

所弓便

第22号

∞ 各部報告 ∞

【総務部】

会員数

11月末日現在の会員数は225名です。

新会員

平成30年6月～29年11月までに入会された皆さんです。

池田大介、松澤 綾、竹村敏彦、河端直樹、
河邊亜祐美、藤崎 優、中村静子、河内怜央、
山田光彦、相樂繭子、ケンツ・フィリップ・サミュエル
落合二三代、山口友子

昇格・昇段

平成30年6月24日以降30年11月18日
までに昇格・昇段された皆さんです。

七段：松寄恭子
錬士：杉山久美子
五段：瀬賀かほる、廣瀬雅孝
参段：小室 勇、米澤真樹、川島幸世、
松浦篤子
式段：中島結華梨、奥村紘美、蒲生一志、
仲野裕昭
初段：河野翔平、太田康平、市野健太郎

理事会・常任委員会・部長会

8月12日(日)

第2回部長会 (出席者12名)

・各部より事業経過の報告があった。

- ・猛暑傾向にある為、今後7月、8月の月例射会は午前中の開催とする。
- ・熊野神社境内の道場再建に関し、市より氏子会に面会を申し入れ打ち合わせたが、状況的に進展はなかったとの報告あり。

8月19日(日)

臨時部長会 (出席者15名)

- ・パワハラ問題に関し打ち合わせた。

8月19日(日)

第2回常任委員会 (出席者32名)

- ・部長会における打合せ内容を報告

【総務部】

- ・5月31日 所弓便21号発行。
- ・6月17日 塚の整備

第51回武州弓道大会

平成では最後となる第51回「熊野神社弓祭り武州弓道大会」が平成30年11月23日(金曜日・祝)に開催されました。前日の天気予報で晴天を約束されていた大会当日、見事に晴れ渡った朝、大会の盛況と無事を祈願して、代表者数人が熊野神社に参拝し、会場である市民武道館へと向かいました。



安全と盛会を祈念して熊野神社へお参り

会場では、当連盟の参加会員達がそれぞれの担当部所で、きびきびと大勢の弓友たちの受け入れ準備に追われておりました。この大会は、平成22年に熊野神社境内の道場から、現在の市民武道館弓道場に移しました。以前と変わらぬ賞品の豪華さや、控室や駐車場など条件が良くなり、4年連続で500人を超える弓友を迎えております。

今大会の詳細は以下の通りです。

- ・参加者：536名(内、会員86名スポ少13名、手伝いのみ2名)
- ・来賓：所沢市長 藤本正人 様、
市議会議員 荻野泰男 様
教育長 内藤隆行 様
市議会議員 秋田 孝 様
連盟顧問 並木正芳 様
県会議員 岡田しずか 様
- ・矢渡：射手 新家透 (大会会長)
介添 小山和枝、山本絵美
- ・競技：予選536名中予選通過者243名
(45.3%) 皆中者21名 (3.9%)
- ・決勝射詰め7回目にて優勝決定。
(5回目より24cm的)
- ・優勝者：斎藤詩乃選手 筑波大学
- ・所弓連会員入賞者：米澤真樹 5位



賞品の弓を受け取る優勝者

当連盟最大のイベントであるこの武州弓道大会も近年は、毎回500名を超える大きな大会となりました。近隣都県ではツイッターでも噂の飛び交う人気の大会に成っているようです。受け入れ側の当連盟会員も多人数の受け入れ対応に、少しずつ慣れてきたような気がします。伝統あるこの大会がますます栄えて若い会員に引き継がれていく事に期待をしております。

(成績表は8頁に掲載)

【指導部】

定期講習会

土曜講習会 (草賀 淳先生) (毎月第2土曜日)

5月～11月 受講者 延133名

普段なかなか講習会に出られない働く人たちが参加して一生懸命に受けられている様に思います。受ける人もだんだん増えている様です。

水曜研修 (毎月第4水曜日)

5月～11月

研修会なので記録していませんが、毎回15名前後の参加があり、矢渡の介添や手の内、失の処理など毎月テーマを決めての研修を行っております。

所弓連 第2回 特別講習会

6月30日(土)、見原先生のご尽力により、昨年に続き全日本弓道連盟 前々会長 範士九段 石川武夫先生のご来駕を得て、五段以上の受講生30名参加のもと、標記特別講習会が開催されました。

礼記射義、射法訓唱和の後、射手：平山夏子教士六段、介添：川端由美子五段、小島理恵五段による矢渡が行われ、石川先生より、全体的講評と射手、第一・第二介添の所作等につき、それぞれ具体的に注意すべき点のご指導を頂きました。

その後全員一手行射を皮切りに、熱気あふれる真剣な講習が始まりました。行射の後、先生より一人ひとりに対し、丁寧な講評を頂きました。



身振りを交え説明される石川先生

午後からは個別指導を頂くと共に、ご自身で弓矢を執られ、取懸け、手の内、大三の取り方、身体の開き方など、実際に一つ一つ具体的に詳しくご説明頂きました。指の働きが判り易いよう素手の拇指に弦を掛け、会まで引分けの形を示された後、磔を付けて引分け、会に入り、勝手への弦の預け方、張りについてまたひとしきり説明された後、一文字の離れで、パーンという的中音に思わずオーと声があがりました。

石川先生には来年もまたこうした機会を持って頂きたいと心より願っております。

なお、先生のご指導の様子の一部を動画で撮らせて頂きましたが、大変判り易いご説明で、今回も回覧用に書籍棚にDVDを備えてありますので、ご利用下さい。

弓道教室

シンコースポーツ主催弓道教室

期間：10月13日～11月17日

毎土曜日 午後1時～4時半 全6回

申し込み 8名

現在5回終了し、参加者4名

∞ 投稿 (1) ∞

ねんりんピックで優勝しました

下田 徹

11月3日から6日まで、富山県で開かれた第31回全国健康福祉祭富山大会「ねんりんピック富山2018」に埼玉県代表として参加して来ました。ねんりんピックは、60才以上の方が参加出来るおじさん、お婆さんの国体みたいな大会です。

種目は全部で27あり、体育会系は22種目、文化系が5種目です。体育会系は弓道、剣道、テニス、ソフトボール、卓球、サッカー、ラグビー、バレーボール、ゴルフ、マラソン、太極拳、ボーリング、ゲートボール等々各県から強者が参加します。文科系はと言いますと、こちらは囲碁、将棋、川柳やマーじゃんもありました。

各種目は富山県内全域で実施されます。弓道は射水市。市庁舎に隣接した大島体育館弓道場という、2000年の富山国体開催時に新設された立派な道場です。

私は、過去2回ねんりんピックに選手として参加をした事がありますが、2009年の第22回北海道・札幌大会以来出ていなかったのも、今年の出たいなあと思っていました。

他の武道やスポーツでは、圧倒的に若い人の方が強く、高齢のおじさんやお婆さんでは若い連中に歯が立ちません。しかし弓道は別です。年配者や女性が若い人と互角に戦える唯一の武道だと思っています。しかし、最近は弓道の試合でも女性や60才代の比較的若い人が強くて、70過ぎの身としてはおっとり構えては居られません。今年の県連予選会は5月15日に上尾で行われましたが、この予選会での優勝も越谷の大西さんという女性で、10射9中でした。こんな中、私の成績は10射8中で6位でしたが、何とかねんりんピック出場の切符を手に入れる事が出来ました。

今年の埼玉県ねんりんピックチームは強力です。大前は前述の大西さん。この人は経験は浅いけれ

ど(7年だそうです)、とにかく良く中る人。今度の大会では、予選と決勝トーナメントの計6試合で1射目を全て中ててくれました。すごかったです。2的は上尾の村上先生(女性)。いつも、どの大会でも上位に名を連ねる、良く中る物静かな先生。3的は私。4的は入間の下田逞次さん。入間の大会でいつも活躍する、癖はあるけれども良く中てる入間の有名人。落ちは桶川の竹村先生。今年80才になる竹村先生は、数年前に武州弓道大会で優勝をした事もある、元千葉県国体選手。週4日、1日に30本以上の練習をされています。監督は加須の望月さん。この人はあまり馴染みの無い人だったけれど、最近国体等で注目されている加須の比較的新しいメンバー。新しい感じの弓を引き、中て方が気持ちのいい人です。予選会は9中で2位。長野善光寺の弓道場の会員でもありました。

ねんりんピック選手の発表があった時、このメンバーなら少しはやれるかもという気がして、同時に「頑張るぞ」と思いました。私はこの日から使用する矢を、竹矢からジュラ矢に変更しました。

「称号者なのにジュラ矢？」と蔑む声にもめげず、どの試合もジュラ矢で臨みました。とにかくジュラ矢に慣れて的中を優先したいと思ったからです。

実は私、昨年末と今年の3月に事故で肋骨に怪我をしまして、春から夏前までは満足出来る弓が引けませんでした。それで無理をしたのか肩に痛みが出て、本来の調子に戻れずにいました。

今年の埼玉県のねんりんピックチームは、切れのある素晴らしいチームです。このチームに迷惑はかけられません。肋骨の骨折等は完治までは行かないまでも、9月には射に影響しない程度にはなりました。しかし、肩の痛みは相変わらずで、日頃の練習でも痛み止め薬を使って凌いでいました。

ねんりんピックの試合が近付き、練習も具体的になって来た9月の下旬から約1ヶ月、毎週肩の鍼治療に通いました。ねんりんピックに万全に近い状態で臨みたかったからです。鍼のおかげで痛みも取れ、弓は普通に引けるようになりました。

ねんりんピックの予選1回目は11月4日です。

ところがです。あろう事か10月30日に風邪をひいて37度を超える熱が出てしまったのです。あれだけ集中して、全ての事をねんりんピックに照準を合わせてやって来たというのに何という事。いつも一緒に練習している仲間たちから、「先生は毎年11月になると体調を崩すから気をつけて下さいね」と厳しく言われ、自分でも十分気をつけていたつもりだったので。それはもうひどくガッカリでした。というよりも、私が原因でチームが成績不振になり、予選通過が出来なかったなどの事態になったら言い訳のしようもありません。

1回目の予選は風邪薬を飲んで臨みました。体がふわふわしていつもの射が出来ず、4射1中でした。仲間も心配して、色々気遣ってくれて本当に申し訳なかったです。2日目の2回目の予選は薬を飲まずに臨みました。結果は4射2中。合計では仲間が頑張ってくれたお陰で全40射中22中でした。各県からの情報では、予選通過ラインは20中らしいとの事で、予選終了までは本当に安心して過ごせました。なにしろ我々が引き終えたのは午前10時前、予選終了は午後4時頃。約6時間も待たされるのですから、ヒヤヒヤする成績だったらたまったものではありません。5人立ちで70チームもありますからね。周りでは、ボーダーラインらしいチームが引き終える各県の成績に一喜一憂していました。

夕方からのトーナメントの頃には体調も戻って来て、1回戦(1人2射)は奈良県を相手に6中対5中で、2回戦は大分県で8中対1中、準決勝は広島県で8中対6中、決勝(1人4射)は福岡県を相手に10中対9中で優勝を勝ち取る事が出来ました。

トーナメントでの私個人の成績は1回戦〇〇、2回戦〇〇、準決勝〇×、決勝戦は四つ矢で〇〇〇×でした。午後7時を回り、暗くて的が見えづらくなっていたけれど良く中てくれました。

表彰式では、『優勝』のプラカードに先導されて、大勢の他県選手や役員の拍手の中を行進しました。誇らしく嬉しかったし、心から「終わった

あ」と思い、とても充実感がありました。

錬士審査を終えて

杉山久美子



右端が筆者

私たちが埼玉県選手団として富山駅に着いた時、「富山テレビ」のインタビューを受けたんです。赤いユニフォームに弓を持っていたから目立ったのでしょうか。女性アナウンサーから、「試合に臨むお気持ちは？」と聞かれ、望月監督と一緒にカメラ目線で「勿論優勝を狙います。頑張ります。」と答えました。あの映像が残っていれば、偶然とはいえ、我々にインタビューしたあの女性アナウンサーも大殊勲でしょう。

「実は」がもう一つあります。私が60才になって、初めて参加した第20回全国健康福祉祭茨城2007で2位に入賞した事があるんです。あの時の決勝の相手は浜松市。夕方暗くなる中、同中競射を3回もやって、最後には力尽き4対1で敗れました。これまで選手として3回参加をさせて頂いて、2回入賞です。本当に仲間にも恵まれたなあをつくづく思いました。

ねりんピックは2年に1度しか出られません。再来年は私も70才半ばになります。が、まだまだバトンを若手に渡すつもりはありません。先頭に立ってもうひと暴れしようと思んでいるところです。

10月7日(日)、30℃超えの晴天の中、茨城県武道館弓道場(水戸市)にて錬士に合格することが出来ました。朝一番の学科試験後、一次審査は昼食前最後の立でオチで引き、束る事が出来ましたが、夕方の一次通過発表迄は悶々と長い待ち時間が過ぎました。

一次通過確認後は、大慌てで面接に向けての確認をし、二次審査では大前で甲矢を抜き、どうにか乙矢が中り、驚きの合格発表を経て長い一日が終わりました。

これまでご指導くださった先生方、練習にお付き合い頂いた方々、当日審査会場にて励ましてくださった弓友の方々、皆さんの支えがあってこそ合格だと思っております。本当にありがとうございました。まだまだ未熟者でありますので、これからもどうぞ宜しくお願いいたします。

私にとっての五段

瀬賀かほる

「さくら舞う 的に向かって 矢を放つ 一年ぶりの 道場に立ち」

これは思いもかけない病いの発症と右肩の腱板断裂の怪我のために弓から離れて、一時は弓を断念せざるを得ない状況の後、久しぶりに武道館で稽古した時の事を詠みました。さくらがハラハラと舞っていた情景…、弓を引ける喜びを感じていました。元々東村山の所属でしたが、所弓連でも弓を引かせて頂いて数年…そして昨年2017年に埼弓連に地連登録を移し今に至ります。その間の先生方や会員の皆さまからのご指導、アドバイスは何よりの糧になりました。日々の練習では、ストレッチから始まり、矢数は抑えざるをえませんでした。10射程度で肩が限界になり、痛み止めの薬や注射、湿布はかかせませんでした。終了時には毎回、矢どころや自分で感じた注意点、先生からの指導の要点は欠かさずノートに書き留めて、次の稽古に活かすように心がけました。審査

の週も3日前の練習を最後に、その日は会に至るまでの良いイメージを体感じて、ただこれをやろうと思いました。

そしてこの度、10月8日の上尾の関東連合審査会において五段の合格をいただきました。四段から10年…。気の遠くなるような長期間、26回目の五段受審で、初めての皆中でした。四つの右肩腱板のうち棘上筋と棘下筋ふたつの断裂の後遺症で常に痛い肩。その為、10kgに満たない弓力の弱弓だったので、さぞ鋭さのない離れだったと思います。これまでの審査では、その日が近づくと頭の中が審査のことでいっぱいになり、不安感や緊張感に覆われていましたが、今回はいくらか払拭できたようです。行射審査においては、ひとつひとつの動作を反芻するように心がけ、何故か、中てることは脳裏に浮かびませんでした。初めての感覚で終わってみれば束っていました。射がどうだったかは、動画を見れば歴然で危うかったと思います。

長い間、憧れた五段ですが、いざ合格しても、さほどの感慨がなく不思議に思いましたが、そのことについてある先輩から、「昇段は到達でなく過程に過ぎない」と言われ改めて納得しました。

むしろ、これから身を引き締めて、五段に恥じないよう稽古に励むつもりです。ご指導いただいた先生方そして、いつも励ましてくださった弓友の皆さまに心より感謝いたします。ありがとうございました。

最後に、病いのために仕事や家のこと一切を委ね、そして、共に弓道に打ち込んできた夫の協力なしでは成し遂げられなかったと感謝しています。実は、この原稿は入院中のベッドの上でしたためています。心因性(?)の急性胃炎で、絶食+点滴治療というまた別の辛さを味わっています(苦笑)。合格したことで、逆に強烈なプレッシャー、ストレスがあったのかと思います。自分の弱さが露呈しました!皆さまも体調にはくれぐれもお気をつけて下さい。

「沖田、ゾーンに入ります!」

沖田 純子

平成30年5月13日 日高市文化体育館での審査にて四段の認許を頂くことができました。偏に先生方、諸先輩方のご指導と所弓連の皆様方のご支援のお陰と、心より感謝申し上げます。

審査前日まで矢所定まらず、なぜ申し込みなどしてしまったのだろう、と青息吐息の状況でした。それでも直前の練習にて、先生方より幾つか改善点のご指導を頂くことができ、とにかくそのことを中心にやるしかないと心を奮い立たせました。審査当日は、あいにくの雨。何となく気分も滅入るような気配でした。しかし、弓友の励ましをはじめ、忘れ物のフォローをして頂いたり、硬い表情を残さず臨むことの大切さを気づかせて頂いたり、と思えば直前まで背中を押されるような出来事が続きました。実技控えに入ると、適度な緊張感の中にも、ああ、こうして審査に出ることができ有難いな、という何か温かい光に包まれるような感覚になってきました。すでにその時には降りしきる雨の音さえ優しいBGMのように感じられていました。

いざ入場。より一層雨の音が大きく響く射場でしたが、何故か一つ一つの動作の間合いを考える余裕もでき、今できる自分の精一杯の射をご披露しよう、と思うだけでした。早矢は若干的から離れるも九時丁度につけ、このことが日頃前にばかり飛んでいた私にまず落ち着きをもたらしました。まったくもって低レベルの話ですが、まずはとらわれてはいけない、はい、次!と、乙矢に進みました。後から思うに、取り掛け始めた時から、そこには弓と矢と的と自分しかなく、それが宇宙の全てでした。いわゆる「ゾーンに入った」状態であったろうと思います。自分以外誰もいない、何も聞こえない、何も感じない、自分の息合いと動作、気合いだけの状態。一つ一つの動作をただ自分の息合いと呼応させながら丁寧に進めていく、唯それだけ…。宇宙のカプセルが弾け飛んだのは、的中音と所弓連の皆さんの溜息のような歓声でした。それを耳にし、弓倒ししながら

ら、この射が自分をこの上なく満たしてくれたことを感じていました。

日頃当たることの方が少ない私の、そのたった1本の的中の射が、何とか先生方の御眼鏡にかなうものだったのでしょう。名前の横に「合」の字を見つけた時には震えるような想いでした。

さあ、これからが大変です。四段とは言えない日頃の射を何とかしなければなりません。先に合格上げるから段位に相応しい射を目指しなさい、とのメッセージを頂いたように思います。生憎その審査の月から仕事も忙しくなり、思うように練習にも臨めなくなりました。でも私には先に段位を頂いたご恩があるので、何とか相応しい射が行えるよう精進しなければ、と心は道場に向く日々です。今後も一進一退の歩みとなるかと思いますが、弓を引けることの有難さ、楽しさを常に感じ精進して参りたいと思います。どうぞ今後ともよろしく願いいたします。

【競技部 (スポーツ少年団含む)】

《所弓連主催射会》

5月 月例射会 (5月12日) (50名参加)

(二段以下)

1位 米澤真樹 2位 中村千賀 3位 中野春美

(三・四段)

1位 中村徳海 2位 中根幸二 3位 廣瀬雅孝

(五段以上)

1位 下田 徹 2位 平山夏子 3位 三好啓子

6月 月例射会 (6月10日) (52名参加)

(二段以下)

1位 山川 元 2位 太田康平 3位 足立夕弦

(三・四段)

1位 森下珠美 2位 柚山博文 3位 小山 等

(五段以上)

1位 下田 徹 2位 粕谷吉一 3位 関口二郎

7月 月例射会 (7月8日) (50名参加)

(二段以下)

1位 沖園史華 2位 山川 元 3位 足立夕弦

(三・四段)

1位 中村徳海 2位 小山 等 3位 田中明子

(五段以上)

1位 下田 徹 2位 奥富季乃 3位 小島理恵

8月 月例射会 (8月12日) (51名参加)

(二段以下)

1位 佐藤 結 2位 沖園史華 3位 太田康平

(三・四段)

1位 深見恵子 2位 黒木智哉 3位 瀬賀かほる

(五段以上)

1位 藤田 良 2位 下田 徹 3位 粕谷吉一

第45回所沢市民弓道大会

平成30年9月9日(日)、秋の一日標記弓道大会が所沢市民武道館弓道場において、120名(学生60名 一般60名)の参加を得て盛大に開催されました。

各部優勝者による総合優勝決定戦は、学生の部は宇田川瑠璃選手が、一般の部は中村徳海選手が見事栄冠を勝ち取りました。

《学生の部》

(小・中学生の部)

1位 鹿野川瑠羅 2位 野村優花 3位 長谷川希
(高校初級の部)

1位 宇田川瑠璃 2位 上杉姫香 3位 西澤智美
(高校上級の部)

1位 田中 圭 2位 石岡瑞帆 3位 新見広樹
学生の部総合優勝 宇田川瑠璃

《一般の部》

(二段以下)

1位 米澤真樹 2位 前澤朋子 3位 蒲生一志
(三・四段)

1位 中村徳海 2位 荒木大亮 3位 柚山博文
(五段以上)

1位 下田 徹 2位 永島英男 3位 藤田 良
一般の部総合優勝 中村徳海

シンコースポーツ杯弓道大会 (10月6日)

主催 シンコースポーツ株式会社

後援 所沢市弓道連盟

参加者 48名 (所弓連32名、スポ少4名、
その他12名 (一般))

団体 以下のほかに飛び賞7チーム

- 1位 石塚正徳 小山 等 鈴木大地
 2位 泉 夏映 相原真起子 甲斐久歳
 3位 鹿島良太 下田由美子 中村康代
 // 野村優花 荒木大亮 上橋 宏

個人 5位まで

- 1位 相原真起子 2位 小山等 3位 鈴木大地
 4位 木川寿真 5位 中村徳海

《高校女子上級の部個人》

今大会の出場者なし

《個人総合優勝》

佐藤 結 (所沢市弓道スポーツ少年団)



個人総合優勝 佐藤 結選手 (小6)

所沢市青少年三道大会 (弓道の部) (11月11日)

(中学生以下25名、高校生61名、武道館)

59回目を迎える青少年育成所沢市民会議主催の青少年三道大会で中学生以下の部で出場した佐藤結選手 (小6・所沢市弓道スポーツ少年団)が個人総合優勝という栄冠を手にしました。

部門別の優勝者で競う射詰で佐藤選手だけが1射目でみごとに的中させ総合優勝が決定しました。

《小・中学生の部団体》

- 1位 スポ少3 野村優花 三井千聖 仲丸実里
 2位 スポ少5 長谷川希 佐藤 結 足立夕弦
 3位 スポ少1 細沼 樹 岡井 陸 上出純大

《小・中学生の部個人》

- 1位 佐藤 結 2位 野村優花 3位 足立夕弦

《高校生の部団体》

- 1位 所北高1 岡宮友介 山下玄人 増田礼仁
 2位 所沢高A 関谷新人 草間祐雅 瀧本 光
 3位 所商高1 河野 陸 新井悠生 山越優太

《高校男子初級の部個人》

- 1位 菅沼大輝 2位 我妻 昂 3位 本間匠純

《高校女子初級の部個人》

- 1位 山田 歩 2位 長江展子 3位 齋藤 愛

《高校男子上級の部個人》

- 1位 高橋那央 2位 瀧本 光 3位 山越優太

第51回武州大会 (11月23日) (参加者536名)

- 1位 斎藤詩乃 (筑波大学) 2位 小川諒 (中央大学)
 3位 竹村銀郎 (桶川市弓連) 4位 金丸将志 (東京理科大学)
 5位 米澤真樹 (所沢市弓連) 6位 柿崎雅哉 (野木町弓連)
 7位 進藤侑斗 (坂戸西高校) 8位 和田直之 (野木町弓連)
 9位 仲谷滉祐 (東京理科大) 10位 吉田幸平 (新宿支部)
 11位 長谷川絵鈴 (筑波北条) 12位 谷野陽洋 (川越高校)
 13位 山田佳史 (川越高校) 14位 大石泰彦 (狭山弓連)
 15位 藤本友香 (栃木大平中学) 16位 佐藤瑞歩 (埼玉大学)
 17位 矢島紗季 (入間向陽高校) 18位 片山磨生男 (岩槻)
 19位 木所隆明 (江東区弓連) 20位 遠田弘志 (幸手市弓連)
 21位 仲田健一郎 (神田外語大学) 22位 尾吹将大 (茨城町支部)
 23位 小鮎葉月 (坂戸西高校) 24位 酒井天 (埼玉大学)
 25位 大塚俊幸 (鹿沼弓連)

《対外競技会》

134回明治神宮奉納遠的大会 (5月3日)

参加者2名 入賞者なし

入間市近隣親善弓道大会 (5月5日) 参加27名

《個人》

- 1位 平山夏子 4位 関口二郎 9位 小山 等

《団体》

入賞無し

ねんりんピック県連予選大会兼埼玉県実年者弓道選手権大会(5月15日)

参加者 ねんりん4名 実年8名

今年もねんりん予選と実年者選手権を一緒に実施。

ねんりん選考選手 下田 徹**実年者** 入賞者なし**埼玉県弓道選手権大会等(5月26日27日)**

参加者 称号者部：13名、有段者部：8名

《称号者の部》

入賞者なし

全日本弓道選手権大会埼玉県代表選手 本橋民夫

関東三県及び全日本出場選手二次選考会候補選手

男子 本橋民夫

女子 松寄恭子 嶺美智子 増田裕子

《有段者の部》

三段以下 5位 森下珠美

関東三県選抜出場選手二次選考会候補選手

候補者なし

三県選抜弓道大会参段以下の部出場選手

森下珠美

同上2次選考会(6月9日)

選考該当選手なし

全日本女子東日本大会(6月3日) 参加者22名

入賞者なし

埼玉県弓道遠的選手権大会兼全日本遠的選手権大会出場選手選考会(7月1日) 参加者15名

埼玉県弓道遠的選手権大会 入賞者なし

二次選考会出場選手

本橋民夫 粕谷吉一 三好啓子

全日本遠的選手権大会出場選手二次選考会**(7月8日)**

全日本出場選手 該当者なし

中部・西部支部親善射会(7月16日) 参加23名

入賞者 14位 飯尾 弘 17位 平山夏子

22位 森下珠美

読売杯争奪 兼 県体予選 兼 寿射会(8月5日)

参加者187名(内所弓連57名)

読売杯

1位 飯尾 弘 2位 粕谷吉一 3位 藤田 良

5位 中村康代 6位 中村徳海 7位 平山夏子

10位 下田 徹

寿射会

寿A 1位 藤田 良 2位 下田 徹

寿B 2位 熊井紀一

県体選手**(三段以下の部)**

① 杉山博文 米澤真樹 中根幸二

(四・五段の部)

① 中村徳海 坂川隆人 飯尾 弘

(女子の部)

① 石川淳子 増田裕子 小島理恵

② 澤田靖子 土井恵美子 中村康代

(称号の部)

① 熊井紀一 平山夏子 下田 徹

② 粕谷吉一 篠原一郎 永島英男

西部支部選手権大会 兼 県武道大会選手選考会**(9月1日) 参加者所弓連48名 スポ少12名****西部支部選手権**

団体

1位 飯尾 弘 平山夏子 下田 徹

3位 小山 等 熊井紀一 小山和枝

個人

1位 中村徳海 2位 植村亮子 4位 粕谷吉一

9位 飯尾 弘

県武道大会選考選手(後日出場選手決定)

男子 中村徳海 飯尾 弘

女子 植村亮子 増田裕子 平山夏子

中学生の部

鹿野川璃羅 足立夕弦 野村優花 岡井 陸

上出純大 佐々木優奈 泉 夏映

県武道大会選手(10月8日決定)

男子 中村徳海 飯尾 弘

女子 平山夏子 増田裕子 補欠 植村亮子

埼玉県勤労者弓道選手権大会(9月2日)

所弓連参加者 3チーム9名

個人 7位 増田裕子

平成30年度保護者会総会(6月24日)

新入団員12名

(小学生10名 保護者2名)

第31回県民総合体育大会(9月16日)

所弓連6チーム参加

《四・五段の部》

(遠的)

団体 3位 所沢H 中村徳海 坂川隆人 飯尾 弘

《称号者の部》

(遠的)

団体 2位 所沢P 熊井紀一 平山夏子 下田 徹

個人 1位 熊井紀一

全日本少年少女武道錬成大会(7月16日)

日本武道館

5チーム(15名)とも予選敗退

県民総合体育大会中学の部(7月21日)

秩父第一弓道場 18名参加

男子団体3位 所沢スポ少A [細沼樹、
渡辺蓮、上出純大]

女子個人2位 沖園史華

全日本実業団弓道大会(10月13・14日)

市役所3チーム参加

予選通過 市役所Aチーム(沢田靖子 安江仁美
石川淳子 増田裕子 松寄恭子)

14日 予選通過96チームでトーナメント

3回戦で敗退 ベスト24となる

スポーツ少年団弓道交流大会(10月20日)

秩父第一弓道場 24名参加

中学生女子の部 3位 野村優花

中学生男子の部 6位 細沼樹

小学生・初心者の部 2位 佐藤結

小学生・初心者の部 5位 松野尾哲太

【スポーツ少年団】

(*スポーツ少年団の記事は、一部重掲、各種射
会記録は競技部にも掲載しています。)

スポーツ少年団をいつもご支援くださりありが
とうございます。新入団員もなんとか射会に参加
できるようになりました。10月7日には保護者
の皆さんのご協力のもと、ところざわ祭りに参加
して楽しい一日を過ごしました。今後も子どもた
ちの成長を見守っていただきますようよろしくお
願いいたします。

平成30年度スポーツ少年団初心者教室

(5月19日～6月23日まで 毎週土曜日)

参加者 18名

(小学生16名 保護者2名)

∞ 投 稿 (2) ∞

やっと参段合格

松浦篤子

わ～。やっとモヤモヤから開放されました。自
分で始めた事とはいえ、ギネスにのるかと思うほ
ど時間がかかってしまいました。「趣味は審査」と
言いつつ内心は…。周りの方々にも大変ご迷惑を
おかけしました。偶然に始めた弓道で、仕事をし
ていた時には絶対に出会わなかっただろう知り合
いもできました。これからもどうぞよろしく。

本当にありがとうございました。

参段審査を終えて

米澤真樹

2016年10月の初心者講習で、中学の部活動以来30年ぶりに弓道を始め、その後、2017年5月の日高で初段、2017年11月の熊谷で式段の認許をいただき、今年の5月の日高で初めて参段審査を受けました。結果は2本とも中らず不合格でした。その後の6月の大宮公園でも同様に不合格で、3回目の挑戦である秩父で、何とか合格することができました。日頃よりご指導いただいている先生方、先輩方、共に練習に励んでいる弓友の皆様、心より感謝申し上げます。

5月の日高審査の後に、とにかく中てるための練習をしなければならないと自分で思い込み、練習量を増やしたため、結果として肘を痛めてしまい、逆に練習量を減らさなければならなくなりました。肘を痛めた状態で、中てないと合格できないというプレッシャーの中で挑んだ大宮公園での射は、思い出したくないほど酷いものでした。審査から逃げ出したいという気持ちから、この頃、初めて「弓道をやめたい」と考えたほどです。実際に、新家会長に「しばらく休もうと思います。」とお伝えしたのですが、結局は毎日弓のことばかり考えてしまい、次の週末には練習に行っていたので、「自分は簡単には弓道をやめることはできない体になってしまった」と自覚したのもこの頃です。今思うと笑い話のようなのですが、夜に布団で眠れずに、枕元のスマホで『弓道 審査 中らない』という言葉で検索したほど追いつめられました。もちろん、ネットに答えがあるとは思っていませんでしたが、いくつかのページを見ている内に、ある言葉を見つけました。

『練習は審査のように、審査は練習のように』最初に見た時は、それほど特別な言葉とは思いませんでした。先生から同じような事を言われたこともあったかと思います。しかし、改めて考えてみると、その時の自分の審査での射は、「練習のように」というのが全くできていないことに気づきました。「絶対に中てなければならない」「審査なのだから、いつもより大きな射をしなければ

ならない」という気持ちとから、練習とは違う射をしていたのだと思います。しかし、言葉では分かったものの、審査で練習と同じ射をするのは、未熟な私にとっては、簡単なことではありません。どうしても緊張で体が硬くなってしまいます。そこで、必要以上のことを考えずに自然な射をするため、練習でもある程度の緊張感を持って、「まっすぐ引いてまっすぐ離れる」練習をしました。的も必要以上に狙わず、「ぼんやり見る」ように心掛けました。緊張した状態での的を狙い過ぎると、結果として離れの時にぶれることがあったからです。この練習法を始めてから、的を狙って中てようという練習をしていた時よりも、自分の中で矢が真っ直ぐ飛ぶという感覚がありました。審査前のいくつかの試合でも好成績を残すことができ、少しですが手ごたえのような物も感じました。こうして迎えた秩父審査は、やはり緊張したのですが、『練習のように』を心がけ、何とか甲矢が中りました。実は、どこに中ったのか全く見えておらず、的に入った音だけが記憶に残っています。乙矢ですが、甲矢が中ったことの安心と、もう1本中ててやろうという欲が出て狙いすぎた結果、9時方向に外れました。

さて、自分なりに工夫して行き着いた「まっすぐ引いてまっすぐ離れる」ですが、審査後に先生に射を見ていただいたところ、射が止まっている、弓手の肩が曲がっている、馬手の肘が前に出ている、三重十文字ができていないなど、ここには書ききれないほど悪い所だらけだったので、あっさりと封印しました。今回、たまたま運良く合格できましたが、やはり未熟な私が考えた方法など付け焼刃に過ぎず、先生に見ていただいて悪いところを修正しながら学んでいくのが、正しい射を身に付ける方法だと改めて痛感しています。また、そんな未熟な射でも合格できたのは、日頃から先生方にご指導いただいているお蔭です。改めて感謝申し上げます。審査が終わった今は練習が楽しくて仕方がありませんが、次の審査の前には、また同じように「やめたい、逃げたい」と悩み苦しむかもしれません。でも、そういう風に楽

しみと苦しみを繰り返しながらも、続けていくのが自分の弓の道だと今回強く思いました。

今後ともご指導をよろしくお願い致します。

参段審査を振り返って

川島 幸世

熊谷審査にて参段の認許をいただきました。指導してくださる先生方、先輩方、声をかけてくださる皆様のおかげと御礼申し上げます。

参段審査では「一本入らないと無理」。全く当たらないのに申し込んでみました。無謀だよ。でも申し込めば頑張っただけ練習に行くかなあ。結果、皆から最近よく見るね。どうかした！？と言われるまでになりました。時間のやり繰りが大変だけど、やってやれなくはなかった…審査一か月前、全然当たりません。むいてないわ。審査二週間前、当たるようになってきたぞ！なんでだろう？これを書いている今、その頃当たっていたことが嘘だったかのように元に戻りました(笑) 練習せねば！！

審査当日は、とにかく「大きく引くこと」「呼吸を止めないで楽にすること」だけを頭に置いていました。実際、色々考えていても忘れず。「実力以上のもは出ません」直前に平山先生に言われた言葉は私の名言リストに入りました☆

熊谷は「3歩3歩」でいつもと違う、間違えそうになったのを誤魔化しました。そして射場が良く滑ること。足踏み滑る一、弓がガタガタする一。「ヤバイ…(*o*)」と思いつつも、「今日の私は妙に冷静」と客観視する自分がいました。反省点は書ききれないほどですが、なんとか合格できました。諸々今後の課題とします。

「週2日で現状維持、上達するには3日以上」心に銘じます。寒さに負けず練習に励みたいと思います。

心

仲野 裕昭

平成最後の年 11月11日、熊谷さくら運動公園 弓道場にて御陰様で式段の認許を頂く事が出来ました。まずは、初心者教室の頃から丁寧なご指導くださる諸先生方をはじめ日々励まして下さる先輩方、切磋琢磨している同期の皆様に深く感謝を申し上げます。幼少期より小児喘息で体が弱かったので、高校時まで剣道修行をしていた武道好きの私。(痛い思いをするのは苦手ですが、礼儀作法や道具に興味津々) 昨年春の初心者教室を受講した友人の勧めで、アフターフォローを見学させて頂いた時「弓道を学びたい」と強く望みました。同期の後日談ではありますが、見学はじめて数分で巻き藁の前に立ちまた数分もしないうちに的前に立たせてもらった私を見て「自分達は何週間もかけて、やっと練習している出来事なのに、たった数分しかいないのにもう教えてもらえるなんて、ズルいなあ(笑)」等と話をしたのは、ついこの間の様です。しかしながら、アフターフォローでデビューさせて頂きましたが、性格上納得いかず秋の初心者教室に再チャレンジさせて頂いたのは、言うまでもありません。時が経つのは早いもので、弓に触れて1年ちょっと。まさか、自分が式段審査の場所に立った姿で構えているなんて・・・ジャージ+ゼッケン姿で受講している時には、想像もつかない事でした。所弓連の皆様の中には私という人物がどのように映っているかは判りませんが見た目が強気で生意気(←現場で良く言われます)ではありますが実の所、かなりの臆病者で心配性な小動物のような性格であります。ですから、その弱さを補う為に表面に出さず、密かな努力をコツコツするのを惜しまない様になっています。審査時の控室での待機中や、入場前の順番待ちの時は頭のなかで「どうしよう・どうしよう・どうしよう・・・」という文字がグルグル回り、心が乱れていました。一瞬、本当に1秒あるかないか・・・不思議な現象といいますか走馬灯のように目の奥に今までの先生方の熱心なご指導が、射法八節のダイジェスト版が1つ1つ映画の短編集

の如く映像がよぎりました。するとどうでしょう。安心感が生まれ、頭の中の雑音が消え、静かな湖面のような気持ちになり何故だか皆様が背中にいるような心地よい感じになり、堂々と射を行う事が出来ました。弓道は自己を鍛錬し磨きあげていく孤独な武道とと思っていましたが人と人の繋がりがある『心』の武道だと、改めて感じました。だからこれからも沢山の人達と触れ合い、色々な会話等を楽しんでいきたいです。今後とも、ご指導・ご鞭撻の程、宜しくお願い致します。

平成30年度伝達講習会

9月15日、大宮にて開かれた伝達講習会において、以下の伝達がありました。

■指導方針(前年度同様)

弓道教本及び副読本に基づいた基本の徹底

■指導者の心得

1. 日本弓道の指導者として、自ら至誠と礼節を体現し真善美を目指すこと
2. 指導者の持つ影響力を自覚し、自身の言動の倫理性について常に注意を払うこと
3. 指導にあたっては、自らが実践躬行すること
4. 指導にあたっては、弓道教本及び副読本に基づき全国的に統一された指導を行うこと

■指導項目

1. 「射法・射技の基本」に徹すること(教本 P99)
 - ・基本の5項目：①弓の抵抗力 ②基本体型 ③呼吸(息合い) ④目づかい ⑤心・気の働き
 - ・正しい射法八節を実践していく(同 P104)
2. 「基本体の必要性」の実践(同 P62～64)
 - ・動作の注意点(八項目)を習得していく
 - ①生気体 ②胴造り ③目づかい ④呼吸(動作と息合い) ⑤腰 ⑥残心(身) ⑦間 ⑧基本に則り、大きく且つ急所々々を確実に行う

3. 高段位者について

- ・更なる射品、射格を高めていく努力を怠らない

4. 「公認資格認定制度」施行初年にあたり、その周知と定着を図る

■その他注意事項等

- ・射の総決算として、伸び合った残身が無いと訴えるものが無い。足踏みの閉じ方も重要
- ・歩き方：進退とも足は平行に出し、足裏を見せない。特に足を引く際内側に入り気味となるので注意。歩行中の回り方は腰をしっかりと回し、かかとから踏み出す
- ・腰に執った取り矢の角度は弓と直角、弦と平行に見える方が美しい
- ・四つ矢坐射の矢の置き方は、矢を身体の中央に置くことが原則(教本 P182) ただし、それだと矢筈を持ち身体の右脇に運んで矢を取るという手間がかかるので、すぐに矢を取れるよう板付を身体の中央に置く簡易法でもよい
- ・男子の肌入れで、袖を肩に懸ける際、たもとの端を持った手の甲が前から見えないように
- ・男子の袴紐の結び目はきれいに縦になるように
- ・女子立射の襷捌きは行わないとされていたが、行ってもよい

∞ 会長月誌(抄) ∞

平成30年

5月17日 体育協会理事会：

- ・平成29年度事業報告、決算報告
- ・平成30年度事業計画案、予算案の評議委員会向け資料確認

5月23日 平成30年度青少年育成所沢市民会議定期総会：

- ・平成29年度事業報告、決算報告、組織改正、役員改選
- ・平成30年度から委員(スポーツ部会)として、青少年三道大会を主幹する弓道・剣道・柔道が連盟として加入することになった

6月 8日 体育協会評議員会：

- ・平成29年度事業報告、決算報告
- ・平成30年度事業計画案、予算何の決議懇親会(草賀監事、会理事、新家幹事)

∞ お悔やみ ∞

平成30年10月25日

教士七段 手島 正 先生が ご逝去されました。
(享年 88 歳)

7月24日 第29回所沢シティマラソン大会**役員会：**

- ・大会役員決定
- ・計画案(今回はメットライフドームの利用不可)

ここに謹んで哀悼の意を表し、ご冥福をお祈り
申し上げます。

7月24日 体育協会役員会：

- ・30年度事業について (役員会後懇親会)

8月23日

体育協会理事会・懇親会：

- ・平成30年度事業について
10月14日 陸上競技選手権大会、車場役員無し
12月 2日 シティマラソン、走路係7名の要請

8月30日 三道大会打合せ：

- ・今年度の幹事は柔道連盟
- ・平成31年は11月10日開催

9月 3日 シティマラソン総務部会：

- ・大会要項確認、業務分担、参加賞について

10月30日 シティマラソン第二回総務部会：

- ・事業計画・大会概要、業務内容・係り分担、
予算(走路の早く終わるところは弁当不支給)、
選手宣誓者の選出(当日誕生日の選手から)、
参加賞(日本光電社がシューズケースを提供)

編集委員

飯島稔凱 甲斐久歳 山口ひろ子 田中恵美子

所沢市弓道連盟会報誌 所弓便 第22号

発行日 平成30年11月30日

発行者 NPO 法人所沢市弓道連盟

会長 新家 透