

奈弓連だより

通巻 265 号

令和 6 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 中西省五
連絡先：henshu@narakyudo.jp

第 4 回世界弓道大会

西田友樹選手が日本 B チームの大前として大活躍し準優勝

標記の大会が、2 月 29 日に愛知県名古屋市の日本ガイシホール特設弓道場にて行われました。世界 25 ヶ国から総勢 157 名 36 チームが参加。西田友樹選手（奈良県）が日本代表 B で出場し、予選・決勝トーナメントと熱戦を繰り広げました。奈良県からも多くの応援団が駆け付け、会場は熱気に包まれました。

【西田選手のコメント】

愛知県名古屋市で開催された第 4 回世界弓道大会に出場させて頂きました。



日本ガイシホール

昨年 12 月の東京での最終選考会から 2 ヶ月弱の短い期間でしたが、非常に内容の濃い 2 ヶ月を過ごしました。

大会前日は、橿原支部の練習で一手引いてから名古屋へ出発しました。会場へ到着後のミーティングで B チームはメンバー交代があり、立で合わせたことの無い 3 人で引くことになりました。公式練習も 8 中と振るわず、なんとも言えない状態でした。

当日を迎え、久保田監督から「入場から肩に力が入っているから、リラックスしなさい」とのお言葉を頂き、メンバー 3 人で「リラックス」と声を掛け合って入場していました。

予選 1 回目で 12 中が出たことで緊張も取ることが出来ました。予選 2 回目は 10 中でしたが、まさかの予

昇段おめでとうございます

第 4 回地連審査会において次の方々が昇段されました。

(3 月 17 日開催 橿原公苑弓道場
ロート奈良弓道場)

四段

太田 麻由さん (郡山支部)

森田 梨詠さん (石打支部)

おめでとうございます。 (事務局)

選 1 位通過することができ、驚いていました。

トーナメントも進み、決勝は日本 A チームと対戦することになり、控えて「12 中で競射までいこう」と A、B チームで話していました。結果はご存知の通り、12 中对 11 中で惜しくも準優勝で終わりました。

「もう終わっちゃったのか」と思うくらい楽しく弓を引くことができました。



最高の舞台 仲間とともに

今回の代表選手の中では最年少でしたが、年齢関係なく全員の仲が良く、楽しく練習ができたので、練習が辛いとは全く思いませんでした。

この 2 ヶ月間は仲間同士で良い競争相手でしたが、これからは敵同士になるため、国体で対戦することを目標に練習をしていきます。

応援して下さった皆様ありがとうございました。

(橿原支部 西田 友樹)

スポーツ文化ツーリズムアワード 2023

特別賞(武道ツーリズム賞) 受賞

『外国人観光客向け本格的弓道体験～古の都奈良で武士の魂にふれてみよう～』

スポーツ文化ツーリズムアワードは、スポーツ庁、文化庁、観光庁がスポーツや文化芸術の魅力を国内外に発信し、訪日外国人旅行者の増加や国内観光の活性化を図るための政策連携の取り組みとして 2016 年から行われています。今回は第 7 回で全国から 26 件の応募があり、7 件の受賞の一つに選ばれ、令和 6 年 2 月 2 日に東京で 3 庁主催のシンポジウムの場で表彰されました。この事業は、5 年前から弓道場の管理している一般財団法人の奈良市総合財団と実施について検討され、令和 5 年 4 月から本格実施されました。ちな



表彰式(スポーツ庁長官 室伏広治氏)

みに 4 月から 12 月までに 28 か国、133 名の体験があり、一般会員との交流も図られ、和気あいあいと行われています。



奈良市長表敬訪問報告

(奈良支部 新司 正人)

称号者研修会

射品・射格、体配とは 何気ない動作を再確認する

標記講習会が橿原公苑弓道場にて、須田三郎先生、西浦範光先生に講師をしていただき開催されました。

《錬士六段、教士の部 (2 月 17 日)》

錬士六段、教士が対象で、13 名の参加。テーマは、「呼吸・伸び合い・気力」でした。

◆開会式

西中会長より、「本日の研修会は体配を中心に行うが、自分のことだけを学ぶのではなく、どういう指導を受けるのか、また自身がどういう指導をするのかを勉強していただき、これからの役に立てていただきたい」

須田先生より「体配を中心として集中した一日にしたい。二度と体配で注意を受けることがないように学んでいただきたい。」との御言葉がありました。

◆須田先生講話

○奈良県弓道連盟発足は、昭和 25 年 7 月に井上嘉三郎先生が始められ、伊藤登先生、昆布富明先生、井上哲夫先生が第一期、第二期として吉本清信先生、西中会長、次年度から会長になられる阪中先生を中心に皆さんで作りに上げていく時代が第三期と思う。○第三期を迎える我々に課せられた大役は、指導者として後世の者を育成していき、足腰の強い他府県に負けない連盟を育てていかななくてはならない。

◆一手行射後講評

須田先生：気力はあったかもしれないが、殆どの人に伸び合いがない。

○射技に気を取られて体配が疎かになっているのか、体配に気を取られて射技が疎かになっているのか、体配・射技とも中途半端に見える。

○揃わないのは呼吸ができないから。これではいつまでたっても審査は通らない。

○吐く息をしっかり意識すること。現在、二息は入場(2 番目以降)のみである。三息を意識して行うこと。

○『教本第一巻』62 ページの「動作の注意点」については、暗記するほど頭に叩き込むこと。

○三年の間に昇段、昇格できることを目標としてほしい。そして国スポのときには、ここにいる全員が阪中先生を支えていけるようお願いしたい。

西浦先生：

○もう一つ上を目指すには、ちょっとした事に気を配ること。射品に関わってくる。

○上段になると周りから注意されなくなり、かなり自分で気を付けないといけない。

◆射技指導(入場や肌脱ぎ、襷がけ、肌入れ、襷外しも場内で行い体配も研修)

<主な注意> ・短い動作は短い呼吸で。・本座での揖はひと息吐いてから。・打起しからの流れを大切に(間延びしない)。・表情は柔らかく。力みがないように。

◆受審体験発表 綿松昭寛受講生・白井礼子受講生

「受審の体験と今後の抱負」六段から教士合格までのご自身の状況、体験、今後の取り組み方などを発表。白井受講生から、提出論文は「射品射格の向上を図るためにはどのような修練が必要か」であったことを受

け、須田先生から、「射品射格」という言葉が初めて掲載された弓道誌（平成5年12月頃）の紹介がありました。

◆一つの射礼研修

<注意点>・弓倒しの速度と物見返しの速度（呼吸に合わせる）・本座から射位はどの射場でも同じ距離。補正しなくてもいいように体に覚えこませる。・矢番え動作のとき、甲矢を送り込むときの右肘が生きていれば乙矢が内側に入ることはない。甲矢を送り込むときに乙矢が内側に入らないよう注意。

◆閉会式

須田主任講師：この一年は、自分の体配について不十分なところを徹底的に直し、支部の皆さんに反映されるように指導してください。当初の目的であった伸び合いはまだまだ不十分。今日の講習を生かして成果を上げてください。

西中会長：講習会と研修会には違いがある。研修会では、テーマはあるがそれだけでなく自分の課題を持って臨んでこないといけない。そこでどう勉強するかが研修会である。

《錬士五段の部（2月18日）》

錬士五段が対象で13名の参加。テーマは、「呼吸・十文字・一線の残心（残身）」でした。

◆開会式

講師の須田先生より「本日の目標は昨日につづき体配を普段の練習では学びにくい細かいところまで学んでいただきたい。また射技については、残心（残身）とそのための会の構成について、いかにして会を充実させ残心（残身）に持っていくか、を考え実践していただく。」とのお言葉があり、最初から身の引き締まる思いでした。

◆一手行射後講評・講話

須田先生：

○射は身体周遷必ず礼に中り・・・の「礼」とは「禮」すなわち神様の存在するところ、射位で神様に捧げる射ができていないか。中っても中らなくても精一杯披露する、望む気持ち。精一杯やった結果に悔いがない、良くも悪くも満足感。精一杯練習でやったという気構え、気持ちが一手行射では感じられなかった。目づかいも。昔、歩行の練習では「土踏まずを平行に進みなさい」といわれた。

○先輩方からの指導を受け身でいるだけではないか。
○体配と射技は車輪の両輪である。我々は「武道弓道」をめざしている。体配はやればきちんと結果が見える、今年1年教本に則り体配をしっかりとしてから射技にかかる。今日一日ではできないが支部に戻り練習を繰り返す。

○『教本第一巻』62ページにある動作の注意点にある「気合、生気体、入場ではお願いします、頑張るぞ、やるぞ、の気持ちを持つ。」「胴造り、腰で入場する。」「目づかい、2m・3m・4mをきっちりする。キョロキョロしない。下を向かない」「呼吸、三息と二息（礼・揖）」「残心（残身）、呼吸に合わせてやる、きちんとやる。」これらを意識した練習を、1年かけて確実にやりなさい。

西浦先生：

○射品・射格について、どこから生まれてくるのか、考えたこと（意識したこと）はあるか、吉本先生が常々言われていた「無駄な動きをしない」とはどんなところか。

○例えば、取懸けの時、矢番えの時、肘の意識をしているのか、無駄な動きは目立つ。肌脱ぎ・襷がけで顔が動く等、普段から顔が動かないよう練習する。ちょっとしたことが見た目に違ってくる。射に反映されてくる。

○入場の時から「武の構え」を執ることで姿勢が変わってくる。当たり前に行っていることがいざという時できていないので、普段からきちんと見直す、やり直すことが大切です。これらは意識すればできるものです。

○何十年とやり続けていく中で、少しずつ違いが出てくるため一人稽古はしない。人に見てもらってわかることもある。互いに指摘しあえる仲間を作ることです。普段何気なくやっている動作を、もう一度確認しながら練習しようとする意識が大切です。

◆射技指導、受審体験

その後は射技指導で一人ずつ丁寧な指導を受けました。揚田受講生、乾受講生お二人の受審体験発表をお聞きして午前の部は終了しました。

◆模範演武、演武、仕上げの持的射礼

午後からは藤岡順先生・綿松昭寛先生・吉本清巳先生の教士3名による一つの模範演武から、須田先生より見取り稽古は自身の呼吸を合わせて見るようにとの

お言葉がありました。

一手行射では立ち順を変えて二回、射技指導もしていただきながら行いました。仕上げは持ち的射礼・取懸けの間合いにて行い、研修は終了しました。



◆閉会式

須田主任講師：本日、六段を受審してもいいと思われるのは数名しかいなかった。射技では縦横十文字もきちんとできている、両肩もそろっている。体配での呼吸の乱れもあるので一年かけて取り組んでほしい。弓道誌平成5年12月号に「射品・射格」の何を指して修行しなければならないのか、丁寧に書かれています、参考になります。

西中会長：元気がなく自信のなさが体配に現れている。気合の入った元気のいい射、教士先生方の演武で見せてもらったような勢いのある射を目指してほしい。

長時間にわたりご指導いただいた先生方、およびお世話いただきました指導部の方々、ありがとうございます。

記録係：高倉・安住受講生（錬士六段・教士の部）

榎田・八木受講生（錬士五段の部）

提出された記録より指導部にて編集いたしました。

（指導部 吉本 清巳）

第51回近畿教職員弓道大会

久しぶりに橿原の地に近畿の教職員が集う

標記大会を小雨降る2月23日（金、祝）橿原公苑弓道場にて開催しました。参加者は近畿各府県から66名が集い、各12射の合計的中数で団体、個人の部で順位を競いました。昨年は滋賀県で、その前年はコロナの関係で中止となり、奈良県橿原市での開催は久しぶりの大会となりました。結果は以下の通りです。

男子団体

第3位 奈良県C（20中：奥田・城本・中西）

女子団体

第3位 奈良県A（18中：小西・清水）

個人戦男子 優勝 奥田 章人 11中（四段以上）

個人戦女子 2位 小西 徳子 9中

3位 清水 美千代 9中

奈良県の先生方は各部門で素晴らしい成績を残されました。来年度も2月23日に橿原公苑弓道場にて開催を予定しています。（教職員 土谷 尚敬）

地連審査講習会（三段以下）

立形式、失の処理、坐射体配など熱心に取り組む

2月25日（日）、橿原公苑弓道場において地連審査講習会が行われました。参加者は午前25名、午後28名（支部毎に編成）。講師に西中会長及び阪中理事長をお迎えし、体配の指導については指導部役員も担当させていただきました。

午前・午後とも立ち形式の研修に加え、無級～三段までは失の処理や坐射体配の研修、参段は射技研修と盛りだくさんのプログラムでしたが、大前の心遣いや曲がる位置等、受講者のみなさんは終始熱心に取り組まれ、最後にはそれぞれがレベルアップされた姿が印象的な講習会でした。

閉講式においては、「時間に遅れないこと（予定が早まる可能性もある）、忘れ物をしないこと、箭の太さも確認しておくこと」等、審査に向けた留意点についても解説がありました。また、審査部からの情報提供として「マスクを着用している場合は矢枕落ちに対応し辛い場合、修正については無理をしないこと、競技における行射の間合いと混同しないこと、着装をきちんとして入場すること」等について紹介があり、受講生も聴き入っておられました。

西中会長からは、失敗を恐れず思い切って挑む姿勢の重要性についてお話がありました。受講生の皆さん、思い切って頑張りましょう。良い演武となりますよう心より祈念いたします。

（指導部 大西 洋亮）

編 | 集 | 後 | 記

西田選手、世界大会準優勝、本当におめでとうございます。あのような大舞台で、しかも日本代表という立場にもかかわらず堂々とした姿は、見ている人に感動を与えたと思います。大会の様子は全日本弓道連盟のYouTube公式チャンネルで見ることができるので、ぜひ、ご覧になってください。（編集 中西 省五）