

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249号 2022（令和4）年7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249号の主な事項】

① 2022年度8月例会(日帰り)は、8月6日(土)に岡山県笠岡市において開催です。

★COVID-19 感染症感染拡大の第7波に突入し、全国的に新規感染者数が急増し過去最多数を日々更新しております。感染危機回避のため、8月6日(土)のみとします。

② 2022年度7月例会(日帰り)は、7月16日(土)に、広島県尾道市において無事終了しました。

・7月17日(日) 朝稽古会は自由参加者にて実施されました。

③ 会員拡大に向けて、会員ひとり一人の活動により、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。



令和4(2022)年度 7月例会『日帰り』=広島県尾道市=のご報告

【7月例会】

7月例会(日帰り)は、7月16日(土)～17日(日)に、広島県尾道市「尾道ふれあいの里・体育館」にて開催されました。

会場の体育館は、尾道市北部山間部の山頂に位置し気温は29.6度程で市街地に比し少し低めであったが、体育館内は無風状態で蒸し暑く、扇風機5台フル稼働で熱中症・コロナ対策を実施しました。

集合時間には、参加予定者の22名全員が集合。

14時00分。岡本(修)先生の号令により、準備体操、素振りを行いました。恒例となった？股割り素振りは、若手にとっても苦しいスタートとなりました。

剣道講話については、中国地区5県域においてCOVID-19の新規感染者が急増し、過去最多数を更新している県域もある現状を考慮し、今例会では時間短縮のため講話は中止し日本剣道形稽古に入りました。

剣道形稽古は、今例会の代表講師である剣道教士八段平川先生による指導から開始となりました。

【日本剣道形稽古】

剣道形稽古を始める前に、平川先生から基本的に重要な事項として『日本剣道形は、まず基本的には所作であるが、2番目には「機を見る」ことです。これは「打太刀が仕太刀に機を見さず。機を見せて打つことです。』つまり「機を見る」とは即ち「変化の兆しを見せる。」という含みがあります。具体的に太刀1本目と5本目について、①太刀一本目は、打太刀は打ち急がない。三步前に出て直ぐに打つのではなく、合気



となり打太刀は仕太刀に対して「行くぞ。いいか。」という強い気持ちで機を見せながら、仕太刀の機を見て大きく正面を打つ。仕太刀は、すかさず半歩引き打太刀の剣先を抜いて、打太刀の正面を1拍子で打つことが大事です。これが一本目から出来ると全体的に迫真性のあるしまった剣道形になってきます。

次に②太刀五本目は、打太刀の上段からの面は「剣道の原形である」と教わりました。打太刀は、刀であるという意識で、木刀の重さを感じながら力を入れず打つことが大切であり、仕太刀は一挙動（一拍子）で打つことです。と分かりやすく解説・指導をいただきました。



続いて、太刀七本目までを相互に通り行った後、③太刀一本目について：(i)打太刀が「機を見て」仕太刀の構えの柄もろとも、肩を中心に大きく打つこと。(ii)仕太刀は打太刀の太刀が両拳ギリギリのところで見極めて引くこと、(iii)仕太刀は、残心時も後ろ足を引きつけること。④太刀二本目について：(i)打太刀は、仕太刀の小手が切れるぐらいまで振り下ろすこと。(ii)仕太刀は、剣先を落とすイメージで抜き、大きく右足を踏み込んで正しく小手を打つこと。(iii)仕太刀は、「打太刀が、小手を切り落とされる。」と伝わるくらいにしっかりと打ちをすること。等について注意・指導をいただき、太刀1本目・2本目を相互に行いました。



引き続き、太刀三本目～五本目までの注意するポイントについて指導をいただきました。⑤太刀三本目について：(i)打太刀は、お互い相中段となり機を見て突きを行うこと。(ii)仕太刀の位突きに対しては鎧で押さえること。⑥太刀四本目について：(i)打太刀は左足を出して大きく諸手左上段から八相の構えに入ること、(ii)仕太刀はそのまま脇構えに入り、剣先が相手から見えないこと、剣先は下段の構えよりも少し下となります。(iii)双方相手を察するように小幅で三步前に出て、正しく正面を打ち込み、切り結び相打ちとなり・互いに鎧を削るように攻防しながら相中段となること。⑦太刀五本目について：(i)打太刀は、諸手を十分に伸ばして正面を打つこと。(ii)打太刀の諸手左上段からの面に対して、仕太刀は面を打つ中ですり上げ1拍子で打つこと。と指導をいただき、太刀3本目～5本目を相互に実施しました。

更に、「日本剣道形解説書」における「共通理解」(令和4年4月全剣連)について、⑧太刀五本目の仕太刀の中段の構えは、1拳前に出し、刃先はやや斜め下にするのとある。と解説をいただきました。

引き続き、⑨太刀六本目について：(i)打太刀は、仕太刀の下段から中段に上げ始めに対して剣先をやや下げて、仕太刀の刀と合おうとする瞬間に右足(同時に左足も)を引いて諸手左上段となりますが、仕太刀が振り上げ小手をしっかりと打てる様に大きく引くこと。(ii)打太刀は振り上げ小手を打たれた後大きく引き、仕太刀は相手を突くように大きく前に出て、大きく残心をとれば引き立ちます。⑩太刀七本目について：(i)仕太刀は打太刀の胸部への突きを鎧で支えること、(ii)仕太刀の打太刀の右胴の打ち方は、右で振上げ・左の時に打つても良いし、右から左に踏み出す時に振上げ・一拍子で打つても良いと。指導をいただき太刀六本目・七本目を相互に実施しました。

終わりに、三好会長より「①打突部位をしっかりと打つこと、②上段に構えた時、重心が左にズレ頭が左に傾いている方が散見される。右手首の真ん中が正中線上にくる様に構えれば姿勢が乱れることはないの、相手同士で注意しながら行って下さい。」と注意いただきました。

【写真撮影、座礼】

日本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「間違った稽古を幾ら積み重ねても効果はありません。正しい・質の高い稽古を毎日積み重ねることが大変に重要です。当クラブでも、例会において、正しい剣道を皆で力を合わせて取り組みお互いに向上していきましょう。」とご挨拶をいただきました。



【基本稽古】

14時50分過ぎ開始。引き続き平川先生の指導により、①摺り足での切り替えし：打突後、5歩程度は摺り足で抜けること。(歳を取るほど、近くで振り返ってしまうため注意の事) ②打ち込み足での切り返し：大きく打突部を捉えた左右面を打ち切ること。③一足一刀の間からの面打ち：しっかりと発声し、打ち切ること。

④一足一刀の間からの小手打ち：元立ちは相手の年齢・経験・段位等に合わせた対応を変えること。⑤一足一刀の間からの胴：相手の左横で胴を打つのではなく、相手の正面で捌いて右胴を打つことが大事、太刀七本目のように歩み足での胴打ちもあります。⑥小手・面の二段打ち：若い方は面を打った後、手が上がってバンザイとなる方が多いが、面を打った状態ですり抜けて残心を取る。⑦面に対する応じ技：面返し胴は、面を受けて胴を打つのではなく、胴を打つ中において面を返すこと。⑧小手に対する応じ技：小手返し面も、面を打つ中において小手を返すこと。等の実技指導をいただきました。

【稽古会】

基本稽古に続き、講師陣は、津田顧問、三好会長、森副会長、平川先生の先生方が元立ちとなる指導稽古の開始です。

新型コロナウイルス感染症の新規感染者数が急増及び蒸し暑さによる熱中症の心配から、稽古時間を短縮したこともあります。充実した講師陣の先生方を前に緊張感が漂う中、参加者は「我一番に！」で競争しながら指導稽古を求めて掛かっていました。

扇風機だけの風では、感じる蒸し暑さは尋常ではありませんでしたが、講師の先生方は、最後まで元立ちを努めていただきました。（⇒講師の先生方、ありがとうございました。）参加者も、暑さに負けず積極的・果敢に掛かるも、終わってみれば汗が流れ出る状況で、またまた課題を感じ悩みが倍増した様でした。

第1日目(7/16)の稽古終了にあたり、三好会長からは『歳をとると当てただけで終わってしまうことが多い、「捨てるで打つ」ことが忘れがちになってしまいます。私は、歳を取っても「捨てるで打つ」ことを意識して稽古をしております。皆さんもしっかり意識して稽古を行っていただきたい。』。続いて、平川先生からは「終了後、各自で疲れが残らないよう整理体操をして下さい。そして、次に繋がる稽古を意識して頑張ってください。」。森副会長からは「今、三好先生・平川先生が言われましたが、準備体操は誰もがされていますが、整理体操は殆どの方がされていません。疲れを残さないよう各自で整理体操をやって下さい。それから、歳を取ると足の動き等が悪くなるため、なかなか難しいと思いますが、しっかり足を使って「捨てるで打つ」ことを努力していただきたい。」と指導をいただき、参加者全員無事で閉会しました。



～お疲れ様でした。～

【活動報告：寺本昭彦メモより】



【朝稽古会】

第2日目(7/17)午前9時30分、蒸し暑さを感じる中、稽古会場「尾道ふれあいの里体育館」に10名の会員が集まりました。今朝の稽古会には、昨日に引き続いて教士八段平川先生の参加をいただきました。

やはり、八段位平川先生の参加があると、通常では感じない緊張感があり各自行うウォーミングアップから気が入っている様でした。

座礼。続いて、直ちに基本稽古・指導稽古・お互い稽古を開始しました。基本稽古を15分程度。一旦休憩を挟み、昨日の反省・課題を意識しながら、平川先生の指導稽古をいただきましたが、意識と体は分離状態でした。また、各々お互い稽古にも励んでおり、終了予定時間を若干超えました。（10時40分頃終了）

平川先生からは、「この暑い夏場の稽古の成果は、寒い冬場に生きてきます。また、逆に冬場の稽古は、夏場の稽古に生きてきます。疲れを残さない様にしっかりと取り組んで下さい。」といただき終了しました。

厳しい猛暑のなか、2日間の全日程を無事に終了し、11時過ぎ解散・帰途につきました。



～お疲れ様でした！！

令和4(2022)年度 8月例会『日帰り』=岡山県笠岡市=のご案内(予定)

8月審査会(八段位：愛知県、六段・七段位：福岡県・新潟県にて実施)の直前です。

日頃の稽古の成果を確認されては如何でしょうか？

なお、新型コロナウイルス感染症の感染拡大が第7波を迎えております。感染拡大回避のため、8月6日(土)のみの稽古会とします。何卒、ご理解・ご協力をお願い致します。

【稽古会】 =日帰り例会=

日 時：令和4(2022)年8月6日(土) 14:00~16:30 (集合:13:30)
場 所：『笠岡総合体育館 サブアリーナ』 笠岡市平成町 63-2 0865-69-6622

令和4年(2022)年度 9月例会『宿泊』=鳥取県鳥取市=のご案内(予定)

【稽古会】 =宿泊例会=

日 時：令和4(2022)年9月17日(土) 14:30~17:00 (集合:14:00)
場 所：鳥取県鳥取市 『鳥取市武道館』

【朝稽古会】

日 時：令和4(2022)年9月18日(日) 9:30~10:30
場 所：鳥取県鳥取市 『鳥取市武道館』

【宿 泊】

日 時：令和4(2022)年9月17日(土)
場 所：『鳥取シティーホテル』

令和4年(2022)年度 10月例会『日帰り』=広島県三次市=のご案内(予定)

【稽古会】 =日帰り例会=

日 時：令和4(2022)年10月22日(土) 14:00~16:30 (集合:13:30)
場 所：広島県三次市

自主参加です。

【朝稽古会】 =自主参加です。=

日 時：令和4(2022)年10月23日(日) 9:30~10:30
場 所：広島県三次市

【宿 泊】

場 所：調整中

お願い！！

新入会員(在住外国人剣士の方も)のご推薦をお願いします。

2022年度の総会員数目標：67名(純増：7名⇒新規会員数目標:8名)です。

■広島県域:3名(☆2名加入)。■鳥取県域:1名(☆1名加入)。■岡山県域:1名。■山口県域:1名。

■島根県域:1名。を目標とします。 “一人が一人の新入会員を獲得しよう！”

入会希望者があれば、事務局までご連絡下さい。入会関係資料を送付いたします。

中国地区クラブ会員数 62名(令和4年7月31日現在)

以上