都市「ホテル オークラ 京都」

例会幹事：NPO 法人国際社会人剣道クラブ本部

以上