

# 弓道ながの

第53号

発行：長野県弓道連盟  
会長 外蘭公毅  
〒399-4117  
駒ヶ根市赤穂10214-4  
TEL0265(83)5206  
編集：県弓連広部  
印刷：(株)成進社印

## 巻頭言

### 根気強い活動を目指して

長野県弓道連盟会長 外蘭 公毅



今回、会長を受けるに当たって思い出したのは、平成十三年に強化部長に指名されたときの

ことです。その年は一月末の総会(今の評議員会)の当日にやると会長が決定した時です。総会の後の懇親会の席で故古澤会長の鶴の一声で強化部長に指名されました。若気の至りというか、当然前任者の土川先生が残っていただけるものと思ひ込み引き受けました。後でそうでないことが分かり、私も在職中であり、強化部員時代に土川先生の仕事ぶりを見ていましたので、とても無理と考えて固辞しました。そのことで新体制のスタートが遅れ、四月からの活動に支障をきたすよ

うな状態になり、悩んだ末に「やります」と引き受けました。

平成十三年から少年の部の強化事業も強化部で引き受けることになっていました。その事業がどの程度のものか皆目見当が付きませんでした。結果的にはこのジュニア競技力向上事業の補助金は金額的にはそんなに大きくはないのですが、少年の強化事業は大変なものでした。あの大勢の高校弓士から男女各三名を選出するのは至難の業でした。そのために前年の地区新人戦、県新人戦、選抜大会予選会と強化部員を総動員して選考事業に当たりました。

安とパニックを思うと今回の会長の方が気分的には楽です。勿論そんな「あまい」ものではないのは承知しています。でも相談できる仲間がいます。意向を伝えればやってくれるスタッフがいます。

強化部時代の貴重な経験は、今、私が長野県弓道連盟のこれからを考えるときの原点になっています。

成年、少年の強化事業では、多くの人と接する機会に恵まれました。また県内を足で稼いでいましたので各道場の特性、地域性を知ることが出来ました。高校弓道部の顧問、専門委員の先生とお会いでき、多くの情報を戴きました。今や四地区の少年二次予選会には各地区二百人以上の参加があり、国体強化指定選手になることを誇りに思う少年が多くなりました。事あるごとに、また個人的にも長野県に戻ってきて成年で国体に出るよう声をかけました。信大の小林監督にもお願いしました。お陰ですばらしい選手が残ってくれました。

強化部するときから中長期の育成の必要を言ってきました。その年の国体選手が決定すると、もう来年の選手はどうだろう、三年後五年後の選手はいるかと考えました。東にいい選手がいるときけば次の強化練習に参加させ、西にめったには少ない少年がいるときけば予選会当日であつても参加させました。当時の古澤会長、強化部担当副会長の山川先生の黙認に感謝しています。私も間違いなく黙認します。

育成には結果が出るのに時間がかかります。根気強い取り組みが求められます。高校生、大学生は宝の山です。各役員、各道場で機会あることにつばをつけておきましょう。



平成 26 年度 支部対抗 矢渡

# 会長退任にあたって

名誉会長 土川 俊市



平成二十三年一月、山川

茂樹先生から会長職をお引き受けして二期四年三ヶ月、

会員各位の多大な協力と素晴らしい役員やスタッフにめぐまれて、無事会長職を全うして退くことのできることをこのうえない幸せと感じております。

思えば新体制で発足して間もなく東日本大震災の発生で一時は「弓」どころのものではないとの思いさえ感じました。

「がんばろう日本」の合言葉の行動も手探りで、現状を認めることがよつとの状況から「絆」を深め少々落ちつきはじめた秋、全弓連の公益法人化が認定されるが、伴う全面的な改革が求められて、改革大綱が示されました。

以降進められる改革大綱の組織・事業・財政等の改革から財政改革は会員の会費の値上げ対応、降って湧いた矢羽根問題等難題が山積されま

した。

しかし、会員各位の深い理解と協力により県弓連としての対応は怠りなく対処できたことに深く感謝するところであります。

在任中「弓道長野」の活躍は凄まじく国体での九年連続入賞をはじめ第二十三回全日本弓道大会の有段者の部で小澤静香(旧姓山田)選手が、第六十四回の同大会は錬士の部で平澤敏弘選手が優勝し、第四十六回全日本弓道近代的選手権大会女子で久保田智恵選手が、同年第六十四回全日本遠的選手権大会男子で平澤敏弘選手がそれぞれ準優勝され、第五十八回

全国高校総体で女子個人澤村梨香子選手が、第十回全国中学生弓道大会で長野日大中学校が女子団体ではともに入賞するなど各種全国大会での入賞は枚挙に暇がありません。県内弓士の資質の向上を図るため春季・秋季の講習会ヤング・ミドル・トップの各セミナーと教士・錬士各

研修会の開催、地域間での意識改革を目標に年間優秀支部表彰制度を創設し県弓連支部間の切磋琢磨を促し

ました。

平成二十五年全弓連から優秀地連の表彰を受けることができましたが、実に二十一年振りの受賞でありました。

平成二十六年の第六十五回全日本弓道近代的選手権大会で平澤敏弘選手が天皇盃を獲得、第五十九回全国高校総体の男子団体で長野日大高校が二位と技能優秀校を獲得いたしました。

北信越選手権大会での連続総合優勝等々「弓道長野」は健在であるが、しかし北信越地区のレベルは向上し「打倒長野」に向かって、その勢いは一層強く感じられます。

このうえは良き指導者のもと、また恵まれた先輩・同僚とともに奢ることなく厳しく、地道な修練を重ねることが必要であると感じております。

「弓道長野」の輝かしい道を全力で守り発展させていきたいと思います。思いはつきず道半ばの感もあって当然かと思いますが、今後は外圍会長のもと新役員が力を合わせて「弓道長野」の道を更に更に「王道」にすべく果敢に挑戦していただきたいとお願いいたします。

県弓連の一層の発展と会員各位のご多幸をお祈りし退任の挨拶といたします。

## 平成二十六年 地連会長会議

土川 俊市

平成二十六年全国地連会長会議が十一月二十六日に招集開催されました。会議の内容の要旨を報告いたします。

### ◎矢羽の取り扱いについて

今日までの経過・経緯と調査報告があり、全弓連の当面の対応については既に全弓連のホームページに掲載の全弓連会長の「会員の皆様へ」メッセージが発表され周知のとおりであります。会員各位におかれましては過熱している弓具のインターネットオークションや個人的取引を自粛し、入手は弓具専門店を通じての弓具とされるよう、今後とも冷静な対応をされたい旨の報告でした。

### ◎国体 弓道競技会について

専任監督の配置に係る参加人員の見直しが行われることで、成年男子の出場枠が現行三十チームから二十四チームに減少することになります。

### ◎平成二十七年行事計画(案)について

行事日程等の説明がありました。  
\*矢羽の取り扱いについての詳細は、ホームページをご覧ください。

# 平成二十七年度 新体制発足!!

三月一日に長野県弓道連盟の評議員会が松本で開催され、平成二十六年度の事業報告・決算報告、平成二十七年度の事業計画等が承認されました。また役員改選があり左記の通り新役員が決定しました。(敬称略)

- |      |                |    |       |
|------|----------------|----|-------|
| 名譽会長 | 土川 俊市          | 監事 | 植松 守  |
| 会長   | 外園 公毅          | 顧問 | 山田 清夫 |
| 副会長  | 宮坂 博之(指導部長兼任)  | 顧問 | 宮澤 廣  |
| 〃    | 平野 英孝(競技部担当)   | 〃  | 大久保秀雄 |
| 〃    | 百瀬 正(審査・広報部担当) | 〃  | 山川 茂樹 |
| 〃    | 山浦 博(強化部担当)    |    |       |
| 〃    | 外山 勇一(ジュニア部担当) |    |       |
| 理事長  | 仁科 求           |    |       |
| 常任理事 | 征矢 憲           |    |       |
- (総務部長・事務局長)
- |    |               |
|----|---------------|
| 〃  | 高仲 成人(会計)     |
| 〃  | 中野 栄治(競技部長)   |
| 〃  | 押金 孝(審査部長)    |
| 〃  | 永藤 聡(強化部長)    |
| 〃  | 神津 明男(ジュニア部長) |
| 〃  | 荒川 保(広報部長)    |
| 理事 | 松島 貞治         |
| 〃  | 大蔵 務          |
| 〃  | 奥山 誠治         |
| 〃  | 今井 康人         |
| 〃  | 藤澤 敏子         |
| 〃  | 関澤 喜内         |
| 〃  | 清水 寛          |



各部の部長に二十七年度の抱負をお聞きしました。

## ご挨拶

総務部長 征矢 憲



この度、事務局を担当する事になりました、上伊那支部の征矢憲です。

思いもかけず新会長が地元から誕生するのとことで、非力も顧みず苦渋の決断をしました。今はただ突然降って湧いた重責に耐え、ミスなく仕事を全うすべく、粉骨砕身努力する覚悟でおります。

本音を申せば、この四月で県弓連の役職も満十年になり、退くには格好の区切りの時節と考えていました。その上で残りの人生の閉じ方を模索しながら気儘で穏やかな余生を送られるようにと既に知人から畑を借り自然を相手に晴耕雨読の生活を準備していた矢先のこと、この決断は私にとって大変辛いものがありました。

このところ体力・気力ともに衰え、物忘れも酷く、事務局を担うにはと

でも十分とは言える状態ではありませんが、お引き受けした以上は外園新会長を中心に事務局が一丸となって長野県弓道連盟の運営を円滑に推進できるよう、努めてまいりたいと思います。

『義を見てせざるは勇無きなり』孔子の教え(論語・為政篇)に従い、武士道精神に鼓舞されての重い決断であることをご理解いただき、会員各位におかれましては、よろしくご指導・ご鞭撻下さいますよう、加えて一層のご支援・ご協力を賜りますようお願い申し上げます。挨拶といたします。

## 新しい年度にむけて

指導部長 宮坂 博之



駆け足で過ぎてきた四年間でした。支部長はじめお手伝い下さいました皆様のご協力に心か

ら感謝いたしております。さて、新しい期も始まりました。

指導部も新体制での出発となり部員一同気持ちを引き締め、講習会を無事に行い少しでも、皆様の『弓』の役に立てます様努めて参ります。

本年度もすでに春季講習会を行いました。女子講習会は終了に向けていましたが、貴重なお話を聞かせて頂いたり、近年女子の会員の急増に對しても必要であると判断させて頂き、本年度も行う様にいたしました。昨年新設いたしましたミドルセミナーは、ヤングセミナーと一年おきとさせて頂き、本年度はミドルセミナーを開催いたします。

「中央伝達講習会」上級者・中級者講習会は、昨年度から全弓連からの重要な講習会としての位置づけもあり、受講者の名簿が全弓連に送られる様になったのに伴い、県弓連として、「中央伝達講習会修了証書」を受講生に配布いたします。

そして全日本選手権に向けての選手強化も行います。近頃は競技部からの予選選抜メンバーを「トップセミナー」として位置づけ強化し、全日本選手権大会本戦に臨みたいと思っております。一昨年の女子準優勝、昨年の男子優勝の快挙を伝説とすることなく、更に強い「弓道長野」を目指して参ります。

講習会を通して公益法人としての

弓の一端を担えればと、部員一同努力してまいります。支部長の皆様はじめ講習会のお手伝いを頂く方々、どうぞご指導ご鞭撻頂けます様宜しくお願い申し上げます。

### 競技部長に就任して

競技部長 中野 栄治



三月一日の評議員会で競技部の部長として承認頂きました上小支部の中野栄治でございます。

す。競技部長としての大任を任せて頂き光栄に思っております。今までは、前競技部長の奥山先生はじめ多くの競技部長さんの敷いたレールの上を走りながら競技の進行役として務めさせて頂きましたが、これからは自分でのレールを敷いて行かねばと思ひ緊張しております。

今年には部員も半数近く交代し若返ると同時に次世代へのスタートとなりました。競技部長として活動する前に過去六年間の県の競技会参加状況を調

べてみました。支部対抗、ねんりんピック大会を除きますが勤労者、県近の選手権、県遠的選手権大会は参加者が少ないながらも毎年横ばい状態です。全日本選手権の予選会は最近、少しずつ減少しています。

此の原因としては色々な考えがあると思いますが全国大会を目指すか、それともこの予選会で次の審査の足がかりとして参加するかに有ると思っております。この予選会は体配や的中などすべて加味しての点数制ですので審査を受けて審まれる方には前哨戦となる予選会と思っております。今のご自分のレベルを試す場としての意味でも多くの方が参加して頂きたいと心から思っております。

多くの弓士が各大会に参加する事によって長野県弓道のレベルも高くなり全国大会に通ずる選手が多くなると思っております。競技部は大会の運営をする事だけでなく、いかに多くの方に大会に参加してもらいかも競技部の役目のような気がします。競技規則も一部変更になり選手の皆さんも戸惑いがあるかもしれませんので大会毎に確認をして行きたいと思ひます。

最後になります。各支部長さんをはじめ各地区の皆様にはこれから大変お世話になります。各支部長さんをはじめ各地

### 審査部長就任に際し

審査部長 押金 孝



平成二十三年四月一日より、長野県弓道連盟土川会長体制になり審査部長を任命され、もと

よりその器でない事は自分が一番承知しているものの、自分が県内審査を受審していた頃は、周りが見えろ審査を受けることはいっぱいでしたが、思えば審査委員の先生方、支部長さん、運営委員の方々に随分お世話になったのだなあとと思ひ、微力ながら県弓連への恩返しと思ひ、二期四年間、関係各位のご協力を賜り、無事故で無事事業を終え部長職降板と、ホッと胸をなで下ろしていた矢先、新会長の外蘭先生より続投の依頼を頂き、『まだ恩返しできていない。』との天の声?とも考え、再度審査部長をさせて頂くこととなりました。

平成二十七年でも、昨年同様四段までの審査会は十四回を予定してい



### 強化部長を拜命して 永藤 聡

この度、強化部長を仰せつかりました永藤です。今、責任の重大さを痛感してお

ます。少子化の歯止めがかからない昨今、受審者数が減少している事は否めません。ひとりでも多くの方に、合格の嬉しさや師事している先生への感謝の気持ち、不合格の時の気持ちをバネにする頑張り、先生の助言により成長する過程などの素晴らしさを経験して頂きたいと思い、僥倖ながらその様な機会のお手伝いをさせて頂きたいと思えます。ひとりでも多くの弓士が県弓連の審査会に果敢にチャレンジして頂きます様お願い致します。最後になりましたが、関係各位におかれましては従来同様のお力添えを賜りたくお願い致します。

るところです。

私が強化部員になったのは今から十四年前で、強化部長が外蘭先生の時でした。今度は先生が会長になられて強化部長の話が来ました。他に適任はいいても、一応声をかけない訳にはいかなかったのではないかと思っています。

冗談はさておき、今の長野県の強化は課題が山積しております。平成十二年から続いていた本県での入賞も、ついに昨年途切れました。強化の方法について、変えてはいけない所、変えなくてはいけない所があると思います。会長・副会長・部員の皆様と相談をしながら、勇気をもって強く一歩を踏み出したいと思えます。

少年男女に関しては、近頃は各高校で鍛えられており、その中から選ばれた三人ですから、言うことはありません。顧問の先生方がとうございませぬ。今後ともよろしく願っています。教えて頂いた射を、本番で発揮できるように努力するのみです。ただ遠的が、ここ数年苦戦をしております、これは強化部の責任です。最高の選手を預かりしている以上、最高の結果をご報告したいと思えます。成年男女は、本県で優勝を狙える力は有ります。各選手の国体にかける思いに期待します。しかし、成

年は仕事や家庭を持ち、さらに周囲を取り巻く環境が徐々に厳しくなっている現状です。思い通りの稽古が大変難しくなっております。弓の上達は毎日の稽古の賜物です。各道場の先生や先輩方のご協力をお願いいたします。

最後に、新津前強化部長他、前強化部員に感謝を申し上げ、お願いと感謝ばかりの内容になってしまいました。が、拜命の挨拶とさせていただきます。



### ジュニア部長 抱負 ジュニア部長 神津 明男



ジュニア部の平成二十六年度の事業活動は会員の皆さまのご支援を賜り、無事終了させていただきました。

心より御礼申し上げます。二十七年でも中学生大会を例年通り六月末に実施いたします。昨年は県内各地域の中学生が活躍して全国大会

に進み、貴重な経験を積んで帰ってきたくれました。今年も多くの中学生が参加して、たくさんの感動を味わってほしいと思っております。子供たちを育てる学校や体協、地区弓道会の皆様のご苦勞に感謝しつつ、この大会が今後、高校や社会人としての弓道にもつながっていくように盛んになればと願っております。また、今年北信越高校新人大会が松本市で開かれることになっております。こちらの大会にもご協力をよろしく願います。

この二年間にジュニア部では「初心者の手引き」の冊子作成が行われ、年度末に完成いたしました。今年度はこれを、県内の弓道を行っている高校生、中学生に配布し、利用をお願いしたいと計画しております。各支部に一部はお配りできるかと思っております。ご覧いただき、ご批判を頂戴したいと思います。今後も改訂して、よりよいものを作っていきたいと存じます。

弓道は一気に上達するものではなく、普段の地道な努力の末に少しずつ高みに登っていくものだと思います。次代を担う少年少女たちが、興味を失わずに弓道が続けていくためには、温かく見守っていただく方が必要だと思えます。地域の指導者の皆さま、学校の顧問の先生方には特別にお世話になります。よろしく願います。

ます。

また、ジュニア部は長野県弓道にも寄与できる活動を心がけていきたいと思っておりますので、ご指導ご支援をお願いいたします。

### 皆様のご協力を

#### いただきながら

広報部長 荒川 保



この度杉田先生の後を受け、広報部長に就任いたしました。戸惑いと共に精一杯に努めなければと必死な覚悟でスタート致しました。

とは言え何から手を付けていいのやら気持ちばかりが先走りしていきま

す。経験豊かな事業部員が残ってくれましたので協力しながら事業を進めていく所存ですので宜しくお願い致します。

広報部の仕事と致しましては第一に年四回発行の『弓道なごの』、次にホームページの管理、そして月刊

『弓道』への寄稿です。

『弓道なごの』は発刊からすでに十三年以上経ち五十三号を数えるに至りました。会長、副会長からの寄稿、会議、講習会報告、道場や弓友の紹介、大会結果など、限られた紙面ですが、親しみやすく読みやすい県弓連広報となるよう努力を重ねてまいります。

ホームページに関しては、審査結果、大会結果、その他お知らせなど素早い対応が可能です。全弓連のホームページともリンクし、幅広い情報を迅速かつ正確に伝えられるよう努力致します。各地区大会などを行いましたらぜひ結果をお知らせ頂きたいと思えます。

月刊『弓道』への寄稿につきましては、長野県の情報発信を心がけていきたいと思えます。情報等ありましたらぜひご連絡をお願い致します。

『弓道なごの』が常に弓士の皆様にとって身近に感じられる様な紙面づくりを心掛けていきたいと思えます。その為にも会員の皆様の情報提供と投稿寄稿が紙面の充実と情報発信の源となりますのでぜひご協力をおねがい致します。

## 私と弓道

上小支部 五段 室賀 一枝

私が弓道を始めたのは平成十四年の春でした。夫の定年で上田へ帰って来たら一年程経ち、何か始めなくてはと考えていた時に「弓道教室」の文字が目に残りました。申し込み参加したのが始まりです。趣味として長く続けられたらと始めた弓道

でもなかつた自分でしたので、教え甲斐のない生徒でご迷惑をおかけしました。それにも拘わらずいつも講師の先生方が背中を押してくださった

ことに感謝しております。その間に友(弓仲間)もでき、生活にも張りがあったと思っております。雪道で転び手首を骨折して弓を引けない時も、仲間から心配や温かい言葉をかけてもらったりと元気を頂きました。弓道は一人でもできますが、仲間との協調、和が大切なんだと改めて感じています。

又ねりんピック(熊本大会)に参加する機会を得て、大会までの数カ月松本弓道場へ練習に通いました。緊張の中にも楽しく練習できたこと、新しいお仲間との出会いもあり私にとってすばらしい経験でした。



今、弓道教室に手伝いとして携わっています。あまりにも自分が未熟であり

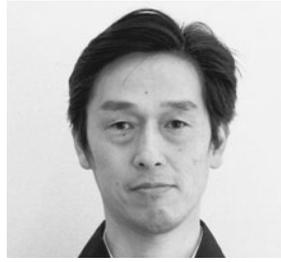
もっと深く勉強(稽古)しなければと痛感しています。これからも仲間と一緒に「基本に忠実に」と稽古を励みたいと思えます。

これからの人生を「生き生きと健康で」そして少し上を目指してを目標として、ゆっくりと長く弓道と係わっていききたいと考えております。



# 教士の称号を拝受して

松本支部 教士六段 森 一郎



二月七日に名古屋で行われました定期中央審査において教士の称号をいただくことになりました。

ご承知のとおり、弓道教本第一巻の巻末に審査規程の抜粋が掲載されており、教士は「人格、技能、識見共に備わり、弓道指導に必要な学識、教養及び実力を有し、且つ功績顕著なること。」の資格を具備していることを要件としています。

しかし、我が身を省みたとき、練士の「志操堅実にして、弓道指導の実力を有し、且つ精練の功顕著なること。」の資格を具備しているかも甚だあやしいところです。

約二十年前のことになりますが、平成八年度から定期中央審査(当時、名古屋での審査はなく、四か所でした。)において練士の種別がなくなり、臨時中央審査が行われるのと同じ九つの地区割りで行われるのと同様に実施されるようになりました。

この変更の際、ある重鎮の先生が「練士を探すのではなく、練士となりうる者を探す」という趣旨のことをおっしゃったと伝え聞いています。

上で申し上げましたように、審査規程で要件とされている資格の具備については甚だ心許ないところですが、今回、「教士になりうる者」と見ていただいたと自分に言い聞かせて、それに応えられるように励みたいと気を引き締めているところです。

教士を拝受するに際して紙面をいただいていますので、今後、受審される方々の参考になるようなことを書ければいいのですが、特に紹介するような事例もありませんので、松本市弓道場で木曜日の夜に行われている稽古について紹介します。

松本市弓道場では木曜日の十九時から概ね二十時まで和服着用で、いわゆる審査要領を繰り返します。そして概ね二十時から持ち前の射礼または一つの射礼を行います。

この稽古に参加させていただく

前から自宅で跪坐の稽古はしていましたが、審査で五人立の五番にでもなるものなら、恥ずかしながら弓を引くどころではないという有り様でした。

しかし、この稽古に加えていただいて以降、五番になっても少しは弓を引くことに集中できるようになったように感じています。もちろん本番の審査等と緊張感の違いですが、自宅で単に坐ることに比べれば、緊張感を持って坐れているのだと思います。

このような稽古は必ずしも中率の向上に直結するものではありません

んし、時間あたりの射数が少なくなりますが、敬遠されがちですが、「体の運用」(思うところもあり、あえて「体配」とは区別しておきます。)の修得には非常に効果的だと思います。

最後になりますが、これまで普段の稽古や講習会等でご指導いただいた先生方、一緒に稽古させていただいてきた皆さんに、この場を借りまして改めて御礼申し上げますとともに、引き続き、よろしくお導きくださいますようお願い申し上げます。





「弓との人生」

健康第一笑顔で福を招き力こぶ

松本支部 教士六段 滝澤 武子



滝澤昌利先生と結婚し、当時競技部員だった滝澤先生に運営委員を頼まれ、弓道というも

のに初めて出会ったことが弓の道に入る切っ掛けとなりました。左の写真は、平成十六年に熟年体育大学卒業記念誌に、いつか教士の称号を拝受することを夢にみて「夢」と題して載せた「会」の写真です。



平成二十六年年度教士号取得特別講習会に於いて検定試験(一手・的中)の終了後に弓道教士の称号を拝受致しました。傘寿を迎える年にあたり、最高

に嬉しいです。謹んで御指導を下さいました県弓連の会長土川先生をはじめ、諸先生方、弓友の皆様は御礼と共に感謝を申し上げます。

武道の「武」は楚の荘王の「それ武は功を定め、兵を戦む、ゆえに戈を止むるを武となす。」から出ており、「道」は「行くところの道」すなわち

「歩くところの道」で方法・手段を意味します。これが一般的な解釈であると思います。教士の心得に人格・技能・識見共に備わり弓道指導に必要な学識・教養及び実力を有し且つ功績顕著なることと示されています。射を育て射終わるまでに五度心を澄して我が身を反省して七情に補われて心身の乱れを来す事のなきよう考え体勢・気力を静かに整え射を進める事であると思

- ① 矢を番えて立ち足踏み胴造りをなし弓を左膝頭に取り馬手を腰に納めて弦調べをなし第一澄心をなす。
- ② 取り躑・手の内を調べ心を外に奪わ

ない様に第二澄心をなす。

③ 其れより打起し大三の位置に於て第三澄心

④ 引き納めて押手・勝手・胴造り等の釣合いを反省して第四澄心をなす。

⑤ 矢を放つて矢飛び矢所を見定め一射の総決算として反省を加えつつ第五澄心を行うことが普通行われる方法である。

中り外れは手の内にあり

善射・悪射も手の内から  
弓射る人の心掛け

腰は本也・中也・心も中也

故百瀬豊範士

人の振りみて吾が振り直せ

故百瀬豊範士

素直な心 強い意志 誠を尽す

百瀬正師範

「弓は理屈ではない稽古だ」を座右の銘とし、射の迫力に魅了され、人生をかけ弓に打ち込む気になった自身身を目指す理想の弓に向かって精進致します。

微力ながら、長野県弓道連盟の発展のため、努力するつもりですので、今後とも宜しくご指導のほど、お願い致します。

弓道合宿予約随時受付中!

野辺山洗心弓道場

- 近的道場 18人立1ヶ所 (床暖房完備)
- 12人立2ヶ所
- 遠的道場 1ヶ所

帝産ロツヂ

〒384-1305  
長野県南佐久郡南牧村野辺山1003  
HP: <http://www.teisanlodge.com/>  
ご予約・お問い合わせは 0267-98-2861



# 楽しく稽古のできる 環境づくりに向かって

佐久支部 教士六段 植松 守



トンネルを抜けて、佐久平の駅のホームに新幹線がすべり込んだ時には、もうあたりは暗く、雪がチラついておりました。

そして、講習会の内容のつまったリュックが、こんなに重いものであるということは想像もしておりませんでした。

特に今回の講習会の中で、私にとって感動をいただいた沢山のお話のほんの一部のお話ですが、触れてみたいと思います。  
『足ぶみから残身(心)まで一つの流れになっていることが大切であり、基本の動作は足の運びから細かく決まっている。』

皆さん方は、仕事とか病気とか理由はともあれ、弓を引きたくても引けなかった時期を誰でもがもっていると思います。

しかし、その間にもハヤリ・スタリがあり、流れが変わってしまっているといけません。『

時々出発地点に帰っていただけ、リセットし(セツトし直して)、純粋な気持ちになつて欲しい。』

このお話の内容の持つ意味の深さにしじみと思いをはせ、自分の現実の生活・弓道修練の自分の姿を重ね合わせ、事の深さを重く受け止めました。

私達は日々道場で稽古をさせていただいております。

それは射法射技の研修であり、礼に即した体配の修練であり、それを積むことにより、射品射格の向上につながり、身心共に鍛えられ、人間完成に近づいていくものであると思っております。

しかし、現実の道場におきまして、楽しく修練することができなければ、仲々長続きするものではありません。



何かが、そして誰か心を支えてくれるものがなければ、長続きするものではないと思っております。

そんな意味で、基本の動作をセツトし直しながら初心にもどり、今の射はどうだったか、良かったか悪かったか、どんなところが悪かったか等々、語り合える仲間づくり・雰囲気づくりをしていきたいと考えております。

体がきかなくなると、融通がきかなくなると言われておりますが、今の流れの中に一歩でも二歩でも近づ

けていくという気持ちで、稽古に参加していくことが大切ではないかと思っております。

これからは特に、温かく稽古ができるような雰囲気づくりのために微力ながら努めていきたいと考えさせられた次第であります。

今回の講習会を通して、沢山の先生方生方のお世話になり、沢山の先生方に支えていただきましたこと心から感謝いたします。

本当に有難うございました。

寄稿

弓

矢高 行路(矢高 束)

中学時代に僕も弓をやったことがある。先生は、大澤先生と言って、荒町の歯科医院の大澤さんのお祖父様にあたる。日置流雪荷の達人であった。もう大分耳も遠くかなり腰も曲がって頑固一徹のご隠居であった。

その頃は、一般に弱い弓を引いた。五分とか五分五厘あたりを器用に引いて、小さい金的などを落として誇り合ったものだった。

然し、先生の弓は昔から強かった。打ち上げて、こめかみのところで一息の後、ぐーっと引き下ろして来て、羽根が頬に触れるや、先生の上半身と弓とは一枚になって僅かに前に傾く、腕や矢に見えていた小刻みの震えが止まったなと思う間もなく、突如、極めて鋭い気合いと共にカンと高い歯切れのいい弦音(つるね)だ。

左右の手の荒っぽい開き返った弓を、やや高めに前方に押し出して、キッと矢を見送っている毅然たる眉宇、何とも胸のすくような勇ましさをあつた。

物凄い勢いで飛んだ矢は往々、的か

ら外れたが、先生は一向無関心のようなであった。

四年生の時、長野に開かれた県下中等学校の弓道大会に、五人の選手の中に加わって僕も出場した。十一校から集まった五十五名が、順番に二本ずつ引いてゆくのだ。十五間の矢場で、たしか尺五寸のだったと思う。二十射の競技が何しろ大勢のことだから朝から始めて、午後に及んで中々済まない。もう今度の一廻りで終了という頃、上級の人が、僕の肩を叩いて、今、長野中学の選手とお前との競り合いになっている。長野が一本外して、お前が外さなければ優勝だから気を落ち着けてやれ、と言われて、僕はびっくりした。今日は調子がいいとは思っていたが、まさかそこまで行ったとは知らなかった。

いよいよ敵の番となつてみれば、どうして仲間、和服姿の水際立った美少年で、髯(ゆがけ)なども紫色のなめし革の凄い奴を両手にかけたらしい豪勢なものだ。それがまた袴の端を一寸つまんで悠々と膝まずき、片膝立てて、おもむろに引くんだからたまらないう。その凛々しい美しさ、全く錦絵の中から蘭丸か牛若丸が抜け出して来たかと思われるばかりであった。

俄然、人氣は灼熱化して、黒山のような観衆と応援隊は、この美しい射手の

動作を見つめて水を打ったようだった。

一本外れた。間もなく僕の番が来た。これは、膝の抜けた小倉のズボンにメリヤスのシャツの田舎小僧だ。

自分は主将でもないし、今までの成績だつてもう既に充分だし……。

中つても中らんでもどつちでもいいと思つて、いい加減に放したら、何と二本とも的の真ん中に中つてしまったではないか。

とうとう僕は思いもよらず県下一ということになった。

次の年には、僕が主将で出場した。その頃は、大澤先生の真似をして、手に余る強い弓を引いていたが、僕が出て立つと、何処からともなく、あれが県下一だと言うささやきが耳に入つて来る。県下一、県下一……。

放して見ると外れていた、又放して見ると又外れていた。

こんな調子で、僕の順位は惨めにもずっと下がってしまった。

それ以来、すっかり弓を止めてしまつてかれこれ、二十年過ぎたであろうか。

ある時、婚礼の式場で長野市長に会う機会があった。私は飯田の(矢高束)と申す眼医者でと初対面の挨拶をすると、市長はニコニコして、私は貴

方を昔からよく知っております。中学校の弓の競争で一等になられた事が御座いましょう。あの時、私は丁度長野

中学校の校長をしておりまして、矢が高く束(そく)る、束るは二本共中る事です。だから、弓をやる人にとっては実に打て付けな名前だと思ひまして……。

束と言う名も少ないが、矢高と言う姓に至つては一層珍しい。元は静岡県

浦川の郷士であったが、飯田の方へ移つて、今あちらには矢高家はない。唯もう一軒だけ矢高が静岡県にある。そうだが、やはり同家で、特に面白いことには、その矢高も弓の先生をして

いるとのことである。(終)

◎矢高束氏は明治四十五年に飯田中学を卒業している。当時の弓道風景を知る貴重な文献に接したので寄稿することにした。

寄稿：篠田 知博(飯伊支部)

注 大澤先生

中央通り大澤歯科医院の先祖で飯田藩士、弓道指南をしていた。日置流雪荷派大師範・大澤寛栗先生である。昔の飯田下伊那地域の弓術は日置流雪荷派が主流であった。

出典

「趣味」第十五号

昭和二十三年八月二十五日発行

趣味と生活社

発行人 竹村清次郎(浪の人)

弓仲間紹介

双松館弓道会

飯伊支部 松澤 英男

双松館道場と同館に集う弓仲間を紹介しつゝ。

双松館は個人の弓道場で、現館主は先年まで長らく飯伊支部の支部長を務められた、村松康尾(教五)先生です。

私設の道場としては、おそらく県内一の荘重な雰囲気と規模を誇る道場だろうと思っております。長い歴史と伝統を備えています。

現館主の父、文市氏が屋敷内に最初の道場を開いたのは、昭和十一年頃で、初めは南信弓道館と云っていました。また各地のお宮やお寺の矢場が練習や射会の中核で、飯伊には公設の弓道場が無い頃でした。

昭和四十年(頃)、近くの二本松天神社にあった、近隣に高く聳える二本の松に落雷があつて、伐採されることになり、信心の厚かった文市氏が譲り受けて、その材で立て直したのが、今の双松館です。双松は二本松に由来します。

わたしが弓を始めた頃の昭和五十年代には、毎月の例会に郡下から三十〜四十名が集まり、優勝メダルが個人・団体戦ともに用意され、熱気に包まれていたもので



す。昭和五十四年の文市氏の教士昇格祝射会には、百瀬範士をはじめ、九十六名がこの道場に集まりました。盛会でした。飯伊の弓道界を支えてきた年配の弓士は、多かれ少なかれ、この道場で切磋琢磨して育ってきました。

現在の会員は三十名ほど、毎月第三日曜を例会にしています。地区割りの当番を決めて、交代で運営を行っています。

各町村に弓道場ができ、練習も射会もグループも多様化しました。でも、双松館に馴染んだ仲間たちは、年齢層は高くなりましたが、毎月ここに集まり、弓を楽しんでいます。

大会結果

第70回国民体育大会 弓道競技  
長野県少年男女 1次選考会

○平成27年1月31日、2月1日、7日、8日

場所…上田、長野、駒ヶ根、松本

▲一次予選通過者 少年男子

- 山崎 勇輝(飯山北)
- 伊藤 益瑠(伊那弥生ヶ丘)
- 牧田 諒祐(伊那弥生ヶ丘)
- 荒井 海人(伊那弥生ヶ丘)
- 松澤 卓磨(伊那弥生ヶ丘)
- 森 柊樹(上田)
- 出野 隼人(上田)
- 宮西 将真(上田染谷丘)
- 小林祐二郎(上田染谷丘)
- 山岸 大貴(上田千曲)
- 山下 光(上田東)
- 片瀬 知樹(大町)
- 金子 夏暉(岡谷工業)
- 赤沼 聡太(岡谷東)
- 西村 陽一(駒ヶ根工業)
- 佐藤 広和(小諸商業)
- 原田 聖人(下諏訪向陽)
- 赤羽 郁海(田川)
- 塚田 大成(長野工業)
- 児玉 創磨(長野高専)
- 仙田 悠介(長野西)
- 苦米地優介(長野西)
- 田坂 陽介(長野西)
- 中山 廉(長野西)

- 青木俊太郎(長野日大)
- 山崎 太智(長野日大)
- 中尾 充博(長野日大)
- 松尾 勇哉(長野東)
- 依田 旭弘(野沢南)
- 櫻井 祥(北部)
- 松下 拓矢(松川)
- 岩村 拓生(松川)
- 中山 宙(松商学園)
- 藤原 伊織(松商学園)
- 白沢 真聖(松商学園)
- 平林 弘旭(松本蟻ヶ崎)
- 大澤 巧(松本蟻ヶ崎)
- 山岡 大記(松本深志)
- 望月 翔太(松本美須ヶヶ丘)
- 平塚 竣哉(松本美須ヶヶ丘)
- 高山 佑太(松本美須ヶヶ丘)
- 石井 拓弥(松本美須ヶヶ丘)
- 高澤 隆仁(屋代)
- 吉村 邦彦(屋代)
- ▲一次予選通過者 少年女子
- 高野 悠(赤穂)
- 須甲麻里名(飯田風越)
- 須甲麻友加(飯田風越)
- 伊東 七海(伊那西)
- 前田 優花(伊那西)
- 石和 美祈(上田)
- 寺島 智佳(上田)
- 峯村 菜央(上田染谷丘)
- 寺本真理子(上田染谷丘)
- 宮田和花奈(上田千曲)
- 伊藤 実希(大町北)
- 高坂 彩水(岡谷東)
- 西澤 沙弥(岡谷東)
- 藤森 綾香(岡谷東)
- 馬場 絢音(駒ヶ根工業)
- 田中 幸実(小諸)
- 松本 純佳(須坂)
- 和田 梓(須坂東)
- 伊東 麻里(諏訪実業)
- 久保田 耀(豊科)
- 小林 希(長野高専)
- 中村 聖奈(長野日大)
- 五十嵐ももな(長野日大)
- 米持 奈々(長野日大)
- 荒井 綾音(長野日大)
- 塩入 美里(長野東)
- 岩波 彩乃(野沢北)
- 石川 響(野沢南)
- 森泉 美空(野沢南)
- 友野 彩佳(野沢南)
- 山路 雪月(文化学園)
- 大久保 咲(松商学園)
- 赤津みなみ(松商学園)
- 北澤奈美来(松本蟻ヶ崎)
- 五味 寿菜(松本深志)
- 青柳 実結(松本美須ヶヶ丘)
- 太田 莉緒(松本美須ヶヶ丘)
- 岡田 彩夏(松本美須ヶヶ丘)
- 丸山恵理夏(松本美須ヶヶ丘)
- 篠町 佳代(松本美須ヶヶ丘)
- 嶋崎 由奈(屋代)
- 中島 冬萌(屋代)
- 市川 美穂(屋代)

飯島町弓友会第33回百射会

○平成27年2月11日(水・祝)  
飯島町弓道場  
参加人数…23名

- 1位 手塚信一郎(伊那)
- 2位 春日 貴(駒ヶ根)
- 3位 湯澤 幸司(東伊那)
- 4位 芦部 洋輔(駒江)
- 5位 小松 徹朗(宮田)

駒ヶ根市体育協会百射会

○平成27年2月22日(日)  
駒ヶ根市弓道場  
参加人数…25名

- 1位 春日 貴 66中
- 2位 高仲 成人 64中
- 3位 山口 澄男 59中
- 4位 小松 徹朗 59中
- 5位 竹村 茂明 57中

全日本女子弓道大会(中日本の部)

○平成27年3月8日(日)  
日本ガイシスポーツプラザ弓道場  
▲初段〜三段の部  
2位 寺澤 聖子(飯伊支部)

表彰

○読売新聞社  
第64回日本スポーツ賞2014

競技団体別最優秀賞(個人)  
平澤敏弘(錬士六段、飯伊支部)

昇段昇格者

◇「名古屋」定期中央審査

▽教士の部 平成27年2月7日  
森 一郎(松本支部)

▽六段の部 平成27年2月8日  
下平 春夫(飯伊支部)  
亀岡 英司(南佐久支部)

◇「東京」教士号取得特別講習会

▽教士昇格者 平成27年2月19日  
滝澤 武子(松本支部)  
植松 守(佐久支部)

◇「東京」錬士号取得特別講習会

▽錬士昇格者 平成27年2月19日  
松原 重実(木曾支部)  
丸山 清一(諏訪支部)

訃報のお知らせ(敬称略)

長野県弓道連盟 飯伊支部  
四段 松島嘉津実(88歳)  
平成27年1月27日(火)  
ご逝去されました。

ここに謹んで哀悼の意を表し、  
お知らせ申し上げます。

広報部からのお願い

広報部長 荒川 保

四月に入り各地区からも弓道教室の  
ニュースが入り始めました。

広報部では弓道教室の模様、苦勞話、  
終了後も続けてもらう為の秘策など  
写真付きの投稿を募集いたします。

また弓に関する行事や伝承等を『ち  
いき発』というコラムで掲載したいと思  
いますのでぜひ情報をお寄せください。

お近くの広報部員又は部長までご連  
絡下さいますようお願いいたします。

広報部員

- 部長 荒川 保
- 北信 加藤 明美
- 東信 鷹野 良信
- 中信 丸山萬佐巳 中田 美千
- 南信 手塚信一郎 木村由紀子

お詫び

第52号に誤記がありましたので  
訂正しますとともにお詫び申し  
上げます。

10p 北信越地区臨時中央審査  
誤「金井正」↓正「金原正」

ひふひや

四年間お世話になりました。

広報部長就任にあたり、「走りな  
がら考える」と抱負を述べました  
が、まさにその通り。年四回の発行  
とはいうものの、次号さらにはその  
次の号は…ということが常に頭の隅  
にこびりついていたような気がしま  
す。そんなプレッシャーをいつも感  
じながら走ってきました。

しっかりと校正をし、万全を期して  
発行したにもかかわらず、間違いが  
判明し冷や汗をかいたことも何度か  
ありました。表面化しなかったミス  
は何度あったのでしょうか。

広報部長を拝命した時はどうなる  
ことかと心配でしたが、部員のみな  
さんと会員各位のご協力をいただき  
なんとか無事(?)役目を果たすこと  
ができました。

本当にありがとうございました。

前広報部長 杉田 博