

「先」を取って攻め、「捨て」て打ち切る

今年5月の剣道八段審査において、実業界より成地 勉先生が見事合格されました。

成地先生は大阪大学剣道部で主将を務められ、ご卒業後は実業人剣士として、各赴任先で地道に稽古を継続してこられました。現在は、関西学生剣道連盟 副会長として学生剣道の発展にも尽力されています。

『八段合格のタネ』

令和6年5月1日、京都での剣道八段審査会において、図らずも剣道八段に合格することができました。実業界からの昇段は久しぶりということで、駄文を寄せることとなりました。私を含め、実業人剣士の多くは、まずは仕事優先にならざるを得ません。しかし、剣道に多くの時間を割けない実業人剣士であっても、工夫次第では八段への昇段の可能性は十分にあると思います。この稿が幾許かでも参考になれば幸いに存じます。

まず、八段を目指して工夫したことをお話します。



私は身長163cmしかありません。同年代の平均が168cmですから、もちろん平均以下です。これが私の稽古における工夫の根幹になっています。工夫したことは大きくは三点です。

一点目ですが、脚力の衰えを感じ始めた2年ほど前から、竹刀の長さを3尺8寸5分から3尺8寸に切り替えました。この結果、竹刀操作が容易になったように感じています。脚力と身の丈にふさわしい竹刀の長さは十分に吟味する必要があると思います。

二点目として意識したことは素早い足さばきです。人は皆、足から衰えが顕著になります。しかし、小柄でも立派な剣道される先生方は、すべからく足の動きが抜群です。素早い足さばきは体のキレを生み、見栄えのする剣道に繋がります。特に打突後の突き抜けるような勢いがキレを感じさせる重要なポイントになっていると感じました。そこで基本打ちや打ち込み稽古の時には意識的に打突後の送り足を素早く使い、スピード感をもって打ち抜いていくことに注力しました。こうした稽古で足が鍛えられてくると、徐々にからだ全体としてのスピード感が生まれ、いわゆるキレ

のある動きに近づいたように思われます。

そして、三点目は間合いです。この間合いについては近い、遠いではなく、自分が打ち切れる間合いが自分にとってのベストの間合いと考え、その間合いまでは打ちを出さずに攻めて、間を詰めることを意識して稽古を続けてきました。

実際の審査では上記のような工夫や稽古で培ったものに加え、「先」を取って攻めること、自分の間合いに入ったら躊躇せずに「捨て」て打ち切ることの二点のみに集中しました。「先」を取って剣と体で攻め、最後はわずかでも右足で攻めて、匂ったら一気に「捨て」る、即ち、四戒を断ち切り、打たれることを恐れずに打ち切ることに集中しました。どれだけのことができたのか、さっぱり自信はありませんでした。自分としては完璧な有効打突は取れなかったとの思いもあり、あきらめていました。たまたま、見てくれていた何人かの剣友からは「よく攻めて先を取っていた」「打突に至るまでの攻めの雰囲気良かった」「体にキレがあった」との感想をいただきましたが、審査員の先生方にもそのように評価いただいたのかもしれない。有効打突の有り無しというより、上記に述べた「先」と「捨て」が幾分かは表現でき、それを評価いただいたのだと思っています。

目標をもって工夫をし、継続していれば、私のように思わぬ僥倖に出会えることがあるのです。そのことを信じて多く



の方が日々精進を続けられ、後に続いてくれることを願っています。（雲雀丘学園常務理事 成地 勉）

「道場訓」シリーズ その2

道場にはその指導理念を簡潔に語る道場訓があります。これを訪ねるシリーズ第二弾。
今回は、聖和小学校を拠点とする創立57年の聖和剣道友の会をお訪ねしました。

1. 聖和剣道友の会 ご紹介



聖和剣道友の会は、大阪市天王寺区寺田町にある聖和小学校で活動している創立57年の剣道クラブです。会員数は現在27名で活動しております。

「聖和剣道友の会」という道場名は、発起人の「子供を主体とした名称」「剣道が好きな者の集い」という想いのこもったものとなっております。

地域に根ざした活動を行っており、現在は地域組織の聖和まちづくり協議会内聖和ジュニアスポーツに所属しています。

活動の一つとして、毎月第3日曜朝に寺田町公園の清掃を行っております。

近年の戦績は、令和元年度全日本少年少女武道錬成大会で優秀賞、令和3年度毎日レディース大会優勝など大きな大会でも結果を出しております。

2023年度は長年の活動が認められ、生涯現役スポーツ賞を大阪府より頂戴しました。

2. 道場訓

- 一、礼儀正しくしよう。
- 一、正しいところを育てよう。
- 一、敬愛の精神を育もう。
- 一、学業に励みましょう。
- 一、稽古に励み心身を鍛えよう。

剣道訓は活動方針である「剣道を通じて心身を錬磨し精神の修養と共に会員相互の親睦を図る。青少年の健全育成と、豊かな人間形成を図る。」の意味合いのものとなっております。稽古を始める際に、毎回子どもたちは元気に剣道訓を発声しています。

3. 道場手ぬぐい

試合の際には、「不動心」と書かれた紫の手ぬぐいを使用しております。「不動心」の文字は、設立当初からあります指導者の森が書いた文字です。

会のカラーは若草色ですが、手ぬぐいは紫です。手ぬぐいを作ることになった40数年前ごろ、当時白色の手ぬぐいを使っていた道場の子供たちは他団体から頂く紫色の手ぬぐいがかっこいいと紫色にあこがれを持っておりました。しかし他団体からもらった物は色移りしてしまう染め方だったため、それならば会で色移りのしない染め方で作ろう、となりました。

「不動心」となったのは当時熱心に指導をしていた指導者の希望で決まりました。紫では名前を記入しても見えづらいため、当時は浸透していなかった名前の枠も白抜きで設けています。



4. 主催大会について

当会では主催大会を行う際、『基本の部』を設けております。剣道を始めて間もない子どもたちが、防具をつけず、基本練成で競い合います。大会を始めた頃、始めて間もない子どもたちも参加できるよう、指導者森が考えたものです。長く剣道されている方であれば、参加して下さった方もいらっしやると思います。初めて試合に出る子どもたちが、一生懸命声を出し竹刀を振る姿はいつ見ても心が揺さぶられます。

(聖和剣道友の会 事務局長 江城智子)

【稽古のご案内】

稽古日 月・木・土 18:30~20:45

日曜日 9:00~10:00

(基本組は月木のみ 20:00 まで)

稽古場所 大阪市立聖和小学校 講堂

連絡先 江城(エシロ)09082091929

海外事情シリーズ その2-③

大阪府剣道連盟 少子高齢化対策連絡会議(略称:SKR)の取り組みの一環として、「海外から見た日本の剣道」をテーマに改めて剣道の魅力を考えてみようという企画です。

今回は、3回に渡ってご紹介している「アジア剣道クラブ(通称:アジ剣)のバンコク版報告」の最終回です。

2006年3月にマレーシアから転任し、タイで初めて稽古をしたのはインターナショナルスクールバンコク通称 ISB と呼ばれるタイの最高級インターの体育館でした。その当時は駐在員が3万人、長期滞在も含むと6万人近い日本人が居ると言われていたタイですから、規模の違いに圧倒されました。でも、そんな日本人大国タイもこの ISB に落ち着く前は空調設備の無い猛暑のバトミントンコートで稽古をし、暑すぎて途中面を外す必要があった時代もあったと聞きました。その後、日本人学校の体育館での稽古が可能になりシラチャに出来た新しい日本人学校でも土曜日の稽古が始まりました。

また、日本大使館の多目的ホールが、当時大使館にいらした菊田先生の尽力もあり剣道に適した素晴らしい床に仕上がりました。剣道の海外での稽古環境の課題は床が固く踵を痛めてしまうことです。日本から来客がある時は、この床が素晴らしい大使館のホールが活用されました。

タイの駐在員の方々には、高校、大学の剣道部で活躍して大手企業に就職し、タイに駐在された剣道エリートが少なからず居ました。ですから稽古はかなりハードでした。基本稽古をみっちり1時間して、地稽古、自由稽古を1時間。かかり稽古や打ち込み稽古もあって翌日、足をひきずりながら歩いた記憶があります。

日本からの来客も多く、筑波大学の鍋山先生を始め毎年指導に来て頂ける先生も数多く、公立高校で高校までしか剣道をしていなかった私には、剣道雑誌に登場する方々と稽古が出来る夢のような空間でした。色んな大学や自衛隊等の団体で来られることも多く、高齢者剣道団として70歳から80歳を超えたシニア剣士の方々がタイまで来られたこともあり、その夜、第2道場に臨まれたともお聞きしました。(笑)

対外試合の機会も多くありました。タイ人剣士だけのタイ国内の大会、3年に一度の ASEAN 大会はそれぞれの国の剣士だけで戦い、東南アジア在住の駐在員と日本から参加される高段の先生方に審判で手伝って頂きました。駐在員には、1980年代からタイで剣道を指導されていた中根先生の名前を冠した中根杯という大会と毎年3月に行われていた香港大会がありました。香港大会は2チームまで参加出来るので、ASEAN の国々はそれぞれ A チーム、B チームを送りこんで来ました。私もタイで1度、インドで2度参加しました。タイチームはいつも上位に位置しましたが、最後はアジ剣チームに負けていたと思います。その中でも2015年第15回大会はタイ歴代最強チームに近く、決勝で韓国ドリームチームに代表戦に勝って優勝！今でもユーチューブで確認できます。

香港大会も香港の政情不安やコロナで2020年以降実

施されていないのは残念ですが、来年以降再開されることを期待しています。

ASEAN 大会、香港大会、これらの大会には全剣連から八段の先生方が来られます。全日本で活躍された選手も来られます。剣道の素晴らしいところは、それらの高段の先生方と大会前とか大会終了後に合同稽古として稽古をつけて頂く機会があるということです。大きな大会の期間中に高段の先生と稽古が出来る格闘技、スポーツは剣道だけではないでしょうか？

今年1月に10年ぶりにタイの剣道場を訪問しました。私が初めてタイで稽古をした頃からのメンバーもずっと剣道が続けてくれていました。今タイのバンコクではタイランド剣道クラブの稽古が、エカマイ道場で火水金土日、駐在員が中心のクルンテープ剣友会の稽古が日曜日、それ以外でも RQ 道場水曜日、剣道サークル土曜日、大学やインターナショナルスクールでも週2回程稽古していてタイの剣道環境は日々拡大しているようです。

私は24歳から29歳までアメリカに在住し、その時も剣道をしていました。アメリカには70年代に日本からアメリカに渡ったニュー移民と呼ばれる若者がたくさん居てその中には大学時代剣道で活躍したけど、ケガで剣道が続けられなくなったという元剣士も少なからず居て、その人々が日本の剣道をアメリカに根付かせ、2006年の世界大会で日本を打ち破るところまで成長させました。

タイ国にも、ベトナム戦争時代に日本を旅立った志井青年がタイ人ウィタヤ氏と一緒にタイの剣道の礎を築いてくれました。タイ人が中心になって日本人が指導しながらタイ人剣士の成長を支えて行く、国によってはこの関係性が難しいのですが、志井会長が成し遂げてくれました。残念ながら、志井会長は鬼籍に入られてしまいましたが、タイ人や日本人が、毎日バンコクのどこかで竹刀の音を響かせているのを聞かれています。微笑まれていることと思います。

微笑みの国タイの剣道場は、今、交剣知愛の輪が広がっています。



修道館にて

(株式会社キーエンス社内講師 山本 良一)

居合道特別講師講習会を開催しました！

令和6年4月6日・7日の両日、特別講師 全日本剣道連盟居合道委員会委員長 居合道範士八段 草間純市先生をお迎えして、大阪市立修道館において居合道特別講師講習会を実施しました。受講者は、二段から八段まで、延べ229名が受講。自己の術技のレベルアップとともに、あらためて居合道の魅力に気づかせていただいた、楽しい二日間でした。

「全日本剣道連盟居合」の

正しい理解と技法の向上をめざして、

令和6年4月6日・7日、桜が満開の大阪城内、大阪市立修道館において、全日本剣道連盟居合道委員会委員長・範士八段草間純市先生を講師にお迎えして、標記の講習会を実施しました。

新型コロナウイルス感染症も収まり、従来の形で実施できることとなり、受講者数も200名を超える講習会となりました。

はじめに、事故のない安心安全な稽古を行うこと、

「居合道は初太刀が大切。そこに覚悟が現れる。」

「精一杯やれれば残心となる。」

「こうなりたいという良いイメージをもつと上達する。」

など、居合道修練および指導の心構えについて、ご講話をいただきました。



続いて、実技では、着装について二人一組になって確認を行い、**着装のしっかりできていることが品位につながる**ことなど礼儀作法の重要性について具体的に示していただき、講習生の気持ちもいっそう引き締められました。術技十二本については、要点を丁寧に解説いただくとともに、理にかなった動きの修得や技のさえに直結するポイントをご教示いただきました。

また、今回は**剣道形を通して、間や残心について、**具体的にご教示いただいたので、講習生は**仮想の敵を相手にする形において、なぜそのような動きになるのか**を明確に理解することができました。



草間先生は常に**「稽古が楽しくなる。みんな嬉しい稽古をすることが大切。」**と講習生の状況を見ながら、わかりやすいご説明をしてくださったので、講習生はのびのびと講習に取り組むことができました。

二日間にわたる講習は、明るく楽しい雰囲気の中、時間があっという間に過ぎてしまうものでした。受講生からは、「もっとご指導いただきたかった。技が上手くできたと実感することができ、嬉しかった。」「手の内の理解がいっそう深まった。」「居合道修行が楽しくなるご教示をいただけた。今後の取組みが楽しみになった。」など、**自己の術技のレベルアップとあらためて居合道の魅力に気づかせていただくことができた喜びの声が多数寄せられました。**

講師の草間先生の二日間にわたる懇切なご指導に、参加者一同、心より御礼申し上げます。

(大阪府剣道連盟居合道委員会副委員長

居合道範士八段 無津呂弘之)

