



剣 友

2025年(令和7年) 9月号

東海地区クラブ会長 渡並 直

IGKC ホームページ www.npo-igkc.or.jp

幹事長：酒井武信



1. 9月例会報告 (地区幹事：山口 照義)

開催日時・場所：9月13日(土)13:30～16:30、刈谷市体育館剣道場、刈谷市逢妻町 4-23

渡並会長：10月の全国例会では、全国各地の剣士および海外参加の方々との交流ができる良い機会です。今日は特に試合稽古を行います。案外皆さんは試合好きですので力試しをして下さい。

- 1) 試合稽古：東海地区内の東西対抗戦として、3分1本勝負にて19試合実施した。
- 2) 相互稽古：2分毎に30分間実施した。15分間の休憩・水分補給を行った。
- 3) 指導稽古：八段の先生を元立ちに指導稽古を50分間実施した。並行して数組の相互の立ち合も行った。
- 4) 稽古後のご指導内容

渡並先生：本日試合稽古しましたが、1本勝負の場合は1本の重みを理解することが重要です。試合開始後 前半は「相手をよく見る」こと。そして攻め方を考えること。また、試合でも「打ちきる技」を出して欲しい。そして、打ちきることを普段の稽古の時から意識してほしい。

櫻井先生：竹刀稽古での手の内や鎧を使うことが不足しているので、柄が小判型である木刀を使った日本剣道形の稽古を行うこと。また、「小手一面」は小手を打ち 不十分であったら「二の太刀」として面を打つこと。

川邊先生：今日は久しぶりに稽古に参加しました。竹刀は、両手の親指と人差し指の付根と弦とが直線上にあるように上から握って構えること。試合では元気が足りない。もっと気合を出して足を使うこと。

山田先生：打ち切った技を出すと有効打突として審判が取りやすい。稽古で感じたことは、右手に力が入りすぎている。力が入りすぎると間合いが近くなる。伸びのある打ちができなくなる。その結果、スパッと打たれたということになりにくいものです。

都地先生：「手の内が堅い」ので、技が途中で止まってしまう。鎧を表と裏とをどちらも使うこと。特に左手の使い方が大切です。左手のことを奥の手といいます。木刀を使うとこの手の内の感覚がつかめるので、素振りを百回実施すること。また、試合は気迫が不足している。

高旗先生：試合は真剣みがあり良かったが、足を使うとさらに良くなります。

5) 9月例会参加者（順不同・敬称略）

講師：範士八段/渡並 直、教士八段/櫻井鋭治、川邊省司、都地 学、山田久夫、高篠豊樹（6名）

会員：石黒峰司、石田優美、梅村知弘、小田瑞恵、影山雄三、菊池雅樹、権丈麻美、小島克枝、
小島真世、酒井武信、佐藤千早、志知照子、須藤明美、高橋 至、西岡孝夫、西地治美、
野田孝志、彦坂洋一、深谷 修、古橋真志、松田麻希子、山口照義、山下 智、與儀美江子、
若杉篤史、和田辰己（26名）

ゲスト：棕梨先生（岐阜）、奈良岡先生（浜松）、中根先生（西尾）、権丈 Jr.（4名） 総勢36名

2. 今後の予定

1) 全国例会 日程 10月24日～26日、場所：東京都目黒区立中央体育館

大会参加 26名、個人戦 22名、団体戦 4チーム（20名）、賛助金名刺交換 40名

2) 11月例会 日時：11月15日（土）13:30～16:30、11月16日（日）10:00～11:30（稽古のみも可）

漱玉館武道場、岐阜県可児市大森989-1（可児御嵩インターチェンジより車で約8分）

予定の内容：形稽古他検討中（**希望を募集します**）、相互稽古、指導稽古

宿泊：バロー研修センター（道場隣接）、宿泊・食事費用は約10000円を予定

*9月15日現在の応募状況／11月15日稽古32名、16日稽古24名、宿泊21名

注）**追加募集**しています。ご希望の方は酒井へお願いします。

東軍	西軍	12	19	17	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
西軍	西軍	高橋	與儀	與儀	和	高橋	古橋	彦坂	影山	山下	和田	山口	佐藤	練梨	小島	小島	権丈
西軍	西軍	小島	菊池	松田	小島	若杉	梅村	菊池	深谷	西岡	酒井	須藤	西地	中根	奈良岡	野田	権丈
		×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×



以上