



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266号 2024（令和6）年4月発行

正心
SEI SHIN

中国地区クラブ会長 三好 伸二

発行責任者 幹事長 寺本 昭彦

E-mail : z04zkxf8fe@hi3.enjoy.ne.jp

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

2024(令和6)年度の全国例会・第21回国際親善剣道大会開催の主管は、中国地区クラブです。
皆様のご協力をお願い致します。

開催期間:2024(令和6)年 11月9日(土)~10日(日) 開催場所:広島県福山市

【第266号の主な事項】

- ① 2024年度4月例会(宿泊)は、2024年4月13日(土)~14日(日)に広島市にて、無地に終了しました。
- ② 5月3日(水)に全国例会・通常総会が京都市にて開催されます。
- ③ 2024年度5月例会(日帰り)は、2024年5月12日(日)に福山市にて開催致します。
国際親善剣道大会の優勝を目指して、一人でも多くの参加をお待ちしております。
- ④ 会員拡大、選手力強化に向けて、会員一人ひとりの活動により、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。

☆新会員紹介・・・山崎博文先生



2023(令和5)年度 4月例会『宿泊』=広島県広島市=のご報告

4月新年例会(宿泊)は、4月13日(土)~14日(日)、広島市安佐南区の「広島修道大学 武道場」にて開催されました。両日とも晴れで、桜が満開の季節の中での稽古会となりました。

第1日目(4/13)14時の集合時間には、会員33名(講師陣5名[教士八段 曾根先生(理事長)、教士八段 田頭先生(監事)、教士八段 三好会長、教士八段 平川副会長、教士八段 森副会長]、高好先生(監事)、当地区会員27名)、地元剣士1名、大学生(修道大学剣道部員)2名の総勢36名の参加者数となり、試合場2面程度の道場がいっぱいです。



NPO法人国際社会人剣道クラブ中国地区クラブ 4月例会
開催日:2024年4月13日(土) 開催場所:広島市(広島修道大学武道場)

【座礼・入会者挨拶】

14:00、座礼を行い、4月例会の開催にあたり、曾根理事長並びに田頭監事よりご挨拶として、新型コロナウイルス感染拡大防止に伴う4年ぶりの当地区クラブ4月例会参加の喜びと今年度全国例会への激励等をいただき、続いて三好会長より曾根理事長・田頭監事・高好監事3名の4月例会への参加の御礼並



びに春の昇段審査に向けた注意事項(気位・気迫)についてご指導・ご挨拶をいただきました。

続いて、3月に入会されました山崎博文先生(広島県)のご紹介がありました。

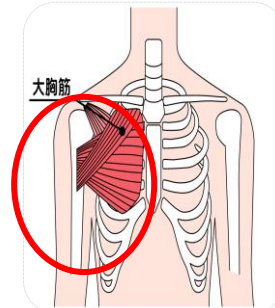
山崎博文先生から「例会に極力参加し、剣道に精進してまいりますので、ご指導方よろしくお願いいたします。」と決意を心強く述べられました。



【剣道講話】

*****【「竹刀の振り方等について」 剣道教士八段 三好伸二先生】*****

竹刀の握り方については、①左手は、柄を半掛けして、柄を巻くように軽く握る、②右手は、豆状骨が竹刀の下にくるように、竹刀の右横から竹刀を包み込むように軽く握る(上から握ると力を入ると剣先が上がってしまう)。「構え」については、③一番大事なことは、左手の第一関節を臍の前に置くこと(左手が臍の前から動く方は合格しない)、④剣先は竹刀の延長先が相手の左目の内側に置く、⑤大胸筋を開いて、脇を下げるようにゆったり構える。最初から剣先が下がっている方がいるが、自分は攻めているとつもりかもしれないが、技の出しっぱなしであり、相手は攻められているとは感じていない。「構え」があり「攻め」があるから、相手が攻められたと感じることとなる。⑥竹刀の振り方については、「振り上げるのは力が要らない」と言われるように、右手に力を入れず、左の上腕三頭筋と右の前腕伸筋群で左・右腕の下の筋の動きが一緒になるように行うこと。その後は自分の振り上げの工夫として、右手の小指で跳ね上げるようにすると物打ち部分が上がり、振り下ろすとしっかりとした打突となるので、稽古で試してください。(右手で上げると、打ちが遅くなり、物打ち部分が上がらず打ち切れないとともに、態勢も崩れてしまう。そのような打ちでは審査も合格しない)。また面を打とうとする時に顎が上がる方がいるが、目線が上がり打ち切れなくなってしまうので、顎があがらないように相手の目を見て、態勢が崩れないように攻めるようにすること。一足一刀の間から打突が出来ない方は、攻めて振り上げる時に左足から少し出して相手の距離を近くすることもやってみてください。今日の稽古は、「振り上げは力をいれないこと」について意識していただき実践してみてください。



*****【報告：寺本昭彦メモ】*****

【基本打ち稽古】

講話終了後、松田先生の号令による準備運動・素振りの後、平川副会長の指導による基本打ち稽古を実施しました。

内容は、①摺り足での大きく面を打たせる切り返し。一本一本打ち切ること！打突後は直ぐに振り上げないこと！②踏み込んでの竹刀で受け流す切り返し。しっかり打ち切り、最後の面まで一息で行うこと！③一足一刀の間から大きく振りかぶった面打ち。④触刃の間から一步攻めてからの大きな面打ち。⑤触刃の間から一步入ってからの小さな面打ち。⑥触刃の間から一步攻めてからの小手打ち。相手に遠慮せず、しっかり踏み込んで 小手を打つこと！(遠慮すると、鏝・鏝元に当たることなる)⑦触刃の間からの一步攻めてからの胴打ち。相手の正面で胴をしっかり打ち込むこと！⑧合気となった面に対する応じ技。⑨一息での面・体当たり三回後・最後に面。⑩面、小手・面、面・体当たり・面、面・体当たり・胴、最後に面。体当たりは肚(はら)から体当たりをすること！体当たり後の面は面が一本となるようにしっかり声を出して引くこと！⑪最後に切り返し、について各先生から注意・ご指導をいただきつつ実施しました。



【廻り稽古・指導稽古・お互い稽古・終わりに】

15:30、稽古開始です。参加者が多かったため、まず回り稽古を3回程行いました。やはり指導陣も多いことから、平素と違う緊張感で稽古に移りました。

引き続き、三好先生・田頭先生・曾根先生・森先生・平川先生の5先生を指導陣とする指導稽古の開始です。普段稽古することができない先生方を含む指導陣であったため、順番取り競争でした。そして昇段審査会も目前であることから、緊張感も並々ならぬものを感じるものでした。5先生の剣風は異なるものの“心の変化の兆しを捉えて打ち切る一本”は、何時もながら納得されるものでした。順番取りが出来なかった方は、剣道講話及び 基本打ち稽古の内容を踏まえ、しっかりと打ち切った打ちと各自の課題に 取り組むなど、お互い稽古に集中しておりました。気が付けば稽古予定時間となっていました。



第1日目(4/13)の稽古会終了にあたり、指導陣3先生(曾根先生・田頭先生・三好会長)から講評を頂きました。まず曾根先生からは「①中国地区クラブの稽古会は充実しており、11月全国例会・国際親善剣道大会に向けて頑張っていたきたい。②素振りについては、右手は肩の高さで、左手は胸の中心になるようにし、しっかりと一本一本打ち切った面を打つことが大事であり、それが有効打突となる。③7段以上の審査は、①気を捉え、②しっかりと打ち切ることができないと合格しない。日頃の稽古でもその点を意識して取り組んでもらいたい。」と注意・ご指導いただきました。田頭先生からは「①素振りについては、一本一本大事に、振り下ろしを早く、振り下ろしと同時に肚(はら)から声を一気に出し、しっかりと打ち切ることが大切である。②稽古においても、掛かっていく気持ちで、礼・前進・蹲踞して、相手の立ち上がりに合わせて、相手の様子を見るようにゆっくり立ち上がり、相手が声を出すのに合わせ、相手に対抗するように大きく発声すること(相手よりも前に声を出すよりも、少し遅れて発声する方が審査員の効果は高い)。そして終わりは、蹲踞し、右手は右垂において、相手に合わせて下がり・礼をする。そうすることにより隙の無い集中した稽古ができることとなる。」とご指導いただきました。そして三好会長からは、曾根先生・田頭先生への御礼並びに「①今例会においてご指導いただいたことを、自分の中に取り込んでいただき、更に剣道に精進すること。②気を張って攻めて攻め、打つ機会を捉え、その打つ機会には捨て身で力を出し切ることが大事であること。③構えて肩が上がっている方は、本日の剣道講話で話をしたとおり、大胸筋を開き・脇の下を下げると振りやすくなるので試してみてください。」とご指導・ご挨拶いただきました。



曾根先生



田頭先生



三好会長



平川副会長



森副会長

【宿泊・夕食会】

稽古終了後は、稽古会場の広島修道大学から、30分程度の車で移動した宿泊場所「東横イン広島駅新幹線口1」に到着。ホテルのシャワーで汗を流しました。

19時から、ホテルから徒歩3分程度の「瀬戸内魚介と郷土の鉄板料理『和心家(わしんち)』」にて懇親会です。三好会長の乾杯により開宴となりました。

懇親会には、曾根先生、田頭先生、高好先生もご参加をいただき、通常とは異なるメンバーでございましたが、本日の稽古の反省か？小グループに分かれた剣道談義に集中していました。楽しい時間の経つのは早いものです。20時、曾根先生の終わりの乾杯で閉宴となりました。稽古の疲れもあったか？解散・就寝となりました。なお、一部の方は更にカラオケに行かれた模様。

【朝稽古会・解散】

第2日目(4/14)の朝稽古は、ホテル及び広島修道大学の時間的な制約から、朝食後の10時から開始です。

9時30分には、会員12名、大学生2名の総勢14名が広島修道大学に集合しました。本日の指導陣は、広島各地区の審判講習会と重なっていたため、田頭先生、曾根先生の2先生です。

10時から田頭先生の号令により、高齢者に合わせた筋をゆっくり伸ばす準備運動並びに昨日ご指導いただいた肚(はら)からの発声と一本一本振り切った素振りを行いました。

続いて座礼の後、基本打ち稽古も田頭先生のご指導により、①摺り足での大きく面を打たせる切り返し。一本一本大切に、上からしっかり手を伸ばして相手の左右面を打つこと！②踏み込んでの竹刀で受け流す切り返し。面・切り返し・面まで一息で行うこと！③遠間からの3回連続の大きな面打ち。すり抜けた後は直ぐに振り返り・残心を取り、直ぐに次の面を打つこと！ゆっくりと振り返ると面を打たれてしまう。④触刃の間から交刃の間までじっくり入り瞬間の小さな面。手をしっかり伸ばし、打突部位を上からしっかりと面を打つように！と、注意をいただきつつ実施しました。

続いて指導稽古・お互い稽古に入りました。参加者の皆さんは、昨夜からは時間的な余裕があったためか疲れも回復した様子で、昨日の稽古におけるコメントおよび懇親会でのご指導・反省等を踏まえ、心新たに掛かる気持ちで2先生の指導稽古をいただきましたが、やはり厳しい攻めに悪戦苦闘でした。またお互い稽古は、各自の課題に積極的に取り組まれ充実した1時間半でした。稽古後の皆さんの笑顔には達成感と充実感が溢れ、素晴らしい稽古会でした。

全日程を無事に終了し、解散・帰路につきました。(11時半頃)

田頭先生、曾根先生には、2日間に亘りご指導を頂き、誠に感謝申し上げます。

また高好先生も熱心な稽古ありがとうございました。

今例会の開催にご尽力いただきました木谷先生、岩田先生には、心より御礼申し上げます。

最後に、広島修道大学の剣道部の皆様、ご協力ありがとうございました。



～お疲れ様でした。～

(剣道講師陣) 剣道教士八段 曾根孝悦、剣道教士八段 田頭啓史、剣道教士八段 三好伸二、
剣道教士八段 平川龍馬、剣道教士八段 森治輔

(参加会員) 三好伸二、平川龍馬、森治輔、石崎雄亮、井上雅史、岩崎公彦、岩崎美穂、岩田啓司、
上野和雄、浦山晶彦、岡崎隆司、岡本修司、奥野武男、尾崎貫一、金尾静一、樺山陽介、
川崎康裕、木谷直俊、小下明人、坂本淳二、菅本好晃、天田洋子、長末哲夫、西本英樹、
平岩香織、廣畑栄三、船浪均、古澤誠、松田悟、山崎博文、寺本昭彦

(ビジター) 有馬先生 (広島市)

(敬称略、順不同、朝稽古会参加)

2024(令和6)年度 5月例会『日帰り』=広島県福山市=のご案内(予定)

【稽古会】 =日帰り例会=

日時：2024(令和6)年5月12日(日) 14:00～16:30 (集合時間 13:30)

場所：広島県福山市『エフピコアリーナふくやま 剣道場』

【その他】 例会幹事 寺本昭彦先生

2024(令和6)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：2024(令和6)年6月22日(土) 14:00～16:30 (集合13:30)

場所：『山口刑務所道場』 山口県山口市松美町3-75 [TEL:083-922-1450](tel:083-922-1450)

【宿泊】

日 時：2024(令和6)年6月22日(土)

場 所：『ホテル喜良久(きらく)』 山口県山口市湯田温泉4丁目4-3 TEL:083-922-0333

【懇親会】

日 時：2024(令和6)年6月22日(土) 19:00～21:00の予定です。

場 所：『赤と黒』 山口県山口市湯田温泉1-10-11 TEL:083-924-3386

【朝稽古】

日 時：2023(令和5)年6月23日(日) 6:30～7:30

場 所：『山口武徳殿(山口県警体育館)』 山口県山口市後河原片岡

【その他】 例会幹事 中村信治先生

2024(令和6)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：2024(令和6)年7月13日(土)～14日(日)

場 所：尾道市

【その他】 例会幹事：金尾静一先生

2024(令和6)年度国際交流事業について

2024年度国際交流事業は、以下のとおりです。

是非、国際交流事業における感動・感謝を体感しましょう！学ぶことはきっと沢山あります。

済 2024年度国際都市剣道文化交流大会

期間：3月23日(金)～24日(日) 場所：台湾(高雄)

参加者：上野先生、小下先生、岩田先生、岩崎(公彦)先生、岩崎(美穂)先生、寺本先生

成績：岩崎(公彦)先生<男子(59歳以下)の部:ベスト8>

○ 国際交流(スウェーデン(リガ)、ラトビア)

期間：5月28日(月)～6月3日(月)

参加者：小下先生

○ 2024年度第37回国際オープン韓国社会人剣道大会

期間：6月8日(土)～9日(日) 場所：韓国(ソウル)

参加者：上野先生、平岩先生、寺本先生

○ 国際交流(オーストリア等)

期間：10月

お知らせ！！

【昇段、おめでとうございます！！】

2024年2月17日(日)、東京都(東京武道館)にて実施された剣道四・五段審査会において、来海先生がめでたく五段に昇段されました。

来海 稜 先生 (東京都大田区)

今後とも、益々お元気で更なるご精武されること祈念申し上げます。



2024年4月28日(火)、京都府(京都市体育館)にて実施された剣道七段審査会において、船浪先生と岡本(修司)先生がめでたく七段に昇段されました。

船浪 均 先生 (広島県広島市)

岡本 修司 先生 (広島県広島市)

引き続き、お元気で更なるご精武されること祈念申し上げます。



【新入会、誠におめでとうございます！！】

3月、ご入会された先生をご紹介します。

氏名：山崎 博文(やまさき ひろふみ)先生

住所：広島県東広島市 年齢 45 歳

勤務先：近畿大学附属広島中学校東広島校



剣道：教士七段

スポンサー：西本先生

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。

以上

(6/6)