



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216号 2019(令和元)年 6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216号の主な事項】

- ① NPO 法人 IGKC 本部顧問・中国地区クラブ副会長の赤松和人先生におかれては、6月28日(金)午前7時30分頃ご逝去されました。謹みてご報告するとともに故赤松先生のご冥福をお祈り申し上げます。(合掌)
- ② 7月例会は、7月20日(土)～21日(日)、広島県東広島市「広島大学 剣道場」において開催致します。
- ③ 韓国社会人剣道大会は、7月12日(金)～14日(日)において実施されます。参加者は、沖田先生、上野先生、小下先生、天田先生、岩崎先生 です。ご活躍をご祈念致します！
- ④ 会員拡大に向けて、==会員一人が、一人の会員拡大にご協力下さい==



令和元年度 6月例会=山口市「山口武徳殿」=のご報告

5月1日令和時代になって初めての地区例会「6月例会」は、6月22日(土)～23日(日)、山口市『山口武徳殿』において開催しました。

第1日目(6/22)14時、会員11名、地元剣士等2名の13名が集合。地区例会は4月以降2ヶ月ぶりの例会となり、久しぶりに合う仲間達に声を掛け合いながら談笑から始まりました。

湯村会長には、東欧遠征から帰国した直後で、まだまだ時差ボケが続く体調でありながら参加をしていただきありがとうございます。

14時25分、長距離運転の疲れを癒すためもあり、例会幹事の中村先生の号令で準備体操と素振りを行いました。

今例会では、遅れながら今年度入会された古澤先生(広島県)に、湯村会長から名札を贈呈しました。

古澤先生は、笑顔いっぱい受け取られ早々に前垂れ



に着装されました。

引続き 14 時 35 分、湯村会長から『膝崩し動作による素振りについて』の剣道講話をいただきました。

******* 【 剣道講話 『膝崩し動作による素振について』 湯村正仁範士 】 *******

古流（昔は刀で斬る）時代から、近代的剣道にどのように変化して移行してきたか？をいろいろひもといていところであり、その中において、昔は皆が膝を落とし、腰を入れた姿勢で斬る打ち方（引き切りのイメージ）であるが、現在剣道では、つま先での立ち姿から打突を行い腰移動を伴う姿勢での打ち方（押し切りのイメージ）になっている。何故、この様な格好になったのか？何か違いがあるのか？を考察をしているところである。やはり「斬る」ということを考えると、しっかり腰を入れなければ力が入らない。すなわち、しっかり腰を入れないと斬れない。現代剣道での面打ちのような打ち方では、なかなか斬れるものではない。

今の剣道において、打突時にどれだけ腰を入れることが出来るか…？である。これが、現代剣道の一つの問題である。その腰に力が入らない間違った打ち方が進んできており、切るでもなく、打ちでもなく、当てる剣道となっている様に思う。しかし、今の剣道においても「打つ」ということはしっかり表現されており、最低でも「打つ」ことが必要であり、本当は「切る」ということにならなくてはならない。すると、打つ時には相当な力を入れなくてはならない。

では、その力をどうやって作り出すか？が現代剣道の問題であると考えます。

◇「切る」ためにはどうすれば良いか？現在剣道のスピードと打つ力をどのように調和させるか？考察しているところである。

◇「斬る」ためには、両足を開きしっかり体重を乗せて腰を入れた体勢で斜めに振り下ろし（袈裟切りイメージ）で斬る。すなわち膝崩し動作の打ちが、この動作の中に入っている。

◇合気道・柔道・空手等の日本武道では膝崩し動作が基本となっており、打つ瞬間は両足の両踵をしっかりと床に着け踏ん張る。古流などの剣術においても、その瞬間に両足は床に腰を落とした姿勢が基本となっている。この腰構えがあるから、膝崩しの動作等が生まれるのである。

では、剣道に対し膝崩しという動作を使えばどのようなになるのであるか？

◇今の剣道でも、よくよく分析すると著名な先生方の打ち、また全日本選手権で優勝する選手は、小さな動きの中においてもこの膝崩し動作により、瞬間的に両足を開いて体重を乗せて強い打ちを行っている。

現在の剣道では、面打ち込み時の動作に膝崩し動作が入っている。打込むと同時に瞬間的に膝崩し動作が入り、左足を引き付けて両膝でいかに速く立ち上がることが出来るかであり大切なことである。

◇この速く立ち上がるために、右脚の大腿四頭筋の強化のため筋力トレーニングも必要となってくる。

◇最近、よく指導する事では、打ち込み・そして左足の引き付けを速くやることにより、バーンとより速く立ち上がることが出来る。この立ち上がる動作に膝崩しの動作が生きている。剣道では、この動作の中に生きている。ただし、ここには、両脚に体重をのせるという動作は無い。強く打つためには、両足を同時に着地させ、体重を両足に乗せて瞬時に打つことである。



素振りの段階から膝崩しの動作を意識して行う。

◇素振りの段階から、膝崩しの動作を意識した一本一本の面素振りを行うこと。これは、膝崩しの動作が基本となり、打突と同時に左足の引き付けを速く、両足が同時に素早く着地する素振りを基本として行うこと。大きく出ることも膝崩しの動作の効果でもある。すなわち、振り・引き付け・着地を瞬時に同時に行うこと。

◇この膝崩しの動作により、本当の素振りが出来上手くなれば相手と対峙した時に怖さを感じない。また、相手の打ちに対してより力強い打ちで瞬時的に打ち返すことが出来る。そして、膝崩しの動作により、実戦では打ち方を変えることが出来る。この打ち方の変化により剣先の動きに違いが生じ、技の時間差となり、己の心の余裕となってスピード剣道にも対応ができる。

この素振りに取組み、膝崩し動作を自分のものとして下さい。

この膝崩し動作修得のためには、股割り姿勢で飛び上がっている瞬間(両足が着地するまでの間)に、一気にひと振りする素振り。この股割り姿勢による素振りにも取り組んで下さい。

◇東欧遠征時の話として、参加した先生方が、東欧選手たちのパワーとスピード剣道に対応できるのは、溜め(時間差)ができるためである。と発言があった。正にそうだと思う。

*****【記：金尾静一記録メモより】*****

以上の講話をいただきました。

==膝崩し動作を入れた素振り・面打ちを、是非挑戦し・体得しましょう!!==

続いて、全員で膝崩し動作を取り入れた素振りを行いました。

一本一本振り切った素振り。膝崩し動作を取り入れた動作で、瞬時的に両足で跳ね上がり、そして両足に体重を掛けてバーン踏み込みと同時振り下ろす素振りを行いました。

始めは慣れない膝崩し動作による素振りであったが、10本~20本とやっていくにつれて理屈も分かり…？
何となく両脚の大腿部辺りに充実感を感じる様でした。



【日本剣道形稽古】

剣道形稽古では、湯村会長からは、一本一本における注意事項について実演を伴いながら解説をいただき進行。太刀7本、小太刀3本を打太刀・仕太刀を交替しながら行いました。

剣道形稽古では、普段から剣道形の稽古に取り組んでいるか？取り組んでいないか？が明確に表れたように感じました。やはり、普段からの取り組みの重要さを痛感させられるものでした。

15時40分剣道形稽古終了。続いて参加者全員で記念撮影を行い。続いて、座礼。湯村会長から開会の挨拶をいただき、指導稽古・お互い稽古へと移りました。



【稽古会】

初めの20分間は、基本打ち・基本稽古を行ない、その後、指導稽古をいただきました。参加者が少ないこともあり、全員が湯村会長から指導稽古をいただきました。なかなか道理一貫とした技を出すことが出来ない。息が上がる稽古となりました。(⇒でも、納得した稽古でした。)

お互い稽古でも休む者が居ません。お互い相手を変えて時間一杯の稽古となりました。

第1目の稽古終了にあたり、湯村会長から「①膝崩し動作。②左足を引き付ける。③一挙動で打つ。を意識して、毎日自宅で修業して下さい。そして、自分に付いた癖をどうやって抜ききるか？一度付いた癖を取り除く努力も己の修行とし精進して下さい。」と講評をいただき終了。

稽古会場から、10分少々車の移動によりホテル「喜楽久」へ移動。当地は湯田温泉地であり、温泉で汗を流しスッキリ。懇親会場は、ホテルから徒歩数分の所にある居酒屋「赤と黒」で行いました。

【懇親会】

18時45分、湯村会長の乾杯のご発声により開宴。湯村会長からは、東欧遠征のご報告は、「東欧地区での活動も10年を迎えました。剣道レベルも徐々に上がってきた。学ぶ姿勢・気力等は日本人以上であると感じた。また、想定外のハプニングがあり大変であった。」でした。「和気藹藹」楽しい宴会でしたが、7月韓国遠征に参加される上野先生の乾杯により2時間の閉宴となりました。



第2日目(6/23)、6時10分過ぎ。昨日と同じ「山口武徳殿」に10名の参加者が集合。各自が準備体操を行う。6時30分、朝稽古の開始。一目散で指導稽古をいただく若い者の姿は、やはり生き生きしており羨ましさを感じる。

次々と指導稽古いただく。お蔭で全員が息の上がる指導稽古をいただきました。

2日間の稽古終了にあたり、湯村会長から「剣道は打って打たれて勉強です。為になるものです。どちらかが攻めて守っている。(攻め過ぎてはダメ。守り過ぎてもダメ。)相手と合気になり、その相手の息に併せて打つ。すると見事な一本となる。平素の稽古で、合気となる稽古に取り組んで下さい。」と講評をいただき、2日間の全日程を無事終了して、例会終了となりました。

稽古後は、ホテルに帰り温泉に浸かりスッキリ。朝食を取り、9時30分頃解散。帰路につきました。

湯村会長には、東欧遠征直後のお疲れの中、指導稽古をありがとうございました。



令和元(2019)年度 7月例会=広島県東広島市=のご案内

【既に個別連絡済みです。】

久しぶりで、東広島市にて例会を開催致します。また、稽古会場は、広島大学の剣道場となります。多くの参加をお待ちしております。

土曜日または日曜日での参加も歓迎です。また、入会体験参加者も多いに歓迎です。

(幹事会)=幹事(会計幹事を含む)のみ対象=

日時：令和元年7月20日(土) 12:30~14:00

場所：東広島市内。具体的な場所は、後日連絡します。

★議題は、別紙に記載しております。(幹事のみ)に配付)

★幹事会出欠連絡は、7月12日(金)までに。既に個別連絡を行い出欠状況は把握済み。

=7月例会=

(稽古会)

日時：令和元年7月20日(土) 15:00~17:00 (集合時間14:30)

※通常より30分遅れての開始です。

場所：『広島大学 東広島キャンパス 西体育館 剣道場』

広島県東広島市鏡山一丁目3番2号 TEL：082-422-7111

(宿泊)

日時：令和元年7月20日(土)

場所：『東広島グリーンホテルモーリス』

広島県東広島市西条昭和町11-8 TEL：0824-93-7070

(懇親会)

日時：令和元年7月20日(土) 19:00~21:00

場所：『居酒屋 かつちゃん』 広島県東広島市西条昭和町14-29

(朝稽古会)

日時：令和元年7月21日(日) 6:30~7:30

場所：『広島大学 東広島キャンパス 西体育館 剣道場』

令和元(2019)年度 8月例会=岡山県笠岡市=のご案内(予定)

日 時：2019年8月17日(土)～18日(日)

場 所：岡山県笠岡市

例会幹事：守本先生

令和元(2019)年度 9月例会=鳥取県米子市=のご案内(予定)

日 時：2019年9月21日(土)～22日(日)

場 所：鳥取県東米子市

例会幹事：松原先生

2019年度 国際交流事業について

2019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・感激を体感しましょう！！

台湾高雄国際親善剣道大会 期間・場所：3月16日(金)～18日(月) 台湾(高雄)

参加者：松尾先生、沖田先生、上野先生、小下先生、岩田先生、岩崎先生

サンクトペテルブルグ・ラトビア剣道親善交流 期間：6月7日(金)～6月18日(火)

参加者：湯村会長、木谷先生、沖田先生

韓国社会人剣道大会 期間・場所：7月12日(金)～16日(火) 韓国(ソウル)

参加予定者：沖田先生、上野先生、小下先生、岩崎先生、天田先生

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)

お願い！！

1. 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。

2019年度より、一部会費の値下げの影響により会費収入が減少となること、および進む高齢化からの脱却を目指し会員増を図る必要があります。是非、新会員勧誘の”声掛け”の励行をお願いします。入会希望者があれば、事務局までご連絡下さい。入会関係資料を送付いたします。

中国地区クラブ会員数 54名(令和元年7月1日現在)

2. NPO 法人国際社会人剣道クラブのホームページ

<http://www.npo-igkc.or.jp>

ホームページが現行化されています。他地区の動きも含めて、是非ご覧下さい。

なお、改善意見等は幹事長までお知らせ下さい。