



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268号 2024(令和6)年6・7月発行

正心
SEI SHIN

中国地区クラブ会長 三好 伸二

発行責任者 幹事長 寺本 昭彦

【事務局】携帯電話：090-4574-1749

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>

2024(令和6)年度の全国例会・第21回国際親善剣道大会開催の主管は、中国地区クラブです。
皆様のご協力をお願い致します。

開催期間：2024(令和6)年11月9日(土)～10日(日) 開催場所：広島県福山市

【第268号の主な事項】

クラブ会報誌「正心」の発行が、かなり遅れており、誠に申し訳ありません。

次号(第269号：8月号)は9月下旬に発行予定です。

- ① 2024(令和6)年度8月例会【日帰り】は、2024年8月31日(土)～9月1日(日)に岡山県笠岡市にて盛大に開催し、無事に終了することができました。
- ② 2024(令和6)年度9月例会【宿泊】は、2024年9月14日(土)～15日(日)に鳥取県鳥取市にて開催されました。
- ③ 2024(令和6)年度6月例会【宿泊】は、2024年6月22日(土)～23日(日)に山口県山口市にて開催されました。
- ④ 2024(令和6)年度7月例会【日帰り】は、2024年7月13日(土)～14日(日)に広島県尾道市にて開催されました。
- ⑤ 会員拡大ならびに選手力強化に向けて、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。



2024(令和6)年度6月例会『宿泊』=山口県山口市=のご報告

6月例会(宿泊)は、6月22日(土)～23日(日)、山口県山口市の「山口刑務所道場」及び「山口市武徳殿」にて開催しました。

広島・岡山・鳥根・鳥取はちょうど6月22日に梅雨入り(山口は6月17日)したばかりで、山口市までの道中は大雨により、高速道路は時速50km規制、JR各線は約1時間遅れの状況でした。

しかし、参加された会員11名と地元剣士2名の総勢13名は、14時に集合していました。



NPO法人 国際社会人剣道クラブ中国地区クラブ 6月例会
開催日：2024年6月22日(土) 開催場所：山口市(山口刑務所 道場)

【剣道講話】

*****【『剣道審査について』 剣道教士八段 森治輔先生】*****

私は、6段審査の時は「6段とはなんだろう？」と考えながら稽古をし、7段審査の時は「何ができると7段になれるのか？」を考えながら稽古をしてきました。7段審査の前に矢野先生に立ち合いをみていただく機会があり、私は半歩下がって捌いたが、矢野先生からは「半歩下がって捌いたことを、審査員はどのように見るかな？」とアドバイスをいただきました。また、津田先生から「竹刀の疵(きず)が、中結から柄まで多く、中結から剣先までが少ない。」とアドバイスをいただきました。これらのアドバイスは非常に勉強になりました。そして七段に合格したのは東京で、一人目は、慌てず打つのを我慢して、相手が出てくると捌き、出頭面2本有効打突することができ、二人目は、7～8本全て有効打突することができた。そこで「これができると七段になれるのだ。」と分かった。そして八段を受審できる時期になった時に津田先生から「八段審査にいかないのか？」と声を掛けられ、八段に向けて津田先生と稽古をしてきましたが、津田先生から



「まだ八段に合格しない。でも八段審査を受けろ。」と言われ受審しましたが、もちろん不合格でした。50才前半の時に八段審査3回目の受審で、一次審査は、抜き胴・面・小手に有効打突することができ、合格しましたが、二次審査は不合格で、まだまだ勉強しないといけないと感じました。そこで基本からやり直そうと思い、その当時は高校教員でしたので、毎朝 生徒と基本稽古を行い、毎月ある広島県剣連稽古会、そして全剣連主催の中国・四国稽古会に参加し、稽古前に基本稽古・追い込み稽古・打ち込み稽古・掛り稽古をしてきました。更には福山で朝稽古して、広島に帰って高校生と稽古し、夜も稽古という一日3回稽古もしてきました。しかしそれでも合格しないため、津田先生に相談したところ、大学の稽古と東京での全剣連の稽古会をさせていただくこととなり、各範士八段の先生に無我夢中で稽古をさせていただきました。その時の各先生からの指導いただいたことを書き出し、それを毎日見て稽古を続けて、三年後に八段に合格することができました。

その時に書き出した指導内容については、①着装等として、面紐の長さ・小手の紐のたるみ、腰板を腰にしっかりつける(袴の裾が上がり、腰が締まる)ことに気を付けること。②帯刀は、剣先が上がらないようにし、柄頭は中心。右手は右下肚に置くこと。④蹲踞は、背筋を伸ばし、帯刀後三步前進し抜きつつ、剣山に座るようにゆっくり腰を下ろす。⑤蹲踞からの立ち上がりは、背筋を伸ばし、煙が立ち上るようにゆっくりと真っすぐ立つ。⑥立って中段になってからは、真っすぐ攻める(右や左に回らない)。⑦審査は、審査前から始まっており、待っている時から(ボ～としない)相手をしっかり見ておくこと。⑧中段に構えた姿勢は、頭の天辺を釣ったように真っすぐに構え、背筋を伸ばし、胸を開き、肩を下げること。⑨中段の構えにおける左手は、臍前から一握り前の位置(それ以上前に出すと触れない)。⑩竹刀の左手握りは、柄頭が左手小指からでないように。(審査員はしっかり見ている)、⑪構えて竹刀を上下に振る人がいるが、攻めている気持ちかもしれないが、刀ではそのような行為はできない。⑫発声は、相手に気を投げて威圧するように大きな声で。⑬動きは、自分の年齢よりも10歳若いように。そのためには足が大事である。⑭有効打突は、私は面が弱いと先生から指導があったため、タイヤを鉄の棒で毎日50回打つ素振りを行った。八段に相応しい打突が必要。⑮間合いは、自分に合った間合いを取る(一足一刀の間から無理に打とうとするため、打たれてしまう。)。一番難しいのが気攻め・間合い・気剣体一致である。一本良い有効打突があれば、攻めて攻めて捌き、相手に打たせないことが大事である。打ちすぎると良くない。⑯「かもしれない」を払拭すること(「かもしれない」気持ちだが、逆にうたれてしまう。)。これらのご指導いただいたことは、八段審査だけでなく、剣道の質を向上に繋がることであり、皆さんも頭に入れて、精進していただきたい。

*****【記：寺本昭彦記録メモより】*****

【写真撮影・座礼・記念品贈呈】

14:45、写真撮影を行った後、座礼に移りました。6月例会開催にあたり、森副会長よりご挨拶をいただいた後、4月京都の昇段審査会に見事七段に合格された舩浪均先生(広島県)に、森副会長から合格祈念として袴を贈呈しました。舩浪先生からは“皆様のお陰により七段に合格することができ、ありがとうございました。今後も例会に積極的に参加して更に精進して参ります。”と感謝と決意表明がありました。



【基本打ち稽古】

続いて松田悟先生の号令により準備体操・素振りを行いました。素振りでは、森副会長より「振り下ろしは、左手を真つすぐ早く振り下ろし、右手はしっかりと伸ばし、そこから押切りとなるようにすること。(右手が先になると、振りが遅くなる)」とご指導いただきました。



基本打ち稽古は、森副会長の実技指導の下で、①摺り足でのしっかり面を打ち切る切り返し、②竹刀で受け流す早い切り返し、③遠間から一歩攻めてからの大きな面打ち。(発声は肚に返すように！)、④遠間から一歩攻めてからの面・小手・胴打ち、⑤一足一刀の間からの元立ちが空けたところの面・小手・胴打ち、⑥一足一刀の間からの元立ちが打とうとするところの出頭面、出頭小手・抜き胴打ち(打つ前・打つ時・打った後は、合気になること！)、⑦一足一刀の間からの元立ちの面に対する出頭面・出頭小手・抜き胴打ちを行いました。

【指導稽古・お互い稽古・終わりに】

15:40、指導稽古の開始。今例会の講師陣は、教士八段 森副会長です。この度は人数が少なかったため、廻り稽古を行い、全員が森副会長からご指導をいただきました。基本打ち稽古における実践的な稽古の気持ちが残っているのか、皆さん、出頭を意識した機敏のある稽古となっていました。また、地元の先生のおられたことから、いつもの例会と違った雰囲気での稽古となりました。16時20分終了。

1日目(6/22)の稽古終了にあたり、森副会長より「基本打ち稽古でも言ったとおり、打った後の残心と合気になることを注意して下さい。」と講評をいただきました。また居合道範士八段・剣道教士七段の弘中聖規先生より「宮本武蔵は五輪書で「生きるか死ぬかは一寸の見切りにあり」と言っており、それが 極意です。皆さんもその境地に近づくよう精進してもらいたい。」とご指導・ご挨拶いただきました。(16時半頃)



【宿泊・懇親会】

宿泊者6名は、稽古終了後、約5分程度 車で移動した宿泊場所「ホテル喜良久」に到着。ホテルの大浴場で疲れた体を癒し、ホテル外の「魚民 湯田温泉店」にて懇親会を行いました。

19時、森副会長の乾杯の発声により開宴。森副会長からは八段審査のポイント、弘中居合道範士八段からは二刀流の基本姿勢・戦術等の剣道講談に熱中していました。楽しい時間の経つのは早いものです。21時、例会幹事の中村先生の乾杯により閉宴となりました。



【朝稽古会・解散】

第2日目(6/23)、6時10分過ぎ。早朝の肌寒い気温の中、伝統のある「山口市武徳殿」に森副会長をはじめ9名の参加者が集合。6時25分、松田先生の準備体操を行う。6時30分、写真撮影・座礼を行った後、森副会長の指導により、基本打ち稽古・お互い稽古を回り稽古で行いました。皆さん、昨日の反省・課題を意識し、失敗・反省・実行を繰り返しながらしっかりと稽古に集中しており、気が付けば稽古は1時間を少し超えておりました。

2日間の稽古会を無事終え、ホテルに帰り、湯田温泉の朝風呂で疲れを癒し、朝食をゆっくり食べて10時過ぎ、帰路につきました。



例会幹事の中村先生には、準備から開催までご尽力をいただきまし。改めて感謝を申し上げます。

～お疲れ様でした！！～

(剣道講師陣) 剣道教士八段 森治輔

(参加会員) 森治輔、岩田啓司、金尾静一、木本隆文、京條利次、長末哲夫、中村信治、船浪均、松田悟、平岩香織、寺本昭彦 (敬称略、順不同、朝稽古会参加)

(ビジター) 弘中聖規先生 (下関市)、白井先生 (山口市)

(敬称略、順不同、朝稽古会参加)

2024(令和6)年度 7月例会『日帰り』=広島県尾道市=のご報告

7月例会(日帰り)は、7月13日(土)~14日(日)、広島県尾道市の『御調体育センター』において開催しました。

気温は 28.6℃と高くはありませんでしたが、まだ梅雨明けしていないためか、蒸し暑く、立っているだけで汗がでる位でしたが、体育館は冷房環境がありましたので、快適に実施することができました。

集合時間の13:30には会員23名が集合し、13:40から全国例会に向けた意識合わせのため、全体ミーティングを開催しました。

14:00. 平川副会長の剣道講話「西善延先生からの教え」からスタートしました。



【剣道講話】

*****【「西善延先生からの教え」 剣道教士八段 平川龍馬先生】*****

西先生は「剣道家は話上手にならなくて良いよ。」と言われていました。剣道は「師弟同行」=「師が弟子を導く」、師が弟子に対して知識や技術を伝えるだけでなく、共に成長し、学び合う関係を築くことだと教えられました。弟子が師の姿を見て、剣道がどういうものかを感じて、自分で道を切り開いていく。昔は弟子が師の話聞くために、お酒の場や講話を聴く場を作るなどいろいろして来たと言いました。西先生の行動を見ながら、



「どのような剣道をしないといけないのか。」を考えてきました。そのような中で西先生から習ったことは、やはり「合気」と言う言葉です。その合気がどういうものなのか?その合気がどのように役に立つのか?は、自分なりに感じ取ることが大事です。何故「合気が必要なのか?」は、「相手の心が自分に通じる」と聞いたことがあると思いますが、「さあ行くぞ!」と行くのは合気になっていない。「さあ行くぞ!」と攻め、相手も「行くぞ!」となって気が合い、お互いが起こりを起こして、中心の取り合いを行うことが合気となった状態であり、一番大事なところ。津田先生が「打って勝つのではなく、勝って打て」と言われるのは、その考えだと思います。合気となって打つだけでは相打ちにしかならないが、合気になる前に勝つことが必要です。その合気となる前に勝つということは何かというと、相手に「緩急強弱」を起こさずということであり、その中に「騙し」があってはならない。「実」に対して「実」で対応することは良い。「嘘」に対して「実」で対応すると勝つことができる。「実」に対して「嘘」で対応することは良くない。合気となって「勝って打つ」ことについて、皆さんが考え・感じて、自分で見つけていただきたい。

もう一つ、熊本先生から「剣道は芸術(習い事)であり、だから美しくなければならぬ。」と言われたことがあり、私なりに「勝って打つ」という中で、打った時・残心を示した時も「やはり綺麗でないといけない。」と考え、今、剣道を行っています。私自身の考えであり、皆さんにどこまで感銘・共鳴(共感)できるかわかりませんが、皆さんも「勝って打つ」ことができるように、自分なりにいろいろな方法を行っていただきたい。

続いて三好会長より補足として、皆さんは、本日、話を聞いたことを直ぐに忘れてしまうと思うが、私は「先生はあの時こんなことを言っていたな。」と思いつくことがあり、それが大事です。先生の話聞き、自分の弱いところを補足していくために良いので、聞いた話は時々思い出してもらい、剣道につなげていただきたい。また、剣道の時間がない方もおられますが、一人稽古を数回に分けて行えば、空いた時間で実施できるとともに、疲れがたま



らないので、自分で目標をもって計画的に実施していただきたい。

そういう中で、本日聞いた「合気とは何か？」と感ずることもありますが、「勝って打つ」ということを考えることもありますが、そうすることで自分自身の剣道を高めていただきたい。

*****【報告：寺本昭彦メモ】*****

【写真撮影・座礼・記念品贈呈】

14:30、写真撮影を行った後、座礼に移りました。

三好会長より7月例会開催にあたりご挨拶をいただいた後、4月京都の昇段審査会に見事七段に合格された岡本修司先生(広島県)へ三好会長から合格祈念として袴の贈呈がありました。岡本先生からは“皆様に7段として納得いただけるよう努力して参ります。”と明るく元気な決意表明がありました。



【基本打ち稽古、試合稽古】

続いて平川副会長の指導により基本打ち稽古を実施しました。基本打ち稽古は、次に試合稽古を行うため、回り稽古でアップ程度に①踏み込んでの竹刀で受け流す切り返し。②一足一刀の間から大きく振りかぶった面打ち。③触刃の間から一歩攻めてからの面打ち。④触刃の間から一歩攻めてからの小手打ち。⑤触刃の間から一歩攻めてからの胴打ち。⑥触刃の間から一歩攻めてからの小手・面の二段打ち、⑦一息での面三本の打ち込み、⑧一息での面・体当たり三本、⑨面・小手面・胴・面の打ち込み、⑩切り返しを行い、各先生より「しっかり声を出すこと」「しっかり打ち切ること」「体当たりは肚の位置で受けるように」と注意・ご指導いただきました。



続いて試合稽古に移りました。平川副会長・森副会長の審判により、年代別(40才以下・50才代・60才代・70才代)に分け、2分1本勝負で、一人2試合行いました。試合が始まると皆さん、やはり真剣そのものです!!三好会長、平川副会長、森副会長から個人に対して、各々試合が終わる毎に注意・指導いただいております。戦った先生方は、それぞれの反省点・課題を自覚されたことと思います。

三好会長から講評を「じっと止まったところから打って行っている人が多い。攻めからの打突でないとしっかりとした打突はできない。右足の指が上がらないように前足を滑らすように攻めること。右足が床から上がる人は、相手に出ることが分かってしまうので、打たれやすい。また前傾姿勢の方は、一歩前に出て、左後ろ足を引き付ける時に打たれやすい。攻め手・攻め足で、相手に打って出てくることがわからないように数回攻め、相手の隙を打突するように。」といただきました。



【指導稽古・お互い稽古・終わりに】

15:50、指導稽古・お互い稽古の開始です。今例会の講師陣は、教士八段 三好会長、教士八段 平川副会長、教士八段 森副会長の先生方です。指導稽古・お互い稽古も、先ほどの試合稽古の気持ちが残っているのか、皆さん、「有効打突を取る!」という意識を持ち、足が良く動いて攻め、気迫のある稽古となっております。16時30分終了。

1日目(7/13)の稽古終了にあたり、三好会長より①左足に重心を置き直ぐでも出れる姿勢、②相手の甲を睨みつつ全体を捉える目付、③足・腰から出る打突と打った後は打ったままの姿勢について、ご指導・ご挨拶いただきました。(16時半頃)



三好会長

平川副会長

森副会長

【宿泊・夕食会】

宿泊者6名は、稽古終了後、5分程度 車で移動した宿泊場所『尾道ふれあいの里』に到着。宿泊所の大浴場で疲れた体を癒し、宿泊所内の宴会場で懇親会を行いました。

18時30分、三好会長の乾杯の発声により開宴。三好会長から構え・竹刀の握り・攻め・八段審査のポイント等の剣道講談に皆さん集中して耳を傾けていました。

2時間の宴会時間も来ましたが、宴会場にはカラオケがありましたので、1時間延長。皆さん、次々とマイク片手に見事な節回しで得意の曲を披露して拍手喝采浴びるなど会場は大いに盛り上がりました。(合掌)

【朝稽古会・解散】

第2日目(7/14)(日)、激しい暑さを感じる天候の中、昨日と同じ例会会場『御調体育センター』に、会員8名が参加し、午前10時から寺本幹事長の号令による準備運動。続いて写真撮影を、見学に来られていた上野先生の奥様そしてお孫様と一緒に撮りました。

続いて座礼を行い、三好会長からご挨拶をいただいた後、三好会長のご指導により、始めの20分程度は基本打ち稽古、続いて指導稽古・お互い稽古に入りました。少人数のお陰もあり、三好会長の指導稽古及びお互い稽古は、中身のある充実した稽古会となりました。

2日間の稽古終了にあたり、三好会長から「①攻め足は、膝を曲げず、股を締めて“踵を下げる・臍をのぼす、踵を下げる・臍をのぼす。”ように。②右手は、軽く握る程度で、手のひらが束から離れていると握ると剣先が当たってしまうので、手のひらは束にしっかりつけておく。③剣先は延長線上が相手の右目に置く。剣先が真ん中だと、相手に小手が見えてしまう。」と講評・ご指導いただき、2日間の全日程を無事に終了し、11時過ぎ解散・帰路につきました。

例会幹事の金尾参与には、準備から開催までご尽力をいただきまし。改めて感謝を申し上げます。

～お疲れ様でした！！～

(剣道講師陣) 剣道教士八段 三好伸二、剣道教士八段 平川龍馬、剣道教士八段 森治輔

(参加会員) 三好伸二、平川龍馬、森治輔、井上雅史、今岡寛信、岩田啓司、上野和雄、浦山晶彦、大上覚、岡崎隆司、岡本修司、奥野武男、尾崎貫一、金尾静一、樺山陽介、小下明人、西本英樹、船浪均、前原由和、松田悟、松原孝史、山田美紀、寺本昭彦

(敬称略、順不同、朝稽古会参加)



2024(令和6)年度 8月例会『日帰り』＝岡山県笠岡市＝のご案内

【全国例会・国際親善剣道大会関連報告会】

日 時：2024(令和6)年8月31日(土) 14:00～14:30 (集合時間 13:30)

場 所：『笠岡総合体育館 サブアリーナ』

【稽古会】＝日帰り例会＝

日 時：2024(令和6)年8月31日(土) 14:30～17:00

場 所：『笠岡総合体育館 サブアリーナ』

【宿泊】

日 時：2024(令和6)年8月31日(土)

場 所：『笠岡グランドホテル』

【懇親会】

日 時：2024(令和6)年8月31日(土) 19:00～21:00の予定です。

場 所：『大阪王将 笠岡店』

【朝稽古会】

日 時：2024(令和6)年9月1日(日) 7:30～9:30

場 所：『笠岡小学校体育館』

2024(令和6)年度 9月例会『宿泊』＝鳥取県鳥取市＝のご案内

【稽古会】＝宿泊例会＝

日 時：2024(令和6)年9月14日(土) 14:00～16:10 (集合時間 13:30)

場 所：『鳥取市武道館』

【全国例会・国際親善剣道大会関連中間報告会】

日 時：2024(令和6)年9月14日(土) 16:10～16:30

場 所：『鳥取市武道館』

【宿泊】

日 時：2024(令和6)年9月14日(土)

場 所：『鳥取ワシントンホテルプラザ』

【懇親会】

日 時：2024(令和6)年9月14日(土) 18:30～20:30

場 所：『海鮮問屋 村上水産 鮮魚部』

【朝稽古会】

日 時：2024(令和6)年9月15日(日) 9:30～10:30

場 所：『鳥取市武道館』

2024(令和6)年度 10月例会『大会直前例会』＝広島県福山市＝のご案内(予定)

【全国例会・国際親善剣道大会関連中間報告会】

日 時：2024(令和6)年10月5日(土) 13:30～14:15

場 所：『エフピコアリーナふくやま 剣道場』

【稽古会】＝日帰り例会＝

日 時：2024(令和6)年10月5日(土) 14:30～17:00 (集合時間 13:30)

場 所：『エフピコアリーナふくやま 剣道場』

【宿泊】・【夕食会】

日 時：2024(令和6)年10月5日(土) 19:00～

場 所：『ルートイングランティア福山』

【朝稽古会】

日 時：2024(令和6)年10月5日(土) 6:30～7:30 (予定)

場 所：『調整中』

2024(令和6)年度国際交流事業について

2024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。

③ 2024年度国際都市剣道文化交流大会

期間：3月23日(金)～24日(日) 場所：台湾(高雄)

参加者：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：岩崎(公彦)先生<男子(59歳以下)の部:ベスト8>

③ 国際交流(スウェーデン(リガ)、ラトビア)

期間：5月27日(月)～6月3日(月)

参加者：小下先生

③ 2024年度第37回国際オープン韓国社会人剣道大会

期間：6月8日(土)～9日(日) 場所：韓国(ソウル)

参加者：上野先生、平岩先生、寺本先生

成績：上野先生<男子(60歳以上)の部:3位>

○ 国際交流(オーストリア等)

期間：10月3日(木)～15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。

以上