



■発行／公益財団法人 愛媛県スポーツ振興事業団

■愛媛県武道館

開館時間／午前9:00～午後9:00

休館日／毎週月曜日（月曜日が休日の場合は、直後の休日でない日）  
年未年始

住所／愛媛県松山市市坪西町551番地

T E L / 089-965-3111

F A X / 089-965-3388

ホームページ／<http://www.ehimekenbudoukan.or.jp>

予約システム／[https://www.pref.ehime.jp/s\\_yoyaku/servlet/Top](https://www.pref.ehime.jp/s_yoyaku/servlet/Top)

### 第四十五号

### TOPIX

- 1 少林寺拳法の大会の楽しみ方(少林寺拳法)
- 2 愛媛県・オレンブルグ柔道交流(柔道)
- 3 道具の変化を楽しむ(弓道)
- 4 初心者対象の親子武道入門教室を開催します!!

## 少林寺拳法

## Syouriinjikempo

## 少林寺拳法の大会の楽しみ方

執筆／愛媛県少林寺拳法連盟 理事長 合田雅彦

少林寺拳法は、平和で豊かな社会づくりに力を尽すことができる、慈悲心と勇気と行動力を持った「人を育てる」ことを目的とした武道です。

そのため、大会は行を修めるための一形態であり、勝敗や優劣のみを競うものではありません。大会は、拳士相互の技術研鑽や親睦や連帯を図るとともに、少林寺拳法を知らない人に、その本来の姿を見てもらうことを目的としており、全国や地方レベルで多くの大会を開催しています。

全国レベルで見ますと、少年錬成大会、中学生大会、全国高校総合体育大会、全日本大学生大会、全日本実業団大会、少林寺拳法全国大会などが毎年開催されています。

愛媛県では、中学生大会、高校総体、四国大学総合体育大会、中四国学生大会、少林寺拳法愛媛県大会など、また、県地方レベルでは、各地で少林寺拳法ブロック大会が開催されています。

右の表は今年の愛媛県大会の種目ですが、非常に多いので驚かれることでしょう。少林寺拳法では、体重や性別で種目を決めるのではなく、「漸々修学」「健康増進」の教えに基づき、修行のレベルや自分の体力に適した種目で大会に出場することとしています。そのような大会ですから今年も5歳から72歳の老若男女の600名あまりの拳士が親睦を深め、技を楽しむこととしています。

大会での演武種目は、点数をつけて評価しています。評価は、「技術度」「表現度」の2

つの視点から評価します。「技術度」では、正確に剛法(突きや蹴り)や柔法(抜き技、逆技、投げ技等)ができていのかを評価します。「表現度」では、「技の構成やリズム」「体構え、立ち方」「気迫、気合、技の冴え」「調息、目配り、残身」などを評価し、その合計点が総合評価となります。また、少林寺拳法は護身の武道ですから、武道としての要素を十分に発揮しなければ優れた演武とは言えません。ぜひ一度見て、少林寺拳法の演武を楽しんでください。

2019年 第52回 少林寺拳法愛媛県大会は、  
7月15日(月)[海の日]に愛媛県武道館 主道場で開催されます。  
入場は無料です。多数の皆様の観覧をお待ちしております。

<b>小学生</b>	●一般 組演武 三・四段の部
●小学生 組演武 白・黄帯の部	●一般 組演武 五段以上の部
●小学生 組演武 緑帯の部	●一般 単独演武 級拳士
●小学生 組演武 茶帯の部	●一般 単独演武 有段
●小学生 組演武 黒帯の部	●女子護身技法の部
●小学生 単独演武 白・黄帯の部	●男子マスタース組演武の部
●小学生 単独演武 緑帯の部	●女子マスタース組演武の部
●小学生 単独演武 茶帯の部	●マスタース単独演武の部
●小学生 単独演武 黒帯の部	●親子 組演武の部
<b>中学生</b>	●夫婦 組演武の部
●中学生 単独演武の部	<b>運用法</b>
●中学生 組演武の部	●男子運用法の部
<b>高校生</b>	●女子運用法の部
●高校生男子 組演武の部	<b>団体演武</b>
●高校生女子 組演武の部	●団体演武 小学生の部
<b>大学生</b>	●団体演武 中学生の部
●大学生男子 組演武の部	●団体演武 高校生の部
●大学生女子 組演武の部	●団体演武 大学生の部
<b>一般</b>	●団体演武 一般の部
●一般 組演武 白・緑帯の部	<b>幼児</b>
●一般 組演武 茶帯の部	●幼児 単独演武の部
●一般 組演武 初・二段の部	

# 愛媛県・オレンブルグ柔道交流

執筆／愛光学園教諭 西村 健大

本年の5月中旬、ロシアにあるオレンブルグ市と愛媛県の柔道交流に参加させていただき、様々な事を感じ、貴重な経験ができました。

まず、日本の柔道環境は改めて恵まれていると思いました。今回の交流では、試合にも参加したのですが、練習会場は隙間だらけの畳で怪我の原因となるおそれがある中、ウォーミングアップをする選手を数多く目にしました。このような光景は、日本ではあまり見られません。ただ、一方でこういった環境でもウォーミングアップを淡々と行う海外の選手は少しタフに感じました。



次に、試合に出場しましたが、勝つことはできませんでした。しかし、世界レベルの試合を経験できたことは、指導者としてのスキルアップや今後の自信に繋がると感じました。また、試合や合同練習を通じて日本人と世界の柔道の違いを感じました。それは、一つの技において、日本人は柔道着を持つところや組み方は限られていると思うのですが、海外の選手はどこでも柔道着を握り、左右の技や抱き込みながらの捨て身技を使ってくることです。それぞれのメリット・デメリットはありますが、今後は、柔軟な考えでその技術を取り入れていきたいと思えます。外国人の身体能力や体の大きさも海外選手独特なものなので、そういった大きな相手を投げるためには、今まで以上に多くのテクニックを学び、参考にしなければなりません。また、練習などでもそうですが、基本的に外国の選手は守りに入りません。技を掛けて耐えるのではなく、「返し」を狙ってきます。「返し」を狙われるとより強く技に入らなければならないので、技のレベルアップに繋がっていきます。そして、練習が活発になりより良い練習になります。どう投げるかを考えることは、柔道やる上で一番楽しい部分なので、気持ちも前向きになります。

今回の交流の中で個人的に一番印象に残り、また、良い経験ができた事があります。それは、近くの町道場で小学生相手に指導を行えたことで

す。言葉は通じませんが、練習の中では日本の言葉が使われており、始まりの合図は「はじめ」、練習相手を交代するときは「まて」、練習が終わるときは「それまで」、というように日本語で行われていました。



世界で日本語での指示を出す、合図をする事ができるのは柔道の特徴で、日本人が誇れる部分だと改めて感動しました。

その後、コーチの方と通訳を通して意見交換をしましたが、日本人で柔道をしているという事だけでロシアの年配の指導者の方々が、若輩者の私に様々な質問をして下さいました。その質問に対して、自分なりの考えや自分が意識していること、細かいテクニックを伝えると非常に喜んでいただき、自分の指導者としてのスキルアップを感じることができ、自信に繋がっています。

そして、何より自分が日本人であることを強く誇りに思いました。日本で柔道をしているというだけで、海外の選手達や子供達にサインや写真を求められたり、質問されたり、練習をお願いされたりしました。改めて日本の国技である柔道をやっている良かったと思えました。

以上、様々な国の選手と交流ができ、考え方や人と人の輪が柔道によって広がりました。この交流は非常に充実しており、これからの私の人生において大きな影響を与えてくれると思います。また、正しい礼法、技術などを日本人が現地へ赴いて伝えていかなければならないと痛感しました。

最後に、このようなチャンスをいただいたことを深く感謝するとともに、今後、自分の指導している所属だけではなく、様々な場面でこの経験を生かして、日本の柔道の発展に微力ながら貢献して行きたいと思えます。



# 道具の変化を楽しむ

執筆／弓工 西尾 友孝

弓

道

Kyudo

竹弓は強さと気品を併せ持つ、繊細で美しい道具です。名弓と呼ばれる弓の曲線はとても自然で、生き物の様な滑らかな動きをします。そして、弓から矢が離れる瞬間には、高く鋭い、透き通った弦音が道場に響きます。それは見るだけで人を魅了する力があり、私が目指している弓でもあります。

現代の弓道において最も多く利用されている弓は、カーボン等の化学繊維を用いた弓です。機械生産のため、製品精度はほぼ均一で、低コストで大量生産が可能な点が強みであります。また、気温や湿度などの環境面の影響を受けにくく、性能も安定しており、形状変化が少ないことからメンテナンスが比較的楽であり、気軽に扱うことができます。

一方、竹弓は天然素材をもとに、200工程を超える手作業で作られるため、製造コストが高く、素材毎に個性があるため、均一な製品は作れません。また、環境面の影響も受けやすく、射手の技量に応じて性能や形状が変化しますので、竹弓を取り扱う上では道具への細かな気配りが必要となります。



◀ 芯を表裏から竹で挟み込む  
(厚みで強さを調整)



それでも私が竹弓に拘って弓作りをしているのは、「自分だけの唯一無二の弓」を作りたいからです。弓道において「自然体」はよく耳にする言葉ですが、人間の体の骨格はそれぞれ異なりますので、骨格に合わせて自然に弓を引くためには、その人に合った弓を使うことが合理的だと思います。

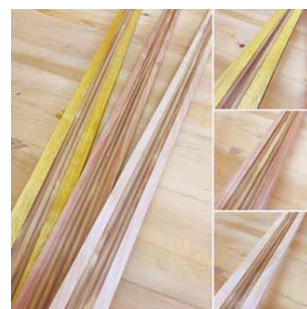
その点、竹弓は天然素材で作られており、ほぼ全てが手作業で作られるため、いつでも調整や修正が可能です。さらに、竹弓は日々の使用に伴い形状が変化しやすいことから、自分好みの弓に少しずつ育てていくことができます。もちろん、自

分の射も練習によって変化していきますし、同時に竹弓も自身の射に応じて変化していくのです。その結果、最終的に竹弓が自分の射と馴染み、互いの良さを引き出しあうパートナーの様な存在になることができれば、少なくともそれは自分にとって最高の、「自分だけの唯一無二の弓」ではないでしょうか。



クサビを打って弓の曲線を作る  
(この時は、弓を引く時の逆方向に曲げる。)

私は弓工として、「射手の理想に限りなく近い弓を提案・製作する」をテーマに弓作りしております。そのためには、素材の個性とその活かし方、弓の形状と性能の関連性など、研究すべき課題は山積みです。私は性格的に孤高の職人にはなれませんが、いろいろな方と一緒に弓を引いてコミュニケーションをとることで様々な情報が得られ、勉強させて頂いております。その知識や情報を竹弓に活かし、ユーザーの方々の弓道が少しでも充実したものになるよう道具の面からサポートしていきたいと考えております。



◀ 様々な木材を使った弓芯  
[樺、山桜、水目桜]



【工房外観】

## 【プロフィール】

西尾 友孝(ニシオトモタカ) / 平成5年生まれ(26歳)

[出身地] 八幡浜市(八幡浜高校出身)

[趣味] コーヒー、野球、ドライブ

## 【弓の経歴】

- 平成20年 八幡浜高校弓道部に入部。(初段まで取得)
- 平成23年 岡山理科大学に進学、一般道場の岡山中央弓道会に入会。(弐段取得)
- 平成25年 大学3年生の冬に参段を取得、同時期に弓師を志し、「弓師 播磨竹禪」に弟子入り。学中は兵庫の工房へ通いながら弓作りを行う。
- 平成27年 大学を卒業。住まいを兵庫に移し、弓作りに専念。
- 平成30年 4月に独立、大洲市に「西尾弓工房」を開業。7月の西日本豪雨災害により工房が被災。

愛媛に戻って2年目の今年は、昨年の豪雨災害で出遅れた分を取り戻すためにも、目の前のことに集中して毎日全力で作業を進めています。弓工として、研究すべき課題は山積みですが、多くの射手の方々とコミュニケーションをとることで、少しずつ知識や経験を積めたらと思っています。今後ともよろしく願い致します。

初心者対象の

# 親子武道入門教室

を開催  
します!!

参加者募集!!

武道初心者の方を対象にした「親子武道入門教室」を愛媛県武道館の各施設で開催します。各武道団体の先生が、初心者でも楽しめるように、わかりやすく教えてください。どの教室も参加は無料です。ぜひ、親子で気軽にご参加ください。

開催日	体験種目	指導者
9月7日 土 10:00~11:00	柔道	(一財)愛媛県柔道協会
9月28日 土 10:00~11:00	合気道	愛媛県合気道連盟
11月2日 土 10:00~11:00	なぎなた	愛媛県なぎなた連盟
12月8日 日 10:00~11:00	剣道	愛媛県剣道連盟
1月25日 土 10:00~11:00	相撲	愛媛県相撲連盟
2月8日 土 10:00~11:00	少林寺拳法	愛媛県少林寺拳法連盟
2月11日 火祝 10:00~11:00	空手道	愛媛県空手道連盟
2月29日 土 10:00~11:00	銃剣道	愛媛県銃剣道連盟

## 昨年度の親子武道入門教室の様子



△ 柔道



△ 相撲



△ 空手道



△ 剣道



△ なぎなた



△ 少林寺拳法



△ 銃剣道



△ 合気道

## お問い合わせ(申込先)

〒790-0948 愛媛県松山市市坪西町 551 番地 愛媛県武道館 事業課

☐TEL : 089-965-3111 ☐ホームページ : [www.ehimekenbudoukan.or.jp](http://www.ehimekenbudoukan.or.jp)  
☐FAX : 089-965-3388 ☐メールアドレス : [jigyo@ehimekenbudoukan.or.jp](mailto:jigyo@ehimekenbudoukan.or.jp)

愛媛県武道館  
ホームページ

