

令和 5 年 10 月 1 日発行 第 21 号

成田剣道連盟だより

発行：成田剣道連盟 広報委員会

Tel： 0476-42-6294

前号より少し時間が経ちましたが、今回役員改選による挨拶、表彰関係、昇段審査の寄稿文、大会結果などを紹介いたします。

「成田剣道連盟のますますの発展のために」

理事長 小林尚夫

令和 5 年度の役員改選により、新しい役員が重責を担うこととなりました。成田剣道連盟の会員の皆様にはますますのご支援を頂ければと思います。また、今までご尽力を頂きました旧役員の方々には厚く御礼いたします。今後もしばらくご支援ご助言を頂ければと思います。

私の役職は、組織全体のバランスをとる理事長です。成田剣道連盟に所属したのは 28 歳の時、滝口正義先生が会長の時 36 年前になります。その間に多くの剣友会が発足し成田剣道連盟も大きくなるともに充実してきました。しかし、それぞれの団体で抱える課題もあるのではないのでしょうか。少子化による剣道人口の減少、活動場所の確保、運営経費などについて、各団体と連絡を取り合いより一層円滑な活動が行えるように組織を整えていければと考えています。

さて、剣道を行うに当たって何を求めているのでしょうか。子供、保護者、指導者、剣道愛好家、それぞれの立場で思いは様々で違いがあると思います。しかし剣道の理念では「人間形成の道である」とあります。剣道を始めると子供たちは純粋で、先生方の言葉を素直に吸収しています。ある剣友会で拝見した子供たちの美しい姿を紹介します。

稽古が終了し、整列正座、面を取れの号令、両手で面紐を引き、解けた紐を束ねて整える、左手で紐と面を持ち手拭いで面の中の汗を拭き取る、その後額の汗を拭きとる、そして静かに小手の上に面を置く。小学生がこの一連の動作を淡々で行う姿が美しく、指導者の方々が正しい剣道を指導されていることに感動するとともに、素晴らしい指導者と巡り会えた子供たちは幸せだなと思いました。そして、自分自身の戒めにもなりました。

成田剣道連盟は、正しく子供たちを導ける組織であり続けたいと思います。今後とも連盟発展のために会員の皆様方のご協力をお願いいたします。

「広報委員会の編集員交代のお礼と功労賞受賞のご報告」

印西市 北総中央剣友会 会長 菅原信夫

成田剣道連盟の役員が新しくなりましたのでこれを機に広報の編集員を交代させていただくことにいたしました。平成 23 年に成田剣道連盟だよりの第一号を発行してから 12 年。20 号を発行いたしましたので、きりが良いところに至った気がします。これまで「連盟便り」に寄稿していただきました皆様方に御礼申し上げます。今後も引き続き新しい体制のもとの広報活動に対しましてご支援をいただきますようお願いしております。

この機に合わせた、ということでないでしょうか先般千葉県剣道連盟より「功労賞」をいただきました。以前に某剣友会の某先生が功労賞を受賞したときに連盟便りへの寄稿のお願いにご挨拶させていただきましたが、その時は「この先生、すごいな」と感心したものです。まさか自分がそれをいただけるとは思っていませんでしたが、これもひとえにまわりの先生方のおかげと感謝いたしております。

40 の手習いのように始めた剣道で、友人たちにも自分が剣道をやっているなどと言えませんでした。最近「ご趣味は」と聞かれて「剣道です」と言えるようになってきました。これからも長く剣道を続けられれば幸いです。



「少年剣道指導者感謝状の受領にあたって」

印西市 直心剣友会 菊地泰市

この度、県剣道連盟より少年剣道指導者感謝状を受領いたしました。ご推薦に御礼申し上げます。

直心剣友会へは故祖父江さんのお誘いにより、25年ほど前に入会しました。現在に至るまで多くのよき仲間めぐり合い、ともに指導できたことに心より感謝申し上げます。たくさんの楽しい思い出と、皆さんとの絆が私の貴重な財産になっております。

現在は年代会長を中心にチームワーク良く会を運営しています。花島さんのご尽力でHPも見易く充実し、子供たちは13名在籍しております。低学年が多く、いよいよ孫の世代の指導に差し掛かりました（笑） これからの成長が楽しみです。

千葉市に越したこともあり指導は週に1度が精一杯の現状です。少ない機会ですが、子供たちの心と体の成長を助力できればと思います。

「剣縁」と申しますが、剣道を続けてきたことで皆さんとの出会いを得ることができました。

これまで私を指導いただいた多くの先生からの御恩に改めて感謝申し上げ、少しでも多く恩返しができますよう今後も微力ながら指導と精進を重ねてまいりたいと存じます。



前回の連盟だより発行以降今号までの間に六段、七段に合格された方々の寄稿文をご紹介します。

この度、令和4年8月新潟にて七段を頂きました。初めての七段審査ではございましたがこれまでご指導頂きました諸先生方に感謝申し上げます。特に石塚美文範士（元大阪府警主席師範）には国内外において多大なるご指導を頂きました。

また、普段から私に剣道を教えてくれる慈心塾の子供達にも感謝しております。

私は審査というものにあまり拘ったこともなく、普段1回の稽古をどれだけ濃密なものにするかを追求していました。その中で改めて「面打ち」「切り返し」の重要性を再確認いたしました。

周りからは「まだまだ未熟だ」とのお声をたくさんいただきましたが、あくまでもいつ何時も「自分の剣道を全うする」これに尽きると思います。また当時合格させて頂いた日、お電話にて恩師である川邊慎一先生（佐倉市剣道連盟会長）からもこれからは人間形成の始まりだと激励も頂き私はまだまだ修行の身であると再確認させて頂き更に身が引締まりました。

私が求めているのは「強い剣道」ではなく「美しい剣道」にあります。こういった考えになったのも海外で活動していくにあたりやはり強さや結果を求めるばかりで「基本」がまるで無視されているかのような KENDO が繰り返られていたからです。

「井の中の蛙大海を知らず」とは本当にそうであり、そのきっかけをくれたのが同級生でもある石塚一輝氏（石塚美文範士のご子息）とマレーシアのクアラルンプールにてマレーシア女子剣道界のパイオニアとも言うべき Aimi Mohammad Sabri さんです。

Aimi さんは大切な友人でもありライバルという関係でもあります。彼女が運営する「愛剣道会」は常日頃からメッセージや動画等のやり取りで情報交換を行っております。最近では少年剣道も開始され慈心塾と提携もし、今年に入り 2 回も交流会が行われました。また先日ではありますが来年の世界選手権に向けてマレーシア女子代表の日本合宿でも臨時コーチをさせて頂きました。やはりそこでも「面打ち」「切り返し」の徹底でした。

これからも「美しい剣道」と「本当の基本」というのを追求しながら稽古に励もうと思います。

最後に私の様な人間に関わり支えてくださっている全ての方に感謝申し上げます。この度は本当にありがとうございました。



さる令和4年11月に東京八王子市総合体育館で行われた審査会におきまして七段に合格致しました。これも今まで稽古を頂きご指導くださいました成田剣道連盟の先生方並びに宝田錬武館の飯田館長はじめ先生方・剣友の皆さまのお陰と感謝いたします。

私が剣道を始めたのは出身の北海道の高校時代からで勝負が優先と思って試合の為に稽古をしていたような記憶があります。社会人になってしばらくの間辛い稽古から逃げるように剣道を避けていましたが、子供の習い事として現在の成田市下総地区（旧下総町）で剣道教室がある事



を聞いて子供と一緒に再び剣道を始め、成田剣道連盟に会員として登録させて頂き、普段の自分の稽古は宝田錬武館に通うようになり現在にいたっています。

成田に来てからは5段、6段、7段を頂きました。成田に来たお陰でここまで昇段できたと思っています。勝つための剣道から全く変わり心の修行からの再スタートになったと感じました。着装、姿勢、発声という所に重点を置くようにと先生方に指導を受け、特に打ち急がない我慢が何より大切である事を身をもって感じる指導を受けました。

七段は夢の夢とっていました。特にコロナ騒動で稽古に制限多くもう六段でいいかなと思っていた矢先、飯田館長から七段に真剣に挑戦するように言われ制限付きの稽古を行いました。そろそろ今年は受けてみなさいと館長に言われた令和4年は基本的な稽古を行いました。また書物として「審査員の目」を何度も読み生前斎藤先生が着装を厳しくしてくれたのを思い出しました。

瞬発力を付ける事や体力を付ける一つにスクワットを毎日200回必ずやるようにして仕事上歩くことが多いので最低1万歩を目指して動いていました。

審査当日は前日に館長から「ここぞとおもったら身を捨てて打つこと」と指導がありそれを実践することに集中して挑みました。当日の立ち合いは2回とも面を頂き満足な立ち合いでした。立ち合いの後で、そんなに甘いもんじゃないよなあと思っていたら、私の番号を見た係員が慌てて早く並ぶよと呼ばれてしまいました。最後は気を抜いてしまった感じです。

今後は七段に相応しい剣道を目指し、一層精進して行きたいと思います。更に剣道を通じ恩返し出来るようにしたいと思いますので、変わらぬご指導・ご鞭撻のほど宜しくお願い申し上げます。

令和4年11月19日、東京都で開催された七段審査会にて昇段をさせて頂きました富里剣友会所属の萩原剛と申します。この場をお借りして、日ごろ御指導していただいております成田剣道連盟の先生方、稽古に参加させていただいている富士スポーツ少年団の皆様、そしていつも一緒に基本打ち・稽古をしてくれる継錬会の仲間々に心より感謝申し上げます。



今回、成田剣道連盟事務局より「昇段までの思い・稽古について」寄稿をお願いされましたので参考になるか不明ですが、自分の稽古方法等を綴らせていただきます。

まず、普段の稽古で主に心掛けていることをお話しさせていただきます。

○基本打ち・応じ技の稽古を絶やさない

⇒ 基本打ち・応じ技で技の練度を上げなければ、有効打突は打てない。

○指導・指摘していただいたことは、次回の稽古までに修正する

⇒ 寝る前にその日の稽古を振り返り反省。稽古に行く前にもう一度振り返り、稽古前に姿見で修正箇所を確認する。また、指導・指摘してくださった先生と稽古した際には、必ず変化があったかどうかを確認する。

○相手の弱いところをつく稽古はしない

⇒ 相手の癖を見抜くことは大切だが、常に当たる技を出し続けると知らぬ間に「対その相手」に特化した剣道になってしまう。

○同じ相手に同じ技を何度も使用しない

⇒ 折角稽古するなら、様々な攻めや技・打突の機会等を試し、どの技や攻めが有効なのかを試す。

○異なる相手を求めて稽古に励む

⇒ 仲間内で稽古を続けると馴れ合いになりがちなので、時に足を延ばし違う相手と剣を交え、自分の技や攻めが通用するかを試す。

○年齢・段位に関係なく、良いところは取り入れる

⇒ 指導方法（身体の使い方や、竹刀の振り方）等は地域により異なる部分もあるので、話を聞くと新たな発見があるので「○」と思ったものは試し・取り入れる。

○動画を撮ってもらう

⇒ 定期的に、今の自分が審査員の眼にどのように映っているか客観的に把握・確認する。また、修正箇所が修正されているか過去の動画と比較する。

以上が、普段の稽古で主に心掛けていることとなります。次に、昇段審査に挑む際の心構えについてお話させていただきます。

○自信がつくまでは受審しない

⇒ 中途半端な気持ちで受審しても何も得るものはない。

○自信がつくまで確りと稽古を積む

⇒ 当日、緊張や不安を払拭してくれるのは日々の稽古以外無。

○自信が漲ったら当日までの体調管理にも気を配る

⇒ 体調を崩し、稽古が途絶えてしまうと自分本来の立ち合いができなくなる。

○不合格の際に、情報開示を求めない

⇒ 「あと少し」なのか？「全くダメ」なのか？どちらも不合格に変わりはないので、判定結果は参考にしない。

以上が、昇段審査に挑む際の心構えとなります。

最後に、これからも段位に恥じない剣道を身に付けるため、継続して鍛錬に励んでまいりますので、先生方におかれましては、今後も変わらぬ御指導・御鞭撻をお願い申し上げます。

令和4年11月18日、東京で実施された六段審査会にて昇段させて頂きました。今までご指導頂いた先生方、道場の仲間や子供たちには深く感謝しております。

今回、全国審査は初めてでしたが、自分でも驚くほどリラックスした状態で臨めました。これは、日ごろから道場の仲間たちや高段者の先生、そして子供たちなど様々な学びがある中で稽古を行ってきた事が、大きな自信に繋がった結果だと思えます。若者たち（ほとんど20代）との稽古では、やはり体力、スピードなど劣る部分もありますが、技の冴え、手数などで負けない意識（ほとんど負けていますが）、高段者の先生との稽古では、気迫で劣らない、下がらない、いかに手元を上げずに我慢できるかの攻防（ほとんど負けていますが）を意識した稽古、そして子供たちには、もちろん本気で打突に行く場面もありますが、打突すべき場面（出頭や攻め切った中での打突など）をしっかりと捉えさせる事を意識して稽古をしております。



六段審査で意識した事

- ① 立ち合い時、相手の気迫を上回る（相手の発声を打ち消す）発声
- ② 相手を引き出す攻め（手元を上げずに我慢、攻め切った場面では自ら仕掛ける）
- ③ 縁を切らない立ち合い

他に細かい部分もありますが、大きくはこの3つを意識しました。

五段審査では3回不合格となり、4回目も相手のレベルが高く、あまり自信は無かったので合格を頂きました。たまたまかもしれませんが、六段審査の相手は五段審査の相手よりもやりやすさを感じました。良く話には聞いておりましたが、千葉県審査の厳しさ、レベルの高さを実感致しました。

私は小学校3年生から高校3年生まで10年間、剣道を学んできました。小学生の時は富里市の富士スポーツ少年団で剣道を学ばせて頂きました。私の指導方法の基礎となっている「打突すべき場面をしっかりと捉えさせる事」は、今もご活躍されている萩原忠市先生から学んだ事であり大変感謝しております。高校三年の夏に三段を取得した立ち合いを最後に19年間、剣道から離れており、息子が始めると同時に再開致しました。息子が剣道をやりたいと言わなければ、恐らく今も剣道とは縁のない生活を送ってきたと思えます。息子たちにも感謝です！

今後は、七段審査に向けて、ご指導頂く先生方や仲間たち、そして子供たちに感謝の気持ちを常に持ちながら日々精進していきたいと思えます。

この度、令和5年4月29日に京都六段審査会において六段に昇段させて頂きました。これも偏に、日頃からご指導頂いております先生方や稽古をしてくださった皆様のおかげだと思っております。この場を借りて厚く御礼申し上げます。それでは、私が六段審査に向けて取り組んだことについて申し上げたいと思います。



私が取り組んだのは素振りとなります。学生時代は稽古時間が確保されていますが、社会人になるとそうはいきません。時間がない中でどのように剣道に触れていくかを考えた時、まず最初に考えたのは毎日竹刀に触れ、素振りをするのでした。剣道の素振りは、剣道の基本と言えるもので、初心者であれば正しい素振りを身につけるため、熟練者となれば素振りの反復で基本を確認するために行います。ただ、数をこなせば良いというものでもなく、正しい姿勢、正しい刃筋、正しい形で行って初めて、素振りの効果を得られるものだと思います。私は若竹スポーツ少年団で剣道をさせて頂いてもらっていますが、そこでは、先生方が子供達に、素振りの基本を指導していますので、私もその指導内容を頭に叩き込み、自身が素振りをする際の参考にさせて頂いております。

素振りをはじめると、仕事で疲れた時など、気の乗らない時もありましたが、縁を切らないようにできるだけ毎日素振りをするように心掛けました。素振りの効果は直ぐに得られるものではなく、同じ動作の繰り返して飽きてしまうこともありましたが、そのような時には、素振りの種類を変えたり、竹刀、木刀の重さを変えたりしていました。

毎日、竹刀や木刀に触れ素振りをしていると、徐々に体はその動きをおぼえていき、稽古でも、徐々にその効果が得られてきたと実感するようになりました。素振りは準備運動だと捉えられがちですが、れっきとした稽古法の一つだと思いますし、時間のない方には、隙間時間にでも出来る最適な一人稽古法だと思います。そして、継続して行えば、確実に効果が得られるものだと思います。今回の受審に際し、自身の足りないところや問題点を素振りを通じて補強し、それを稽古で実践していくことで、少しずつではありますが前進することができ、今回の結果に繋がる事が出来たのだと思います。

最後に、現在、私は、子供達の剣道指導に携わることができて本当に感謝しております。私自身も剣道を通じてたくさんのことを学ばせて貰いましたので、今後は、剣道を通じて、地元への恩返しができるれば幸いです。また、六段に相応しい剣道が出来るように日々精進して参りたいと思います。今後とも、ご指導ご鞭撻程よろしくお願ひ致します。

5月に行われた愛知審査会において、昇段することができました。今まで、ご指導くださった先生方はじめ、剣友の皆様にご心より、深く感謝いたします。

昨年、稽古中に右膝半月板を損傷し、医師から「完治することはない」と診断され、正座、蹲踞が出来ず一時、審査はおろか、剣道をやめる覚悟でいました。その中で、「審査及びその他の場面における蹲踞が出来ないときの対応」の通達を知り、受審に臨みました。

(ケガで受審を諦めている剣友は参考にして下さい。)



今までの剣道は、打つことだけを考えた、力まかせの癖のある、ただ自己満足するだけの剣道でした。そのことは、いつも稽古後に各先生に異口同音に指摘される内容でした。そこで受審にあたって、基本を見直し、取組課題と対策として

- 1 「美しい立ち姿」を作る
立ち上がった後、力を抜き、背筋を伸ばし、背中を作って姿勢を整える。
- 2 相手を引き出して打突する
「さあ、お打ちなさい」の気持ちで、一歩攻めて、相手が出たところを打突する。
- 3 打ち切って、残心をとる
「返されてもよい」と思い、打ち切って、打ち切った後は外れても残心をとる。
- 4 防具をつけ、竹刀を使った「木刀による剣道基本技稽古法」(32本)の実施
河田先生が考案し、実践している稽古法により、基本を体に覚えさせた。
- 5 数多くの模擬審査の実施
多くの模擬審査を実施することにより、審査会場では平常心で臨むことができた。
- 6 動画の活用
模擬審査を全て動画撮影し、各先生から指摘された内容を言葉で聞くと同時に、動画で検証し、悪癖を修正することができ、非常に効果大であった。

審査当日、係員に膝を負傷していることを申告し、一人目は、相手を引き出して、納得する初太刀の面を打つことが出来ました。二人目の女性剣士にも終始、主導権をとり、引き出して、有効打突が打てました。

これからも、剣道を楽しみつつ、六段剣士としての風格、品位に努め、目標とする『正しい剣道』を少しでも極めるため、日々稽古に精進いたします。

成田剣道連盟関係の大会結果を報告します。

千葉県女子剣道選手権大会

令和5年7月8日、千葉県武道館にて、第51回千葉県女子剣道選手権大会が開催され、順天堂大学の丸山里桜さんが準優勝となり、全日本女子選手権出場となりました。ご健闘を祈ります。

成田剣道連盟会長杯

令和5年8月26日、重兵衛スポーツフィールド中台（成田市体育館 アリーナ）にて、第9回成田剣道連盟会長杯争奪剣道選手権大会（小学生の部）兼第71回千葉県地区連盟対抗剣道優勝大会小・中学生が開催されました。結果は以下のとおりです。



[小学生の部]

優勝 選手1 [川野 充輝（北総中央剣友会）]

準優勝 選手2 [金澤 日珠夏（成邱剣志会）]

第3位 選手3 [須貝 隆心（成邱剣志会）]

第4位 選手4 [坂上 悠翔（桜台剣友会）]

第5位 選手5 [三森 春（北総中央剣友会）]

第6位 補欠 [原田 未央（成邱剣志会）]

敢闘賞 竹本 愛（文武育成会）、芝野 湊叶（成田剣友会）

※上位6名が地区連盟剣道優勝大会の代表候補選手となります。

[中学生男子の部]

- 優勝 菰原（富里中学校）
準優勝 堀越（下総みどり学園）
第3位 伊東（七次台中学校）
第4位 戸村（木刈中学校）
第5位 橋詰（木刈中学校）
第6位 大野（下総みどり学園）

[中学生女子の部]

- 優勝 酒井（木刈中学校）
準優勝 岸（富里北中学校）
第3位 金澤（玉造中学校）
第4位 堀越（下総みどり学園）
敢闘賞 田中（西の原中学校）、内田（西の原中学校）、清水（富里中学校）



編集後記

本号より編集担当者変更となりました。北総中央剣友会の菅原先生、長い間の編集業務お疲れ様でした！

広報委員長：武藤輝久男、副委員長：上田泰久、広報委員：佐藤太、花島弘樹