

奈弓連だより

通巻 202号

平成 30 年 12 月号

発行 奈良県弓道連盟

会長 西中 正

編集担当 野尻賢司 山本悦子

連絡先：henshu@narakyudo.jp

都道府県対抗弓道大会

5人チームでの競技機会に充実の経験

11月24日、第2回都道府県対抗弓道大会に、林・長濱・衛藤・西田・白井（監督：阪中）で参加してきました。そして今年は立順1番となり、選手宣誓を担当することになりました！ 監督・メンバーと相談し、無事大役を務める事ができました。もうこんな機会は二度と無いと思います。良い経験をさせて頂きました。

競技の方は、11中。決勝トーナメント進出とはなりませんでしたが。決勝トーナメントに進出したチームは国体と同様、県の層の厚さ、競技力の高さを実感しました。結果は残念でしたが、5人チームの大会はあまり機会が無いので楽しかったです。少ない回数でしたがチーム練習もできて充実していました。沢山の応援ありがとうございました。（選手代表：林秀子）



開会式で選手宣誓をする林選手

第36回奈良女子弓道大会

昨年に続き白熱の射詰め競射 11本まで続く

11月23日、ならでん(奈良市)弓道場で開催された大会には中学、高校、大学、一般の計89名が参加。「優雅のうちに、容姿凛然たること」を目指した熱戦が繰り広げられました。

個人戦参段以上の部では、優勝決定戦の射詰め競射が11本まで続き、接戦の末、前川選手が優勝を掴み取りました。11本にも及ぶ射詰め競射は昨年に引き続き2回目で、白熱した大会となりました。結果は次の通りです。

団体

- 1位 檀原（東中千佳、衛藤明美、前川なつき）
- 2位 天理大（宮本佑香、生駒佳永、磯江ほのか）
- 3位 畝傍高（大枝里奈、綿井遥、三浦示早）

昇段おめでとうございます

12月2日滋賀県立武道館弓道場で行われた【近畿地区】臨時中央審査において次の方が六段に昇段されました。

堀内 澄江（奈良）
平田 和豊（練弓会）

おめでとうございます。

（事務局）

個人

式段以下の部

- 1位 鶴野友梨美(奈良北高)
- 2位 遠近さやか(天理大)
- 3位 磯江ほのか(天理大)

参段以上の部

- 1位 前川なつき(檀原)
- 2位 土谷ひろみ(奈良)
- 3位 岡本ハツ子(奈良)



団体戦及び個人戦の入賞者



熱戦を繰り広げる選手達

（奈良支部 高倉 美香）

中堅層特別講習会

射礼で大切なことは合わせること、そして気遣い

11月11日(日)、榎原公苑弓道場にて第2回中堅層特別講習会が開催されました。主任講師に西浦副会長、特別講師として吉本名誉会長をお迎えし、受講生は21名でした。

まず受講生による一手行射があり、講評の後、吉本特別講師による模範演武が行われました。入場から退場まで一つ一つの動作を丁寧に説明されながら1時間以上に渡って研修は行われました。受講生にとって大変有意義なものになったと思います。吉本先生が模範演武の時にお話下さった内容は文章最後にまとめましたのでご参考下さい。

昼食を挟み、午後からはまず射礼研修として持的射礼が二立ち行われました。講評では吉本、西浦両講師より「射礼で大切なことは合わせること、気遣いであり、そのためには呼吸が大事」という指摘がありました。その後、相互研修での射技研修、および講師の指導による射技研修が行われ講習会は終了しました。

吉本先生の模範演武での講義内容

1. 入場、歩行

- ・1歩目を大きく取り(後ろへの気遣い)、2歩目でしっかり国旗に正対する。
- ・2番以降の元禄回りは同じ歩数で進むと歩行距離が合わなくなるので歩幅を調整する。
- ・入場～礼～その後の歩行は同じリズムで行う。
- ・歩く時、曲がる時は腰(重心)で行う。
- ・曲がる方の足は逆の足の踵から出す。
- ・かぶせ足はしないようにする。
- ・踵を浮かせない。
- ・止まる時は最後の足をゆっくり収める(締め足)



射技研修をする受講生たち

2. 立ち坐り、揖

- ・半足引いた時は足と足の中心に重心が来る。
- ・跪坐では膝を短く見せるような気持ちで腰を入れる。

- ・膝を生かす時は膝を腰の方に引く。
- ・腰から首は真っ直ぐしたまま揖をする。
- ・揖の時は矢が動かないようにする。
- ・揖から体を起こす時は上に伸びるような気持ちで起こす。
- ・腰を切るときはお腹をつき出さない。
- ・立ち上がるときは右足で押し上げる。
- ・動作の一つ一つで残心をとる。

3. 肌脱ぎ

- ・弓を持ち上げる時は弓の重心部を持ち上げていく。弓の上でバレーボールを転がしていく感覚で持ち上げる。
- ・脇正面に向きを変える時、右肘を意識して弓を持ち上げてくる。
- ・肌脱ぎ後袖を掴む際は袖山の上の方を掴みに行くとうまく掴める。
- ・的正面に向きを変えた後、右手で弓をしっかり差し込む。

4. 矢番え

- ・弓を立てると同時に膝を生かす。
- ・弓を返すのではなく弦を返す。
- ・弦を返した後、弦が鼻筋に来るようにする((A)弦を返した時に弦が真ん中に来るように若干弦が左に来る位置に弓を立てる、(B)真ん中に弦が来る位置に弓を立て、弦を返した時に位置を調整する、(C)真ん中に弦が来る位置に弓を立て、矢番え後に調整する)。
- ・乙矢を打ち込む時は一度で行うようにする。

5. 足踏み～弓倒し

- ・乙矢を番えて立つとき、捧げ持つ気持ちで、右手を横から掴まない。
- ・足踏みは左足を爪先で、右足を踵で踏む感覚で(虎の尾、大地を踏む)・・・教本第4巻
- ・弦調べ篋調べで弓が動かないようにする
- ・取がけでは肘の張りに注意し縦横十文字が崩れないようにする
- ・大三で手の内を決めたら、それ以降手の内の形は変わらない。
- ・取がけから右手首のカーブも変わらない。
- ・大三から手首を伸ばしていく。(手首を的の方へ伸ばしていく感じで引き分ける)
- ・弓倒しにも射品射格が表れる。

6. 肌入れ

- ・手の甲を隠して肩に袖をかける。
- ・左手を袖に入れたら右の脇に持って行き、掌を上に向けると肘が体に沿うので肌入れをしやすい。
- ・的正面に向きを変える時袖が弓と弦の間に入るようにする。弓を左太ももに沿って左手に持って行く。

(指導部 佐藤 峻)

弓道は私に人と人との出会いとつながりの素晴らしさを教えてくれました。

奈良市弓道協会 佐藤 知章

30代後半から静岡県中伊豆町の弓道協会での弓を始める

12月で年齢87歳を迎え、弓歴は50年ほどになるろうとしています。振り返ってみると、これまでの出来事が五月雨のように思い出されてきます。

弓は30代後半から引き始めました。スタートは静岡県の中伊豆町の弓道協会でした。地元在住の静岡県東部副会長教士7段の渡辺先生の指導の下、隣村の小学校の片隅にあった道場で10名ほどの仲間と共に修練しました。月1回の例会を行い、弓道の一からを教えていただきました。審査会は年に1回あり、三段まで取得したと思います。しばらくして小学校の統廃合で道場も移転を余儀なくされました。家業が旅館業（民宿のようなもの）でしたので敷地内に3人立ちのこじんまりとした道場を建てることになりました。大みそかの晩には七輪を囲み、仲間やお客さんと共に100射会をしたことを覚えています。

家業の弓道場で合宿を引受け、諸先生との出会いがありました

60歳を過ぎて10人立ちの道場に建て替えました。一般の方はもとより、大学生、高校生たちの春夏合宿などを引き受けました。その際立派な指導者の方々に会うことができ多くを学ばせていただきました。とりわけ当時範士八段の故今村鯉三郎先生に直々に指導をしていただけたことは私の弓歴のなかでも特筆すべき幸運です。昼夜を通し指導を受け、とても貴重で有意義な時間を過ごさせていただいたことが今も心に深く残っています。呼吸については「打ちおこしから息を使い、会に入れば、丹田におろし5秒から10秒しっかりとためてポンと離す。」と教えていただいたことなどを今も記憶しています。このころ四段を取得しました。

また、長女は大学で、次女も私と一緒に中伊豆で弓を引き始めました。長女の静岡大学の弓道部の師範はなんと今村先生と聞き仰天しました。なんとも羨ましい限りでした。先生は茶畑やミカン畑をお持ちでしたが、収穫の季節になると静岡大学の弓道部員をお招きになり、一緒に摘み取りをされていました。

70代も中盤になり、静岡の地を離れ、長女の嫁いだ奈良県に引っ越してきました。弓は続けたかったの

で、奈良市弓道協会に孫娘とともに入会させていただきました。奈良市弓道協会の方々の暖かいご指導に孫も大変喜んでいました。私は70代後半になり目標の五段によりやく昇段することができました。

「弓は続けなきゃ駄目」と、強い口調で病床の妻が私を激励

今年9月の終わりに妻を亡くしました。今でも涙が出ます。明るく社交的で、そして私には小言ばかり言う妻でした。入院中の妻のベッドの枕もとでふと私が「俺はもう弓は引かないよ。」とつぶやくと、「何言ってるの。弓は続けなきゃ駄目。家にばかり引っ込んでいたら駄目。」と、強い口調で私に言うのでした。病床でも私のことを心配してくれていたのでしょう。

こうして今、これまでの足跡を思い起こしていると、「一緒に京都や山梨や明治神宮の大会などに行ったね。」などと、妻が傍らでささやいてくれているような気がします。今もこうして弓を引き続けていられるのは、妻のおかげだと思います。

弓道は、私に人と人との出会いとつながりの素晴らしさを教えてくれました。弓を引き続けることが妻への供養でもあると思います。これからも弓道を大切に人生を全うしたいと思います。



奈良市弓道場で練習する筆者、後ろは最近弓道を再開した長女の好村嘉子

奈良県大学選手権大会

団体：男子・女子共に天理大学が優勝、個人：芳仲貴久(男子)、藤野沙羅(女子) 各選手が優勝

11月25日(日) 橿原公苑弓道場にて、第31回奈良県大学選手権大会が開催されました。結果は次頁のとおりです。

男子団体の部：

1位 天理大D、2位 奈良県立医科大A、3位 奈良大D

女子団体の部：

1位 天理大A、2位 天理大B、3位 奈良県立医科大A

男子個人の部：

1位 芳仲貴久(天理大)、2位 中尾信次郎(天理大)
3位 三浦崇道(奈良大)

女子個人の部：

1位 藤野沙羅(奈良県立医科大)
2位 松波飛鳥(帝塚山大)、3位 生駒佳永(天理大)

奈良県大学選手権大会を終えて

この度は奈良県大学選手権大会の主幹を務めさせて頂きました。天気にも恵まれ、先生方を始めたくさんの選手の皆様に参加して頂きました。至らない点がありましたが、無事に終わることが出来ました。試合の主幹を執り行うのは初めてで、不安でありましたが、準備の時から阪中先生を始め先生方に様々なことを教えて頂きました。また他大学の皆さんには、何度もお願いや質問をさせて頂いた際に親身にして頂き、非常に助かりました。当日も多くの方々からの協力のお蔭もあり無事に大会を終えることが出来ました。

当日、大会で弓道をしている時も楽しかったのですが、それ以上に先生方や他大学の皆様との交流の時間が自分にとって有意義でした。上にも横にも人との繋がりを多く作る良い場となりました。今回多くの方に助けて頂いたことへの感謝を忘れずに、これからも人との出会い、繋がりを大切にしていきます。また、弓道人としてより一層成長出来るよう今後の稽古に励んでいきたいと思えます。奈良県の弓道をしている大学生が一堂に会することが出来る大会です。幹事校になり、大変ではありましたが、多くのことを得ることが出来ました。これからもこの大会を是非続けていってほしいと思えます。本当にありがとうございました。



奈良県大学選手権大会で入賞した選手たち
(奈良県立医科大学弓道部 鳥裕文)

近畿高等学校弓道選抜大会

男子団体で橿原高校が2位入賞

11月25日(日) 兵庫県東洋大姫路高校弓道場で第26回近畿高等学校弓道選抜大会が開催されました。

個人戦 (4射3中以上予選通過)

奈良県から男女各6名が参加

男子通過者

鈴木孝太郎(郡山) 3中、松岡 賢 (橿原) 3中

決勝射詰

鈴木孝太郎 3位入賞、松岡 賢 5位入賞

女子通過者

長山萌々花(奈良北) 3中

決勝射詰

長山萌々花 ×

団体戦 (各自4射、チーム12射) 20校中9校が

予選通過、奈良県から男女各3校が参加。

男子通過校 橿原 7中

女子通過校 奈良北 8中

決勝トーナメント (各自4射、チーム12射、3校による巴戦)

男子1回戦

橿原 12中・彦根翔西館 8中・報徳学園 9中

女子1回戦

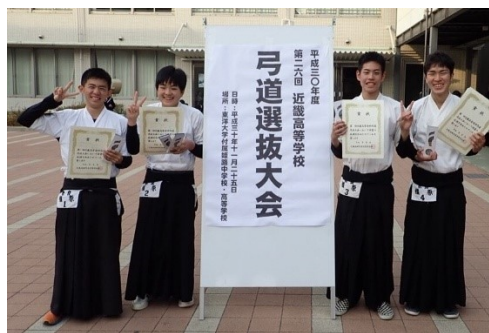
奈良北 6中・浪速 8中・汎愛 11中

男子決勝戦

橿原 10中・浪速 10中・岸和田産業 6中
競技 橿原2中・1中 浪速2中・3中

橿原高校2位入賞

尾井響涼・松岡 賢・辻井寛己・平田晶己



男子団体2位入賞の橿原高校の選手たち

(高体連 藤本佳照)

編 | 集 | 後 | 記

指導部が第2回中堅層特別講習会の詳細な報告をしてくださいました。講習会に参加していない私たちにも大変参考になる内容。ありがとうございました。

奈良市弓道協会最高齢である佐藤知章さん(87歳)に寄稿していただきました。家業として弓道場を建てられたこと、親子3代にわたり弓道を続けられていることなど素敵な弓道一家の雰囲気が伝わってきます。私たちも後に続きたいものです。

編集担当 野尻賢司