

# 奈弓連だより

通巻 273号

令和6年11月号

発行 奈良県弓道連盟

会長 阪中計夫

編集担当 松澤和実 中西省五

連絡先：[henshu@narakyudo.jp](mailto:henshu@narakyudo.jp)

## 第2回中央審査講習会

### 課題に対する取り組み方を再考

10月20日、橿原公苑弓道場において、第2回中央審査講習会が行われました。講師に教士八段須田三郎先生、教士七段西浦範光先生をお迎えし、26名が参加しました。

開講式では須田先生から「最初の一手行射を審査本番のつもりで、全身全霊をこめて引いて欲しい」というお話があり、受講生は束中を目標に一手行射に臨みました。一手行射の後、講評、射技研修（錬士五段・錬士六段）、持ちの射礼研修（五段）、一つの射礼研修（教士六段）が行われました。午後からは射技研修、仕上げ行射という内容でした。



一手行射

### 一手行射の講評

#### ●須田先生

- ・右肩の詰合い、肩と手首の関節がはまっていないから手先で引いてしまったり弛んだりする。
- ・入場の時から胴造りが悪く、本座でも腰が入っていない。男性なら袴の腰板がついているように。足裏から縦線をつくり、腰、肩、物見までがつながっていくように。
- ・上段になれば、課題について自分で考え、言われたことは自分で咀嚼し、判断し、解決策を見出してほしい。

#### ●西浦先生

- ・離れて弓手を真っ直ぐに押し出している人は少なく、切り下げている人が目立つ。的中ばかりを追い求めてもだめだが、現実には中らないと合格しない。
- ・全日の選手の射を見て、感心するだけで終わらず、真似から入ってもよいので「自分の理想をもっと目指す」という意気込みがあってほしい。

- ・入場時に顔だけが国旗に向いていて足は正対していない人がいる。
- ・弓倒しでは拳が前になりがちで、肘が落ちて張りが弱い。縦線と肘を生かすように意識をすること。受講生の一人として、自分の課題に対するこれからの取り組み方についても考えなおす講習会となりました。先生方の思いとご指導を無駄にすることのないよう、修練に励みたいと思います。一日ご指導いただきました須田先生、西浦先生、ありがとうございました。（指導部 越智 和子）

## 第75回全日本弓道遠的選手権大会を終えて 決勝は気力と体力の勝負である

今回の全日本遠的選手権大会は、2022年に国体の会場となった、栃木県のユウケイ武道館にて10/25～27に行われました。立派な会場に、只々驚きと感動で、ここで引かせていただける事に嬉しさと緊張で胸一杯になりました。



公開練習の様子

開会式までの公式練習では、時間ギリギリまで調整しましたが、思うように矢所は定まりませんでした。9月末位からは練習をする機会もなく、練習不足は仕方がないので「さあ、どうする？」となりました。「縦線と残身、そして若々しい射をしよう！それしかない。」予選では、縦線を意識して入場しました。いざ射位に立って引き分けに入ると足と体が震えだし、縦線を保つことに必死でした。最後の6本目は力尽きて残身も崩れましたが、5中で予選を通過することができました。

翌日の決勝の控え室は、前日の和気藹々とした話し声

も少なく、緊張感が漂っていました。一手5回は気力と体力の勝負であることはわかっていました。2回目までは予選の時のように引けた気がします。的中が出たので欲が出たのかもしれませんが。3回目は、会もなく完全に崩れてしまい、立て直せたのはやっと5回目。つくづく自分の射と精神力の弱さを感じました。

今回も結果は出せませんでした。学ぶところはたくさんありました。優勝された成年女子の京都の山口選手の淡々とご自分の射を貫いておられた姿は立派でした。

栃木のお天気は曇りで、朝夕が肌寒いくらいの過ごしやすい気温でした。



武道館入口にて

奈良県勢は、3泊4日の栃木にての大会を無事に終えました。残念ながら他の3名の予選通過はなりませんでしたが、それぞれにまた次の目標を胸に、奈良に帰ってきました。宇都宮では、皆でいろいろな餃子（焼き、水、揚げ）をいただきました。おいしかったですよ。

全日本遠的選手権大会は、他県の選手と交流する機会があるので、他県の遠的練習の状況などを聞くこともできました。奈良県のたくさんの選手が全日本遠的選手権大会に参加できるよう、設備を整えた遠的の練習場所の確保が必要であると思いました。

皆さんの応援、本当にありがとうございました。

(錬弓会支部 白井 礼子)

### 近的選手権大会兼オンライン全国弓道大会選手選考会 男子 松本選手、女子 鷲尾選手が優勝

11月3日(日)、橿原公苑弓道場において近的選手権大会兼令和6年度オンライン全国弓道大会の選手選考会が行われました。爽やかな秋晴れの空のもと、104名が参加し、12射で行われました。

大会の結果は以下のとおりです。

### <近的選手権>

成年男子

- 1位 松本 信一 (橿原)
- 2位 藤岡 順 (郡山)
- 3位 今西 達也 (五條)

成年女子

- 鷲尾 佐和子 (錬弓会)
- 長濱 有美 (橿原)
- 栄島 なるみ (奈良)



前列 1位、後列内側から 2位、3位

### <都道府県対抗弓道大会>

#### 選手候補

- |              |            |
|--------------|------------|
| 今西 達也 (五條)   | 長濱 有美 (橿原) |
| 松本 雄介 (奈良)   | 瀬戸 雅弘 (生駒) |
| 林 秀子 (橿原)    | 中川 亨 (奈良)  |
| 鷲尾 佐和子 (錬弓会) | 衛藤 博史 (橿原) |

監督 藤岡 順 (郡山)



選手候補の皆さんと監督(前列右)

(競技部 多田 昌世)

### 県連講習会 50歳以上 四段五段の部 目標とする称号・段位を目指して

11月4日(月・祝) 橿原公苑弓道場において行われました。主任講師に教士八段須田三郎先生、講師に教士七段西中正先生をお迎えし、26名が参加しました。

#### 一手行射の後の講評

##### ●須田先生

\*自分で自分の体配はできていなければいけない。それぞれができていいるから初顔合わせ

でも呼吸があう。

\*足踏みして射位で初めての的を見る。大きくみえるは

ずである。

- \*胴作りをしっかりとする。腰が揺れてはいけない。
- \*打起して高く上げすぎて、引き分けで右手が強すぎ矢が水平でなくなっている。
- \*残心が良くない。丹田を意識して息を吐きながら打起しをしてみる。
- \*一番大事なのは呼吸である。呼吸を意識して動きと一致している人は雰囲気がある。
- \*普段の練習で人に見てもらい、「こうなってるよ」と言われたら自分で直す。

#### ●西中先生

- \*入場から自信なさげである。前の人の足元を見ているので視線が低い。
- \*本座に行く時も先導が後ろを引っ張っていない。後ろと間が空いてしまう。呼吸で合わせると上手くいく。後ろに目がある動きをしないとけない。
- \*男性の肌脱ぎでは着物がはだけ過ぎである。
- \*矢つがえが素人のように弦を引っ張って入れている人もいる。
- \*体配が形だけで生かしていない。
- \*もっと胴作りを意識して縦線を生かし、両肩を動かさない。弦調べにおいても視線が大きく動くので頭を動かさない。無駄な動きが気になる。
- \*ほとんどの人は手の内が出来ていない。親指は指で押しているが手の平で押す。下3本を握り込んでしまうが外へ張り出すように働かせる。
- \*体の中で一番働かせるのは背中。打起しから背中を使い大三角も背中で受ける。

その後、前射場では須田先生に射技指導を、後ろ射場では西中先生に持ち的射礼をご指導頂きました。一射一射丁寧に見てくださり貴重な時間を過ごせました。最後に今日一日学んだ事を確認しながら仕上げ行射に臨みました。



射技指導、持ち的射礼の研修

朝の挨拶の時に須田先生から「受講したら何となく上手くなるのではないかと、言うのは違います。自分の中で活かす(咀嚼する)ことが大事です。」とお話をされました。今日学んだことを活かせるようにこれから日々の練習の中で試行錯誤をしながら前に進んで行きたいと思いました。

それからYouTubeのご紹介がありました。本多政和範士、川村光良範士、吉本清信範士の先生方によるこの道場での一つの射礼です。『胸を開く射』を、これを見て勉強してください。と課題を頂きました。

受講生ひとりひとりに真剣にお付き合いいただき本当にありがとうございました。

講師の先生方、阪中会長、指導部の先生方、このような学びの機会を頂いたことに感謝いたします。

(檀原支部 向 恵)

当日私は、指導部として運営に参加しました。向さんをはじめ受講生の皆さんが熱心に研修に取組まれている姿をみて「自分も弓を引きたいな・・・」とウズウズしながら・・・羨ましく思っていました。

最後に、後日講師より受講生に向けてのコメントをいただいています。

今回は全体に、射技・体配の基本を大事に学ぼうとする姿勢が感じられ、大変落ち着いた雰囲気の中かで研修を進めることができました。それぞれが受けられた不十分な点の克服に、全力で取り組まれることで、一層の飛躍を期待しています。

(指導部 東中 千佳)

## 第 69 回檀原市民体育大会

### 各部門で白熱した競射、見ごたえのある大会に

10月14日(月・祝)、秋晴れの下、標題の大会を開催し、中学生57名、高校生30名、一般40名と多く方に参加いただきました。なお、近的競技は例年通り檀原公苑弓道場で実施しましたが、テニスコートが檀原公苑再整備の関係で使用出来なかったため、高校生の部・一般の部の遠的競技は、万葉の丘スポーツ広場に移動して実施し、中学生の部は、10月26日(土)に檀原中学校運動場で実施するという変則的な形となりました。多くの部門で白熱した競射が行われ、一般女子の1、2位競射は、射詰8本目でも決まらず、最後は遠近競射で決めるなど、見ごたえのある大会となりました。

結果は以下のとおりです。

**【中学男子】近的**

- 1位 中島 啓秀 (檀原)
- 2位 森内 郁斗 (檀原)
- 3位 西尾 直翔 (檀原)

**【中学女子】近的**

- 1位 辻本 朱里 (八木)
- 2位 西川 史桜 (檀原)
- 3位 松室 奏音 (大成)

**遠的**

- 坂本 郁人 (大成)
- 中村 迅 (檀原)
- 中島 啓秀 (檀原)

**遠的**

- 喜多 彩葉 (八木)
- 西川 史桜 (檀原)
- 森川 音和 (八木)



中学生 近的 入賞者のみなさん



中学生 遠的 入賞者のみなさん

**【高校男子】近的**

- 1位 佐々岡 隼杜 (畝傍)
- 2位 池内 航 (畝傍)
- 3位 丹喜 仁一朗 (畝傍)

**【高校女子】近的**

- 1位 岡橋 悠 (畝傍)
- 2位 西川 颯姫 (畝傍)
- 3位 中井 千尋 (郡山)

**遠的**

- 佐々岡 隼杜 (畝傍)
- 森 陸斗 (畝傍)
- 都築 陽信 (畝傍)

**遠的**

- 関本 恋奈 (郡山)
- 大内 真琴 (畝傍)
- 渡邊 さや (畝傍)



高校生 入賞者のみなさん

**【一般男子】**

- 1位 西田 友樹
- 2位 角田圭一郎
- 2位 盛山 智貴

**【一般女子】**

- 長濱 有美
- 前川なつき
- 原田 温美

**【オープン】**

- 林 秀子
- 高岡 信
- 稲上 芳慈子



一般、オープン 入賞者の皆さん

(檀原支部 野村 真)

**第43回全国高等学校弓道選抜大会兼第32回近畿  
高等学校弓道選抜大会県予選  
全国大会への切符は桜井高校(男子)と高田商業  
高校(女子)に**

標記の大会が、1次予選は10月26日27日に、2次予選・決勝は11月2日に檀原公苑弓道場にて開催されました。個人の1次予選は各自8射5中以上で予選通過とし、男子26名・女子20名が通過しました。結果は以下の通りです。

**<個人結果>**

**男子**

- 1位 藤田 悟瑠(桜井)
- 2位 岡田 晴登(高田商業)
- 3位 杵本 大知 (国際)
- 4位 森 陸斗 (畝傍)
- 5位 豊内 陸 (桜井)
- 6位 岩井 欄丸(畝傍)
- 7位 佐々岡 隼杜(畝傍)
- 8位 片岡 大翔(県大附属)

**女子**

- 上村 遙 (桜井)
- 関本 恋奈 (郡山)
- 西手 一花 (桜井)
- 岡本 ひなた(桜井)
- 藤本 詠深 (桜井)
- 橋本 朋佳 (畝傍)
- 太田 明里(法隆寺国際)
- 神橋 侑奈 (檀原)



男女とも左から1位

## <団体結果>

予選通過 8 校を 4 校ずつ 2 リーグに分けて総当たりのリーグ戦を行い、上位 2 校ずつで決勝トーナメントを行いました。

## <男子団体>

### 男子Aリーグ

1 位	桜井	3 勝 0 敗	24 中
2 位	高田商業	2 勝 1 敗	21 中
3 位	県大附属	1 勝 2 敗	17 中
4 位	橿原	0 勝 3 敗	17 中

### 男子Bリーグ

1 位	畝傍	3 勝 0 敗	29 中
2 位	法隆寺国際	1 勝 2 敗	18 中
3 位	奈良	1 勝 2 敗	15 中
3 位	五條	1 勝 2 敗	15 中

## <男子決勝トーナメント・3 位決定戦結果>

- 1 位 桜井** 準決勝 8 中 決勝 11 中  
(豊内 陸, 今中 悠聖, 東久保 勇信, 井上 修助)
- 2 位 畝傍** 準決勝 8 中 決勝 10 中  
(佐々岡 隼杜, 森 陸斗, 岩井 欄丸, 森川 琥太良)
- 3 位 高田商業** 準決勝 7 中 3 位決定戦 10 中  
(吉村 琉生, 植木 愛翔, 岡田 晴登, 横谷 日陽輝)
- 4 位 法隆寺国際** 準決勝 6 中 3 位決定戦 5 中  
(柳川 巧弥, 相坂 真皓, 楳田 陸翔, 矢野 正宗)



前列左から 1 位・2 位 後列左から 3 位・4 位

## <女子団体>

### 女子Aリーグ

1 位	法隆寺国際	3 勝 0 敗	20 中
2 位	橿原	2 勝 1 敗	14 中
3 位	宇陀	1 勝 2 敗	8 中
4 位	奈良	0 勝 3 敗	13 中

## 女子Bリーグ

1 位	畝傍	3 勝 0 敗	20 中
2 位	高田商業	2 勝 1 敗	21 中
3 位	桜井	1 勝 2 敗	21 中
4 位	青翔	0 勝 3 敗	14 中

## <女子決勝トーナメント・3 位決定戦結果>

- 1 位 高田商業** 準決勝 12 中 決勝 8 中  
(小松 美桜, 多留 萌唯沙, 森 綺羅羽, 和田 莓果)
- 2 位 畝傍** 準決勝 7 中 決勝 7 中  
(森本 真歩, 川西 希花, 竹内 杏, 岡橋 悠)
- 3 位 法隆寺国際** 準決勝 3 中 3 位決定戦 7 中  
(西岡 雨美, 北村 花菜, 太田 明里, 萩原 紗良)
- 4 位 橿原** 準決勝 6 中 3 位決定戦 5 中  
(乾 つみき, 新家 小春, 神橋 侑奈, 吉井 友菜)



前列左から 1 位・2 位 後列左から 3 位・4 位

男女とも団体 1~4 位・個人 1~8 位を表彰し、団体 1 位・個人 1 位と 2 位は、12 月 25~27 日に四日市総合体育館（三重県）で行われる、第 43 回全国高等学校弓道選抜大会に出場します。

団体 1 位~3 位・個人 1 位~6 位は、11 月 23 日・24 日に兵庫県立弓道場（兵庫県）で行われる、第 32 回近畿高等学校弓道選抜大会に出場します。

(高体連 布施 慈人)

## 編 | 集 | 後 | 記

全日本弓道遠的選手権大会に加え、橿原市民体育大会と遠的に関する記事が掲載されています。現在、橿原公苑のテニスコートは、体育館の建て替えに伴う文化財調査のため利用休止となっており、これまで以上に遠的に取り組みにくい状況となっています。奈良県においても、より気軽に遠的もできて弓道に親しめる施設があるといいですね。(編集担当 中西 省五)