

# 弓道ながの

第67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  
印刷：県成進社

## 巻頭言

### 学生時代の思い出と弓道

長野県弓道連盟副会長 山浦 博



「弓道ながの」第五十四号で居合道の抜き付けが精神面で私の弓道の離れに大きく影響した旨を書かせてもらいました。今回は大学時代に体験したボクシング、空手道での腕の使い方と、弓道における腕、殊に弓手の働きとの間に共通性を感じ、日頃考え努力、研鑽している事を書かせてもらいます。

昭和三十九年東京オリンピックをテレビで観戦し感動したその翌年、美術大学(油画)に入學し、同時に大学の寮に入りました。最初の夏休みを終え帰寮したその日、先輩から唐突に私の体重を聞かれそのまま風呂場の体重計に乗る破目

になりました。通常は五十キロ前後がベストでしたが、その日は田舎から帰ったばかりで、長い夏休み期間安穩に暮らした為か五十一キロを少々オーバー、偶然欠員していたバンナム級の体重にピッタリ、不安を抱きながら部屋へ戻ると、その不安が的中し即刻ボクシング部のトレーニングシャツを先輩から渡され半ばあきらめムードで翌日からの激しく、容赦のない練習に参加せざるをえない状況になりました。多摩川の河川敷まで約二キロをランニング、到着して休憩を取ることなく直ちにシャドーボクシング、腹筋運動。五分の休憩の後、ランニングで帰校し、即サンドバッグ一分間を一分の休憩を挟みながら五回、次にスパリング、毎日約二時間程の練習で、その時は大変に辛く不満を覚えたこともありましたが。しかし、その事が

却って日々のデッサン等で緊張した心身を解きほぐし、意外にもストレス解消に繋がっていたのではと今は思います。そんな厳しい日々の中で時には嬉しく感激した事もありました。その一件は、幸運にもプロボクサーと接触する機会に恵まれた事です。一人は牛若丸原田(兄はファイティング原田)、そして東洋フェザー級チャンピオン、スピードデー早瀬の二人でした。プロの指導を受け実感したのは、スピード、テクニックは無論、殊に打撃力は強烈で凄まじいものでした。その後試合で知り合った他校の選手からパンチ力を向上させる為に空手を取り入れ成果を上げていると言う情報を入力、早速、自由ヶ丘の空手道四大流派の一つ糸東流師範に入門を願う幾度となく足を運び漸くして仮入門を許されました。そこで正拳突き、平行突き、貫手など突きを中心の指導を受け稽古に精を出しました。あれからほぼ半世紀が経過した平成二十四年上越市で開かれた講習会の折、紫田猛範士から「会では左肩を極力脱力し、肘を突っかえ棒にし前腕の前面を伸ばす」と指導を受けている最中、長い間忘れていた空手道の貫手、正拳突きなどの突きの感覚が微



かに甦ってきたのを覚えています。それは肩のスナップと言う肩甲骨の回転方法。そして上膊を外旋させてから肘を起点に前腕を回内、その時、掌の中指を充分に意識し空手の貫手をイメージしながら腋を締め肘から先をひたすら伸ばします。その腕の働きにより自然に弓手全体に絞りが生じ居着きのない強い左手が完成すると考えています。又、同様に上腕を外側に約三十度開くように押し左肩が充分沈んだ状態を実感しながら前腕の中程を内側に捻り伸すようにすることで左腕全体が良く締り、なお且つ腕の伸びるのを感じ、矢勢、的中にも近頃は好影響が出てきたと感じています。

以上くたくだ書きましたが、前述した腕の操作法は、まだまだ模索の段階ですし、あくまで稚拙な私見です。読み終えましたら忘却して下さい。



### 感謝と紙一重

南佐久支部 教士六段 亀岡 英司

時おり強い雨が打ちつける仙台からの帰りの道中、いろいろなことを考えました。

高校一年生で式段にまでなり、弓なんて簡単だと調子に乗ってどんどん下手になつた学生弓道時代。その後十二年の中断を経て再開した約十年前、何かに導かれるように(実際にはきっかけを忘れた)出かけて行った秋田国体の選考会。たまたま通過してからはもう、バケモノみたいな連中と弓を引くのが至福の時間。強化練習に

時々お見えになる山川先生や、外蘭先生や北嶋先生、強化部の先生方に弓やその他(?)のことを教わる中で、弓に関して自分が無知であることを知りました。初めて入賞した新潟国体、私のもんでもないミスを仲間(バケモノたち)がカバーしてくれて、踏みとどまることができました。弓は一つのミスで悔やみきれない結果になることを思い知りました。

国体をやめてからもその経験から的にはそれなりの自信がありました。調子は山あり谷あり、弓が簡単じゃないことは知っているつもりでした。ところが、初出場した全日本選手権を下位で終えてから、これまで経験したことがない絶不調。何を

どうやってもどうにもならない...

そんな苦しい状況の中、幸運にも強化部として再び国体に関わることになりました。選手の合間を縫いながらではありましたが、一人稽古のみの日々から脱却しました。徐々に状態が良くなって、最後は永藤先生のアドバイスが決め手、久しぶりのきっかけを掴みました。

迎えた仙台定期中央審査。恒例になった当地の弓友との前祝いを経て、これまでで最もいい状態で臨んだ：はずだったんですが、やはり長い不調のせいで自信がなかったのでしょうか、一次の甲矢は離れて少し緩んだ的枠九時にガツン！ かるうじて枠内。それでも落ち着いて、教士審査で初めての束中。退場後、悔しさと少しの満足感とともに「仕方ない」ひとり呟きました。

夕方、一次通過の紙にまさか！自分の番号を発見した時、思わず身震いしました。二次ではあの射をしてはいけない、体のどこかで得体の知れないスイッチが入りました。そこからはまさに「夢中」、合格したい思いはどこかに行きました。初めての二次、今の自分にできる最高の集中



今年の東部国体  
第64回国民体育大会 弓道競技会  
平成21年9月27日~30日 会場 新潟市東区地味字園町通称・特設道の弓道場 0944-8280044

力での射礼ができたと思います。位取りの時から、大前の私に東京と山形のお二方が合わせてくれたことに感謝です。そもそも一次審査の甲矢が数ミリ外へ出ていたら合格どころか一次通過もなかったでしょう。国体の時からいつでも紙一重、ここまで私の弓道人生そのものです。

高速を下りて野辺山に着く頃思ったのは、自分で成し遂げたことなど一つもなかったな、ということ。ここには書くことのできなかつた多くの先生方や弓友、いつも快く送り出してくれる家族や会社の仲間、皆様のおかげでしかありません。心より感謝申し上げます。(そして山川先生、ありがとうございます)

改めて、いつもお世話になっている山浦先生以下東信の先生方、皆様これからもよろしくお願い申し上げます。すぐにわからなくなればかりだと思えますが、教士の称号にふさわしい射手になれるよう精一杯努力致します。

## 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

## 帝産ロッチ

〒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

### 平成三十年度北信越地区(信越)講習会(称号)を受講して

長野支部 錬士五段 荒井 孝芳

さる五月二十六、二十七日の二日間にわたり、平成三十年度北信越地区講習会が飯山市弓道場に於いて開催されました。

出席者は男女合わせて四十二名が参加し、講師に杉田博先生(範士八段)、高野直行先生(教士七段)、安達行法先生(教士七段)、宮坂博之先生(教士七段)をお迎えして行われました。

一日目の内容は、

- ・ 射手が主任講師の杉田先生、介添が受講者による矢渡
- ・ 講師の先生による射についての解説
- ・ 一次審査の間合いによる一手行射
- ・ 射技指導

介添については、介添について頭に入っているのと体に身につけているのは別。普段から稽古してほしい。

弓については練習しても上達するとは限らないが、介添や体配は数をこなしたものの勝ちで場数をこなせば必ず上達する。

との講習をいただき、射の解説は、普段の講習会ではありえない、講師の先生の射を間近で、しかも気になる角度から拝見することが出来、とても勉強になりました。講師の先生方が普段射を行うに当た

り注意されている点を解説しながら射を行ってくださり、その際写真や動画を好きな角度でとり放題という夢のような内容でした。

一次審査の間合いによる一手行射は、射前に自分の射について課題と感じていることを一点ずつ全員の前で講師の先生方に申告した上で行いました。申告した内容を講師の先生方が一手行射で特に注視してくださり、その後の射技指導では、四人の講師の先生方すべての確かな指導・アドバイスをいただくことができました。

普段、講習会で射技指導をいただくこと、全体的なアドバイスをいただくことが多いのですが、特に課題と感じている箇所を集中的に見ていただくことができましたので、指導いただいた内容はとても参考になりました。

この日の夜は懇親会がありました。講師の先生方や日頃はあまり会話することのない他の受講生たちともざくばらんに話をすることができました。普段とは違った講師の先生方の意外な一面を見ることができ、弓道談義にも花が咲き、大いに盛り上がり、楽しくも充実した時間となりました。

二日目の内容は  
・ 高野先生、安達先生、宮坂先生の講師の

先生方による一つの射礼演武  
・ 受講生の射礼研修として、全員で一つの射礼

一つの射礼演武は、普段私たちが行っている射礼とは違い、見事な射礼で、深い感動を覚えました。少しでも自分のものにしてきよう、皆真剣に射礼を見取稽古していました。

一つの射礼の射礼研修後、  
・ 入場での揖は上座に向かつて行うが、対象物に正対していない人が多い。自分の体と顔が正対しているか確認すること。  
・ 三重十文字、五重十文字をきっちり崩れないようにすること。

・ 手の内が離れて崩れているので見直すこと。  
・ 立ち上がる時に膝を締める。膝を締めると縦線がピツと伸びる。立ち上がる時に腰が落ちない。  
との指摘をいただきました。

最後に  
・ 射について「手の内が素直にまっすぐに弓にあたりまっすぐ押せる」これができればそれだけで矢もちゃんと飛んでいくし、あたりも出てくると思うので、しっかり研究してほしい。それがうまくなるかならないかは本人次第。誰が何を教えようとその人が本気でやるかやらないかで違ってくる。

・ 身についた癖はなかなか直らない。初心

者に教えるときは、変な癖をつけないように特に気を付けてほしい。

・ 称号者というのは自分の弓をひいていくてはいけない。基本はきっちり抑えたいうえで自分らしい弓をひいてほしい。射品射格が出るよう、いい意味でのカラーを出すように努力してほしい。

との全体の講習をいただきました。

今回の講習会は皆集中をして受講し、ピリツとした緊張感のある雰囲気の中、メリハリのついた内容でした。恥ずかしい話、普段は私語が多く注意されることもザラなのですが、私語がほとんどありませんでした。講師の先生方におかれては、受講生からのさまざまな質問について、丁寧に回答・解説してくださいました。この講習会を受講できて本当に良かったと思います。

今回指摘された内容を少しでも身に付けるべく、今後も精進していきたいと思



# 北信越地区信越講習会 五段の部に参加して

松本支部 五段 岩垂 暁子



私は、二年前まで長野市に住んでいました。ですので、新鮮な魚介類を食べるために、新潟へ車で向かうのは珍しい事ではなく、新潟は近くて行きやすい所という感覚がありました。

五月二十七日朝五時半頃、松本市営弓道場から仲間二人を乗せて上越市弓道場へ向けて出発しました。姨捨サービエリアまでなら運転は慣れていきます。なぜなら、実家が姨捨の近くからです。中野辺りまでは、気持ちに余裕がありました。その

先、緑豊かな見慣れない景色の中走り続け、いつ着くのかと不安になっていきました。思わずアクセルを踏み込み、仲間が時々シーンと静まり固まる気配を感じました。

結果的には、思いのほか早く到着したため、体育館はまだ閉まっていた。朝の冷たい空気が気持ち良くて、車から降りて体を伸ばしたら、道中の不安や緊張がほぐれてホッとしました。

講習会には、長野市や千曲市で共に弓道に励んだ仲間も来ていて、また一緒に弓道できることを嬉しく思いました。

講師は、坂田史安先生(教士六段)、外園公毅先生(教士七段)、新津一夫先生(教士七段)、渡邊恵児先生(教士六段)です。

最初に矢渡。射手は、主任講師の坂田先生。介添は、受講

生の中から二名。介添として正しい所作が出来ているか。講師からは、それぞれの介添に対し改善すべき点について説明がありました。「射手の着物のずれを直す時はサッと目立たぬように」「蹲踞と指建礼は別、ちゃんと蹲踞してから指建礼の形をとること」など。それまで蹲踞と指建礼が別とは考えたことがなかったので、目から鱗が落ちたような気持ちでした。

その後、五人ずつの坐射を行いました。講師からは「未弭が十センチ以上上がっている」「矢つがえが合っていない、呼吸・リズムを合わせて」「二つ前の人の弦音で筈を保つ時には、反射ではなく合わせるように」という心が大切」と講評いただきました。自分で言うのもなんですが、音に反応するのは得意で弦音でサツと筈を保つのを得意満面で行っていたかもしれません。それを指摘されたようで恥ずかしく思いました。

最後に持ち的。五人で打ち合わせをする時間がありました。持ち的の練習をしたことがない人もいて不安を抱えたまま始まってしまいました。本座へ進む時、呼吸を合わせられず冷や汗が出てきました。全ての立ちが終わった所で講師からは「矢つがえを揃えて」「立ち坐りの時、



腰折れしないよう少しお腹を出す位で」などの講評を頂きました。今後も他の道場の方と持ち的を行うことがあると思うので、限られた打ち合わせの時間で不安を最小限にして、呼吸・リズムの合う持ち的にするにはどうしたら良いか考え、学んでいかななくてはと思います。

初めて、受講生が皆五段という講習会に参加し、同じ段の仲間の頑張りが良い刺激になり、また励まされる思いでした。

講師の先生方からは、丁寧な指導を頂き、とても充実した一日となりました。ありがとうございました。



# 追悼

## 範士十段 宮澤 廣 先生を偲んで

旧長鉄支部長 辰野 正雄

範士十段宮澤廣先生は、平成三十年六月九日に、享年九十二歳の生涯を終えられました。心からご冥福をお祈り致します。

先生は、ご高齢のせいでしょうか時々肺炎を患い、今回も市民病院で治療されておられました。お亡くなりになる前日までは、ご家族とも元気に会話をされる程に回復されましたが、突然に旅立たれてしまいました。特に苦しみこともなく、安らかに逝かれたそうです。

先生は、戦時中に少年時代を過ごされ、昭和十五年旧制上水内農学校へ入学されると、先輩から誘われて弓道部へ入部、弓道を始められました。街の道場へも通って、初代の県弓連会長長坂西清信先生に師事され、すっかり弓道に魅了された様です。

卒業後は国鉄長野工場に就職、直ぐに弓道部に所属され、大久保秀雄先生ほか先輩の指導を受けられました。時々坂西先生も来られ、同じ国鉄職員とのことで、益々弓道熱が上

昭和三十二年錬士、三十八年教士、五十九年範士を授与、平成十五年九段を認許され、同年十月には多くの弓士に駆けつけて頂き、九段昇段祝賀会が盛大に開催されたことは、つい先頃のことに思われます。

また、昭和三十九年全日本選手権三位、四十九年準優勝、四十一年全日本弓道大会教士の部優勝、平成十年・十四年範士の部で優秀賞など輝かしい成績を残されました。一方、全日本弓道連盟では、評議員、理事、中央講師、中央審査委員、指導委員長などの役職を歴任、ご活躍され忙しい毎日を過ごされました。

また、この頃に毎年ヨーロッパ講習会が開催され、先生は、平成六年・十一年・十五年とフランス・スイスなど、欧州各国へと派遣され、国際的な指導にもご尽力されました。

県下では、大久保秀雄先生の後を受けて、平成九年から二期四年間長野県弓道連盟会長を歴任、要職に就いて地域弓道の振興に貢献され、平成十二年度長野県功労者表彰を受章

されました。

平成十一年五月、全弓連創立五十年記念に全国功労者表彰受章。平成十五年全日本弓道選手権大会入賞等数多く受賞され、これらの功績により、平成十八年秋の叙勲で「旭日双光章」を受章、平成二十五年武道功労章を受章されました。

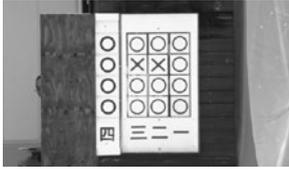
このように雲の上のような存在の先生でしたが、国鉄を退職されると、OBの村田弘美先生や大久保秀雄先生・小林義行先生らと長野運動公園クラブを立ち上げ、昭和五十九年からは講師を委嘱され、誰にも分

け隔てなく毎月射技指導と講話を平成二十八年三月まで長期に渡り、後継者育成にと「基本に徹した弓道の追求」を解き、熱心に指導され、多くの昇段昇格者を輩出されました。先生は、多くを語りませんでした。が、そのお人柄から弓道の楽しさと厳しさの両面を教示されました。「しっかりと、正鶴を狙っているからね」と。

これらの教えは、貴重な無形財産として今後も精進し、大切に引き継いでいきたいと思えます。



平成23年 第62回 全日本弓道大会  
範士の部 優秀者



# 平成30年度 壮行会・長野県弓道支部対抗競技会

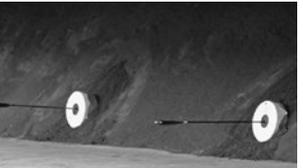
日時：平成30年9月2日(日) 於：松本市弓道場

- 団体近的**
- 優勝 飯伊支部 29中
  - 2位 木曾支部 28中
  - 3位 佐久支部 28中
  - 4位 諏訪支部 28中
  - 5位 中高支部 26中

- 団体遠的**
- 優勝 小諸支部 26中
  - 2位 上小支部 24中
  - 3位 佐久支部 23中
  - 4位 松本支部 22中
  - 5位 安曇支部 22中

- 個人近的**
- 優勝 牧内 和宏(飯伊支部)
  - 2位 岩原 祐貴(諏訪支部)
  - 3位 竹花 葵(上小支部)

- 個人遠的**
- 優勝 小田切祐典(小諸支部)
  - 2位 亀岡 英司(南佐久支部)
  - 3位 藤森千友貴(上小支部)



## 総合優秀支部 佐久支部

部活の時の後輩や、年齢や段位の近い会員が何人もいて、一緒に楽しく練習する事が出来ました。

入会したばかりの頃は、弓が引けるだけで満足していたのですが、先生や会員の方々に審査や大会に



て入会した会員も何人もいて、審査や大会の稽古と一緒にできる事を嬉しく思います。

仲間と弓を引ける事に感謝し、稽古に励んでいます。

今では初級教室で教える立場となり、教える事の難しさと、教えてもらう有り難さを知りました。初級教室をきっかけにし

事ができるのでは、と感じる事ができました。自分の射に一喜一憂しながら、先生や先輩会員に指導してもらい、なんとか進んでこれました。

私が飯山弓道会に入会したのは、飯山市弓道場が新築されてから数年後の時でした。高校で部活は弓道部だったので、その大きくて立派な道場を見て、「ここで弓を引けたら気持ちいいだろうな」と思い、二十六才の時に初級教室を経て入会しました。

出る事を勧められ、周りのみんなについていくつもりで、体配や射法射技の指導を受けました。

今想えば、その時に皆で一緒に練習ができる状態だったのが、道場に通り続けられた要因だと思います。自分が審査でダメだった時でも、同じ審査会で昇段する会員や、さらに上の段位に昇段する会員を身近にみていると、自分も頑張れば昇段する

### 弓仲間紹介

飯山支部 錬士五段 石田 真



# 長野県弓道遠的選手権大会 兼 第69回全日本遠的選手権大会 長野県予選会

期日：平成30年7月8日(日) 於：県営飯田弓道場

男子	女子
1位 蟹澤 史弥(上伊那)	1位 川村 綾美(諏訪)
2位 宮坂 博之(諏訪)	2位 竹花 葵(上小)
3位 小田切祐典(小諸)	3位 岩垂 暁子(松本)

## 全日本遠的選手権大会 長野県代表選手

男子	女子
宮坂 博之(諏訪支部)	岩垂 暁子(松本支部)
小田切祐典(小諸支部)	中村 美穂(諏訪支部)



### 私と弓道

諏訪支部 四段 中村 哲治

十年前のある秋の日、私はサイクリングの途中で、ふと下諏訪町弓道場に立ち寄りました。外から何うように稽古の様子を眺めていました。よほど熱心に見ていたのでしょうか。「上ってみませんか」とのお誘いに、弓道場に足を踏み入れました。弓道場に入るのは三十三年ぶりの事です。弱い弓を引かせていただきました。それらしい仕事は出来ても、弓に必要な筋力はすっかり衰えていて、体は震えて思うに任せません。こんなはずではなかったと感じながらも、免に角続けてみることにしました。その頃はリーマンショックの影響が色濃く残っていて、操業短縮やワークシェアなどあたり前に行なわれていました。仕事中心の生活の中で、少し自由時間が生まれたのです。その事が弓道を再び始めるきっかけになったのです。少しずつ中りが出始めると、さらに楽しくなって熱中しました。五年位すると、

自分の満足する射以外での的中は喜ばなくなっていました。放たれた矢の筈が一点となって見えながら、的に吸い込まれている様は、何とも言えぬ快感です。現在は五歩進んで六歩下がる状態で、なかなか思うにまかせません。道場周りは高い建物がないので、とても開放感があります。春の桜とツツジ、夏の木々や芝の緑、秋の高く蒼い空と流れる雲、冬は凜とした空気が、そして煌々と光る月光。四季を感じながらの射は大きな贅沢です。四年後に諏訪大社御射山奉射会が100回を迎えます。そこを一つの励みとして頑張りたいと思います。弓道から教わる沢山のことを、生活の中に活かしてこそ身に付いたということでしょう。その事を心掛けながら続けていくけたらと思う心境です。

自分の満足する射以外での的中は喜ばなくなっていました。放たれた矢の筈が一点となって見えながら、的に吸い込まれている様は、何とも言えぬ快感です。現在は五歩進んで六歩下がる状態で、なかなか思うにまかせません。道場周りは高い建物がないので、とても開放感があります。春の桜とツツジ、夏の木々や芝の緑、秋の高く蒼い空と流れる雲、冬は凜とした空気が、そして煌々と光る月光。四季を感じながらの射は大きな贅沢です。四年後に諏訪大社御射山奉射会が100回を迎えます。そこを一つの励みとして頑張りたいと思います。弓道から教わる沢山のことを、生活の中に活かしてこそ身に付いたということでしょう。その事を心掛けながら続けていくけたらと思う心境です。



# 北信越国体

日程:平成30年8月25・26日 於:新津地域学年弓道場

## 長野県勢三種別1位突破!! 少年女子 惜敗



	近的	遠的	総合	
成年男子(清水北登、小田切祐典、蟹澤史弥)	32中 1位	261点 1位	10点 1位	本国体出場
成年女子(竹花葵、馬場絢音、藤澤敏恵)	24中 1位	144点 2位	8点 1位	本国体出場
少年男子(蟹澤契太、籠田真輝、松木航也)	27中 1位	176点 1位	10点 1位	本国体出場
少年女子(竹内沙也加、吉岡愛珠、春原か乃)	26中 1位	125点 3位	7点 2位	

# 大会結果

### 第61回 松本市民体育大会春季弓道大会

○平成30年5月27日(日) 松本市弓道場  
 参加人数:高校146名、一般59名、合計205名  
 個人の部(8射)

- ▲高校
  - 1位 中村 真由(蠓ヶ崎女子B)
  - 2位 杉田 萌(縣陵女子A)
  - 3位 深澤 龍平(松商男子A)
  - 4位 中嶋 萌夏(美須々女子C)
  - 5位 中條 愛果(美須々女子B)
- ▲一般
  - 1位 掛川 恭吾(信州大学医学部B)
  - 2位 松崎 茜(信州大学A)
  - 3位 福井 智彦(信州大学D)
  - 4位 塩入 瑠偉(松商OB)
  - 5位 吉江 美佳(松本嬢)
- 団体の部(24射)
  - ▲高校
    - 1位 縣陵女子A(高見菜乃亜、杉田萌、若林志歩)
    - 2位 美須々女子C(中嶋萌夏、草間千奈、柏原朱里)
    - 3位 松商男子A(海野慧水、花岡優大、深澤龍平)

### 無相大師奉賛弓道大会

- 平成30年6月2日(土) 中野市弓道場  
 参加人数:一般38名  
 ▲一般の部(8射)
- 1位 赤芝 眞平(長野)
  - 2位 金原 正(佐久)
  - 3位 宮阪 和久(中高)
  - 4位 相澤 泰子(上越)
  - 5位 笠井 信夫(長野)

### 長野県総合体育大会弓道競技大会

○平成30年6月2日(土)・3日(日)  
 長野運動公園総合運動場弓道場  
 参加人数:高校510名  
 個人の部(12射)

- ▲高校男子
  - 1位 大前明日翔(飯田風越)
  - 2位 籠田 真輝(塩尻志学館)
  - 3位 吉澤 啓人(赤穂)
  - 4位 田中龍之介(穂高商業)
- ▲高校女子
  - 1位 澤田 楓(長野西)
  - 2位 木下 捺深(飯田女子)
  - 3位 遠藤菜々美(丸子修学館)
  - 4位 伊藤 百花(松本県ヶ丘)
- 団体の部
  - ▲高校男子
    - 1位 駒ヶ根工業(蟹澤契太、山田晴史、白鳥衛、小林征史、吉部住寿斗、松田涼平、酒井彰宏)
    - 2位 中野西
    - 3位 長野吉田
  - ▲高校女子
    - 1位 飯田女子(亀割萌、木下捺深、林雛奈、正木萌、近藤瑠美果、佐々木晴那、熊谷桃)
    - 2位 伊那西
    - 3位 長野日大

### 第58回 近県弓道大会兼西澤杯争奪弓道大会

○平成30年6月9日(土) 山ノ内弓道場  
 参加人数:一般42名  
 個人の部(8射)

- ▲個人の部(8射)
  - 1位 荷福 勝利(飯山)
  - 2位 高橋 妙子(飯山)
  - 3位 飯田 秀樹(飯山)
  - 4位 小田切直継(飯山)
  - 5位 小林 孝至(六日町弓道会)
- ▲敢闘賞 赤芝 眞平(長野)
- ▲銀賞 生田 憲克(長野)
- ▲銅賞 笠井 信夫(長野)
- ▲特別賞 高橋 妙子(飯山)

### 第65回 全信州弓道大会

○平成30年6月10日(日) 山ノ内弓道場  
 参加人数:高校160名、一般23名、合計183名  
 個人の部(6射)

- ▲高校男子
  - 1位 宮尾 智哉(長野日大)

### 長野県弓道近の選手権大会

○平成30年6月24日(日) 上田城跡公園弓道場  
 参加人数:一般99名  
 有段者の部

- ▲男子
  - 1位 藤森千友(上小)
  - 2位 保木野克海(長野)
  - 3位 佐藤 拓真(小諸)
  - 4位 岩村 拓生(飯伊)
  - 5位 岩原 祐真(諏訪)
- ▲女子
  - 1位 松島まゆみ(飯伊)
  - 2位 窪田 和恵(大北)
  - 3位 馬場 絢音(上伊那)
  - 4位 川村 綾美(諏訪)
  - 5位 横澤 志織(長野)
- ▲男子
  - 1位 龜岡 英司(南佐久)
  - 2位 市川 隆光(諏訪)
  - 3位 伊藤 公二(塩尻)
- ▲女子
  - 1位 牧野ふみ江(南佐久)

### 長野県弓道近の選手権大会

○平成30年6月24日(日) 上田城跡公園弓道場  
 参加人数:一般99名  
 有段者の部

- ▲男子
  - 1位 藤森千友(上小)
  - 2位 保木野克海(長野)
  - 3位 佐藤 拓真(小諸)
  - 4位 岩村 拓生(飯伊)
  - 5位 岩原 祐真(諏訪)
- ▲女子
  - 1位 松島まゆみ(飯伊)
  - 2位 窪田 和恵(大北)
  - 3位 馬場 絢音(上伊那)
  - 4位 川村 綾美(諏訪)
  - 5位 横澤 志織(長野)
- ▲男子
  - 1位 龜岡 英司(南佐久)
  - 2位 市川 隆光(諏訪)
  - 3位 伊藤 公二(塩尻)
- ▲女子
  - 1位 牧野ふみ江(南佐久)

2位 久保田智恵(長野)  
3位 村越 良美(長野)  
技能優秀者  
男子 佐藤 拓真(小諸)  
女子 馬場 絢音(上伊那)

**第61回 近県弓道上田大会(高校の部)**

○平成30年6月27日(日) 上田市城跡公園弓道場  
参加人数・男子105名、女子110名、合計222名  
個人(の部)8射)

▲男子  
1位 中村 翔瑠(小諸)  
2位 大田 雅久(上田東)  
3位 高畑 将也(佐久平総合技術)

▲女子  
1位 川内 紀歩(長野西)  
2位 伊藤 有乃(須坂)  
3位 藤澤 瑠菜(長野南)

**第73回 国民体育大会弓道競技 長野県最終選考会**

○平成30年6月30日(土)、7月1日(日) 県営飯田弓道場  
▲少年男子  
選手 籠田 真輝(塩尻志学館)  
選手 蟹澤 契太(駒ヶ根工業)  
選手 松木 航也(長野南)  
補欠 白木 立風(伊那弥生)

▲少年女子  
選手 竹内沙也加(長野)  
選手 吉岡 愛珠(長野日大)  
選手 春原 かの(長野吉田)  
補欠 伊藤 優菜(長野商業)

▲女子  
1位 長野西澤田楓、平井日向、吉池咲輝、川内紀歩、三ツ井佑月) 25中  
2位 須坂荒井絵里香、伊藤有乃、山田千佳、関聖、市村彩子) 22中  
3位 長野南(伊藤百音、藤澤瑠菜、緑川未涼、伊藤絢女、飯島成未) 19中

**長野県中学生弓道大会 兼 第15回 全国中学生弓道大会長野県予選会**

○平成30年6月30日(土) 塩尻市弓道場  
参加人数・男子21名、女子29名、合計50名  
個人(の部)12射)

▲男子  
1位 鈴木康士郎(長野日大) 7中  
2位 市川 颯汰(長野日大) 6中  
3位 石井 丈巳(長野日大) 5中

▲女子  
1位 峰村 桃子(長野日大) 7中  
2位 金井 飛奈(長野日大) 6中  
3位 宮尾くるみ(長野日大) 5中

▲団体の部(36射)  
1位 長野日大A(市川颯汰、石田湧信、中澤 貴太、石井丈巳) 11中  
2位 長野日大B(木戸岡優翔、宮澤悠太、鈴木康士郎) 10中  
3位 市立長野(高梨晃成、田中良磨、保谷大翔) 4中

▲女子  
1位 長野日大B(北村七海、金井飛奈、矢花 さや香、峰村桃子) 12中  
2位 長野日大A(田村美鈴、久保田日菜、宮尾くるみ、豊久瑠美) 11中  
3位 安曇野B(熊崎ゆい、増田采音、井藤 圭都、一志木乃花) 6中

○平成30年7月15日(日) 伊那市武道館弓道場  
参加人数・高校137名、一般70名、合計207名  
個人(の部)8射)

▲高校男子  
1位 大野 杏輔(諏訪双葉)  
2位 田中龍之介(穂高商業)  
3位 蟹澤 契太(駒ヶ根工業)

▲高校女子  
1位 關 和佳奈(穂高商業)  
2位 坂田 沙弥(伊那弥生ヶ丘)

▲成年男子  
選手 清水 北登(佐久)  
選手 蟹澤 史弥(上伊那)  
選手 小田切祐典(小諸)  
補欠 平澤 敏弘(飯伊)

▲成年女子  
選手 竹花 葵(上小)  
選手 藤澤 敏恵(長野)  
選手 馬場 絢音(上伊那)  
補欠 横澤 志織(長野)

**第54回 県下弓道伊那大会**

○平成30年7月15日(日) 伊那市武道館弓道場  
参加人数・高校137名、一般70名、合計207名  
個人(の部)8射)

▲高校男子  
1位 大野 杏輔(諏訪双葉)  
2位 田中龍之介(穂高商業)  
3位 蟹澤 契太(駒ヶ根工業)

▲高校女子  
1位 關 和佳奈(穂高商業)  
2位 坂田 沙弥(伊那弥生ヶ丘)

▲一般  
3位 伊藤夢佳子(赤穂) 6中  
1位 三田 克廣(駒ヶ根) 8中  
2位 岩原 祐貴(諏訪) 8中  
3位 佐藤美奈子(信州大学) 7中

▲団体の部  
1位 駒工A(蟹澤契太、山田晴史、岩部佳寿人) 8中  
2位 諏訪遠的協会(岩原祐貴、川村綾美、市川隆光) 7中  
3位 穂高商業A(竹之内勇志、關和佳奈、金子蒼太)

○平成30年7月29日(日) 上田城跡公園弓道場  
参加人数・69名  
個人(の部)8中)

▲個人(の部)8中)  
1位 金原 正 7中  
2位 藤沢 英輝 7中  
3位 岩垂 優一 7中

▲団体の部(24射)  
1位 信州大学B(宮木大輔、山口歩夢、大沼 知世) 16中  
2位 ポンポコみよた(渡邊研二郎、佐藤拓真、小田切祐典) 15中  
3位 信州大学A(菅七菜子、小山皓士、大月 颯真) 15中

○平成30年7月29日(日) 石川県小松市弓道場  
決勝男子  
3位 清水 北登  
4位 志村 仁

▲大会結果(代表)  
男子ブロック選出 清水 北登、志村 仁  
男子地連選出 大久保雅揮  
女子地連選出 久保田智恵

**第7回 北信越錬成大会**

○平成30年7月29日(日) 石川県小松市弓道場  
決勝男子  
3位 清水 北登  
4位 志村 仁

▲大会結果(代表)  
男子ブロック選出 清水 北登、志村 仁  
男子地連選出 大久保雅揮  
女子地連選出 久保田智恵

▲個人(の部)8射)  
1位 關 和佳奈(穂高商業B) 8中  
2位 田中龍之介(穂高商業D) 7中  
3位 穂高 伊吹(岡谷南A) 6中  
4位 赤津 光希(鯉ヶ崎B) 6中  
5位 溝口 真優(二葉D) 6中

○平成30年7月29日(日) 安曇野市豊科弓道場  
参加人数・高校153名、一般60名、合計213名  
個人(の部)8射)

▲高校  
1位 關 和佳奈(穂高商業B) 8中  
2位 田中龍之介(穂高商業D) 7中  
3位 穂高 伊吹(岡谷南A) 6中  
4位 赤津 光希(鯉ヶ崎B) 6中  
5位 溝口 真優(二葉D) 6中

▲一般  
1位 蟹津 史弥(無射四) 7中  
2位 岩村 拓生(無射四) 7中  
3位 馬場 絢音(赤穂) 7中  
4位 伊藤 公二(塩尻) 7中  
5位 牛越 和枝(安曇東山) 6中

▲高校  
1位 岡谷南C(高木優人、濱直樹、田中未來) 8中  
2位 穂高商業B(金子蒼太、林寛人、關和佳奈) 7中  
3位 二葉C(青柳朋佳、若林優奈、飯森夕菜) 7中

▲一般  
1位 善光寺(押見恭子、笠井信夫、荒井孝芳) 9中  
2位 無射四(岩村拓生、浜直樹、蟹津史弥) 8中  
3位 安曇桃山(北野如美、相原世津子、荒井 ゆき子) 8中

○平成30年8月2日(木)～5日(日) 個人戦は2日  
静岡県小笠山総合運動公園テニスパールナ特設弓道場  
参加人数・男子96名、女子96名、団体各48チーム  
男子個人戦  
7位入賞 大前明日翔(飯田風越)

○平成30年度 全国高等学校総合体育大会  
第63回 全国高等学校弓道大会

○平成30年8月5日(日) 飯田運動公園県営飯田弓道場  
参加人数・240名  
個人(の部)

▲高校男子  
1位 有泉 亮汰(甲府工業) 8中  
2位 塚本 公成(飯田OIDE) 7中  
3位 加藤 寛己(土岐商業) 7中

○平成30年8月5日(日) 飯田運動公園県営飯田弓道場  
参加人数・240名  
個人(の部)

▲高校男子  
1位 有泉 亮汰(甲府工業) 8中  
2位 塚本 公成(飯田OIDE) 7中  
3位 加藤 寛己(土岐商業) 7中

4位 徳高 伊吹(岡谷南)  
5位 高木 優人(岡谷南)  
▲高校女子  
1位 伊藤 光来(土岐商)  
2位 大場 空乃(赤穂)  
3位 唐澤 由佳(屋代)  
4位 上野 多恵(屋代)  
5位 御子 紫葉優(岡谷南)  
▲一般男子  
1位 小越 一寛(岐阜)  
2位 川島 陸人(諏訪)  
3位 福島 文雄(高森)  
4位 若尾 武宏(岐阜)  
5位 万田 真樹(恵那)

▲一般女子  
1位 田村 実愛(多治見)  
2位 亀谷 静江(上飯田)  
3位 藤澤 敏子(上郷)  
4位 北尾有佳里(土岐)  
5位 下田 広美(伊那)  
▲団体の部  
1位 岐阜A(小越一寛、堀琢磨、春日井陽介)  
2位 合同チーム飯田・飯田OIDE(近藤岳斗、塚平公成、新井雄大)  
3位 岐阜B(若尾武宏、安田浩祐、長島永治)

第15回 全国中学生弓道大会  
○平成30年8月19日(日) 中央道場  
▲個人(の部)(8射)  
6位 鈴木康士郎(長野日本大学)  
▲女子  
予選敗退  
予選通過 長野日本大学  
予選通過 決勝トーナメント ベスト16  
▲男子  
予選敗退  
予選通過 長野日本大学

第41回 御代田町弓道大会  
○平成30年8月19日(日) 御代田町弓道場  
参加人数・一般67名  
▲個人(の部)(12射)  
1位 林 義徳(木曾)  
2位 時岡 秀教(埼玉・宮代)  
3位 佐藤 拓真(小諸)  
4位 関 正幸(松本)

第33回 北信地区高校弓道大会  
○平成30年8月26日(日) 長野運動公園弓道場  
参加人数・男子194名、女子235名、合計429名  
▲個人(の部)(8射)  
▲男子  
1位 岡田 飛来(長野吉田)  
2位 青柳 星哉(長野西)  
3位 佐久間康平(長野工業)  
4位 高木 渉(文化学園長野)  
5位 間藤 恵志(長野高専)  
▲女子  
1位 伊藤 絢乃(須坂)  
2位 山口 珠那(屋代)  
3位 唐澤 由佳(屋代)  
4位 重藤 月奈(屋代)  
5位 富井 美空(飯山)

▲男子  
1位 小山 義弘(佐久)  
2位 混合A(時岡秀教、西山修、林義徳、荒井孝芳、笠井信太)  
3位 チーム松佐久(白井昌美、関正幸、百瀬稔、持田武二、金原正)  
4位 佐久コーク(桜井圭、工藤美幸、小山義弘、大井幸幸、黒岩恵)

▲男子  
1位 長野吉田C(土倉隆星、多田陸、本山琉月)  
2位 文化学園長野C(高木渉、北村駿介、徳高尚紀)  
3位 長野工業A(佐久間康平、徳竹晟、春原颯人)  
4位 長野高専(間藤恵志、若林大聖、安井雅治)  
5位 長野西C(渡邊雅也、岡本祥之介、関取尚哉)  
▲女子  
1位 屋代C(高野雅子、唐澤由佳、小林美菜子)  
2位 長野日本大学C(小林由季、堀川紗椰、中嶋響希)  
3位 中野西C(羽入田愛華、磯邊瑠菜、小橋真夏)  
4位 屋代A(山口瑛那、下田千倅、上野多恵)  
5位 須坂A(山田千佳、茂手木結彩、小林由愛)

▲男子  
1位 岡田 飛来(長野吉田)  
2位 青柳 星哉(長野西)  
3位 佐久間康平(長野工業)  
4位 高木 渉(文化学園長野)  
5位 間藤 恵志(長野高専)  
▲女子  
1位 伊藤 絢乃(須坂)  
2位 山口 珠那(屋代)  
3位 唐澤 由佳(屋代)  
4位 重藤 月奈(屋代)  
5位 富井 美空(飯山)

お詫び  
第66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 昇段昇格者  
「東海地区」臨時中央審査会  
誤「内田幸三(上小支部)」  
正「内山幸三(上小支部)」

昇段昇格者

「北信越地区」臨時中央審査会  
▽錬士の部平成30年6月10日  
川俣 亜矢(長野支部)

「仙台」定期中央審査会  
▽教士の部平成30年7月6日  
亀岡 英司(南佐久支部)

訃報のお知らせ(敬称略)  
長野県弓道連盟 飯伊支部  
四段 瀧沢 善治(74歳)  
平成30年7月21日(土) 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。

前回「礼記射義」について書きましたので、今回は「射法訓」について一言。射法訓を遺した吉見台右衛門は紀州竹林派の弓道の達人で、吉見台右衛門経武と称し、晩年は京都で僧門に入って順正と号したそうです。あの三十三間堂通し矢で大記録を作った和佐大八郎の師匠にあたります。ゆがけの親指に角を入れる様に工夫したのもこの人だと言われています。  
宇野要三郎先生の解説が教本にありますので皆さんご存知かと思いますが。前半は解りやすいですね。(出来るかは別物ですが)ところが途中からいきなり難解になります。そうです「書に曰く…」、書って何?。「鉄石相剋して…」ムムム?。「金体白色…」は??。  
一般にこの書とは「竹林流 四巻の書(ちくりんりゅう・しかんのしょ)」と呼ばれるものだそうです。「四巻の書 弓道の原点」と言う本は弓具店でも販売されているので持っている方も居られると思いますが、解説を読んでも私などには難しく理解できない部分が多いように思います。離れにも中りに段階と言うか格がある様なのですか?  
講習会の開講式で当たり前のように唱和する「礼記射義」と「射法訓」。内容も大切ですが、どんな気持ちで、心構えて唱えるか、こちらはもっと大切な事ではないでしょうか。  
安曇支部 荒川 保