

お試し第2号 おおさか剣道かわら版(仮称)

剣道・居合道・杖道大好き! みんなの情報誌 です!

Vol.002
2021. 3. 1 発行

発行責任者
公益社団法人
大阪府剣道連盟
広報PJ

コロナに負けるな! 令和2年度剣道文化講演会 開催



令和2年度 剣道文化講演会

(スポーツ活動等安全指導・事故防止研修会)

アスリートの肘痛、スポーツ中の心血管疾患の リスクと対処法

日時 令和3年2月6日(土)午後2時開会
場所 大阪府立労働センター「エル・おおさか」
はじめてのZoomと会場同時進行方式で
主催 公益社団法人 大阪府剣道連盟
公益財団法人 スポーツ安全協会大阪府支部

1. 令和3年2月6日(土曜日)、大阪府立労働センター「エルおおさか」
コロナ対策特別措置法の対象期間であり、参加人数を半数に制限、
Web 配信によるハイブリッド方式を採用する等万全の対応を行っ
ての開催となりました。また、今回初めて、「大阪ろうあ会館」様に
ご協力いただき手話通訳も行いました。

2. アスリートの肘痛～剣道家、野球選手、格闘技選手について～ 島田幸造先生

ポピュラーな肘周
辺の怪我であるテニ



肘関節のスペシャリスト
JCHO 大阪病院
統括診療部長 整形外科部長
島田 幸造 先生

ス肘、ゴルフ肘、野球肘などについて、その障害はほとんどが使い
過ぎ (over use) による肘の変形性関節症であり、発生過程から、

「怪我をする時は、怪我をする受傷機転 (メカニズム)」がある。上肢のスポーツ外傷 (急性損傷) は靱帯損傷・
断裂から脱臼・螺旋骨折まで、種々のケースについて、その予防と対策法を解説。



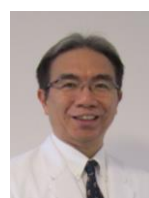
特に剣道による障害頻度は、①アキレス腱断裂、②腰痛、③肘損傷、
④肩、⑤膝となっており、その予防策としては、負荷の集中する部位
を良く知り、負荷のかかりにくい正しいフォーム、練習量も適切な頻
度と時間、更に不調を感じたら、早めに対応して重症化させない等の
セルフチェックが大切。症状によって保存療法 (温熱、ストレッチ、
テーピング等) での自然治癒が望ましい。また、幼少年 (～14, 5 歳)
は成長期で骨格が未成熟であり、オーバーユースによる骨軟骨障害は
生涯の障害になる可能性があり、指導に当たっては細心の注意が必要。

3. スポーツ中の心血管疾患のリスクと対処法～より安全にスポーツを続けていただくために～片岡 亨先生

日本人の死因は、①悪性新生物、②心疾患、③脳血管疾患、④肺炎
である。②の心臓についてその構造と機能、血液の流れ、そして胸痛
の原因は、①心臓 (狭心症、心筋梗塞、心膜炎)、②大動脈解離、
③肺塞栓、胸膜炎、気胸となっており、心筋梗塞も典型的な狭心症
の症状。また、心房細動と脳梗塞、心臓弁膜症など症状と対応策、
特に発症した場合の心肺蘇生法についても触れていただきました。



心臓病のスペシャリスト
ベルランド総合病院 院長
心臓病センター循環器内科 部長
片岡 亮 先生



整形外科医で剣道教師七段
最強のコーディネーター
ベルランド総合病院 副院長
整形外科 リハビリテーション科部長
地域連携部部長
倉都滋之 先生

<主催:大阪府剣道連盟・総務委員会とコーディネーターから>

最近特に、剣道・居合道・杖道に熱心に励まれておられる方々から
肘痛に悩まれている話をよく聞くようになりました。この問題にどう
対処すればよいか。そして、より安全にスポーツを続けて行くために
スポーツ中の心臓病のリスクと対処法について、昨年に引き続き、医
療現場で症例に精通された先生からお話を聞く機会を企画しました。

今後の活動のご参考になれば幸いです。

剣道大好き！シリーズ その2

「剣道の教えについて-1. 五常五輪」

石塚美文先生からお借りした、「剣心館のしおり」をご紹介します



「五常五輪の教えを離れて、剣道の心の指導はできない」といっても過言ではありません。先師先達がその思いを託して伝統に残したものが、



袴の「前襷」五つと、竹刀の「節」五つ、

「面紐結束」上が三回下二回と、

その思いを色々な形で残しました。

(袴の後は二本の襷がありますが、一本は隠れて外見からは一本しか襷は見えません。これは二心の無い一心を表し、嘘偽りのない心を求めたものです。そのようなことから五常五輪の教えについて書きました。



私たち日本人の心の支えとなっている五常五輪の精神を正しく理解することが大切です。今の日本の社会の生活様式や生活感情の中にモラルの崩壊が見られます。そこで、日本の道德のルーツをたどり、倫理の基となった中国の歴史を少し紹介します。まず孔子と孟子、朱子の存在を知らなければなりません。

五常五輪の精神は、先ず孔子を知ることから始まります。孔子は春秋時代に生まれ、儒教という教えの元祖であり、その儒教の内容は孔子より以前の聖人の話や生き方、そして正しく生きていく人間の道を集大成したものです。孔子は良い社会を作るための人の道を開拓し、天下の豪族に対して「仁の道」を説き、立派な国造りや、人々の平和・幸福が得られる考えを教えて回りました。即ち儒教の始祖となった方で孔子と弟子の対話の多くは皆さんも聞いたことがある「論語」に出ています。

中でもこの学問は、「義」という考え方をいかに重要視していたか知ることができます。孔子の言葉が我が国でも有名な「義を見てせざるは勇なきなり」と言っている言葉をはじめとして、孟子は「泰山より重く、鴻毛よりも軽し」と言っています。

我が国でも昔、吉田松陰は「この思想を受け継いで、「義は勇に因りて行われ、勇は義によって生ず」と言っている程「義」の精神を大切に考えており、朱子もまた「少勇は血気のなすところ、大勇は義理の発するところ」と言っています。

この意味にも大勇と小勇の区別があり、小勇は血気に走る勇気で、目先のみの勇気に過ぎないが、大勇は深く自分の胸にしまいこみ、簡単に軽はずみに表に出さない「真の勇気」のことを言っています。

また、こうすれば「人として正しい」と信じた時に、その考えたところに向かって一路邁進していかなる障害があっても挫けず、時には自分の命をかけても突進して行く気構えやその行動を教えています。

朱子はこの小勇と大勇の使い分けこそ、人間としての大切なことであると教えています。

孟子は、性善説という学説を唱えた方で、人が持って生れた性質は善である、という考え方を多くの人に教え、勇気を与えました。

人の性質は、生まれた環境や育成に当たる両親や、廻りの人々の生活様式や生活感情の影響を多分に受けます。特に「孟母三遷」の教えは、孟子の母が孟子の教育のために良い環境を選んで、三度も住居を替えたという故事です。良い習性を身に付けさせることによって、我が子の人間形成を成し遂げるべきだということとえで有名な話です。

(次回に続く「五常五輪の教えと応用」)

3月の行事・イベント

詳しくはホームページで見ても

3/6 (土)	剣道中学生昇級審査会 (修道館)
3/7 (日)	杖道一般研修会 (川西)
3/13 (土)	居合道春季審査会 (修道館)
3/27 (土)	剣道昇段審査(三～五段)(はびきの)
3/28 (日)	" (初～二段)(舞洲)

3/14 (日) 全日本剣道選手権 (長野)

朱子については、後の「朱子学」という学問の体系を作った人で儒学の本家となって活躍されました。この朱子を作った有名な学問に「人倫」というのがあり、五常と五輪の道を説きました。即ち「人倫」とは、人として守るべき道を五常で表現し、人と人との関係で大切に考えねばならないことを五輪で表現し、これを「人倫」として法律化したのです。

おめでとうございます！

令和2年度表彰者

**R3.1.18(月)大阪府剣道連盟で剣道界に
功績のあった方々の表彰式が行われました。
表彰された皆様をご紹介します。
これからもより一層のご支援・ご活躍のほ
どよろしくお願いします。**

例年なら新年互礼会の席上で、お集まりの多数の方々の前で披露するところですが、今回はコロナの影響で関係者のみの表彰式に。まずはマスク着用で、続いてマスクを外して記念写真。



☆☆☆全剣連 少年剣道教育奨励賞☆☆☆

豊能地区 修猷館

少路剣道クラブ

大阪北地区 天満少年柔剣道推進会

大阪南地区 なんば養正会

浪速少年武道会少年剣道部

泉州地区 岡山剣友会

高石警察少年剣道推進会

岸和田少年剣道

☆☆☆大阪府生涯現役スポーツ賞☆☆☆

金賞 宮東 清二 先生

銀賞 本山 昌宏 先生

銀賞 三浦 輝雄 先生

銀賞 山中 光廣 先生

＜宮東清二先生から＞

一言お礼申し上げます。

本日は生涯剣道現役スポーツ賞にご推薦いただき誠にありがとうございます。

私事ですが、刃筋の通った正しい剣道。そうして、実生活をもって自然体で過ごしております。剣道では、人間形成の道と言われております。これからも、年齢に負けないように、百歳剣道を目標に自然体で精進してゆきたいと思っております。今後共よろしくご指導くださいますようお願い申し上げます。

本日は誠にありがとうございました。



＜なんば養正会会長 山本浩貴先生から＞

この度は栄えある少年剣道教育奨励賞をいただき、厚く御礼申し上げます。

これも子供達のがんばりと保護者の皆様のご協力、そして熱心な指導者のおかげと感謝いたしております。

この受賞を励みに、これからも少年指導と剣道普及に最善を尽くします。誠にありがとうございました。

大阪版「剣道の心」

剣道は自己を耕す剣の道

剣道は相手を重んじる礼の道

剣道は生涯かけて学ぶ道



唱和(しょうわ)

- 一、「腰を立てる」正しい姿勢を身につけよう。
- 二、「何事にも負けない」強い心を持とう。
- 三、呼ばれたら「はい」と応える素直な心を持とう。
- 四、「整理整頓」ができる気くばりの心を持とう。
- 五、「ありがとう」と言える感謝の心を持とう。

公益社団法人 大阪府剣道連盟



おめでとう！ 昇段審査に合格した皆さん

R3.1.10 府立体育館・エディオンアリーナ、1.11 箕面市立総合体育館で行われた昇段審査の合格者をご紹介します。剣道修業はこれから…もっと面白くなりますよ。続けてね！



<初段合格> 永井 愛海 さん
指導してくださり有難うございました。

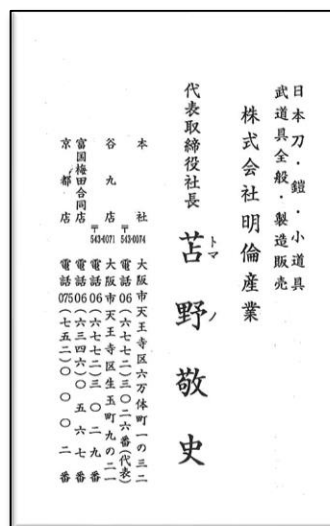


<初段合格> 高岡 千尋 さん
不安っぱいの審査でしたが、先生方のご指導のおかげで合格することができました。これからも強くなれるよう努力し続けたいと思います。



<二段合格> 熊谷 晃 さん
大人になって始めた剣道ですが、先生方の温かいご指導や先輩方の励ましの声に支えられ、昇段する事が出来ました。剣道の素晴らしさを伝えられる存在になる事を目指し、これからも稽古に精進して参ります。

～がんばっている皆さんを
応援しています！！～



賛助会の援助で
わたしたちのキャラが
“缶バッジ”になりました！
愛称を応募いただいた方に、
もれなくプレゼント
いたします！

わたしたちの愛称を募集します!!

ペアの名前/女の子の名前/男の子の名前

<応募方法>

氏名、個人登録番号、電話番号(携帯可)

愛称、(できれば)推薦コメント

を書いて、下記の宛先までお送りください

Eメール info-shinsa@osa-kendo.or.jp

または FAX 06-6351-3346

締切り R3年4月30日

※結果は、6月の総会で発表します

*** 編集後記 ***

三寒四温が続き、春の訪れが待ち望まれる今日この頃ですが、皆様お元気でお過ごしでしょうか？

公募中のかわら版の名称ですが、現在以下のようなアイデアが集まっております。

ふれあい(大剣連会報)/大剣連広報「正しい剣道」/

あゆみ(大剣連会報)/おおさか剣道かわら版「きずな(絆)」

4月30日までまだまだお時間がありますので、多数のご応募をお待ちしております。

さて、今回は連盟のホームページ(HP)のアクセス数に関して少し説明をさせていただきます。

昨年(2020年)は21万ユーザーの方々から129万ページアクセスいただき(約8割がスマホ、約2割がPC)、利用頻度は①道場検索、②お知らせ、③行事案内の順でした。

例年最もアクセス数の多い9月の少年少女の全国大会がコロナ禍の影響で中止となり、例年とは違った様相を呈する結果になりました。他のデータに関しましても機会がありましたらお知らせしたいと考えておりますので、引き続き広報誌の閲覧をお願い致します。

お気づきの点、ご感想、ご意見等は以下のメールアドレス宛に、ご所属、フルネームでのお名前の記載と共に投稿ください。

info-shinsa@osa-kendo.or.jp