



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209号 2018(平成30)年9月・10月発行

中国地区クラブ会長 湯村 正仁

発行責任者 幹事長 金尾 静一

事務局長 岩田 啓司

正心

SEI

SHIN

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

【第209号の主な事項】

- ① 会報「正心」第209号は、「9月・10月」発行と致します。
- ② 平成30年10月例会(岡山県浅口市浅口市)は、台風25号の接近による影響を考慮し開催を中止致しました。
- ③ 平成30年11月は、東京都にて全国例会(国際親善剣道大会)が開催されるため、11月地区例会は開催しません。
- ④ 平成30年12月忘年例会は、12月22日(土)～23日(日)広島県庄原市にて開催予定です。
- ⑤ 会員拡大に向けて、一人でも多くの勧誘を願います。  
==会員一人が、一人の会員拡大にご協力下さい==
- ⑥ 平成30年度の年会費未納の方は、速やかに納入願います。



**平成30年度 9月例会＝鳥取県米子市＝(ご報告)**

2018(平成30)年9月例会は、9月15日(土)～16日(日)、昨年度の全国例会が行われた地の鳥取県米子市「大山やすらぎの宿・研修センターシャトーおだか」において開催しました。

少しずつ涼しくなったとはいえ、まだまだ蒸し暑い中での例会開催となりました。

例会開始にあたり、湯村会長よりご挨拶をいただきました。その中で、先般、湯村会長が入院中の赤松副会長、金尾幹事長をお見舞いに行かれ、両先生とも手術は無事終了し術後の経過も良くお二人とも元気に過ごされているとの経過報告を受け、参加者一同安堵いたしました。

早いご回復をお祈り申し上げます。

**【平成30年度8月審査会 昇段者への記念品贈呈】**

続いて、8月の審査会において見事昇段審査に合格された3名の会員の紹介があり、湯村会長から、六段に昇段された森田先生(鳥取県)、七段に昇段された岩田先生(広島県)に記念品の贈呈が行われ、お二人のお礼の挨拶終了後、稽古にはいりました。なお、同様に8月の審査会にて七段に昇段された岩崎先生(広島県)は、例会ご欠席のため、記念品については、岩田事務局長から岩崎先生にお渡し

していただくよう依頼させて頂きました。  
 3名の先生！ご昇段おめでとうございます。  
 今後の益々のご健勝とご精武をお祈り申し上げます。



岩田先生



森田先生

\*\*\*\*\*【剣道講話『腹で打つ・膝ぬきについて』 湯村正仁範士】\*\*\*\*\*

剣道形の稽古に入る前に湯村範士より腹で打つ(切る)についての講話がありました。

打ちの強さを出す為には踏みこみの強さであり、**ひざぬき(膝抜き)**が重要である。足の動きを連動し、打ちの強さを出す為には打ち込みからの**ひざぬき**が大切であると、湯村範士自ら実践して見本を見せていただいた、各自その打ちをその場で練習。しっかりとした打ちには、この**ひざぬき**を意識して稽古してくださいと、ご教授いただきました。

続いて、「一挙動の面打ち」剣道時代(月刊誌)8月号から3段階の動作で「溜めて打つ」を学ぶからを引用され、**ステップ1**・竹刀は中段に構えたまま大股で踏み込む。(この時左足は引きつけない)

**ステップ2**・踏み込みと竹刀の振り上げを同時に行う。(左足は引きつけない、振り下ろしは行わない)

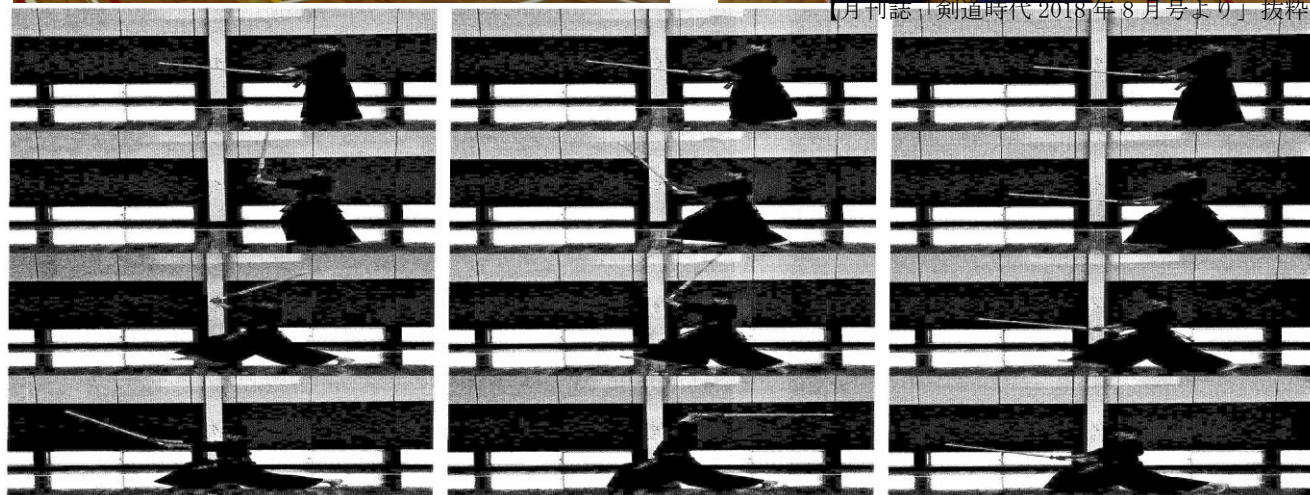
**ステップ3**・踏み込みながら振り上げ、振り下ろしを行う、一挙動を意識。(同じく左足は引きつけない)

いずれも、腰をしっかりと下ろし、右膝を降ろした右足先よりも前に出す、左足は一杯伸ばす。

姿勢は前かがりにならず、竹刀の振り上げは大きく、振り下ろしは両手を伸ばし、丹田に力を入れるように練習。これは、かなりきつい！ ※下記写真参照



【月刊誌「剣道時代2018年8月号より」抜粋】



ステップ3

ステップ2

ステップ1

ステップ3までしか掲載されていないのですが、この後はどうなる？**ステップ4**(仮説)おそらく左足を寄せて、伸びあがり両手が上がるバンザイ、引き上げになるのではないか？

これを防ぐには「膝ぬき」が大切であり、打ちの後の引き上げ(バンザイ剣道)は無くなり、腹で打つ打ちが出来るようになる。**武道としての剣道(切る剣道) VS スポーツとしての剣道(バンザイ剣道)か？**武道としての剣道を目指していただきたいとお話がありました。

\*\*\*\*\*【記：岩田啓司記録メモより】\*\*\*\*\*



## 【形稽古】

続いて、剣道形稽古に移りましたが、膝ぬきを意識して稽古してみてくださいとの言葉を頂き形稽古に入りました。腹が座った打ちが体感出来ました。

(すみません、今例会の形稽古の様子の写真は取っておりませんでした。)

## 【剣道形の稽古の後、記念集合写真撮影】



## 【稽古】

面を付けて先ほどのステップ1からステップ3までを実際に行う。構え・姿勢を崩さず、前のめりにならないよう繰り返し練習、すり足での踏み込み足を大きくスライドさせ、左足を寄せないで実際に面を打つステップ3まで行った。最後にステップ4。動作を大きくゆっくりから、大きく早く、打った後引き上げないで(バンザイ打ちにならないように)右足の「膝ぬき」を行い打ち抜けていく稽古を繰り返し体感できるまでおこないました。皆さん太もも、ふくらはぎにかなりの負担があったようですが、ぶれないしっかりとした打ちが出来るようになったと感じました。

稽古からは、鳥取県の(教士八段)山中先生が指導稽古に参加していただきました。許された時間いっぱい、多くの参加者の皆さんが厳しく攻められた指導稽古いただきました。

稽古終了後に山中先生から講評をいただきました。その講評でいただいた内容は、個々人が腹に納め今後の修練に多いに参考になるものと思います。

最後に湯村会長から、参加者に、山中先生にこれを聞いてみたいと思うことが有れば、是非この機会に質問してみてくださいと勧めて頂きましたが、何方も遠慮してか？質問がありませんでした。

代わって湯村会長から、「山中先生のお父上も、かなりの腕前であったとお伺いしておりますが、小さい頃にお父様からの教えで、これは勉強になったと言う教えがありましたら、お伺いしたいのですが？」と質問がありました。



山中先生からは、「私が父から言われていたのは、剣道の技はやはり面であり、面が打てれば他の技も打てるようになる。そして、その面は強度のある、しっかりとした打ちでなければならない。」と、ご回答をいただきました。参加会員一同大きく頷きながら、納得の表情で聞いておりました。多いに今後の稽古に参考になったと思います。山中先生、お忙しい中ありがとうございました。

最後に湯村会長から、山中先生の稽古で皆さんに参考にしていただきたい点について「山中先生は、特に構えが崩れない、構えた姿勢のままで凌ぐ、抑える、構えの手元が上がらない。手元を引いたり、上げたりすると打ちが2挙動の打ちになる。すぐに打突出来る足捌きと、崩れない構えで稽古を心がけて頂きたい。」と締めのご挨拶をいただきました。是非、これから平素の稽古の中で、皆さん取組んで見て下さい。

## 【懇親会】

18時30分、湯村会長の乾杯ご発声により懇親会がスタート。9月例会幹事 松原先生の挨拶も頂き蒸し暑さの残る中での稽古後であり、温泉で疲れを癒した後 喉も乾いており、稽古の後のよく冷えたビールは最高でした。

宴が進むにつれて個別の剣道指導、剣道談議、これも最高にいい時間でした。

渡邊相談役に中締めを行っていただき、蒸し暑い中での稽古の疲れと朝稽古会も高温多湿の中での稽古となりそうであることから解散・就寝となりました。

## 【朝稽古会】

第2日目(9/16)、朝稽古は7時開始予定。宿泊施設から歩いて約3分位の宿泊施設隣接の体育館、集合時間の30分前には、ほとんどの会員が集合。念入りな準備運動を各自で行い、稽古にはいりました。

昨日の湯村会長からの膝ぬき、山中先生のご教授を思い出しながら、確かめるように各自充実した稽古を行われておりました。1時間の稽古時間もあっという間に過ぎ、終了。締めの挨拶を岡本副会長より頂き、2日間の9月例会も充実した例会になりました。また、今例会のお世話をいただきました例会幹事の松原先生には、お一人で初めての9月例会のご準備をしていただき、改めて御礼を申し上げます。

ありがとうございました。



## 平成30年度11月全国例会(第15回国際親善剣道大会)=東京都=のご案内

日時：平成30年11月23日(金)～25日(日)12時終了

場所：東京都品川区「品川区立総合体育館」・「東京プリンスホテル」

主催：NPO法人国際社会人剣道クラブ

幹事クラブ：関東地区クラブ

その他：① 理事会：2018年11月23日(金)14:00～16:00 於：品川区立総合体育館

② 臨時総会：2018年11月24日(土)19:00～ 於：東京プリンスホテル

③ 第15回国際親善剣道大会：2018年11月24日(土) 個人戦・シニアの部

2018年11月25日(日) 国別・地区別団体戦

※本大会から、シニアの部(男子：65才以上、女子：50才以上)が新設されました。

★中国地区クラブからの参加会員です。

団長：湯村会長

参加選手：10名参加。全員が個人戦・団体戦(A・Bの2チーム編成で参加)に出場します。

“1本勝負です！ご健闘を祈ります！！”

皆様の多いなるご声援をお願い致します！！

## 平成30年度12月「忘年例会」=広島県庄原市=のご案内(予定)

忘年例会です。

どうぞ、多くの参加をお願いします。また、会員拡大のため、知人・友人等に声掛けをお願いします。

### (稽古会)

日時：平成30年12月22日(土) 14:30～17:00 (集合時間は14:00です。)

場所：『庄原市総合体育館』

**(宿 泊)及び(懇親会)**

日 時 : 平成30年12月22日(土) 18:30~20:30 場 所 : 『庄原グランドホテル』

**(朝稽古会)**

日 時 : 平成30年12月23日(日) 10:00~11:00 場 所 : 『庄原市総合体育館』

**平成30年度 1月例会「新年例会」=広島県広島市=のご案内(予定)**

日 時 : 平成31年1月19日(土)~20日(日)

場 所 : 広島県広島市

例会幹事 : 上野先生

**平成30年度 2月例会「年度末例会」=広島県尾道市=のご案内(予定)**

日 時 : 平成31年2月16日(土)~17日(日)

場 所 : 広島県尾道市

例会幹事 : 金尾先生

**その他の連絡事項(国際交流事業)**

平成30年度国際交流事業は、先のオーストリアで無事終了致しました。

多くのご協力ありがとうございました。お疲れ様でした。

⑨ 台湾高雄国際親善剣道大会 期間・場所 : 3月16日(金)~19日(月) 台湾(高雄)

⑨ ラトビア(バルト三国)剣道親善交流 期間 : 6月1日(金)~12日(火)帰国

⑨ 韓国社会人剣道大会 期間・場所 : 7月13日(金)~16日(月) 韓国(ソウル) 、

⑨ チェコ・オーストリア剣道親善交流

期間 : 10月12日(金)~10月24日(水)帰国

※平成31年度国際交流事業は、ほぼ同時期に開催される予定です。新たな感動を体感しましょう！！

以上