

# 奈弓連だより

平成 30 年 3 月号

発行 奈良県弓道連盟

会長 西中 正

編集担当 土谷尚敬 野尻賢司

通巻 193 号

## 奈良県弓道団体選手権大会

### 西の京高校（山本、木村、花田）が優勝

第19回奈良県弓道団体選手権大会（兼全日本勤労者弓道選手権大会県予選会）が2月12日（日）に橿原公苑弓道場で開催されました。団体（3人）近的競技に 38 チーム（111人）が参加しました。

大会当日は、降雪の影響もあり参加者が例年よりも少なくなりましたが、無事に競技会を終了することができました。皆様のご協力ありがとうございました。結果は、以下の通りです。

### 予選通過チーム

- 橿原C 18中（東中 千佳、原田 温美、長濱 有美）
- 橿原D 17中（奥田 章人、中西 省吾、矢野 有吾）
- 生駒C 20中（辻本 元威、新子 修平、山口 亮二）
- 橿原A 15中（阪中 計夫、前角 博、衛藤 明美）
- 西の京高校 15中（山本 康平、木村 知永、花田 光輝）
- シャープA 13中（中島 信作、菅沼 利人、井上 敦央）
- 香芝A 13中（西川 健一、岡 雅佳、土谷 尚敬）
- 五條 12中（上田 康夫、栗本 範雄、西中 正）



厳しい寒さの中、競技中の選手達

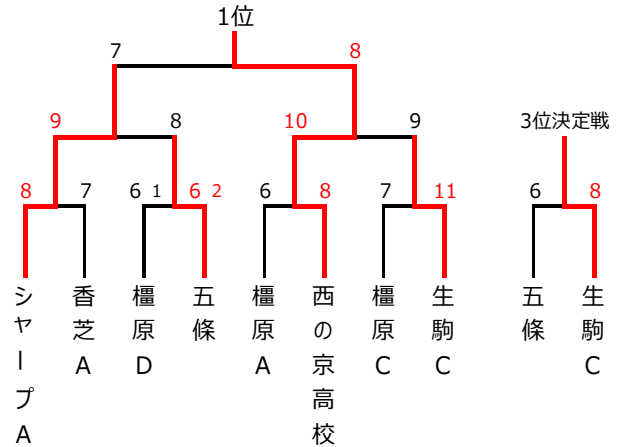
### 決勝トーナメント

- 1位：西の京高校（山本 康平、木村 知永、花田 光輝）
- 2位：シャープA（中島 信作、菅沼 利人、井上 敦央）
- 3位：生駒C（辻本 元威、新子 修平、山口 亮二）

決勝トーナメント結果は右上を参照して下さい。

本大会の結果に基づきシャープ、奈良県教職員が全日本勤労者弓道選手権大会に出場することになりました。（競技部 長濱 正伸）

### 決勝トーナメント結果



### 橿原神宮建国記念奉祝行事

#### 小笠原ご宗家をお迎えし、墓日式・百々手式を奉納

平成 30 年 1 月 28 日（日）、小笠原ご宗家をお迎えし、橿原神宮前庭において墓日式・百々手式の奉納を執行しました。

当日早朝に橿原神宮の防火訓練が行われており、設営時には消防自動車も残っており水溜りを避けて的を掛けなければなりません。午前中は風も無く天候に恵まれ、的奉行に西中正会長、日記控えに阪中計夫理事長はじめ連盟会員の皆様にご参加いただき、近畿地域の小笠原門人と総勢 43 名でのご奉仕となりました。墓日の後、前弓射手 10 名、後弓射手 10 名が 1 手ずつ計 40 射さみだれ式に奉射しました。行事が無事に終わり、行列を組み参道に戻る頃には、雪がちらちらと舞っていました。



近畿地域の小笠原門人と奈弓連会員総勢 43 名でのご奉仕



樫原神宮前庭での百々手式の奉納

この行事は昭和42年に建国記念日が制定されたのを機に執行されており、本来は2月11日に奉納されるものですが、広い場所が必要なこと、参拝者が多く危険があることから、一足早く執行されております。昭和42年当時は、奈良県弓道連盟会員はほとんど小笠原に入門しており、小笠原行事として執行されたそうです。以来、近畿をはじめ三重、愛知、岐阜、徳島の門人も参加する行事として現在に至っています

奈良県弓道連盟としても、この伝統行事を引き継いでいくために、門人以外の多くの人たちにもお手伝いをいただいております。これからも連盟会員の皆様のご参加、ご協力をよろしく願います。

(奈良支部 深田紀美子)

### 地連審査講習会

#### 例年より多く、受審予定者69名が参加

平成30年3月4日樫原公苑弓道場において地連審査講習会が実施されました。例年より多くの受審予定者、69名が参加しました。今回は参加者が多かったため、射場を前と後ろに分け一手行射と入場・体配の稽古を同時進行で行いました。

射場後ろで、立ち毎に・執り弓の姿勢の確認・入場の足運び・国旗に向かって正しく礼、掛が出来ているか(正対、角度の深さ)・元禄まわりが出来ているか、などに注意しながら、入場・体配の稽古を数回行いました。入場練習を終えてすぐに、前の射場にて審査を想定し入場・体配の注意点などに気をつけながら一手を引いてもらいました。

最後に会長、理事長、指導部より・入退場時の足の運び・退場時に本座を横切る(斜行)・矢番え動作などの注意点がまとめとして参加者に説明されました。今回は例年より参加者が多く、半日という限られた時間・矢数ではありましたが参加者の皆さんは真剣に取り組まれていました。

(指導部 東中千佳)

### 大学連合講習会

#### 1・2回生を中心に参加、熱心に受講

平成30年3月11日(日)樫原公苑弓道場にて2回目の講習会を開催しました。審査に向けての心得や体配の熟知、射技・体配の向上、大学間の情報交換・親睦を重点課題とし、講師は各校の指導者6名(竹村、新司、深田、阪中、藤岡、土谷)が担当しました。

参加者は、1・2回生が中心で、時間いっぱいまで熱心に指導を受けていました。得たものを学校へ持ち帰り、広めながらより深めてほしいものです。

(幹事校：畿央大学 土谷尚敬)

### 大学連合講習会参加者の感想:

#### 新しい発見が多くあり、貴重な経験

第2回大学連合講習会に参加しました。今回が初めてだったので、どのような内容か不安を感じながら参加しました。講習会は先生方6名、大学生23名が参加し、一人一人の受講者が先生方全員の指導を受けることができ、貴重な経験となりました。また、学校の練習だけでは知らないこと(私の場合、礼射系と武射系の違い、矢渡しの意義など)を知ることができ、新しい発見が多くありました。講習会では、自分が属する大学の師範に加えて、他の大学の師範も一緒に指導して下さいました。また、終始、穏かな雰囲気の下での指導でした。

講習会を受けただけで満足せずに、今回指導していただいたことを踏まえて日々の練習に励むことが、今回の貴重な経験を無駄にしないために大切なことだと思います。



時間いっぱいまで熱心に指導を受けました。

(畿央大学1回生 角 友香里)

## 称号者研修会

### 講師からの丁寧な指導を受け、多くの収穫

平成 29 年 2 月 24 日（土）、25 日（日）榎原公苑弓道場に於いて、吉本清信範士九段、川村光良範士八段、本多政和範士八段を講師にお迎えして、平成 29 年度称号者研修会が行われました。

昨年に引き続き三先生にご指導いただくということで、西中正県連会長から「講習会前にどれだけ勉強してきたかが問われます。指導者として個人のことだけでなく、全体を意識して講習会に臨みましょう」という挨拶があり、講師の先生方から「この講習会で少しでも多くのことを吸収できるように励んでください、やればできるという信念を持って一緒に学びましょう」というご挨拶をいただき研修会が開始されました。

### 第1日目

矢渡しは、射手：綿松昭寛受講生、第一介添：佐藤峻受講生、第二介添：高倉美香受講生が務めました。先生方から、射手への正対、足の運び、目づかい、手の位置等指摘を受けました。その後全員が一手行射を行い、講評をいただきました。

### 本多先生の講評

#### 【体配の課題】

- ・ 的正面に向きを変えた際、膝を生かさない人が多い。
- ・ 半足引くところで、引きすぎている人が多い。
- ・ 男性の肌脱ぎで、籐頭より上を持つ人が多い。

#### 【射技の課題】

- ・ 大三の位置が高い、遠い、大きい人が多い。
- ・ 大三は矢束の半分が目安となる。高い、大きいなどの場合、肘がつぶれ引き下ろしになる。
- ・ 手の内がベタになってしまい、つぶれている。会と残身の手の内は同じだが、手首で折れてしまう人が多い。
- ・ 離れは、矢筋に引いて真っ直ぐ離せばよいが切り下げる人も多かった。

### 川村先生の講評

#### 【射技の課題】

- ・ 離れの際、手の内を緩める人、離す人が多い。
- ・ 伸び合いが十分できていない。
- ・ 大三での手の内は弓と直角にする。直角でないとベタ押しになってしまう。

### 吉本先生の講評

#### 【体配の課題】

- ・ 入場で礼から顔を上げた際、足先と顔・体の向きが異なっている場合が多い。
- ・ 踏み込む足に気合いを込めて入場する。ただ合わせているだけの入場では気合が感じられない。
- ・ 審査員が注視しているのは、入場の際の気合と

残身での表情。

午後は、「講師による解説付き射技実習」が行われ、川村先生、本多先生の射を近くで拝見できました。

### 第2日目



二日目はまず講師による一つの射礼が行われました。その後、2 班に分かれて一つの射礼の研修をし、先生から詳細な講評をいただきました。

### 川村先生の講評

#### 【入場】

- ・ 入場前の澄まし、心構え、体構えいつでも入場できるように構えておく。
- ・ 常に執弓の姿勢を崩さず構えておく。
- ・ 先導者は三息の礼、ここで射礼の出来が左右されるほど重要なところ。
- ・ 常に視線は 4m 先（矛先を見る人は背中が丸くなる）2 人目 3 人目は二息なので、おざなりにならないよう視線 4 m に気を付ける。

#### 【定め座】

- ・ 定め座に着いたら、半足引く。末はずは 10 cm 体が沈んだら床に着く。
- ・ 体重移動は真ん中に体重がかかるように、息合いに合わせて、正座をするために腰を下ろしていくが、この際どこでも止まれるように、上に伸びる気持ちで体を崩さないように下ろしていく。体が沈むと視線も下がっていく。最後にドスンと体を下ろさない。
- ・ 常に頭も体も揺らさず、背筋を伸ばして座る。正座の姿勢では、足（大腿部）を短く見せるように腹を太ももの付け根に付け、背筋を伸ばす。そして意を注ぐ。
- ・ 姿勢を正す。臀部と踵の間には紙 1 枚ほど隙間を開けて座る。座った時の視線は 2m 先。
- ・ 矢の高さ、開きの角度は弓と合わせ、45 度の礼を 3 名が息合いに合わせて行う。
- ・ 揖の後、膝を締めて立つ。立ち上がる最後の 10 cm で矛先が床から離れる。弓の矛先まで体の一部のように生かす。

### 【本座】

- ・ 男性の肌脱ぎ 矛先が常に体の中心になるよう神経を通わせる習慣をつける。
- ・ 弓を差し込む際、手で迎えに行かないようにし矢が体と平行、床と水平になるようにする。

### 【その他の動作】

- ・ 射終わった後の後退では、体が崩れないように初めの1歩目は小さく、膝を曲げないで踵と爪先が上がらないようにする。腰を中心に後退すれば矛先が上がらない。
- ・ 退出時も、場外に出ても弓を置くまで気を抜かず、弓矢は体の一部として扱う。

### 【一つの射礼で大切なこと】

- ・ 動作を3人で行うので、思いやりの心・調和・協働する心がなければならない。
- ・ 三重十文字、縦線を意識しながら、息合いと共に動作する。歩く時は足裏を見せないように、後ろを引きつけて歩く。
- ・ 基本動作の注意点を守ること。

### 本多先生からの講評

- ・ 足運びでは、練足の練習
- ・ 入場時の礼において、矢の位置（高さ・角度）に注意する
- ・ 歩行中の方向転換は、腰で回る。足を揃える時は、後ろから平行に2足目を差し入れるようにする。
- ・ 射位で、一足で足を閉じる際は、重心を前にし、踵で回る。
- ・ 普段から意識しながらしっかり練習する。

### 閉講式

講師の先生方から次の通りご挨拶をいただきました。

#### 川村先生

- ・ 見つかった課題を諦めずにやり続ける。
- ・ その日の一番良い射を1本目に出す練習をする。
- ・ 一手目は坐射で入場から退場まで気を抜かずに練習する。
- ・ 甲矢、乙矢の遜色のない1本に全てをかけて練習する。

### 本多先生

- ・ 自分のしてきたことをやりきる。
- ・ 常に目標を持ち、その目標に向かって練習する。
- ・ 1本でも良い矢が出たら、必ずできるという信念を持ってやり続ける。

### 吉本先生

- ・ 多くの収穫があったのではないかと思います。これからの修練に生かしてください。

### 指導部から

皆様のご協力をいただき2日間の日程を滞りなく行うことができました。ありがとうございました。

なお、研修会の内容は、研修会記録係の村高恵利子さん・宮堂政子さんの記録によるものです。

(指導部 山本元祥)

### 重要：奈良市弓道場の個人使用には 4月1日以降は登録証の提示が必要になります

平成30年4月1日から奈良市弓道場（ならでん弓道場）で個人使用をされる場合、受付窓口で奈良市弓道場個人使用登録証の提示が必要になります。

奈良市弓道協会に登録されている人は、事前に協会から申請しておりますが、その他の支部で登録されている人で個人使用を希望される場合、4月1日以降新たに登録証の交付申請をしていただかなくてはなりません。詳細は奈良市弓道協会へお問い合わせください。  
(奈良支部 新司 正人)

### 編 | 集 | 後 | 記

春を告げるお水取りが終わり、桜の芽も膨らみ始めました。寒さが厳しかった2月後半から3月前半にかけて開催された研修会、講習会の報告が寄せられました。特に、称号者研修会報告では先生方の指導内容を詳細に知ることができ、勉強になります。

編集担当 野尻賢司

