

所弓便

第26号

【会長挨拶】

石川 淳子

2021年、コロナ禍という厳しい状況下ではありましたが、1年遅れで『2020東京オリンピック・パラリンピック競技大会』が無観客で開催されました。開催に関しては賛否両論ありましたが、いくつものドラマが生まれ、感動を得ることができ、自分自身ももっともっと頑張ろう！という気持ちになった方も多いのではないのでしょうか？

9月末、感染者数も大きく減少傾向となり、第5波による緊急事態宣言も解除となりました。私たち所沢市弓道連盟も10月に月例射会の再開、11月に延期していた弓道教室の開催と動き出しました。もうしばらく感染防止対策等で会員の皆様にご不便をおかけしますが、引き続きご協力のほどよろしくお願いいたします。

∞ 各部報告 ∞

(令和3年5月以降の主な出来事)

【全般】

会員数

11月末日現在の会員数は183名です。

新会員

令和3年4月～令和3年11月までに入会・再入会された皆さんです。(以下、敬称略)

飯野良平 清水秀一 星川快枝 伊藤 駿
橋本夕夏 佐藤 結 大竹悠理 角倉恵奈
佐々木美桜 脇 瑛富

昇格・昇段

令和3年6月から11月までに昇格・昇段された皆さんです。おめでとうございます。

五段 池内健治

四段 森下珠美

三段 倉岡志乃 小泉恭子

二段 山下翔司 相澤俊彦 池田大介

山下友弘

初段 山下聡子 角 宣臣

新道場建設についての経過報告

新道場建設委員会

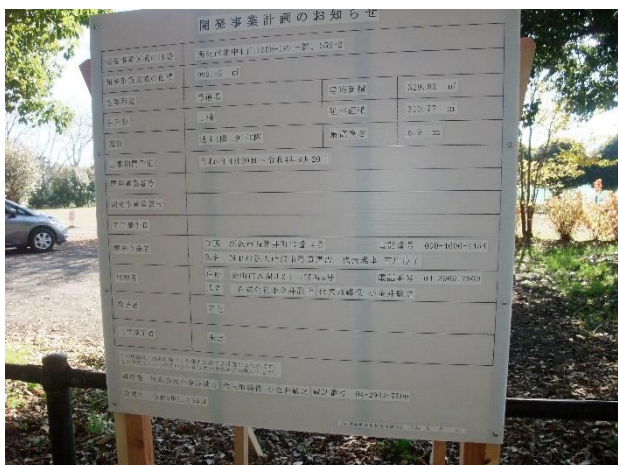
昨年7月に所沢市から新道場建設候補地として北中運動場ゲートボール場跡地を紹介されたことを受け、所沢市との調整および新道場建築の具体化等を推進することを目的に新道場建設委員会を設けて協議してきました。

発足後間もなく理事・監事も出席することとし、これまでに会合を19回開催し、所沢市(スポーツ振興課、他)との打合せは2回の現場合わせを含めると計12回開催してきました。

また、(株)小金井設計と「建築設計・管理業務委託契約書」を締結し、委員会の協議にも加わって頂いています。

所沢市との契約は、所沢市が弓道場用地を所弓連に貸与し、所弓連は借地料を支払うこと、また、新道場の建設および維持管理は全て所弓連の負担と責任とすることを基本とするものですが、弓道場用地の面積と借地料、現在利用している武道館の稼働率維持に関する市側の要求、さらには弓道場建設に伴ってテニスコート利用者の入口と駐車場移設のための所弓連の負担費用、等々の協議に想定を超える多大な時間を要してしまいましたものの、何とか中間覚書締結まで漕ぎ付けました。

調印前ですが、所沢市の了解のもと現地に開発事業計画を知らせる看板を設置し、所沢市に「標識設置届」を届け出ました。



(写真は現地に設置された標識)

開発事業計画のお知らせ

- ・ 主要用途 弓道場
- ・ 工事期間予定 令和4年4月20日～
令和4年9月20日
- ・ 開発事業者 NPO 法人所沢市弓道連盟
- ・ 代理者 株式会社小金井設計

この後は、所沢市による測量、都市計画法に基づく市街化調整区域内の建築の審議（所沢市開発審査会2022年2月予定）を経て、所沢市との本契約が無事締結できれば、晴れて着工となります。

所沢市との協議と並行して、新道場の配置図の検討も進めてきています。建築費用の制約があるなかで如何にして使い勝手のいいものに仕上げるかが鍵となりますが、所沢市との中間覚書に合意し、今後のスケジュールも見通せる段階に入りましたので、会員の方々の意見も集約しつつ最終化に向けて加速する必要があります。

また、新道場建設後は武道館弓道場との2道場体制となります。その場合の事業運営方針については、委員会からの提案を基に部長会および常任委員会をそれぞれ臨時で開催して協議し、大筋はまとまっています。

着工すればその約7ヶ月後には竣工できると見込んでいます。今後進捗については随時共有するように致します。

【事務局】

【5月】

- 4日 第14回新道場建設委員会打合せ
(NPO理事、監事、建設委員 9名出席)
- 7日 新道場建設に関する回答書検討、「新道場建設予定地における地質調査及び浸透速度試験実施申請」をスポーツ振興課に提出
- 16日 第15回新道場建設委員会打合せ(NPO理事、監事、建設委員 9名出席)
- 23日 臨時部長会 (19名出席)
- 23日 埼弓連制服購入代金の所弓連集金分を支部会計に委託
- 31日 「埼弓連だより」を道場に配布留め置き

【6月】

- 3日 市役所訪問(所弓連4名、設計事務所2名)、スポーツ振興課、開発指導課、教育委員会(10名)と話し合い
- 6日 第16回新道場建設委員会打合せ(NPO理事、建設委員 8名)
- 7日 「北中運動場貸付用地についての中間覚書(案)」について、連盟の希望をスポーツ振興課に連絡
- 12日 スポーツ振興課に、市側の返答について状況を確認
- 13日 令和3年度臨時常任委員会(27名出席)
- 15日 令和3年度臨時常任委員会議事録をメンバーに送付し、道場にも掲示

【7月】

- 1日 会費未納者宛て督促状送付につき総務部に依頼
- 11日 第17回新道場建設委員会打合せ(NPO理事、監事、建設委員 9名)
- 15日 市役所訪問(2名)、スポーツ振興課(3名)との話し合い
- 31日 第18回新道場建設委員会打合せ(NPO理事、監事、建設委員 9名、設計事務所2名)

【8月】

- 8日 令和3年度第2回部長会(18名出席)

- 13日 令和3年度第2回常任委員会(8/15)について、新型コロナ感染急拡大のため中止の連絡、及び第2回部長会議事録、資料等を、常任委員会メンバーにメールにて送付
- 17日 第2回部長会議事録、資料等を道場に掲示
- 25日 埼玉連制服購入の受け取りについて、制服注文者に連絡

【9月】

- 1日 スポーツ振興課より中間覚書(案)をメールにて受領
- 16日 北中運動場にて市との現場合わせを行う。(連盟2名、設計事務所2名)、スポーツ振興課(4名)
- 28日 「熊谷運動公園弓道場見学について」道場に掲示

【10月】

- 1日 スポーツ振興課より、「北中弓道場建設予定地における駐車場整備案」をメールにて受領
- 10日 第19回新道場建設委員会打合せ(NPO理事、監事、建設委員 10名)
- 14日 「北中弓道場建設予定地における駐車場整備案」について、連盟側の考え(文書)をスポーツ振興課にメールにて送付
- 15日 「令和3年度所沢市スポーツ協会優秀選手賞・優秀団体賞推薦の件」道場に掲示

【総務部】**【5月】**

- 1日 総会資料発送

【6月】

- 6日 安土整備・練習再開準備・記録簿印刷

【7月】

特になし

【8月】

- 29日 第54回武州弓道大会中止のお知らせをHP掲載依頼

【9月】

- 7日 記録簿印刷(300枚)
- 29日 武州弓道大会中止のお知らせ発送(葉書227通・封書2通)

【10月】

特になし

【指導部】**【5月～9月】**

新型コロナのため、期間内に予定されていた定期講習(土曜講習会、水曜研修)及び弓道教室は全て中止となりました。

【10月】**・弓道教室：**

緊急事態宣言解除に伴い教室開催を決定しました。春に応募の方全員が参加希望です。あと2名の参加希望者と併せて13名で始めます。変則ですが11月から始まりますので宜しくお願い致します。

・土曜講習会・水曜研修会も再開を検討したいと思います。

【競技部】**《所弓連主催射会》**

・月例射会は5月以降中止

《外部射会結果》**【5月】**

- 10日 ねんりんピック予選大会兼実年者選手権(3名参加)
- ・5位 坂川隆人：
岐阜ねんりんピック埼玉県代表
- 30日 埼玉県弓道選手権大会等
- ・称号者の部 2名参加

【6月】

- 6日 シンコーススポーツ杯弓道大会：中止
 19日 読売杯兼県体出場予選会所沢予選会
 (以下の6チーム出場決定)

- ・称号：
 - 所沢A (粕谷吉一・篠原一郎・永島英男)
 - 所沢F (住田真美枝・平山夏子・下田 徹)
- ・四五段：
 - 所沢E (関口研二・関口二郎・中村徳海)
- ・女子：
 - 所沢H (関口純子・清水公子・深見恵子)
 - 所沢I (植村亮子・湯浅紀美子・小泉恭子)
- ・三段以下：
 - 所沢C (山川 元・仲野裕昭・蒲生一志)

- 27日 埼玉県弓道遠的選手権大会予選会
 (出場決定者)

- ・五段以上：下田 徹、三好啓子、関口研二
- ・四段以下：関口純子、清住洋恵、清水公子

【7月】

- 10日 埼玉県弓道遠的選手権大会：入賞者無し

- 25日 読売杯兼寿射会兼県体出場予選会
 兼読売杯

- ・総合優勝：下田 徹
- ・午前の部：1位 関口二郎 2位 中村徳海
6位 山下翔司
- ・午後の部：1位 下田 徹 2位 渡邊徳雄
3位 深見恵子 5位 篠原一郎
- ・寿射会 寿B 午前の部 1位 関口二郎
- ・寿射会 寿B 午後の部 1位 下田 徹
2位 渡邊徳雄
- ・県体出場チーム

- 四五段の部：関口研二・関口二郎・中村徳海
- 称号者の部：粕谷吉一・篠原一郎・渡邊徳雄

- 25日 埼玉県選手権大会

- ・有段者の部：入賞者無し

- 26日 市民弓道大会中止決定

【8月】

- 8日 中西部親善射会：中止

【9月】

- 4日 西部支部選手権大会兼県武道大会

選手選考会：中止

- 12日 市民弓道大会：中止

- 20日 埼玉県勤労者大会：中止

【10月】

- 3日 第34回県民総合体育大会

- ・遠的団体四・五段の部 3位

所沢E 関口研二・関口二郎・中村徳海

- ・遠的個人四・五段の部 優勝

所沢E 中村徳海

- 10日 東日本女子弓道大会：中止

- 17日 月例射会

受付で健康チェックシートを提出。弓具、荷物置場も決め、参加者が午前・午後に分かれ各15名程だったためソーシャルディスタンスもしっかり取れました。矢取りは競技部員が行い、矢返しの所にはアルコールを置き、感染防止対策を徹底しました。

- ・二段以下の部

優勝：山下翔司 2位：相澤俊彦

3位：仲野裕明

- ・三・四段の部

優勝：田中明子 2位：湯浅紀美子

3位：中村徳海

- ・五段以上の部

優勝：下田 徹 2位：増田裕子

3位：松寄恭子

【スポーツ少年団】

【5月】

- ・スポ少練習：8回(市民武道館)

【6月】

- ・スポ少練習：8回(市民武道館)

【7月】

- ・スポ少練習：8回(市民武道館)

- 17日 第34回県民総合体育大会(弓道中学の部)

(於秩父第一弓道場) 17名出場、

- ・女子Bチーム団体優勝

(佐藤 結、大竹 悠理、角倉 恵奈)

- ・第18回全国中学生弓道大会(通信制)に出場決定

27、29日 全国大会出場選手 強化練習

【8月】

- ・スポ少練習：4回(市民武道館)
- ・コロナ禍による緊急事態宣言発出により、8/21～9/11 練習中止
- ・1, 2, 5, 8, 11, 12, 13日：全国大会出場選手強化練習
- ・15日 第18回全国中学生弓道大会記録会(市民武道館)
団体結果：全36射 12中
(大前) 佐藤 結 12射4中
(中) 大竹 悠理 12射4中
(落) 角倉 恵奈 12射4中

【9月】

- ・緊急事態宣言延長により 9月練習全中止

【10月】

- ・スポ少練習：5回(市民武道館)
- ・10月末 団員数： 21名

∞ 投 稿 ∞

二段審査

池田 大介

三度目の正直で、なんとか二段に合格することができました。

いつもご指導いただいている諸先輩がたのご指導のおかげです。ありがとうございます。

審査直前まで自身の上達をあまり実感することができず、また落ちてしまうかなと暗い気持ちで当日を迎えました。

甲矢はいろいろ考えすぎて、力みすぎ、小さな射になってしまいました。このままだとまずいと思い、乙矢は、気持ちを切り替え、縦線を意識して、大きな射ができたかなと思います。

ただ、体配のミスもあったので、今回もまた駄目かなという印象でした。

合格の連絡を受けた時は、半ば諦めていたので、信じられない気持ちでした。

ゆっくりではありますが、少しずつ上達できていると認められたと感じ、とても嬉しかったです。

まだまだ未熟者ではありますが、引き続き、ご指導のほどよろしくお願ひします。

三歩・七歩・五歩 三歩

相澤 俊彦

この度第6回地方審査会において三段に合格することができました。これも偏に常日頃から諸先生方はじめ多くの先輩方から熱心にご指導いただいた賜物とこの場をお借りして改めて御礼申し上げます、ありがとうございました。

当日は天気にも恵まれ余裕をもって会場に到着、駐車場で準備体操のあと人目を気にしながらも「三歩三歩」の入場を練習していざ受付へ。無事受付を終えて控えへ入るとすでに二十人近くの受審者が待機していた。弓矢と懸けの準備を終え素引きを数回試し指定の待機場所へ戻ると、進行

の先生が現れた。「初・式段受審の方に念のためお伝えします、ここの射場の入場は七歩三歩です。」「えっ、何それ?」、静かだった控えが一瞬でザワついた。「ここは広いので入場は礼してから七歩進んで本座前三歩で本座です。二番目以降の人は礼して五歩まっすぐ、六歩目から斜めですよ」受審者がバラバラ立ち上がり足踏みをはじめた(もちろん私も)。二番の私は「大前じゃなくてよかった」と動揺を抑え大前の方へ「就いていきますのでよろしくをお願いします。」とあいさつしてイメージトレーニングを繰り返し、ここまではまだ何とか冷静でいられたと思っていた。が、初段の審査が終わりに近づき式段の部が第二控えへ呼び込まれ、「式段1番から6番の方、移動します。」「・・・?! えっ? 1番から6番?」「一名欠席が出たので詰まります。」「マジか〜! オレ大前?」私の前の6番が「だ、そうです。お先します。」と心なしか嬉しそうに去って行った。

私は一気に平常心を失い狭い控えでなりふり構わず七歩三歩・七歩三歩と練習を開始。「もう開き直るしかない」と決め第二控えへ入った、心を決めたにも拘わらず本番が近づくと不安が募りだし射場をのぞき込んで距離を測ったり、国旗の位置を確かめたりとまたしても動揺してきた。

いよいよ前の立が入場し第一控えへ移り深呼吸で何とか自分を落ち着けようとしていると、出し抜けにさっきいそいと去って行った6番が別の先生とともに射場から戻ってきた。「欠席者が出た場合その立内では詰めますが、立は変わりません。」ってことは「オレ二番?・・・七歩?五歩?三歩?!」、ほっとしたのか緊張が増したのかもはやわからなくなっていた。

入場にばかり気を取られていたせいか、あんなに心がけていた体配・行射に意識が及ばず甲矢は夢中のうちに終了。「大三止まってなかったなあ、弓手ぶれたなあ」と反省しきりの中、弓を立て乙矢をつがえようと組んだ瞬間に本弾がツルっと滑りヒヤリハット(汗)、一割がた血圧の上昇を感じマンツーマンで指導いただいた「組む・見る・取る・戻る」は記憶から飛んでしまった。

合同稽古で甲斐先生がおっしゃった「二割の失敗はしてもいいと思えば楽になる」という言葉を思い出しつつ「今何割引きだろう?」と持ち上がる不安を抑え込み何とか行射を終えた、中らなかつた。

審査を終え時間が経つに連れ失敗ばかりを思い出した後悔が募っていただけに、合格の報せには殊のほかありがたく欣喜雀躍でした。

学科試験「弓道修練の目標について述べなさい」という課題に私は、「常に平常心を保てる精神を育み、人としての品格を向上させる」と結んでいた修練の目標が一段と明確になりました。

今後も修練に励みます、引き続きのご指導よろしくお願い申し上げます。

6/13 昇段審査

山下 翔司

2021年6月13日、2019年5月12日以来、2年ぶりの昇段審査に臨み、無事式段認許を頂くことができました。

コロナ禍の渦中において審査の機会を得られたこと、日頃からご指導いただいております先生、先輩方に心より感謝いたします。

約半年前の事なので、記憶が薄れている部分もありますが、当時を振り返って書き起こしていきます。

今回の審査は、ゴールデンウィークの終わりまで海外出張があり、隔離期間を終えて審査まで3週間、それまで1カ月以上全く弓に触れず、3週間でどこまでやれるかの挑戦でもありました。

立ち順を聞いて驚いたのは7人しかいないこと。やはり敬遠する方が多かったのでしょうか。所弓連で同時期に審査を受ける方も殆ど居らず、黙々と練習して本番に臨む事となりました。

7人のため、通常5人立ちの審査が4人、3人に分けて行われます。

会場は日高、初段と同じ会場でした。立ち位置は4人立ちの大前でした。大前は学生弓道時代の定位置だったので、幾分気が楽になります。審査開始から4立目辺りだったので、受付完了から直ぐに準備。進行もいつもと違うためか、バタバタしていて逆に緊張せずに助けられました。

入場から甲矢まではあまり思い出せません。とにかく前日までの練習通り、できるだけ落ち着いて一定のリズムで体配を行うことに集中しました。

打ち起こしからは、身につけていることしかできないし、前日まで絶不調なものもあって、半ば的中は諦め気味の、気合いのみの射だったと思います。矢は的上12時に入りました。若干力んで引きが大きくなったのだと思います。

甲矢が終わって座った後、なぜか存在しない5人目の弦音を待つ私。審査席から「立って!」と促されてやっと4人立ちなのを思い出し、「あー、やっちまった、終わった・・・」心の中で呟きつつ乙矢。伸びきれずに離れてしまい6時に。安土に届いたかどうか微妙なところ。結局不調なのは不調、残念でした。

審査当日は落胆して、昼食も食わず午後から武道館で一人反省会。

そこで指導していただいて不調の原因が判明、バシバシ的中するように。審査、試合のあるあるです。原因は詳しくは省きますが、大三で両肩のバランスが大きく崩れることでした。

乙矢が安土まで届かなかったこと、落ちの弦音で立てなかった失敗から若干諦めつつ、気を揉みながら待つこと10日間、結果は合格。思い返せばあの射で何をどうして合格だったのか、だいぶ甘い裁定をいただいたのだと思います。前向きに捉えれば、ひたすらに3週間繰り返し練習した成果を認めてもらえた結果ともいえます。

審査は辛いですが、結果が出ると喜びも一入、段位も上がって自信もつきます。

これからもマイペースながら審査に臨んでいきたいと思いますので、よろしくお願いいたします。

「審査を振り返って」

倉岡 志乃

2021年6月13日、日高市での地方審査にて参段の認許をいただきました。日頃からご指導いただいている先生方をはじめ、先輩方、弓友の皆さまのおかげです。心より御礼申し上げます。

今まで何度か審査を経験してまいりましたが、今回初めて前日に練習ができませんでした。最後の練習から日を空けて審査に臨むことは不安でしたが、あれこれ考えても仕方ないので、家で出来る事と準備に専念することにしました。今まであまりしたことはないのですが家で体配の練習や確認をしたり、道具の準備を丁寧にできた事、加えて審査当日は少し早めに会場へ到着し自分の時間が持てたことで結果的には落ち着いて審査に臨むことができたと思います。結果発表が後日ということで、毎日ホームページにアクセスを繰り返しては悶々として過ごしておりましたので、結果が出た時はまずは喜びよりも安堵と開放感が強かった気がします。

発表後LINEやメールでご連絡をいただいたり、道場で「おめでとう」と声をかけていただき、お話しする中で、合格の喜びと共に、多くの方からのご指導と励ましのおかげで合格できた事を実感いたしました。

私は高校で弓道に出会い、休会と再開を繰り返しながら、なんとか続けてまいりました。進学や夫の転勤により九州各地の道場にいくつか通っておりましたが、会員が多く、設備も整っていて、その上多くの先生方にご指導いただけるという環境は所沢が初めてです。射技体配はもちろん、道具の扱い方や道場での心得などあらためて学ばせていただくことが沢山あり、恵まれた環境で日々修練できる事をいつも幸せに感じ、感謝しております。

これからも精進し、次の昇段を目指して努力して参りますので、ご指導ご鞭撻のほど、よろしくお願い申し上げます。

弓道を通して学ぶもの

小泉 恭子

この度、熊谷での審査(10月)にて参段の認許をいただくことができました。これもひとえに、日々ご指導いただいている先生方、そして稽古にお付き合いいただく弓友のみなさま、また、講習会をはじめ練習環境を整えてくださる所弓連のみなさまの、ご尽力のおかげと、心より感謝しております。

弓道に本格的に取り組むようになって3年目。当初は高校時代の忘れ物を取りに行くような、あこがれの実現や的中の中に思考が向いていました。しかし今、多くの先生方や弓友との邂逅を経て、弓道のいわゆる「道」ものの魅力に魅せられている自分があります。特に精神鍛錬の面が、遅ればせながら自己の成長にもつながると実感しています。

日々の稽古のなかで、技術的な鍛錬はもちろんですが、その指導を受けた際や弓友からの指摘を受けた時の自分の受け止め方、また、態度や取り組む姿勢が、弓道に携わる者としての礼に適い、品格があるものなのかと、内省の繰り返しです。また、道場や道具の維持管理、弓道をする環境を整える面においても同様です。

さらに、このコロナ禍を経験し、連盟の方々が「弓を引く」というその環境を維持するために日々、工夫・ルールづくりなど、ご尽力くださっているかということに改めて気づかされるとともに、深い感謝の念をいただいております。だからこそ、それを順守し協力していくために、一人ひとりの思慮・配慮、がいかに必要であるかということを実感しています。そして、そういったすべての根底に「礼」をつくす考えがあってこそと、改めて感じました

今後、弓道を通して多くの事を学び、日々の生活にも活かしていけるよう精進していきたいと思えます。どうぞ今後もご指導のほど、よろしくお願いいたします。

感謝 — 四段審査を通して —

森下 珠実

本年6月の地方審査で四段認許を頂きました。松寄先生をはじめ細やかにご指導して下さる諸先生方、助言を下さる先輩方、励まして下さる弓友の皆様心より感謝申し上げます。

5月の京都大会は四段からだよ、京都楽しいよ、とお声掛け頂き、いつか京都に行ってみたいと、審査に向かい合う日々が始まりました。

受審を重ねる中、何もわからなくなって焦ったり、ぐるぐると同じところを歩いているように思い心細くなったり。そんな迷いの森に入りこんでばかりでしたが、都度一から懇切丁寧にご指導頂き、次の審査への気持ちに繋げていくことが出来ました。

審査当日、控え直前で前の立ちの方の遅刻があり、急遽立ちの組み替えや立ち順変更など慌ただしくなりましたが、それが良かったのか急に落ち着くことが出来ました。入場一步目から教えて頂いたことを大事に、今の自分に出来るだけのことをしようとして考えていて、どうやって離れが出たのか全くわかりませんでした。気がついたら、矢が的に中る音が聞こえました。退場しても自分のことではないような不思議な感覚に包まれていました。ひとえに、いつもお世話になっている皆様のお力をお借りしたおかげだと存じます。ありがとうございました。

いつか春の京都に行けることを楽しみにしつつ、これからも修練していけたらと存じます。

今後ともご指導ご鞭撻のほど、どうぞよろしくお願い致します。

五段審査に受かって

池内 健治

2021年(令和3年)11月17日に県立武道館で受審した五段の審査に合格しました。所沢市弓道連盟の先生方や先輩、会員の皆様のご指導と励ましに感謝します。当日の審査や今年の10か月の稽古を振り返り、今後の抱負などを述べたいと思います。また、感染症の中での審査について受審の記録を意識して記述します。今後、再度このような状況で受審される方の参考になれば幸いです。

■ 2度の不合格

本年度は新型コロナウイルス下での稽古が続き、異例のこと尽くめでした。私は、弓道とともに合気道の稽古を行っているのですが、今年に入って感染症のため、コンタクト・スポーツである合気道の稽古には参加できませんでした。比較的ソーシャル・ディスタンスがとれるため、もっぱら弓道の稽古に励みました。仕事もリモートワークとなって、時間の融通が利くので、できるだけ時間をつくって弓道場に足を運びました。これまでになく、弓道に専念できた一年でした。

五段の審査として、今年2回挑戦して、不合格。今回の審査が3回目となります。不合格だった1回目の審査は今年の2月23日。所弓連の受審者仲間が並んだ立順だったので、車に同乗して審査会場に向かって受審することができ、心強かったものです。しかしながら、甲矢は入ったのですが、当てようという気持ちに支配されて乙矢を外してしまいました。普段から中りが出ていなかったのに、甲矢が入って、気持ちが先走ったのでしょうか。

2回目は、7月17日。このときは、四段に合格した日程で立順が決まっていたため、一人で審査会場に向かいました。思ったより早く会場に到着したので、審査の後に大宮市場の場外食堂で食事をしようと市場の場所を確認に行っているうちに、審査の間際になってしまいました。遅刻しそうになって、受付直前の会場入りとなってしまいました。仕事も立て込んでいた時期なので、集中力を

欠いていたようです。このときは、何本入ったか、まったく記憶にありません。そして次はできるだけ行射に集中しようという気持ちで審査に臨みました。

■ ドキュメント五段審査 入場まで編

今回は第2射場、立順は241番、大前でした。所沢の道場で着物を着て数名で練習したとき、肌脱ぎをしないで射位に入ろうとしたぐらい、本格的な練習から遠のいていました。そのため、後の4名の受審者の方に迷惑をかけないようにと、とても緊張して審査に臨みました。

2021年度の審査は、感染症対策のため30名単位で、行射のしばらく前に集合し、武道館の外で点呼をとって入館しました。立順で並び、密にならないように2階の入口から入館し、健康チェックシートと学科試験の解答を提出することになります。その後、弦を張り、矢を出し、磔をさし、換え弦を持ち、審査順に椅子に腰掛ける。とても、忙しくて心を整える暇がないのですが、着席してからは、吐く息を腹式呼吸でゆっくりと整えて、気持ちを治めるようにしました。また、視線を3メートル先に向け、少し目を細めて集中力を高めることも心がけました。

これは、三段の審査で合格したときの経験に基づくものです。目を細めて半眼にしたら比較的落ち着いていたことと、思い出しました。それに、審査員から見て視線が泳いでいないように見えるのではないかと思って半眼にしたのです。そのことを思い出して視線と呼吸を意識して、心を静めようと努力しました。

合気道で修得した呼吸法も役だったと感じています。気力を漲らせて、身体を柔らかくして、重心を丹田に沈めることによって、相手の動きに合わせて軸を保ちながら柔らかく動くことができます。この鍛錬を15年以上続けてきました。毎日浴室に入る前に65回四股を踏んでいます。65回にしたのは、年齢にあわせたものです。この鍛錬は、合気道の座り技という跪座での技をスムーズにし、

軸を効かせて回転運動をするためのものです。体幹が鍛えられて、重心を沈めて、下半身の動きをなめらかにする効果があります。

話は逸れますが、合気道に座技呼吸法という技（あるいは鍛錬法）があり、合気上げとも言います。相手と向かい合って着座し、手首を持たせて相手をあげて投げるといったものです。このとき、肩が上がると体が固まり、重心が上がり、技が効きません。また、腕を曲げる内側の筋肉ではなく、身体の外側の筋肉を使うことによって、相手に力を感じさせず自然に相手を持ち上げることができます。これは、弓道にも応用できました。会に入るとき肩を沈め、腕の外側の筋肉や僧帽筋や広背筋などの筋肉を使うことと共通するように思います。

話を戻しますが、2階から射場の控えに移動すると、射場で前の組が行射していて、さらに緊張感が高まります。私は、どの弦音で入場し、何歩進み、落ちの弦音で立つといったイメージを確認し、前3メートルを半眼で目を落として気を静めるようにしました。射場を見ると、そちらに気持ちが引きずられて集中力を保てないと感じていました。

■ドキュメント五段審査 行射編

いよいよ入場の場面になり、初心者教室での「吸う吸う、吐く吐く」という練習を頭に描いて、できるだけゆっくり、そして後ろの4人が付いてこられるように間をとりながら方向を変える努力をしました。揖をして、肌脱ぎを忘れそうになって、向きを変えるのに手間取りましたが、なんとか肌脱ぎを終えました。前の週の稽古で肌脱ぎを忘れた失敗がよい経験になりました。

その後、射位について甲矢の行射に移りましたが、息合いを使って息を腹にためながら打ち起こし、末弭を天井に突き立てるように垂直に伸びながら息をもらし、息を吸いながらゆっくりと大三をとります。このとき、肘を送らないように注意をして、少し肘を張って掛け紐のあたりを額に近づけるようにしました。ここで息をもらしながら

弓の張りを感じ、引き分けて会に入ります。弓手先行で、妻手を矢筋にできるだけ真っ直ぐに開いて、開けないところまで行ったら、僧帽筋と広背筋を使って大きく開くように引き分け、頬付けします。ちょうど、矢羽根が少し頬の後ろの方に着くぐらいの矢束を意識して、5秒近く会を持って左右に大きく離れが出るように心がけました。離れた瞬間は全く覚えていませんが、的に当たる音が出たことを覚えています。

的中したことよりも、手の内が堅く十分に弓返りできていなかったように感じて、「やってしまった」と感じたことが印象に残っています。離れの瞬間、前に座っていた審査員の方全員が私の弓手を見て、その後の的に視線を移し、猛烈な勢いでメモをとった音がして、これはまずいと感じました。しかし、残心を2秒、真っ直ぐに弓倒しをして、床から10センチメートルに納めて、4メートルに視線を戻し、ゆっくり着座する、先生方からのアドバイスを念頭に体配に気をつけました。

着座した後、表情を変えてはいけなさと分かっているにもかかわらず、眉がひそまるのを止められません。しかし、膝を生かして姿勢を保つことは忘れませんでした。その後、背後の弦音で弓を立てようとしたら、審査員の方に待てと制され、さらにもう一度弓を立てようとしたら、またもや制され、三度目の正直で落ち前の弦音を確認して弓を立てて、矢を番え、行射に移りました。

乙矢の行射は、甲矢で気をつけたポイントを再確認しながら矢を放ち、的に当たった音がしたことしか覚えていません。的にどこに飛んだのか、全く記憶がなく、とにかく残身を取り、ゆっくり正確に弓倒しをすること、歩行を間違えないように気遣いました。頭にあったのは、4メートル前の視線、息合い、審査員の方に揖をして姿勢を正して4メートル前に視線を置くことでした。

ところが、揖をして向きを変えたら出口が遠く、最後の1歩を思い切り大股にしなければ退場できず状態で慌てました。審査の後、私の頭に残ったの

は、甲矢の手の内のまづい映像、乙矢の記憶は全くない状態、待てと2回制されたこと、審査員がコメントを猛烈な勢いで筆記するコツコツという音でした。

せっかく2本入ったのに不甲斐ないけれども、まあ、今度の審査で2本入れればいかと吹っ切れて、帰路、大宮市場へ直行。場外の「花いち」ですきみ井、エビフライ2本、牡蠣フライ2本付きを食べて満腹。店を出ようとしたら、同じ立ちの2番の方が入ってきて、ばったり鉢合わせしてご挨拶。奥様とご一緒でした。皆さん、考えることは同じですね。

初心者教室の教えに始まり、諸先生方や先輩諸氏のご指導、弓道仲間の一言を忘れないで、行射しながら一つひとつ確認して臨んだ審査でした。幸運にも、2日後に三好先生から「登録料を振り込んでね」のメールをもらって、喜びをかみしめました。

■五段審査を振り返って

まずもって、先生方や先輩諸氏のご指導やご指摘、同輩・後輩のアドバイスなどが今の私の弓道を育てていただいたと感じています。さらに、気持ちよく一緒に弓を引ける仲間がいることが支えでした。自分の力だけでは、弦を張ることもできません。また、楽しく弓を引くことができなければここまで続けることができなかつたと思います。これから弓を引く方に対する私のアドバイスは「継続は力なり」です。

多少、よい矢を放つことができても、なかなか再現できなかつたり、思わしくない癖を身につけたりすることがあります。そのような時には、先生方や先輩の一言を思い出すようにして、弓を続けてきました。

たとえば、初めて間もない頃に弓と矢の持ち方を教えていただいた一言を心に留めています。行射の時も、弾の親指を伸ばし他の指に力を入れない、足は3cm幅で平行にそろえ、胴作りでの足の角度を意識するなど、動作ごとにこれまで教えていただいたことを念頭に置いて丁寧な動作を心

がけています。何といたっても、素直にアドバイスを受け止める、自然体が最も重要なことであつたと思います。

あまり講習会に出ることができなかつたのですが、初めて飯島千代子先生の講習会に参加しました。「煙が立つように跪座から立ち上がる、弓手は自動車のハンドルをつかむように柔らかく握る」など、一言ひとことを心に刻むことを大事にしています。

■これからの稽古・修練

これからも、体配や行射など、基本をしっかりと身につけられるように稽古を積んでいきたいと考えています。ともすると、人と比べてこんなうまく引けるようになったという思いが起こらないわけではありません。しかしながら、弓は自分との戦いであり対話だという思いを心に留めています。球技や競技のように相手と競い合うものではなく、修練して自分を高めていく「道」だと考えます。他の方の行射を看取り稽古することは大切ですが、最終的には自分の射を高めていくことが大切です。

合格してから Web で紹介されていた「弓道師弟問答」という書籍を読みました。名人の阿波研造先生でも晩年壁にぶつかっていて、自らをその壁を乗り越える努力をされていたとの一節があります(同書 p. 137)。まして、まだまだこれから修練を積まなければならない身にあつて、先生方や先輩諸氏や同輩・後輩の助けがあつてこそ弓が続けられると思います。

人がぜひアドバイスしてあげようという人間であることが最も肝要です。そのことを心してこれからも修練に努めたいと思います。

今後とも、よろしくご指導ください。

会長月誌 (抄) ∞

【5月】

- 4日 新道場建設委員会打合せ
- 10日 青少年育成所沢市民会議定期総会議案及び部会長等選任につき FAX で回答
- 16日 新道場建設委員会打合せ
- 23日 臨時部長会
- 31日 行政書士事務所訪問 (2名)

【6月】

- 2日 第32回所沢シティマラソン大会
第1回実行委員会
- 3日 新道場建設について市と打合せ
- 13日 臨時常任委員会
- 18日 所沢スポーツ協会評議委員会
「書面表決書」をスポーツ振興課に提出、
新道場覚書(案)の件打合せ
- 30日 所沢シティマラソン大会
第1回 競技・記録部会出席

【7月】

- 3日 第26回三芳町弓道大会中止の連絡掲示
- 6日 オリンピック聖火リレーボランティア参加
松寄(恭)・増田・川端・塩島・大竹・
中村(千)・石川
- 11日 第17回 新道場建設委員会打合せ
- 15日 新道場建設について市との打合せ
- 21日 所沢シティマラソン大会
第2回実行委員会
- 31日 第18回 新道場建設委員会打合せ

【8月】

- 8日 部長会
- 20日 所沢シティマラソン開催中止の連絡あり
- 31日 所沢市スポーツ協会理事会
「書面表決書」をスポーツ振興課に提出

【9月】

- 9日 中山館長と安土整備について確認
- 12日 松沢範士追悼射会について
池谷西部支部長に参加者(石川)連絡

【10月】

- 1日 中山館長と安土整備について確認
- 10日 第19回 新道場建設委員会
- 17日 月例射会
- 19日 中山館長から安土整備について
市から許可が下りたと報告あり

編集後記

昨年に引き続き今夏まで新型コロナウイルスに翻弄される日々が続きましたが、だいぶ落ち着いてきました。審査や講習会も感染予防策を講じながら徐々に再開し、またコロナ後初の月例射会開催など、明るい話題も本号に掲載することができました。支えて下さった諸先生方先輩方のご苦勞を思い、感謝の念をあらたにしております。

新しい方法で行われた審査にて昇段された皆様には、貴重な体験をご寄稿いただき、これからの受審に大いに参考になることと思います。有難うございました。

現在弓道教室も開催されております。このような状況下においても新しいことにチャレンジしようという思いを持って臨まれる方々を目にし、こちらにも励まされる思いです。

新道場のお話もございます。これからも弓に親しむ人の輪が広がっていきますように。

(沖田)

所沢市弓道連盟会報誌 所弓便 第26号

編集委員 飯島稔凱 細川 博
沖田純子 北澤明子

発行日 令和3年11月30日

発行者 NPO 法人所沢市弓道連盟
会長 石川淳子