



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

第246号 2022（令和4）年4月発行

中国地区クラブ会長 三好 伸二

正心
SEI SHIN

発行責任者 幹事長 金尾 静一
副幹事長 寺本 昭彦

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>

【第246号の主な事項】

【重要】 ※2022年度「6月例会」については、COVID-19の影響により、例会の開催場所を変更します。

☆6月山口例会(宿泊) ⇒広島県庄原市に変更します。

※2022年度「8月例会・9月例会」については、COVID-19の影響及び剣道行事日程等により、急遽日程変更を致しますので、何卒、ご理解とご協力をよろしくお願い致します。

☆8月笠岡例会(日帰り) ⇒8月6日(土)～7日(日)に変更します。

☆9月鳥取例会(宿泊) ⇒9月17日(土)～18日(日)に変更します。

① 2022年度6月例会(宿泊)は、6月18日(土)～19日(日)において、広島県庄原市にて開催致します。

② 新年度スタートに今が新会員拡大のチャンスです。会員皆様一人ひとりのご協力をよろしくお願い致します。

令和4(2022)年度 4月例会『宿泊』=広島県広島市=ご報告

2022年度4月例会(宿泊)は、4月16日(土)～17日(日)に、コロナ禍の影響を受けて、当初計画の廿日市市から広島市安芸区「広島市船越公民館」に変更して開催されました。

開催当日は、4月とは思えない暖かさとなり、少し動けば汗ばむほどでした。

船越公民館は、住宅地の中にあり、市民の憩いの場として活用されており、1階ロビーには旧船越町の町花「誰故草(たれゆえそう)」(別名:エヒメアヤメ)が、自生地の保護活動の一環として展示されており、薄紫の可憐な花を咲かせ来館の方々の心を和ませていました。

集合時間の14時過ぎには、会員21名と地元剣士1名の総勢22名が集合しました。



【剣道講話】

***** 「人(高段者の先生)の話を聴く！」 *****

三好会長より「人の話を聴く！」をテーマに、会長自らの経験談を踏まえてお話をいただきました。

高段者の先生の話を聴こうとしない者は、直ぐに稽古をしたがるが、「人(高段者の先生)の話を聴く！」ことは大変に大事なことです。

構えにおいて、一番元になる事・時が狂っておれば、打突に入った時も狂ってしまいます。

構えた時の足・脚元は非常に大事であり、特に軸となる左脚及び内股が緩んでいないことです。一足一刀の間からシッカリ打突するためには、①左足・脚は、踵を下げ(決して、床に付けない)、左膝ひかがみは、少しは曲がっているが、お尻を押されてもビクともしない張りを持たせ、両脚の内筋が締まった状態で構え、打突時は、踵を押し下げる瞬間にひかがみを伸ばして打つ。内筋が弛むと腰が残った打ちになるので弛めないこと。②右脚は、膝を曲げた状態は、足が前後に開いた状態と同じとなり腰が残ってしまう。右膝は自由自在に動かせるよう柔らかく伸ばしておくこと。③構えた姿勢は、耳たぶを肩に乗せる気持ちで、歯をしっかりと噛みしめ、頭の上から足元までの線が真っすぐ通るように構える。④左手の拳は、剣先が正中線から少しでもズレると、相手は威圧感を感じなくなるため、へその前にしっかりと固定し、真っすぐ構える。⑤竹刀の振り方は、右手は決して曲げたり力を入れたりしないで、左手で切っ先がスッと上がるように振り上げること。等について、実演を伴いながら解説をいただきました。

また、高段の先生からいろいろな話を聴き、それを剣道に実践して行くことも大事です。私も40歳代の頃は地元へ八段の先生はいなかったもので、講習会などに積極的に出席し講師の先生にいろいろ質問したり、高段の先生との酒席の機会には真剣に話を聴いたり、昔の高段の先生同士の稽古を見た先生の話の聴いたりしてきましたが、剣道の上達に非常に為になりました。聞いた話を剣道に実践していくと、剣道が変わり(上達し)、稽古の相手も「この人は少し違うな！」と不思議と直ぐに感じられる状況になってきます。したがって、皆さんもいろいろな高段の先生から話を聴いて、日頃の稽古で意識して実践し、自分のものにしていただければ、上達も早いと思います。特に八段を受審する者は、聞く・聴く・実践・反省・研究等を繰り返し、己の改革に役立てていかなければ何回受審しても合格は難しいことと思います。

そして、「横着をしない。」ことです。私も先生からよく注意を受けました。日頃の稽古においては掛かり稽古をしっかり反復練習を行い、直ぐに打突できる体勢(体)を作ることが大事です。その掛かり稽古の反復練習をしっかり行なうことが「横着をしない。」ということに繋がると思います。平素の稽古から、意識して取り組むことを期待します。 *****以上*****



【日本剣道形稽古】

講話終了後、剣道形稽古に移りました。稽古開始前に、森副会長から、4月に全日本剣道連盟が発表した『日本剣道形「共通理解」』(全剣連 指導育成委員会 指導者育成本部)について分かりやすく指導・解説をいただきました。

その後、形稽古を開始。太刀7本・小太刀3本を行った後、森副会長より①左足の引き付けを行うこと。②上段に降り上げた時の剣先の位置が下がらないこと。③打太刀が蹲踞して待つ時及び形稽古を終えた時等において基本的所作や小さいところの操作についても正しく行なうこと。④形稽古では、特に気魄が必要です。等の基本的注意・指導をいただき、打太刀・仕太刀が交代して形稽古を再開。その形稽古の後、①小太刀一本目：仕太刀の残心時は、後ろで切先が下がらないこと、②小太刀二本目：仕太刀は打太刀が脇構えに開くところを中段で入り身になって攻めること、③小太刀三本目：i. 仕太刀は打太刀の正面打ちをすり上げ、横ではなく右斜めに摺り落とすこと、ii. 仕太刀は胴に打ってくる打太刀の刃を左鐙ですり流し、すり込む際は右手をしっかり伸ばし、打太刀が刀を使えないようロック状態にすること、④太刀六本目：「仕太刀は、摺り上げ小手を打つ時、右足を踏み出し左足を引き付けるを原則とするが、間合いによって引き付けなくても、踏み出したと解釈する。」と共通理解に解説されていることについて、三好会長も参加され実演しながら解説・指導をいただきましたが、結論的には、間合いにより臨機応変に対処することとする。等の具体的に指導をいただき終了しました。

【活動報告：寺本昭彦メモより】



【写真撮影、座礼、名札贈呈等】

剣道形に続いて写真撮影、座礼に移りました。三好会長より「3月に会長に就任したばかりですが、このクラブに入会したいと思われるクラブへ発展、皆さんと一緒に頑張っていきたいと思っておりますので、よろしくお願いいたします。」とご挨拶をいただきました。続いて3月に会員になられた今岡先生・河野先生に三好会長から名札を贈呈しました。両先生からは「例会に参加し、剣道に精進してまいりますので、ご指導方よろしくお願いたします。」と決意を心強く述べられました。そして4月入会予定の岡崎先生(鳥取県)をご紹介しご挨拶をいただきました。



今岡先生

三好会長



河野先生

三好会長



岡崎先生

【審査研修会】

続いて、春の昇段審査会が目の前に控えていることから、八段受審者4名の1グループで、急遽審査研修を行いました。受審者の皆さんは、3月例会で行った審査研修会での反省を踏まえ、稽古を随分積まれており、姿勢・発声・攻防などに変化が見られ、緊迫感と圧力感が増した様子が感じられました。

立会終了後に、審査員の各先生より受審者個々に講評がありました。

三好会長から「審査時間(2分間)を有効に使い、しっかり攻め合い、“さあ来い。さあ行くぞ。どこでも打つぞ！来たら打つぞ！今打つぞ！”という気持ちで、相手の出頭を打つことが重要です。」、平川先生からは「審査は、立会が始まる前から入っております。故石原範士が言っておられましたが、漁師が投網で魚を取るように、立会が始まる前からその気魄を相手に伝え、自分の中に引き入れることです。立会に入ってから合気になり、合気の中から捨て身で打ち切ることです。」、森副会長からは「皆さん固くなっており、手・肩に力が入りすぎております。力・気は丹田に溜めて上虚下実であるとともに、某範士が言っておられたが、一本良い面が打てたら、相手は必ず打ってくるので、慌てて打たず、体で捌く、もしくは応じる等。そして待ちにならないよう攻め続けることと指導をいただきましたので、参考にして下さい。」と講評をいただきました。

受審される先生をはじめ諸先生方も、平素の稽古で是非意識して取り組みましょう！！



【審査員の先生】



【稽古会】

15時30分過ぎ稽古開始。今例会の講師陣は、三好会長、平川先生、森副会長の3名の先生方です。

参加会員は、八段の先生とはなかなか稽古の機会に恵まれていない事もあり、「1回でも多くの稽古を頂きたい・・・！」と指導稽古を求めて、順番取りの競争でもあり面付けの競争でもあります。それでも、順番取りが出来なければ、竹刀袋での順番取りを行い、お互い稽古に集中しておりました。

指導稽古では、緊張感もより一層高いものを感じながら果敢に掛かるが、先生方の強い氣勢に負け、打たされ有効打突とならない厳しい内容で、息も上がりタジタジでした。

第1日目(4/16)の稽古終了にあたり、三好会長より「先の剣道講話でも話しましたが、私は、毎週2回は高段の先生方の話を聴いてきました、平川先生及び森先生とも一緒に話を聴いてきました。これからも、私が知っている事はいろいろと話をさせていただきますので、皆さんもこの国際社会人剣道クラブを通じていろいろな話を聞いて、自分の物・糧にさせていただき、レベルの高い剣道を目指していただきたい。」、平川先生より「先ほど三好先生から『聴く』の大切さについて話をされましたが、これも三好先生から教わった話ですが『聴く』とは、砂のように水を全て吸収することであり、常にそのような状態に下さい。と指導を受けました。私もその様に行動しており、皆さんもその様に話を聴き・吸収していただきたい。」、森先生より「先ほどの審査研修で言い忘れたことですが、一人目で相対の時に次にどうするか？頭一つ抜け出れば合格の可能性はあると思います。しかし、ダメだと思ってしまうたら合格はなくなるでしょう。したがって、一人目

で失敗しても、二人目は、諦めず気持ちを切り替えて、新たな気持ちで自分が中心を取り、自分自身の剣道を行って下さい。」とご指導をいただき、第一目の稽古会を終了しました。



【朝稽古会】

第2日目(4/17)午前9時30分、昨日と同様に暖かい気候の中、稽古会場「広島市瀬野福祉センター」(JR瀬野川駅前)に11名の会員が集合しました。

各自でウォーミングアップを行い、直ちに基本稽古、お互い稽古を開始しました。審査を直前に、課題克服に向け懸命に稽古に励む者、作日の反省・課題を意識しながら励む者等充実した1時間でした。

2日間の全日程を無事に終了し、11時過ぎに解散・帰途につきました。



令和4(2022)年度 6月例会『宿泊』=広島県庄原市=のご案内(予定)

COVID-19 感染症の感染拡大の影響により、場所は広島県庄原市に変更を行い例会実施いたします。具体的なご案内は、次号(5月号)で行います。

お間違えの無いようにご注意いただくとともに、ご理解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4(2022)年6月18日(土) 14:30~17:00 (集合:14:00)

場 所：『庄原市総合体育館』 広島県庄原市

【宿 泊】 『庄原グランドホテル』

【朝稽古会】

日 時：令和4(2022)年6月19日(日) 9:30~10:30

場 所：『庄原市総合体育館』 広島県庄原市

【その他】

例会幹事：中村先生、寺本先生

令和4(2022)年度 7月例会『日帰り』=広島県尾道市=のご案内(予定)

【稽古会】 = 日帰り例会 =

日 時：令和4(2022)年7月16日(土) 14:00~16:30 (集合:13:30)

場 所：『尾道ふれあいの里』 広島県尾道市

【宿 泊】 『尾道ふれあいの里』

【朝稽古会】 = 自主参加です。 =

日 時：令和4(2022)年7月17日(日) 9:30~10:30

場 所：『尾道ふれあいの里』 広島県尾道市

【その他】

例会幹事：金尾先生

以上