

奈弓連だより

通巻 229号

令和3年3月号

発行 奈良県弓道連盟

会長 西中 正

編集担当 松澤和実 山本悦子

連絡先：henshu@narakyudo.jp

令和2年度称号者研修会

指導者としての心得に重点を置き研修

主任講師：範士九段 吉本清信先生

講師：教士七段 須田三郎先生

2月20日 教士の部 参加者 21名

2月21日 錬士の部 参加者 20名

場所：ならでん弓道場

令和2年度称号者研修会が、上記日程で開催されました。今年度は、新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、宿泊研修を中止し、教士の部と錬士の部に分けての開催となりました。

今年度は、「指導者としての心得」に重点を置き、指導者として、指導できる一つの射礼の体配を習得することを目的とした研修を行いました。

両部とも、一手行射の後、一つの射礼を全研修生が立順を変えて2回行いました。例年と違い、年齢順の立順で行いました。教士の部は、その後、選抜者による一つの射礼を3立行いました。翌日の錬士の部は、射礼研修の後、射技研修を行いました。



研修生による一つの射礼

先生方よりご講話を頂きました。一部紹介致します。

吉本先生

・「武道（2015年3月号）」に柴田猛先生が「特集◎私の指導法：第48回 長幼の序、報恩感謝、時・所・位」を書かれている。称号段位だけで序列を付けがちであるが、年少者は年長者を敬い、年長者は年少者を慈しむ（長幼の序）ことを思い起こすためにも年齢順とした。平成元年3月に橿原で行われた範士研修会が年齢順の立順で開催されていた。ま

た、物への感謝も大切ということが記載されている「弓・磔・矢・道場等」を大切にすること、弓道を通して物を大切にすることを学んでいる。

・指導者は弓道教本に従って指導すること。弓道教本が原点である。

（弓道教本の改訂の歴史、普及のため昭和31年から当時の千葉会長が3年にわたって全国を回って講習会を行ったこと。昭和51年からは、地区中央講習会が始まり、現在の地区指導者講習会、今年からの中央講習会につながっていること。各種副読本の発刊、弓道連盟の取り組み等をご紹介いただきました。）

・弓道誌にも指導者の心得、指導方法が掲載されている。（詳細に、多数の特集号についてご紹介頂きました）

・弓道教本から、何を学び何を伝えたいのか、弓道から何を得たのかを自問自答することが大切。

・私は、人への思いやり、気遣い、気配りを弓道から学んだ。射礼を行う上で、他の者、周りへの気遣い思いやりにポイントをおいている。今回射礼中心にしている、射礼研修を通してそのことを学んでもらいたい。



両先生による講話

須田先生

指導者の心得について

①指導者の資格：志操堅実、精練の功頭著。弓道の要諦は至誠と礼節。正しい信念と勇気をもつこと。

②指導者の役割：教本に則した弓道の普及

③指導者のタイプ：

ア) 的中重視型、イ) 射技体配重視型、ウ) その他

④指導力：射技体配の示範力、射技体配の判断力(知識). 指導者は「教える力」と「見せる力」と「知識と教養」を持っていなければならない。

⑤指導のタイミング：ア) 入門期(心構え・基本、特に胴造り)、イ) 参段受審期(射形・節度のある自信・慢心の排除)、五段受審期(氣息と体配・射品)

⑥射礼稽古の重視：他者との連携、人に対する気遣いを養う。週に1度でも人数にかかわらず仲間と射礼の稽古をすることが望ましい。

⑦指導者として押えておくべき点：

ア) 礼の基本. イ) 射礼の意義と射礼の眼目. ウ) 稽古の段階(指導の手順)：(1)動き(体配)の理解、(2)呼吸との連動、(3)的中に捕らわれず、射技・体配を大切に.

エ) 射技の外堀：介添動作、肌脱ぎ(肌入れ)動作、失の処理、用具、その他.

⑧指導者としての心構え

- ・指導をする相手との信頼関係をもつ。
- ・誠をつくして相手に尽くすこと。

◇「メタ思考・メタ認知」の紹介

- ・メタ認知とは、自分を客観視すること。
- ・一流スポーツ選手にはメタ認知能力が高い人が多いと言われる。弓道では、自身の射技だけでなく、人格も含め第三者的にみる。
- ・メタ認知能力をあげるためには感じたことを文字に書き出す等の文字化することが良い。

例) 日記、感想、メモに書く等々

新型コロナウイルスの関係で新しい形の研修会となりましたが、研修生も熱心に受講いただき、例年と変わらない、充実した研修となりました。吉本先生、須田先生、ありがとうございました。

(指導部 吉本清巳)

第22回団体選手権大会

樫原B、畝傍高校が同中1位

第22回団体選手権大会が2月14日(日)にならでん弓道場にて開催されました。

団体(3人)の近的競技に30チームが参加しました。コロナ対策として参加人数に制限をかけさせて頂き、午前の部・午後の部の二部制とし同中競技は行わず各4射1回(1チーム坐射12射)で同中1位と致しました。結果は以下の通りです。

1位 樫原B

前川なつき 角田圭一郎 林秀子 10中

1位 畝傍高校

横矢翔大・長谷川凜花・飯田琴花 10中

3位 奈良D

栗栖久夫・中山誠一郎・中井達男 9中

(競技部 西田ゆり)

地連審査講習会

限られた時間の中、熱心に取り組む

2月28日奈良市弓道場において地連審査講習会が実施されました。今年度は、地連審査と同日に五段審査があることから、受講資格を五段受審者にも広げました。

今回は感染拡大防止の観点から約2時間ごとの三部制とし、例年とは異なる形となりましたが、本番同様の一手行射の他にそれぞれの段位に応じた内容で行われました。

始めに第一部の参段以下受審者21名はグループに分かれ、失の処理の確認、坐射の体配、入退場の練習を交代しながら行いました。午後から第二部の四段受審者17名は、前射場で体配の指導を受けながらの坐射、後射場で西中先生、阪中先生による射技指導が行われました。また、行射を待つ時間も有効に使い、入退場の練習を繰り返しました。第三部の五段受審者14名は、肌脱ぎ、襷がけの練習を行い、男性と女性が相互に配慮する点についてのお話がありました。



五段受審者による肌脱ぎ襷掛けの練習

限られた時間の講習会でしたが、その分集中して研修に取り組み、疑問点を積極的に質問するなど、熱心な姿が見受けられました。

審査当日まで、体配とともに射技もしっかり練習し、調子をあげて審査に臨むよう、指導部長よりお話がありました。

(指導部 越智和子)

奈良県高等学校新人大会兼学年別弓道大会

西部地区、東部地区にて開催

令和2年度奈良県高等学校新人大会兼学年別弓道大会が西部地区は1月30日(土)に、東部地区は1月31日(日)に開催されました。結果は次の通りです。

西部地区(1月30日開催)

男子団体

- 1年 1位 高田商業A(福本、島本、山口)
2位 橿原A(森本、麦林、西村)
3位 西の京A(工藤、加地、豊島、中岩)
- 2年 1位 橿原A(田中、吉岡)
2位 西の京D(坂口、牧野、森馬)
3位 王寺工業A(上田、藤田、内ノ浦)
- 3年 1位 王寺工業A(千葉、板垣、野澤)
2位 登美ヶ丘A(泉谷、森口)
3位 奈良高専A(渡邊、清水、松山)

女子団体

- 1年 1位 橿原B(松井、東、池田)
2位 高田商業A(杉田、岡橋、谷村)
3位 高田商業B(谷口、寺師、武村)
- 2年 1位 五條A(栢谷、谷端、片山)
2位 西の京B(澤井、川本、後藤)
3位 高田商業A(福田、西浦、都築)
- 3年 1位 登美ヶ丘A(丸目、大西)
2位 奈良北A(岡田、平田)
3位 高田商業A(竹原、廣田)

男子個人

- 1年 1位 有山 望(国際)
2位 西村 海都(橿原)
3位 小林 優大(法隆寺国際)
- 2年 1位 西川 宗吾(高田商業)
2位 古河 廣晃(五條)
3位 古岡 佑悟(橿原)
- 3年 1位 新山 章太郎(奈良北)
2位 千葉 大也(王寺工業)
3位 野澤 涼(王寺工業)

女子個人

- 1年 1位 東 みちる(橿原)
2位 竹田 萌華(法隆寺国際)
3位 池田 葉音(橿原)
- 2年 1位 谷端 紗妃(五條)

- 2位 澤井 花奈(西の京)
3位 眞邊 珠里(奈良北)
- 3年 1位 平田 陽香(奈良北)
2位 竹原 美幸(高田商業)
3位 丸目 詞未(登美ヶ丘)

東部地区(1月31日開催)

男子団体

- 1年 1位 磯城野A(畑、田頭、多田)
2位 桜井A(吉村、岡本、藤田、原田)
3位 郡山A(山口、川上、金田)
- 2年 1位 平城A(西谷、伊東、中野)
2位 桜井A(柴田、杉林、金原、西浦)
3位 平城C(松岡、山本、今中)

女子団体

- 1年 1位 郡山C(鳥見、山岡、嵯峨)
2位 郡山A(植木、塩野、船寄)
3位 郡山B(有持、荻野、寺地)
- 2年 1位 畝傍A(堀内、堀中、飯田、牧村)
2位 郡山B(馬原、森山、王子、藪田)
3位 桜井B(西本、小原、松田)
- 3年 1位 平城A(中野、吉本)
2位 桜井A(奈加、米川、追分)

男子個人

- 1年 1位 畑 朔太郎(磯城野)
2位 小林 佑輔(桜井)
3位 山口 高広(郡山)
- 2年 1位 岩井 隆成(榛生昇陽)
2位 柴田 龍輝(桜井)
3位 西谷 拓樹(平城)
- 3年 1位 松尾 准(平城)

女子個人

- 1年 1位 山岡 千華(郡山)
2位 植木 花音(郡山)
3位 西本 雪乃(郡山)
- 2年 1位 中村 桃菜(橿原学院)
2位 飯田 琴香(畝傍)
3位 馬原 美月(郡山)
- 3年 1位 落合 珠梨(郡山)
2位 中野 真珠(平城)
3位 奈加 風華(桜井)

(高体連 澤 隆明)



西部1年男子入賞者



西部2年男子入賞者



西部3年男子入賞者



西部1年女子入賞者



西部2年女子入賞者



西部3年女子入賞者



東部1年男子入賞者



東部2年男子入賞者



東部3年男女入賞者



東部1年女子入賞者



東部2年女子入賞者

編 | 集 | 後 | 記

令和2年度称号者研修会が開催されました。両先生のお話やご指導の様子を読み、称号者になるということは、指導者としての心得を正しく理解し、日々実践していく姿勢が必要と感じました。いつも温かくかつ的確なご指導をくださる称号者の先生方に改めて感謝です。

高校生の学年別弓道大会が開催されました。コロナ下での開催で何かと大変だったとは思いますが、良い思い出を作られたことと思います。来年度は少しでも状況が改善していることを願って止みません。

(編集担当 山本悦子)

～郡山支部からのお願い～

やまと郡山城ホール武道場弓道場において、最近備品が元通りに片付けられていなかったり汚れたままになっていたりする事例が多々発生しています。当該道場については、建物以外の施設・備品はすべて郡山支部(大和郡山市弓道協会)が支出し管理しています。利用者に制限等は設けていませんので、ご利用の際は何卒大切にお使いいただき、後の利用者が気持ちよく練習できるよう整理整頓や道場の美化に是非ご協力ください。また、忘れ物等がありましても事務所では個人情報守秘の観点から利用者を知らせていただけません。道場を利用される際には、道場備え付けの用紙に所属や氏名等の記載をくれぐれもよろしくお願いいたします。