

奈弓連だより

通巻 237号

令和3年11月号
発行 奈良県弓道連盟
会長 西中 正
編集担当 松澤和実 中西省五
連絡先：henshu@narakyudo.jp

第72回全日本弓道遠的選手権大会

山口選手が予選通過。5位入賞を惜しくも逃す

令和3年10月31日、日本ガイシスポーツプラザ弓道場において標記の大会が開催され、生駒支部の山口選手、奈良支部の揚田選手が参加されました。山口選手は、予選4射皆中の9名とともに決勝へ進出。射詰競射3射後、5位決定の遠近競射で惜しくも敗退されました。

優勝は男子が予選4射皆中、射詰競射5中。女子は予選4射皆中、射詰1中。決勝進出者は皆さん予選で皆中でした。

第72回全日本弓道遠的選手権大会に参加して プレッシャーと戦い、冷静にやり切る

「79cm 霰的」

皆さんは、遠的で79cm 霰的を引かれた事がありますか？100cm 得点的の白(3点)枠を除いた大きさとほぼ同じです。全日本遠的選手権では79cm 霰的が使われるのですが、私はこの的がどうも苦手で、得点的で引いた場合の白枠を除いた場合と比べて的中率が落ちてしまうんです。理由&解決策は現在も模索中です…。

今年の本大会は矢数が減り、この的に四ツ矢皆中する事が予選通過の条件となりました。この条件を聞いた日から本番まで私の頭の中ではもの凄いプレッシャーが居座り続けました。本番で皆中する為には練習では最低でも2回に1回は皆中出来るようになっていないとまぐれになってしまう。そう考えて皆中率5割以上を目標に練習しました。

本格的に四ツ矢で練習し始めた頃は的中率6~7割、皆中率2~3割ほどでした。

- ・決めた日には必ず遠的に行く(遠いです…)
- ・後悔しない射をする

そうやって射技のポイントもまとまり始めた頃には的中率9割、皆中率6割越えまで上げる事が出来ました。あとは、無事に本番を迎えるだけ。(PCR検査が必要でした)

昇段おめでとうございます

近畿第1地区特別臨時中央審査会において次の方が昇段されました。

(10月17日開催 滋賀県立武道場)

六段

安住 奈津子さん(郡山支部)

おめでとうございます。(事務局)

本番では気おくれしない度胸が持てるかどうか、運も味方に付けるためには…

本番の結果も勿論大事ですが、本番までの調整で「冷静に」どれだけ「やり切ったか」という点では満足できる期間を過ごせたと思っています。

最後になりましたが、このような機会を与えて下さった先生方、一緒に練習に付き合ってくれた仲間達、応援して下さいました皆様へ感謝致します。

ありがとうございました！

(生駒支部 山口 亮二)

第24回奈良県弓道近的選手権大会

男子・山口選手(生駒支部)、女子・前川選手(橿原支部)が優勝

令和3年11月3日に橿原公苑弓道場にて近的選手権大会が開催されました。

コロナ禍での規制も緩和されましたが午前を成年男子の部、午後を成年女子の部とし、射数も4矢2回(各8射)へ変更しコロナ対策を継続しての大会となりました。

午前の成年男子の部は8射7中の5名により射詰め競射を行い射詰め競射3本目にて順位が決定いたしました。午後の成年女子は8射皆中が2名、7中者が1名。1位2位を2名で射詰め競射を行い、1回目で順位が決定されました。結果は以下の通りです。

成年男子の部

- 1位 山口亮二 五段（生駒支部）
2位 前角博 教士六段（樫原支部）
3位 乾光孝 錬士五段（香芝支部）



男子入賞者

成年女子の部

- 1位 前川なつき 五段（樫原支部）
2位 林秀子 五段（樫原支部）
3位 二階堂ウララ 弐段（生駒支部）



女子入賞者

（競技部 西田ゆり）

第2回中央審査講習会

日々の生活・鍛錬の重要性を意識して

10月24日、樫原公苑弓道場にて、標題の講習会が行われました。主任講師に範士九段吉本清信先生、講師に教士八段須田三郎先生をお迎えし、午前に錬士受審予定者19名、午後に六段以上受審予定者19名が参加しました。

午前は一手指射の後、前射場で射技研修（一手2回）、後射場で全員が持的射礼研修を行いました。

午後は一手指射の後、六段受審者は射技研修を一手3回、教士以上受審者は一つの射礼研修と並行して射技研修（一手2回）を行いました。

約3時間という限られた時間でしたが、受講生は自分が指導を受けている時だけでなく、他の受講生の射にどのような指導がなされているのかを見て、真剣に研修に取り組む姿勢を感じました。



聞き入る受講生たち

【吉本主任講師】

（午前）

- ・入場の第一歩に心構えや気持ちが伝わるように足の向きに注意する
- ・弓の立て方、立てる位置、弦をかえす高さが5人共揃うように、一つ一つの細かい決め事を確認する
- ・教本一巻62頁「動作の注意点八項目」、基本的な事をもう一度頭に入れ、身につくように練習してほしい
- ・研修で言われた事を普段の生活にどう活かすかが本番の審査につながっていく



吉本主任講師による射技指導

（午後）

- ・入場の最初の一步を大切に
- ・会まではおさまっているのに、残身でつぶれてしまっている

- ・少々失敗しても退場するまできちっと気を抜かないこと

【須田講師】

(午前)

- ・会まではうまく出来ているのに残身で崩れてしまっている
- ・レベルを上げるためには普段の練習の仕方が大切であり、審査を受けるなら、ただ引いて中たるだけでは通らない
- ・一人一人がきちりと動作で呼吸にあわせ、川の流れのようにゆったりとした動作を続けることによって5人の一体感ができる
- ・物見をした時の首すじがまっすぐになっていること

(午後)

- ・一つの射礼は失をしたら全体の流れが変わってしまうので、弓や弦の手入れに気を配る
- ・残身の十文字が崩れている
- ・的に捉われない無心の心、決断力は日常の練習の中で育てていく



須田講師による持ち的射礼の研修

(指導部 越智和子)

奈良女子弓道講習会開催

女子の射技・体配の向上を目指して

10月31日、ロート奈良弓道場(奈良市)で、令和3年度奈良女子弓道講習会が開催され、1級から称号までの女子会員19名が参加しました。新型コロナウイルス感染予防対策を行ったうえでの実施となりました。

基本の稽古では、執弓の姿勢での左右の手の位置や弓矢の角度など、入退場での礼や揖、歩き方を改めて確認し合いました。

また襷さばきでは、基本の動き、襷に気を取られ忘れがちとなる手の位置や形など、気の配り方を一人ずつ丁寧にご指導いただき、繰り返し練習しました。



研修に向けて入念に体操

午後からは、射礼(持ち的)・射技研修に取り組みました。射礼研修では、深田先生から、間合いや動作など持ち的についてのポイントを分かりやすく解説いただきながら見取り稽古を行いました。呼吸・息合いを合せ、互いに気を配りあうことで調和の美が生まれることを実感し、息合いの大切さを改めて学びました。



襷さばきも美しく

射技研修では、縦横十文字や手の内、会・離れでの力の方向など指導いただいた点を正しく実施できるよう矢数多く引き、感覚を掴もうとしました。

呼吸に合わせた動作で調和の美を体現する、射技を上達するには、繰り返し練習あるのみと心を新たにしました。

1日かけて丁寧に分かりやすくお教えいただいた深田先生、野尻先生、岡本先生、本当にありがとうございました。

(奈良市弓道協会 高倉 美香)

奈良県の支部、団体紹介

帝塚山大学体育会弓道部

主将 大屋徹真

こんにちは！奈良私立帝塚山大学体育会弓道部の主将を務めております、大屋と申します。

現在当部は学内にある道場を練習拠点とし、3回生9名、2回生7名、1回生5名の計24名で活動しています。

新型コロナウイルスの影響で数か月にも及ぶ長期の活動休止、厳しい活動時間・人数制限などが課せられ思うように練習ができない日々が続いておりました。そんな中でも部員達は各々の自宅で筋トレやゴム弓を使った自主練習に励み、定期的に行われる試合や審査に向けて努力してきました。現在、制限はあるものの大学からのほぼ通常通りの活動許可が下りたためリーグ昇格・昇段を目標に部一丸となって頑張っています。



昨年に続き今年度におきましても、大学側の感染対策による授業のオンライン化や部活動の活動制限などに伴い、新入部員の勧誘が満足に出来ませんでした。今年度は1回生が5名入部してくれましたが、部全体の人数が少ないため、各種SNSを活用し、さらに一人でも新入部員を獲得できるよう情報発信にも力を入れております。部内の雰囲気は和やかで、途中入部でも大変馴染みやすい空気感です。近く控えた学園祭は部員獲得の大きなチャンスですので、何とか興味を持ってもらえるよう総力を挙げて部員勧誘に力を尽くします！

新型コロナウイルスによる今までにはなかった様々な問題に直面したことで、改めて活動ができる環境が整っていることに感謝しています。私自身、引退までの時間は残り少なく限られたものでありますが、部員一同協力してくださる周りの方々への感謝を忘

れずに、今後はより一層鍛錬に励んでいきたいと思えます。そして、他大学弓道部の皆様もコロナ禍中では思うように活動できず大変心苦しい状況であったことと存じます。一刻も早く事態が収束し、思う存分活動できる日を楽しみに、共に頑張りましょう！

量る、測る、計る？



「間合いをはかって」と言われたことはありませんか。間合いとは「相手との距離」「時間的間隔」であり、他の人と呼吸を合わせて「タイミングを計り」一同が揃って動作すること。「息合いを使って」動作を合わせること。

では、この場合の「はかる」とはどの漢字でしょう？定め座へ進むときの相互の間合いは「間合いをとって(詰めて・空けて)」と言われることがあるように、「距離を測って」いますね。

一つの射の射手の交代では、相互の動作を息で測って揃え、「息合い」の美しさを見せてくれます。3人の三角形は移動するごとに小さくならないように「間合いを測り」つつ進みます。最後に本座へ戻る時も、近すぎないように、でもお互いの動きがわかる所へ「間合いを測って」戻ります。

「距離を測る」の「測る」は、「真意を測る」、「タイミングを計る」の「計る」は、「計りきれない恩恵」、という使い方をします。

どちらも心をあらかず意味を持っているのがとても奥深く、「間合いをはかる」事は、距離や間(時間)とともに相手の気持ちを量り、相互に思いやりをもって行動するという事に繋がるのでしょう。

編 | 集 | 後 | 記

中央審査講習会における吉本先生、須田先生のお話から、普段の生活、練習の積み重ねの重要性を改めて感じました。全日本弓道遠の選手権大会などの全国大会、県内の大会や講習会等、本格的に活動が再開されてきています。こういった活動も日常の延長にあると捉え、日々の鍛錬につなげていきたいものですね。また、各大学の紹介からは、新入部員の勧誘に苦慮する姿が見受けられます。この奈弓連だよりが、大学も含めた奈良県弓道界の盛り上がりへ寄与するものであってほしいと願っています。(編集担当 中西)