

剣友会通信

第2号
令和6年11月10日
杉高剣友会
事務局発行

現役部員が東京都形剣道大会
代表選考会で3位入賞

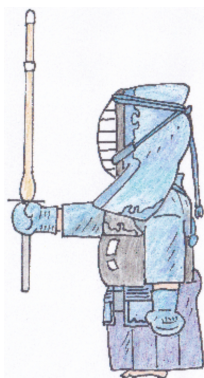
令和5年10月28日に東京武道館で行われた高体連主催の「東京都形剣道選考会」にて現役剣道部員が3位入賞を果たしました。

これは東京都剣道連盟が主催する「東京都形剣道大会」における参段以下の部に、高体連代表選手として1組を推薦するもので、惜しくも代表は逃したものの、強豪校を含む36校の中での3位入賞は快挙と言えます。



形剣道大会について

東京都剣道連盟では、平成14年、連盟創立50周年を契機に、競技スポーツとして推進されてきた現代剣道の在り方を問い、「剣道の根本となる精神性」を再考する意味で研究委員会が組織され、連盟として日本剣道形を稽古に取り組み研究が始められました。このことを出発点として平成16年には形剣道大会の実施が企画され、



17年に第1回東京都形剣道大会が開催されました。大会実施の主旨は以下のように謳われています。

『現代の剣道は競技中心かつ勝利至上主義に流れ、質の低下を招いているという批判がある。この課題に対し、東京都剣道連盟は、形剣道の修練により、呼吸法・構え・運足・刃筋・間合・打突等、剣道の基本を正しく身に付けることも「日本剣道形」のみならず各

流派が残した「古流の形」を理解し伝承することが剣道の発展に寄与するものである、という認識のもとに本大会を開催することとした。試合者は、この主旨を正しく理解し、日本剣道形制定の主旨に基づき伝統文化伝承の度合いを競って表現されんことを期待するものである。』

パリオリンピックの柔道に対して勝利至上主義への批判や武道家精神に対する論争が巻き起こったことは記憶に新しいところですが、海外を含め多くの人が、武道家に対して高い理想を持っていてそれが武道の魅力に繋がっているというのを再認識しました。

剣道界では以前から勝利至上主義に陥ることへの警鐘が鳴らされてきましたが、東京都剣道連盟の取り組みが剣道の本質を理解し、日本の文化を広め、剣道人口減少を抑止する効果的な施策になればと思います。

杉高剣道部にとっても今回の入賞が現役部員のモチベーションを高め、挑戦が喜びや自信に繋がるよう、剣友会としてバックアップしていければと思います。

入賞を果たした 現役部員へのインタビュー

入賞を果たした現役部員（3年生・池田さん／写真中央、2年生・龍さん／左から2人目、2年生・平田さん／左端、2年生・菅原さん／右から2人目）にインタビューを行ってきました。（右端は伊藤顧問）

Q1 剣道形の稽古はどのように行っていたのでしょうか。（稽古時間、指導者、資料など）

A1 自分たちでYouTubeなどの動画を観て学びました。練習は通常の稽古前に形の稽古を行いました。

Q2 今回の試合を通して感じたこと、得たことは？

A2 相手の目を見て合わせることを学びました（つまり合気）。

Q3 今後の目標、戦略は？

A3 目標は優勝のみです。戦略は練習を重ねるのみです。

インタビュー後、実際の形の稽古を見ました。想像以上に立派な形を打たれていて優勝も夢ではないと感じました。今年の大会は10月27日、ぜひ期待！

OBOG/現役部員との交流

剣友会稽古会 (OBOG同士の稽古会)



OBOGの自主練習を、毎月1回の開催を目標に行っています。今年は2/7、6/14、7/12、8/2、8/14、9/27、10/30の計7回を開催しました。主に阿佐ヶ谷地域センターの予約が取れた時に荘田会長のお声掛けで集まり、基本に立ち返って技の研究や自分の課題の稽古に取り組んでいます。どなたでも参加可能ですので、久しぶりに剣道を再開されたい方はぜひこの会を活用して素振りからでも始めて頂ければと思います。

現役部員の稽古へ参加

杉高の現役剣道部は毎週月、火、金に剣道場にて稽古を行っています。今年度は男性部員12名、女性部員9名の合計21名で、昨今、強豪校でも部員数が激減している中で20名以上の部員数は多い方だと思われる(今年のインターハイ優勝の九州学院高校で31名、東京代表の郁文館高校で21名です)、特に今年の新入生は男4名、女5名の計9名もの部員が入部しています。一方で高校から剣道を始める初心者割合が高く、外部指導員がいなくて基本組、上級生・経験組と分けて創意工夫をしながら気合の入った良い稽古を行っています。そんな現役部員を少しでも応援すべく、今年は2/13、3/4、5/27、10/11と4回の稽古に参加をさせて頂きました。

「剣交知愛」(剣を交えて愛(お)しむを知る)、勝手ながら、懐かしきとともに、楽しい稽古をさせて頂きました。

OBOGの近況



17期生 岩室さん 珈琲家 香七絵 紹介

17期の岩室です。自家焙煎のコーヒードラッグを始めて36年目、当地で28年目に入りまして、3年前には喫茶室もオープンしました。杉高剣友会本部としては、すでに10年近くになりますが、本部紹介と重複する所があればおゆるし下さい。

そもそも三鷹市大沢6丁目でコーヒードラッグの卸を営んでおりまして、なかなか利幅もなく、ただあくせと土俵際を回って回って・・から抜け出すべく現在の店を

始め、60歳を機に卸の方は閉じ、現在は今の店だけで営業しています。まあ、そんな行きさつで時間も出来、剣道も再開する事が出来たという訳です。

店造りは故16期堀内先輩が工務店を経営しておられたのでお願いしました。喫茶店のコンセプトとしては「近所の爺さん婆さんやおしゃべり夫婦仲間の会合というか、憩いの場」で価格も安く設定し、まさに老後の道楽的にやっています。とは言いつながら、豆売の方では一度来られるとやみつきになるらしく、固定客だけでもけっこう忙しくさせて頂いていただいております。

たいしたおもてなしも出来ませんが、剣友会本部巡礼にどうかお誘いあわせの上お越し下されば幸いです。



31期生 伊藤顧問 (現・剣道部顧問)

日頃お世話になっております。

剣道は私は小学3年生から町の道場で習い始め、中学、高校の剣道部で稽古を続けてきました。杉高剣道部での思い出は特に夏合宿の「1時間掛け」と呼ばれた稽古です。苦しくて生きている実感がしたことを覚えております。

剣道との付き合いは福島県立高校に採用されてから剣道部の顧問として生徒たちと稽古をしたり生徒たちを大会に引率したり一緒に昇段審査を受けたりして続けてきました。福島県に11年間お世話になった後、故郷の東京に戻ることができ、都立荒川商業高校定時制で4年間、都立江北高校で6年間、剣道部顧問として剣道に携わってこられました。そしてついに念願が叶い今、母校に奉職しています。

小学時代に辞めたいと思うこともあった剣道にブランクもありましたが携わってこられてよかったと思っています。それは剣道によって多くの生徒たちと仲間に出会い、私自身、心身ともに少なからず支えられてきたからです。

コラム

リバ剣レポート(2)

18期生 武田 強

「剣道って面白かったんだ！」
2017年の4月に46年ぶりに稽古し「リバ剣士」となってそう思いました。

リバ剣にはキツイ稽古はありません。高校生の頃(中学生の頃もあった)「キツイ・キケン・クサイ」

3Kの力かり稽古はありません。高段者の先生方が懇切丁寧に基本(着装・所作その他)から教えてくれます。私の通常のリバ剣稽古の内容は次の通り。

準備体操、ストレッチ、素振り、整列して正座(黙想)／面つけ、切り返し、基本打ち、仕掛け技、応じ技、短い地稽古3〜5本、面外して休憩／水分補給、自由稽古(地稽古) 15〜20分、仕上げの打ち込み／切り返し、整列して正座(黙想)／全体で礼、先生方に個別の礼。稽古全体で1時間30分位、稽古日は基本的に土日で、

火水には有志稽古があります。全て自由参加です。

このところ新型コロナの影響で面シールドは必着です。面マスクは任意で着用しています。息苦しく大変ですがしばらくすると慣れます。3Kのひとつ「クサイ」ですが今では稽古着・防具共にスグレモノが出ています。稽古着・袴はテトロン製で丸洗いOK乾燥も早いです。面・小手はクラリーノ製であの皮の臭いがありません。もちろん面・小手共に水洗いOKです。私も愛用しており、何と言っても家人からの二オイへの嫌悪感

が無くなりました。以前は稽古から帰宅すると「そのクサイ手でアチコチ触らないで!」と言われていました。

「面白さ」のひとつに試合と昇段審査があります。大変に緊張します。しかし、この歳になってこんな強烈な緊張感にさらされる事は滅多に無いことです。逆に楽しみにしています。ちなみに私も初段でリバ剣となり、その後お陰様で二段・三段と昇段し、昨年4月に四段に合格致しました。コロナの前ですが杉並区の高齢者剣道大会にも出場しました。

試合中に同じ道場仲間から声援(もちろん拍手のみ)頂くとあんなにうれしくチカラが出るものだと思つてびっくりしました。

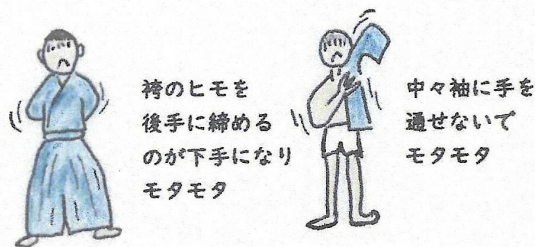
最近では杉高剣友会々長の莊田幸平先輩(15期生・剣道教士七段)を中心にOG・OBで稽古会を始めています。

何となく「剣道再開しても良いかも」と思っているOG・OBの皆様、リバ剣士となって一緒に稽古しましょう。剣道は生涯スポーツです。お勧めします。

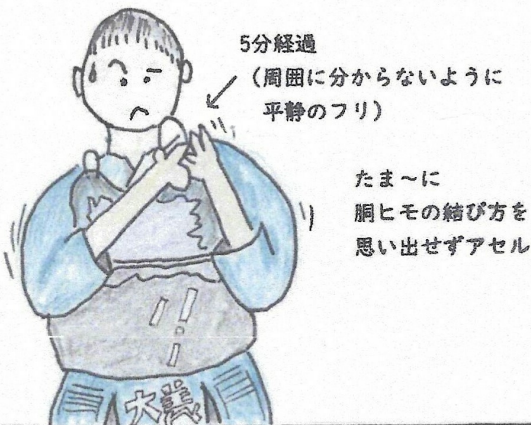
【リバ剣レポート】 道場への往復はチャリ
家から片道15分



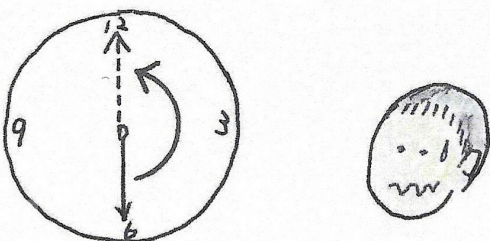
加齢の為か?
着装にメチャメチャ時間が掛かるようになった



5分経過
(周囲に分からないように
平静のフリ)



そんなこんなアクシデントあり!
着装にモタつく様になったので
アセラナイように集合時間の30分前には
道場に入るようにしている



20期生 平野 俊樹

中学から始めて高校、大学と10年間続けた剣道も、1979年に就職してからすっかりご無沙汰していました。2006年に時間に余裕がある職場に変わり、子供二人も東京での大学生活となり、夫婦二人だけの生活になりました。

その頃から出来れば剣道を再開したいと思う様になりました。しかし、大学卒業後、一切やっていなかったため、竹刀も防具もありません。防具を買って、始めても続けられるか不安で、防具を買うのを迷っていました。

東京に帰省した折、甥が剣道をしていたのを思い出し、防具一式をもらって帰りました。さて、何処で稽古が出来るか探してみると、家のすぐ近くの小学校で稽古をしているのがわかり、さっそく見学に行き稽古に参加することになりました。

約30年ぶりの稽古でしたが、50台前半でしたので、大学でやっていた剣道を思い出しながら始めました。しかし、力まかせの剣道をしていた様で、豆ができたり、筋肉痛になったりと大変な思いをし

ました。

再開後、1、2年後に51才で4段を取得、5段取得は、少してこずりました。58才で合格、64才で6段に合格しました。

昇段を励みに剣道を続けています。現在は、70才での7段受験目指して、毎週日曜日に稽古に励んでいます。

現在の楽しみは、高校や大学の先輩、後輩と剣を交えることで、今後も機会があれば、是非、OBや現役高校生との稽古会に参加したいと思っています。



トピック

女性と剣道

25期生 清水 真理子

女子部員のほとんどは高校卒業後剣道を辞めてしまいう中、25期生の清水真理子（旧姓森田）さんは卒業後も剣道を続けてらっしゃいました。

昨年5月に清水さんにお話を聞く事が出来ました。

清水さんは杉高在学中に二段を取得。卒業後は就職先の新日本製鐵（株）でも剣道部に在籍、二年後、東京電機大学入学。大学でも剣道部入部。その際、女子部員がいなかったため更衣室を作ってもらったそうです。仕事と勉強の両方をこなしながら、1年生の時には関東二部リーグで準優勝、2年生では何と優勝。この実績を買われ一部の団体戦に呼ばれるも、相手が国士舘大学だったので秒殺されると言う苦い経験があるそう。3年生の時に三段合格。その翌日に勤務先で腰痛で倒れ救急車で病院に運ばれました。

それ以降剣道をしてなかったが、お子さんが剣道を始めたとのきっかけに、再開しようと思い立ち道場に行つたが二十年振りの早素振りでは左足のアキレス腱を切り、それ以降は本当に剣道を辞めたそうです。

最後に剣道をやった良かった事、現役生に伝えたい事をお聞きした。今でも体力的にきつい時は「あの掛かり稽古」が出来たのだから、今の方が楽と思える事。杉高で剣道を始めて人生が変わりました。人との繋がりも増えたとし、頑張れば自分に帰ってくるのが剣道だと思ふ。その第一歩を杉高剣道部で教えてもらった。現役の方々も将来につながる剣道を楽しんで下さいとの事。剣道を再開しようとした時に怪我をなさったのが、重ね重ね残念ですね。

先日、母親だけで稽古をしている道場に見学に行きました。あまりに楽しそうだったので、清水さんも怪我さえなかったらと思います。お忙しい中お時間を頂きありがとうございました。



（写真・清水真理子25期、文・栗原泰子20期）

編集後記

剣友会通信も2号を発刊することができました。寄稿をいただきました皆様、ご協力大変ありがとうございました。1ページに掲載した現役生の東京都形剣道大会ですが、今年の大会は10月27日に行われ、結果は残念ながら優勝は逃しましたが準々決勝へ進出し、ベスト8となりました。2年連続上位入賞は大健闘です。

さて、OBOG会としては今年、5年ぶりの総会を開催することができました。また現役稽古への参加、剣友会稽古会の実施回数も増え、活動が徐々に活性化してきております。一方でまだ連絡の取れない方も多く、特に30期以降のOBOGとの繋がりが薄くなっているのが現状です。そこで今年はホームページを立ち上げ、繋がりを取り戻す試みを開始しています。まだまだコンテンツが不足しておりますが、現役剣道部の様子やOBOGの近況をお伝えし、また昔の写真なども会員限定ページに掲載していきたいと考えていますので、ご覧になられた方はぜひ拡散いただき、またご自身の近況などもお知らせください。ネットワークを広げるきっかけとしてご活用頂けますと幸いです。

剣友会ホームページ: <https://sugikenkun.com/>