



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243号 2021(令和3)年12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>



### 『2021(令和3)年』終わりに

2021(令和3)年は、2020年から国内への感染拡大が始まった新型コロナウイルス感染症(以下、COVID-19と言う)は、収束すること無く、昨年に引き続き“行動自粛!・我慢と不安!”でスタートしました。COVID-19は、感染拡大するなか変異株「ラムダ株」から更なる変異株「オミクロン株」も国内への感染拡大が始まり、感染危機に脅かされ続けた1年となりました。

一方、COVID-19感染防止対策である「ワクチン接種」は、2月頃から順次開始。接種が進むにつれて、感染拡大は10月頃から急減して参りました。

私達の剣道界では、行動自粛制限も徐々に緩和され、全日本剣道連盟の定めるガイドライン等を遵守し、稽古や各種大会等も徐々に再開して参りました。

勿論、本クラブの事業活動も影響を受けました。11月全国例会・第18回国際親善剣道大会(in仙台市)は、11月6日(土)~7日(日)において、かつてない困難のなか海外勢は不参加ながら開催されました。当クラブから、9名(団体戦:2チーム)が参加致しました。

中国地区においては、1月・6月・8月地区例会等の開催中止。年の後半においては、9月例会(in米子市)、10月例会(in三次市)、12月例会(in浅口市)を無事故で、クラスターの発生も無く開催出来ました。

その他、中国地区クラブとして、会員の皆様には還元策として「面マスク」の贈呈を行いました。

剣道昇段審査会では、坂本先生が剣道七段に見事!合格されました。剣道称号「教士」審査会では、長末先生、岩田先生、平岩先生、小下先生、寺本先生、井上先生が合格されました。

2021(令和3)年は、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、会員皆様のご理解・ご協力をいただき、1年を無事終えることが出来ましたこと感謝を申し上げます。

では、会員皆様方のご健勝で素晴らしき新年でありますことをご祈念申し上げます。

敬具

幹事長 金尾 静一

## 【第243号の主な事項】

- ① 「2021年度1月例会(日帰り)」は、2022年1月15日(土)に広島県海田町において開催予定です。
- ② 「2021年度12月例会(宿泊)」は、2021年12月11日(土)～12日(日)に岡山県浅口市において無事開催されました。
- ③ 「2021年度2月例会(日帰り)」は、2022年2月19日(土)に変更して、広島県東広島市において開催予定です。
- ④ 会員拡大に向けて、一名でも多くの新会員の獲得にご協力をお願い致します。
- ⑤ 2021年度の年会費未納の方、速やかにお納め願います！！
- ⑥ 新設：「なるほどコーナ」(第1回)です。



## 会 員 募 集

### 令和3(2021)年度 12月例会『宿泊』=岡山県浅口市=のご報告

#### 【12月例会】

2021年度12月例会(宿泊)は、12月11日(土)～12日(日)に、岡山県浅口市「天草総合公園 武道館」にて開催されました。

開催当日は、12月とは思えない穏やかな晴れの日となり、動けば少々汗ばむほどでした。武道館周辺や駐車場等には、色着いた落ち葉が散っており晩秋を感じホッとした瞬間でした。

集合時間には参加会員18名全員が集合。2ヶ月振りの例会となり、元気な仲間の姿に接しマスク越しの会話も弾みました。

開始時間より若干早いですが、寺本先生により、準備体操・素振りを開始。

14:30。津田副会長の号令・指導により剣道形稽古に入りました。



#### 【日本剣道形稽古】

教士八段津田副会長から、剣道形稽古の開始前に、本日の形稽古において特に意識すべき重要なポイントについて指導・解説をいただきました。

形稽古で最も重要な点は「足捌き」である。足裁きでも特に「送り足の引き付け」が重要であり、キチット理解して行う事です。この「足裁き」が、正しく出来ないと真剣では切れない。切れたとしても、刃筋正しく切れないためヒビが入る程度となってしまう。

この「剣道における足裁き」の基本は、「自然体の動作」で行うものです。自然体の動作とは、普通に歩く時の動作であり、前に出る時・後退する時に足を運ぶ動作です。常に、左足・脚が軸になってキチット運んでいるか…?意識することです。前傾姿勢になることは自然体・姿勢が崩れている状態であり、その様にならないためには、軸となる左足・脚をキチットと引き付けることが重要です。

以前、大阪の池田先生(故)から「左足・脚で右足・脚を押し出しなさい。」と指導を受けた。左足・脚は、踏切足・脚であり、推進力、押出す力となり、右足・脚を押し出します。その様にしないと、腰が入った打ちが出来ない。今日の形稽古のポイントは「左足を中心とした足運び」です。と解説・指導を頂き、剣道形稽古に移り、太刀七本・小太刀三本を双方が打太刀・仕太刀を、入れ替わり稽古を行いました。



剣道形稽古の終わりに、津田副会長より「剣道形は“水が流れる如く”」行うためには、回数を重ねるしかありません。また構えは力が入らない自然体であることです。特に神道無念流の中山博道先生は、

「まず足捌き、次に体捌き、その次に竹刀捌き」のことを言われています。剣道をやっている我々はツイ打つことばかり考えてしまい、足捌きが疎かになっています。それではいけません。「足を捌く、体を捌く、そして打つ」まず足を捌かないと上手くなりません。

剣道形も同じことです。「力が入り過ぎると足捌きが疎かになり、気を捉えた腰の入った正しい打突ができません。このことをシッカリ意識して、平素から剣道形稽古を数々重ねていただきたい。」とご指導をいただきました。(15時15分頃)

### 【記念撮影・座礼・教士称号合格者からの抱負】

剣道形稽古終了し、続いて記念撮影・座礼へ移りました。

座礼に続き、湯村会長から開始にあたり、「11月6日～7日に開催された仙台での全国例会に団体戦2チーム・個人戦への多数参加に対する労いと今後の全国例会への抱負」についてご挨拶をいただき、続いて、11月23日に東京都で実施された剣道「教士」称号審査会にて合格された、小下先生・寺本先生・井上先生のご紹介があり、参加されている小下先生と寺本先生から「教士としての心構えについて決意表明」をいただきました。



### 【指導稽古・お互い稽古】

津田教士より、まず面をつける前に、①構え：「剣道形と同様に自然体」、②手の内：「左拳は、左手親指の第一関節がヘソの高さ、握り拳分一つ程度の前の位置。左手の握りは、親指と人差し指の交差部分と柄の縫い目と弦が一直線上に、小指の母指球部分に柄頭をしっかりと付け、小指・薬指・中指の順に握り、親指は中指を軽く押さえる、人差し指は力を入れない。右手は力を入れず、小指・薬指・中指は添える程度。手、肘、肩は力を入れない」、③素振り：「手・肩に力を入れず、大きくゆっくりと振りかぶり、振り下ろす」、④手の内の冴え：「手の内の冴えは、大きく振りかぶって素早く打突する時に出る。手の内の冴えが出来てくると、小さな振りかぶりでも強い打ちが可能となる。ただし、手先だけで打つことばかりやっても冴えは出ない」について、実に分かり易く実技指導・解説をいただきました。続いて、面の基本打ち・打込み・連続打込み稽古を20分程度行いました。5分程度の休憩を取り、指導稽古・お互い稽古に移りました。

第1日目(12/11)の稽古会終了にあたり、湯村範士より「今日は、多くの師弟を育てられた津田教士の指導により、強く冴えのある面を打つことを教わった。それが稽古に活かされたかどうか?強い攻めもできたかどうか?振り返っていただきたい。最後まで強い打ち・強い攻めができるようになるためには、打った・打たれただけでは強くない。普段からしっかり稽古をしていないと出来ないものです。皆さんには、平素から激しく強い稽古に取り組んでいただきたい。」と講評をいただきました。続いて、津田教士より「本日の形稽古及び指導稽古は、これまで私が学んできた事をお話しさせていただいた。剣道は左足を使う。特に左足については、踵が床に着かないことです。踵が床に着くことは死に体となり、相手の動きに即応できない状態である。したがって、どんな場合でも絶対に踵を床に着けないことです。そして、左手小指の母指球は決して竹刀から離さない、左足親指と左手小指が糸で繋がっている様に緊張を維持すること。右足は紙一枚挟んで破れない程度に、軽く乗せた程度にして足裁きを行って下さい。平素の稽古において、シッカリとした足捌き・体捌き・竹刀捌きが出来る様に頑張ってください。」と講評をいただき、1日目を終了しました。(17時00分頃)



【報告：寺本昭彦記憶メモより】

## 【宿泊】

朝稽古(自由参加)へ参加する宿泊者7名は、稽古終了後、5分程度の車移動により宿泊ホテル「ホテルにしな」に到着。コロナ禍の影響により、夕食はホテル外の食事処「かもがた亭」に移動し食事を終えました。やはり、最初の生ビール一杯は格別の感で、稽古の疲れを癒してくれ皆さんがホットした笑顔の一時でした。短い時間でしたが、楽しい時間を過ごすことが出来ました。

## 【朝稽古】

第2日目(12/12)、予定より早い午前9時15分頃、稽古開始。昨日と同じ「天草総合公園武道館」に、会員12名が集まりました。湯村会長は、当初予定のスケジュールを急遽変更され、稽古を最後まで行うこととなり、これには参加者一同は喜びと驚きを感じたと共に俄然色めき立ちました。

座礼後、直ちに稽古開始です。やはり、湯村会長の指導稽古をいただく先陣争いである。しかし、若い方の行動は速い！を痛感する瞬間でした。指導稽古の順番待ち2名以外は、お互い稽古に取り組みました。

気が付けば、1時間越えの稽古会となりましたが、皆さん元気に最後までやり抜き納得の笑顔！でした。

2日間の稽古を終え、最後に湯村会長からは「①剣道には近道はない、努力して努力して稽古を行うことです。②昨日は、シッカリ基本打ちを行いました。しかし、その技に同じ道はない。例えば、受ける時のタイミングについて言えば、全て違う。その一つ一つ違うものに全て対応が必要です。③相手の状態をキチット見極める。そして相手の変化の兆しを、しっかりと打突することです。④右足だけ出して後ろ足の左足の引き付けがない打ちは、打ち込みが不十分となる。しっかりと腰を入れて打つ剣道が大人の剣道であり、早く大人の剣道に脱皮して下さい。⑤正しく打つ稽古。即ち、相手を打つのではなく自分の心を打つことです。打突はこれで良かったのか…？何が足りなかったか…？と、自分で自分の心のチェックをする努力の積み重ねる稽古を行って下さい。これが上達の早道でもあります。」と指導を頂き、2日間の全日程を無事終了しました。



## 【解散】

今例会では、朝稽古後は解散となり、参加者それぞれ帰路につきました。

今例会の準備・開催などのお世話にご尽力いただきました廣畑先生、岡本副会長には、心より御礼申し上げます。



### 令和3(2021)年度 1月例会『日帰り(新年)』=広島県海田町=のご案内(予定)

(稽古会) 日時：令和4(2022)年1月15日(土) 14:00~16:30 (集合時間は13:30です。)  
場所：『安芸郡海田町立海田中学校 武道場』 住所：広島県安芸郡海田町幸町 10-1  
※広島市 高齢剣の皆さんが参加予定です。 ☎：082-822-2258

令和4年1月16日(日)の朝稽古会は、自由参加です。

## (宿泊)

日時：令和4(2022)年1月15日(土)  
場所：『ホテル アストンプラザ広島海田町市駅前』 (2021年2月オープン)

住所：広島市安芸区船越南 3 丁目 1-30 ☎：082-821-0001

※駐車場は、。台数制限あり(先着順) ¥1000 円。

満車時は、フロントで駐車場を確認後、周辺の有料パーキングに止めて下さい。

**(夕食会)**

日 時：令和4(2022)年1月15日(土) 場所：調整中

**(朝稽古会)**

日 時：令和4(2022)年1月16日(日) 9:30~10:30

場 所：『安芸郡海田町立海田中学校 武道場』

※安芸剣道連盟の鏡開き、海田鎌心会の稽古会に参加します。



**令和3(2021)年度 2月例会『日帰り(年度末)』=広島県東広島市=のご案内(予定)**

**【稽古会】 =日帰り例会=**

日 時：令和4(2022)年2月19日(土) 14:00~16:30 (集合時間 13:30)

場 所：広島県東広島市 調整中

令和4年2月20日(日)の朝稽古会は、自由参加です。

日 時：令和4(2022)年2月20日(日)

【宿泊】【朝稽古会】等については、次号にてご案内をします。

**令和4(2022)年度 3月例会『宿泊(新年度)』=広島県福山市=のご案内(予定)**

**【役員会】 =対象:役員のみ=**

日 時：令和4(2022)年3月5日(土) 13:00~14:00 (集合時間 12:50)

場 所：広島県福山市 調整中

**【稽古会】 =宿泊例会=**

日 時：令和4(2022)年3月5日(土) 15:00~17:00 (集合時間 14:30)

場 所：広島県福山市 長浜小学校 広島県福山市引野町 5401 番地

**【定期総会】【夕食会】【宿泊】**

日 時：令和4(2022)年3月5日(土) 19:00~20:30

場 所：広島県福山市 調整中

**【朝稽古会】**

日 時：令和4(2022)年3月6日(日) 6:30~7:30

場 所：広島県福山市 長浜小学校

以上