

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282号 2025（令和7）年9月発行



会長 三好 伸二

正心
SEI SHIN

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>

【第282号の主な事項】

- ① 9月例会(宿泊)は、9月20日(土)～21日(日)に鳥取県米子市にて開催し、無事に終了しました。
- ② 「2025年度全国例会・国際親善剣道大会」は、10月25日(土)～26日(日)にて、東京都目黒区において開催されます。
☆中国地区クラブの10月地区例会は、全国例会が開催されますので行いません。
・全国例会の開催結果・模様については、会報「正心」第283号(10月)でご報告します。
- ③ 11月例会(日帰り)は、11月15日(土)～16日(日)に庄原市にて、開催予定です。
- ③ 新規会員の確保に向けて、引き続き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。



2025(令和7)年度 9月例会『宿泊』＝鳥取県米子市＝のご報告

9月例会(宿泊)は、9月20(土)～21日(日)、鳥取県米子市の『鳥取県立武道館』において開催しました。

9月に入り朝夕は涼くなりましたが、日中はまだ真夏日になる日も多く、当日も30度を超えていたため、冷房を使用し、快適に実施いたしました。13時30分過ぎには会員20名と地元講師1名・地元剣士4名の総勢25名が集合しました。



NPO法人国際社会人剣道クラブ中国地区クラブ 9月例会
開催日:2025年9月20日(土) 開催場所:鳥取県米子市(鳥取県立武道館 主道場)

【座礼】

第1日目(9/20)、14時より座礼を行い、開会にあたり平川副会長よりご挨拶と10月の全国例会・国際親善剣道大会への激励を頂きました。

続いて報告として、①7月の国際交流(チェコ・スウェーデン・ラトビア)において、湯村名誉会長へラトビア剣道連盟のキンズリース会長から腕時計が贈呈されたこと、②10月19日(日)に岐阜県関市で開催される「ねんりんピック岐阜2025」に当クラブより今岡寛信先生(広島)と森本正孝先生(鳥取)が出演されること、について発表がありました。



【剣道講話】

*****「剣道を長く続けるために」剣道教士八段 平川龍馬先生*****

私は今年で70歳になります。例会に参加されている皆さんの中にも高齢な方がいらっしゃいますが、皆さんが剣道を少しでも長く続けられるよう願っております。



私が行っている剣道における準備運動・心がけについては、剣道範士・西善治先生から教わったことですが、「剣道は防具を着けて体を動かすため、どうしても体が硬くなります。稽古前に準備体操で体を解すことも大切ですが、稽古後の固まった筋肉をしっかり解してやるのが、より重要です。」とのことでした。また終わった後に水分を取ることも大切です。もし時間がない場合は、次の2つだけでも行ってください。

①. 足を交差させて前屈し、なるべく床に付けるように10秒をキープ（左右行う）

②. 両足首を回す

これだけでも体の状態がかなり違ってきます。



西範士は、稽古の前後に「正座をしてうしろに倒れるストレッチ」をされており、非常に体が柔らかい先生でした。私自身は「まだまだだな」と感じていますが、剣道を長く続けるためには、体のケアや心構えを怠らないことが大切だと思っています。

以前もお話をしましたが、アキレス腱を3回切られた持田先生が「基本稽古を60歳まで続ける」とおっしゃったのを聞き、私は「自分は70歳まで基本稽古を続けよう」と目標を立てました。さらに、中山博道剣道範士は「80歳まで“負ける”という言葉はなかった。60歳や70歳で体が痛いなどと、自分の気持ちに負けることはなかった。」との言葉に感銘を受け、私は基本稽古を「70歳まで続ける」から「剣道ができるまで続ける」という目標に変えました。

津田剣道範士は「無理をせず、楽しむ剣道を心がけるように」と言われますが、私もその考えを胸に、中山剣道範士の言葉を心に刻み、「まだまだやれる」という気持ちで稽古に臨んでいます。

皆さんも、どうか同じように前向きな気持ちを持ち、健康に長生きしながら、これからも剣道も続けていただければと思います。

*****【記：寺本昭彦記録メモより】*****

【基本打ち稽古】

準備体操を行った後、基本打ち稽古を行いました。

基本打ち稽古は、三人一組となり、平川副会長から最初に見本を実践いただきつつ、解説・注意すべきポイントをご指導いただきながら、①面を打たせる摺り足による切り返し、②普通の切り返し、③遠間から攻めて大きな面打ち、④一足一刀の間からの面打ち、⑤一足一刀の間からの小手打ち、⑥面に対する応じ技、⑦小手に対する応じ技、⑧一呼吸での面三本打ち込みを行いました。



【試合稽古】

15時から試合稽古に移りました。試合稽古は、団体七人制による3分一本勝負で行われ、「全国例会参加メンバー」対「その他の会員+鳥取地元のねりんピック出場メンバー」という組み合わせで、2試合が行われました。

第1試合目は、全国例会参加メンバーは試合経験の不足もあり、結果は1勝5敗1引き分けと厳しい内容でした。平川副会長より講評として、①打つ間合いに入っていない、②相手が構えている、のに勝手に

打って出ている。やはり攻めて合気になり、i 相手が出ようとするところ、ii 相手がいついたところ、iii 相手が崩れたところ、を打突しないと一本にならない。と注意・ご指導いただきました。

第2試合目は、全国例会参加メンバーも徐々に試合感覚を取り戻し、結果は4勝1敗1引き分けと内容が改善しました。全国例会に向けて良い手応えを感じられる試合となりました。

また、試合後には対戦者同士で挨拶や反省を行うなど、まさに「交剣知愛（剣を交えて互いを知り、敬意を持つ）」の精神が感じられる場面も見られました。



【指導稽古・お互い稽古、終わりに】

16時40分からは、平川副会長と阿部先生のご指導のもと、指導稽古とお互い稽古を行いました。

今回は参加者が多かったため、指導稽古の順番を取るのも“我先に！”という熱気ある競争となりました。順番を逃した方々は、日ごろ稽古を共にする機会が少ない相手に積極的に声をかけ、お互い稽古に励んでいました。また、試合稽古での平川副会長の講評を意識しながら、それぞれが自分の課題に果敢に取り組んでおられました。

第一日目の締めくくりにあたり、平川副会長より、①鳥取地元から多数の方にご参加いただいたことへのお礼、②試合稽古の総評として「気迫・理合が万全になった時に一本なる打突ができるよう、取り組んでほしい。」、③指導稽古の講評として「打って勝つのではなく、合気となって攻め勝って打つように。」とご指導いただきました。続いて阿部先生より指導稽古の講評として「相手がしっかり構えているのに、ただ打ちにいても一本なりません。間合いの攻防の中で、相手の性格や癖といったタイプを見抜き、自分の力を最大限に発揮するように心がけてください。」とご指導頂きました。



平川副会長



阿部先生



指導稽古・お互い稽古風景



【宿泊・懇親会】

稽古場所から車で約20分ほど移動し、宿泊場所「ホテルαー1米子」に到着。大浴場で汗と疲れを流し、心身ともにリフレッシュしました。

懇親会は19時から、ホテルから徒歩2分の「三代目網本魚鮮水産米子駅前店」で開催。金尾副会長の乾杯のご発声で宴がスタートしました。稽古でたっぷり汗をかいた後の冷えたビールは、まさに格別の一杯でした。

宴が進むにつれて、個別の剣道指導や剣道談議に花が咲き、充実した時間を過ごしました。

気がつけば21時。今例会の幹事である松原先生の中締めで宴を締めくくり、翌朝の朝稽古の開始時間を確認してお開きとなりました。



【朝稽古会】

第2日目(9/21) 9時、『鳥取県立武道館』に会員17名と地元剣士4名の総勢21名が集合しました。

9時30分、記念写真を撮影した後、座礼を行い、平川副会長よりご挨拶をいただきました。

続いて、平川副会長の号令のもと、回り稽古方式で基本打ち稽古と2分の回り稽古を行いました。

続いて、指導稽古・お互い稽古に移り、参加者全員が真剣に取り組みました。前夜に十分に休息がとったこともあり、前日の疲れを全く感じられないほどの活気あるふれる稽古となりました。(10:30 終了)

稽古終了後には、平川副会長より再びご挨拶をいただき、2日間の全日程を締めくくりました。

今例会幹事の松原先生には、準備から開催までご尽力をいただきまして、心より感謝申し上げます。

また、石原先生からは鳥取名産の梨を提供いただき、重ねて御礼申し上げます。

～お疲れ様でした。～

(剣道講師陣) 剣道教士八段 平川龍馬、(外部講師) 剣道教士八段 阿部正美

(参加会員) 平川龍馬、金尾静一、石原律子、岩田啓司、上野和雄、大上覚、岡本修司、沖田和清、奥野武男、樺山陽介、木谷直俊、小下明人、杉山尊生、古澤誠、松田悟、松原孝史、松元宏樹、森田真智子、森本正孝、寺本昭彦

(ビジター) 大江先生(鳥取)、門脇(京吾)先生(鳥取)、門脇(芙佐子)先生(鳥取)、國分先生(鳥取)、松井先生(鳥取)、松浦先生(鳥取)、山本先生(鳥取)、吉村先生(鳥取)

(敬称略、順不同、朝稽古会参加)



2025 年 9 月 21 日(日) 於:米子市『鳥取県立武道館』



2025(令和7)年度 10 月全国例会(第22回国際親善剣道大会)=東京=のご案内(予定)

日 時: 2025(令和7)年10月25日(土)～26日(日)

場 所: 東京都目黒区『目黒区立中央体育館』

主 催: NPO 法人国際社会人剣道クラブ

主 管: 関東地区クラブ

行 事: 行事スケジュールについては、全国例会実行事務局から送付されている全国例会・国際親善剣道大会ご案内の資料をご参照され、遅れないようにご参加ください。

2025(令和7)年度 11 月例会『日帰り』=広島県庄原市/三次市=のご案内(予定)

【稽古会】 =宿泊例会=

日 時: 2025(令和7)年11月15日(土) 14:00～16:30 (集合13:30)

場 所: 庄原市立総合体育館『道場』

【宿泊】

日 時: 2025(令和7)年11月15日(土)

場 所: ホテルルートイン三次駅前

【懇親会】

日 時: 2025(令和7)年11月15日(土) 19:00～21:00の予定です。

場 所: <調整中>

【朝稽古】

日 時: 2025(令和7)年11月16日(日) 9:30～10:30 (集合時間9:00)

場 所: 庄原市立総合体育館『道場』

2025(令和7)年度 12月例会『忘年例会』＝岡山県浅口市＝のご案内(予定)

日 時：2025(令和7)年12月20日(土)～21日(日)

場 所：岡山県浅口市

例会監事：廣畑 栄三先生

2025(令和7)年度国際交流事業について

2025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14日(金)～16日(日) 場所：台湾(高雄)

参加者：木谷先生、沖田先生、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：個人戦 女子40才以上の部 岩崎美穂先生 準優勝
男子45才以上64才未満の部 岩崎公彦先生 第三位

済 2025年度第37回国際オープン韓国社会人剣道大会

期間：6月7日(土)～8日(日) 場所：韓国(ソウル)

参加者：岩崎(公彦)先生、岩崎(美穂)先生、上野先生、川崎先生、寺本先生

成績：団体戦 男子50代の部 中国・東海・関東混交チーム 優勝
メンバー：先鋒 岩崎先生(中国)、次鋒 藤原先生(東海)、中堅 川崎先生(中国)
副将 菊池先生(東海)、大将 中川先生(関東)

済 国際交流(ラトビア(リガ))

期間：7月4日(金)～14日(日)

参加者：小下先生

○ 国際交流(オーストリア等)

期間：10月3日(金)～14日(火)

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。

武者修行

東北地区クラブ 幹事長 三條 貞夫 e-mail: sanjo@omn.ne.jp

関東地区クラブ 幹事長 中川 岳人 e-mail: tetujin-30@jp-meguro4.com

東海地区クラブ 幹事長 酒井 武信 e-mail: makoto.adachi151@gmail.com

近畿地区クラブ 幹事長 久保 達也 e-mail: tatsuyakubotatsuya@gmail.com

九州地区クラブ 幹事長 池永 祐一郎 e-mail: yuichi.kng@gmail.com