



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234号 2021(令和3)年2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

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)年度末を迎えて!!】

2020(令和2)年度は、新型コロナウイルス感染症のパンデミックにより、社会生活や経済活動等々のあらゆる面に多くの変化が生じ、“普通が普通で無くなった!!” 激動の1年でした。

2020年12月末までの事業運営結果等につきましては、会報「正心」第232号(12月)の「2020(令和2)年の終わりに」でお知らせしたとおりです。その後の新たな活動は、2021年1月新年例会(in広島市)は中止。2月年度末例会(in東広島市)は開催を終えて、2020年度の事業活動を全て終了しました。

しかし、2020年度は厳しいコロナ禍により十分と言えない事業展開・活動となりましたが、無事終わることが出来ましたことは、会員皆様のご理解・ご協力の賜物であり心より感謝を申し上げます。

2021年(令和3)年度は、コロナウイルスに対する究極の対策としてワクチン接種が始まります。コロナ禍が一日でも早く収束することを願いながら、“楽しく・安心して参加しレベルアップに役立つ” 例会運営及び一人でも多くの新会員増を目指します。

では、2021年度も会員皆様の増々のご健勝をお祈りすると共に、引き続き会員皆様方のご協力・ご支援をよろしくお願い申し上げます。

敬具

幹事長 金尾 静一

#### 【第234号の主な事項】

- ① 2021年3月新年度初例会(宿泊)は、3月13日(土)～14日(日)に広島県福山市にて開催致します。
- ② 2021年2月例会(日帰り)は、2月13日(土)に広島県東広島市において、無事開催しました。
- ③ 2021年3月1日(月)から、新年度「2021(令和3)年度」となります。

\*役員会は、3月13日(土)開催します。 \*定期総会は、「文書決済方式」と致します。

- ④ 会員拡大に向けて、継続して会員ひとり一人の活動をお願いします!!

(⇒一人でも多くの会員拡大をお願い致します。)



## 令和2(2020)年度 2月年度末例会『日帰り』=広島県東広島市=のご報告

### 【2月例会】

2021年2月13日(土)14時～、初春を感じさせる様な暖かさの中、広島県東広島市安芸津町『安芸津 B&G 海洋センター』にて、2020年度末2月例会(日帰り)が開催されました。

新年1月例会は、新型コロナ感染拡大の第3波の中であることから中止となりましたので、この2月例会は、新年の初例会となり、“今年もよろしくお祈りします。”と時期外れの挨拶(笑)をしながら、元気な仲間との再会を笑顔で喜び談話も弾んでおりました。

会場となった『安芸津 B&G 海洋センター』は、10数年前に開催したことがあり、随分と懐かしさを感じた所でした。会場へのアクセス道も新しくなり、10年の変化を感じました。安芸津町は、東広島市でも瀬戸内海に面したところであり、山間部とは異なり少々暖かく爽やかな海風を感じました。

### 【例会・座礼】

会場には、コロナ禍ではありましたが、14名の会員が集合しました。しかし、会場への入場には厳しい規制があり集合予定時間(13:30)から20分程度遅れての入場となりました。

14時15分頃、今例会ではまず座礼から始まりました。湯村会長からは「コロナ禍の影響のため、この2月例会が本年最初の例会となりました。気持ちをシッカリ持って稽古をやって欲しい。また、剣道形稽古では、やり直しは無い！という強い意識を持ち真剣に！集中してやって下さい。」と開会の挨拶をいただき例会開始となりました。

### 【剣道形稽古】



着座もソーシャルディスタンス

剣道形稽古の開始。まずは、6組が稽古開始しました。太刀7本・小太刀3本を行ったところで、形稽古を見回っていただいた湯村会長からストップかかり、「木刀の鎬をしっかりと上手に使うこと」と指摘をいただき、「鎬の使い方」について次の事例をポイントとして「①太刀3本目では、仕太刀が鎬で入れ突き萎やしの最後の瞬間は、手の内を締めしっかりと萎やすこと。②太刀7本目では、気当たりの時、仕太刀は鎬でしっかりと支えること。③小太刀1本目・2本目：仕太刀は、鎬によりキチッと受け流しを行なうこと。④小太刀3本目：仕太刀は、鎬を使用ししっかりと摺り上げ・摺り落とし・摺り流し・摺り込むこと。」そして「残心を取る時は、必ず後ろ足を引き付けること。」と実技指導をいただきました。続いて、指導いただいた点をしっかりと意識して形稽古を続けました。

==剣道形「鎬の使い方」：仕太刀の技は大半が「鎬」を使う。

「鎬を正しく使い！・刃筋正しく！」の重みを再認識させられました。==

### 【記念写真】

形稽古終了後、着胴を行い参加者全員で記念撮影を行いました。記念撮影では、カメラのシャッタータイミングに合わせ、全員が一瞬マスクを外し・呼吸を止めての撮影です。(15時頃)

### 【指導稽古・お互い稽古】

稽古会場は、コロナ防止策のため窓等は全開しましたが、稽古には快適な環境でした。

15時、湯村会長の号令により、面・小手面等の基本打ち、切り返しを行い、続いて2分間の廻り稽古を10分程度行いました。ここで5分程度の小休止を取り、指導稽古・お互い稽古に移りました。

湯村会長を講師とする指導稽古では、やはり順番取りは熾烈な競争である。指導稽古では、果敢に掛かっていくが、やはり湯村会長の厳しい攻めに気が引いているのか…？押されて！押されて！の悪戦苦闘の様子。(2/4)

しかし、まったく年齢を感じさせない元気ある頑張りでした。

順番待ち以外は、今年最初の稽古会でもあることから“交剣知愛”もあり、休む間もなく相手を変わり稽古に集中しておりました。

概ね 45 分程度の稽古時間でしたが、皆さん、満面爽やかな笑顔と汗で終了しました。(16 時頃)



【指導稽古・お互い稽古】



【基本打ち・廻り稽古】



### 【終わりに】

例会の終わりにあたり、湯村会長から「稽古はしているが肝心なところが抜けている。それは、ただ単に打ち合うだけは稽古でない。激しい気争いの中で①出鼻。②退き鼻。③技の居付き。③相手が呼吸をしようとする時、④“フット”した呼吸・気の変化をした時。等の好機を捉えてキチットしっかりと打ち切ることである。打突の好機として、相手の呼吸のタイミングをどの様に活用するのか？相手の呼吸の吸うタイミングや切れるタイミング等をキチットと捉えて打つことである。また、相手に呼吸をさせないことでもある。そのためには、腹式呼吸（特に：丹田呼吸）法を習得することが大変重要である

＝ここで、八段受審に向けての修行当時の会長ご自身の呼吸法修得の経験談を話された。＝

次に、八段二次審査に出てくる人は、技も豊富な者が相手であり、呼吸で勝って打つしかない。

対峙し、息を吐き続けると苦しくなるが、のどぼとけで気道にふたをする呼吸法により息を繋ぐと楽になる。苦しくなり息を吸う相手には隙が生じるので、そこを打つ。胸式呼吸は、肩で呼吸をすることから相手に隙を知らせることになる。丹田呼吸は、動じない心“平常心”を作り、溜めを作ることに効果がある。このために、是非、丹田呼吸を習得して下さい。」と閉会の挨拶をいただき例会を終了しました。(16 時 15 分頃)

### 【解散・帰路】

16：15 分頃解散・帰路につきました。

終りに、会場準備等にご尽力いただきました西本先生に、改めて感謝を申し上げます。



## 令和3(2021)年度 3月新年度例会『宿泊』＝広島県福山市＝のご案内

2021（令和3）年度のスタートです。新年度最初の例会です。

コロナ感染状況は、下げ止まりの状況で推移しておりますが、リバンドする怖さが潜んでおります。やはり、油断大敵です。一人一人がコロナ感染防止対策を徹底しながら参加願います。

### 【役員会】

日 時：令和3(2021)年3月13日(土) 13:15～14:30

場 所：広島県福山市『エフピコアリーナふくやま 会議室』

個別周知済み！

★福山市千代田町1丁目1-2 (TEL:084-981-3050)

### 【稽古会】＝宿泊例会＝

日 時：令和3(2021)年3月13日(土) 15:00～17:00 (集合時間 14:30)

場 所：広島県福山市『エフピコアリーナふくやま 剣道場』 ★同じ

### 【定期総会】

感染防止のため、「2021 年度定期総会」は『書面会議方式』により実施します。

### 【懇親会】

感染回避のため、懇親会については特に設定しません。

## 【宿 泊】

日 時：令和3(2021)年3月13日(土)

場 所：『ルートイングランティア福山』 福山市沖野上町 5 丁目 27-11 (TEL:084-922-5511)

## 【朝稽古会】

日 時：令和3(2021)年3月14日(日)

6:30~7:30

場 所：広島県福山市『福山市立長浜小学校 体育館』 広島県福山市引野町 5401 番地

### =====**【稽古参加にあたっての注意事項】**=====

当クラブから、絶対にクラスターを発生させないことです！！

『自分を守る！』『仲間を守る！』油断することなく徹底したご協力をお願い致します。

■例会参加にあたって、全剣連及び各県剣連の「対人稽古再開に向けた感染拡大予防ガイドライン」を熟読の上ご参加下さい。そして、この「ガイドライン」は、遵守して下さい！！

★特に、「稽古に参加しない条件について」をしっかりと把握し自己判断をお願いします。

★例会開催日の前2週間における「体温測定(朝・夕)」を行い、記録願います。例会参加時に「記録書」を示して下さい。

### 令和3(2021)年度 4月例会『宿泊』=広島県広島市=のご案内(予定)

コロナ感染症の感染拡大発生状況の変化によっては、実施内容の変更もあります。

変更時は、何卒ご協力をよろしくお願いいたします

#### 【稽古会】 =宿泊例会=

日 時：令和3(2021)年4月17日(土)

14:30~17:00

(集合:14:00)

場 所：広島県広島市佐伯区『湯来体育館 剣道場』

#### 【朝稽古会】

日 時：令和3(2021)年4月18日(日)

10:00~11:00

場 所：広島県広島市佐伯区『湯来体育館 剣道場』

### 令和3(2021)年度 5月例会『全国例会』=京都市=のご案内(予定)

例年どおり、5月3日(月・祝)に京都市において開催予定です。

#### 【理事会】

日 時：2021(令和3)年5月3日 午前11時~

場 所：ホテルオークラ京都

#### 【通常総会】

日 時：2021(令和3)年5月3日 午後13時~

場 所：理事会と同じ場所

### 令和3(2021)年度 6月例会『宿泊』=山口県山口市=のご案内(予定)

#### 【稽古会】 =宿泊例会=

日 時：令和3(2021)年6月19日(土)

14:30~17:00

(集合:14:00)

場 所：山口県山口市

#### 【朝稽古会】

日 時：令和3(2021)年6月20日(日)

6:30~7:30

場 所：山口県山口市