

弓道ながの

第94号

発行：長野県弓道連盟
会長 松島貞治
〒399-1801
下伊那郡泰阜村4139
TEL0260(26)2628
編集：県連弓道連盟
印刷：県成進社

巻頭言

卯の花の咲く頃

長野県弓道連盟副会長 宮坂博之



少し前に土川先生の思い出を書きながら、私の弓道人生を振り返りました。人にはそれぞれ、の弓道人生があります。これから長い弓の道を歩く方々に何かしら参考にでもなればと思いい書くこととします。

高校から弓を始めて五十五年の年月が流れています。その頃の恩師濱與助先生は、「弓一筋に四十年」と範士になられた時の挨拶の冒頭でおっしゃいました。濱先生は四十年で範士になりました。本当に弓一筋の道だったと思います。私は参段でした。ちょうど今頃の卯の花が咲く頃、初夏の頃でした。先生はこうも

言っていました。「弓を置いてはいけな
いよ。死ぬ前に一度でも引けば休んでい
たことになる。引かなければ止めたこと
になる」と五段になった時に言われまし
た。そこからちょうど十年、私は弓から
離れた。引けなかった時期でした。
もう少しで止めてしまうことになること
ろでした。長い道のりです。色んな事が
起こりましたが今に至っています。

錬士になった時には山川先生に「弓は
人に教わらないと上手くはならないよ。
勝手に当てるのは遊んでいるだけ
だ」と。教士になってしばらくした頃に
宮澤先生に「称号というのは、その段の
中から称号者になれるだろう人を探して
いるんだから、早くそうならなきゃ」と
言われて、教士になったと意気揚々とし
ていましたが、そうかまだ教士じゃない

のかとてもショックでした。そんな頃
全日本選手権に参加できる機会があり、
県弓連のトップセミナーの中で、ほんの
些細なことでしたが射位で立つ時に手を
筈に添えただけで立ってしまいました。
その時「誰か見ているも見えていなくて
一つずつチャンとやらなきゃダメだ」と

土川先生に言われました。手を抜いた訳
ではありませんでしたが、まだ本番では
ないといういい加減な気持ちだったと思
います。他にも色んな先生に色んな事を
教えていただきました。何気ない会話の
中に、講習会の中に「そうだったのか！」
と色んなことを教えていただきました。
私の弓はそんな先生達の温かい教えで作
られました。そうは言っても会話を全て
覚えている訳ではありません。しかし、
心に残る瞬間があります。その段、その
称号の時に教えられ

たことや、言われた
ことが心にスツと
入ってくる瞬間があ
ります。心を開いて
先生の言葉や動作所
作を受け入れられる
柔らかい気持ちが無
ければ、心に響くこ
とは無かったと思
います。

弓は、弓に謙虚で

なければいけないと思っています。先日、
全日本選手権長野県予選がありました。
県下の主立った人達に参加していたと思
います。私は採点委員として参加させて
いただきましたが、一人として弓に謙虚
な射はありませんでした。

一昨年から松島会長にお願ひし、県下
の先生達にご協力をいただき、講習会を
行っています。遠くから毎回参加してい
ただく方がいます。大勢の人達に参加
していただき「勉強したい」という熱意
に押され気味ですが、私達講師の言葉や
想い「射行」が参加される皆さんの心に
届き、いずれ花開きそれが後進へ繋がっ
ていくことができれば嬉しいことです。
道を踏み外すことなく一歩ずつ、そして
確実に歩いていただきたいと思ひます。
卯の花が咲き「夏は来ぬ」となりました。





全日本弓道大会優勝!

第七十六回 全日本弓道大会を振り返って

須高支部 五段 藤澤 敏恵

この度、全日本弓道大会、有段者の部において優勝することができうれしく思います。

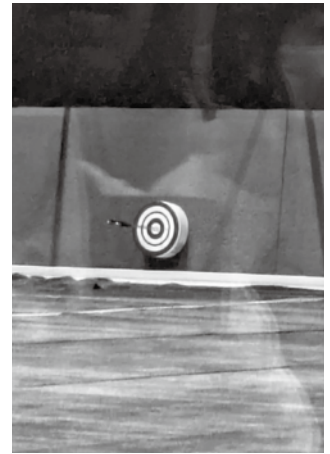
思い起こせば三年前の冬、北信地方の某温泉旅館にある道場に有志が集まり、そこでの稽古中、「京都大会に行く予定だった〇〇先生が行けなくなっ

て、1部屋空いてるんだよな。京都はいいぞ」と独り言のようにつぶやいたN先生の一言がきっかけでこの大会に参加するようになり、今年で4回目になりました。ここ数年ゴールデンウィークは弓仲間と五月一日に大阪で行われる「住吉大社遠の大会」、その翌日は京都での「全日本弓道大会」に参加する事が恒例になり、毎年楽しみな大会でもあります。

大会当日、京都は朝から雨降り、前日の住



吉大社遠の大会が全く振るわなかったせいか、気分が乗らないまま会場に入り招集を待ちました。自分の番号が呼ばれ招集場所に行くと、「え? 大前なの!」と、立ち順を気にしていなかった事に気が付き変な緊張が始まり、追い打ちをかけるように第二控えで「入場は何歩で入りますか?」と同じ立ち場の方に聞かれても答えられず、前射場の大前の方に教えてもらい、そしてまた緊張が増してしまいました。きっと



同じ立ちの人達は頼りない大前だと思っただ事でしょう...

控えで変な緊張をしている自分をどうやって落ち着かせようか?? 思い出したのが「丹田を意識した腹式呼吸」でした。国スポ強化でお世話になっていたメンタルトレーナー加藤先生の言葉で、緊張した時の表現として「あがっている」「地に足がつかない」などあり、その言葉の通り緊張しているときは意識が上上がっている状態で、それと比較して集中して実力が発揮できる状態は「落ち着いている」「地に足がついている」など、意識が下にあるそうです。

第一控え、射場に入場してからも意識を下に持っていくために腹式呼吸を繰り返し、自分を落ち着かせ集中して弓を引くことができました。気が付くと女性三人で射詰めをし、優勝が決まりました。最後の一本、的中した瞬間「中っちゃった...」と心の中でつぶやいていました。決定的中させようと

引いた一本ではなく、集中して引いた結果の一本でその心の声だったと思います。あの場面で八寸三本目が的中したこと、優勝できたことに本当に驚きました。最後は、「丹田を意識した腹式呼吸」のおかげだと思っています。最後に今回優勝という結果を残せたのは、地元弓道会の皆さんをはじめ、指導してくださった先生方、各地の弓友の皆さん、そしてゴールデンウィークに快く?大阪、京都に送り出されて、日々支えてくれる家族のお陰と感謝しております。これからも自分らしく精進してまいりますので、ご指導ご鞭撻のほどよろしくお願いいたします。





第74回 住吉大社全国弓道大会優勝!

上伊那支部 五段 蟹澤 契太

このたび、住吉大社全国弓道大会において団体優勝という素晴らしい結果を収めることができ、大変うれしく思います。私にとってこの大会は三度目の挑戦で、過去二回は悔しい思いをしてきました。だからこそ、今回は「絶対に頑張るぞ」という強い気持ちで臨みました。

大会当日は緊張に包まれながらも、「これまでの練習を信じてやれば大丈夫」と自分に言い聞かせて本番に臨みました。しかし、いざ始まると怖くなり、練習で意識していたことが頭から抜けてしまいました。一本目は自分でもどう引いたのか分からないまま離れてしまいました。矢は的確の芯付近にまっすぐ飛んでいきました。その瞬間、「いけるかもしれない」と思い、二本目からは何も考えず、大きく引いてまっすぐ飛ばすことだけに集中しました。結果として、三人共皆申し大会唯一の12射皆中を達

成することができました。

この経験を通して、弓は考えすぎず、心を落ち着けて自然体で臨むことの大切さを学びました。そして、一緒に参加してくれた兄の史弥、小山さん、本当にありがとうございました。二人のおかげでつかんだ優勝です。心から感謝しています。



上伊那支部 錬士五段 蟹澤 史弥

住吉大社で行われた弓道の全国大会において、団体戦で優勝し、さらに12射皆中という素晴らしい成果を収めることができました。今回限りの特別な編成で臨んだこのチームは、それぞれが別々の環境で鍛錬を積み、初めて顔を合わせてすぐ本番を迎えるという状況でした。互いの実力と精神力を信じ合い、限られた時間の中で心を一つにして集中して試合に臨みました。本番では緊張感の中にも落ち着きを保ち、全員が自分の射を貫き、12本すべてを的中させることができました。この優勝は、仲間との信頼とこれまでの積み重ねが結実した結果であり、一生の誇りとなる経験です。支えてくださった皆さまに、心より感謝申し上げます。



須高支部 五段 小山謙太郎

今回、初めて住吉大社全国弓道大会に参加しました。国体出場経験のある蟹澤契太さん、史弥さんと同じ立ということで、負けたら自分のせいだなどと考えつつ、外したらごめんねと思いつながらの大会でした。

一本目は〇〇と続き、流石だなと思いつながら引いたところ中り、二本目も〇〇と続き、前立の鳥取県のチームも皆中で緊張しているのを見て、自分はかなり緊張して少し緩んだ気もしましたが中りました。三本目も当然のように大前と中が的中して、自分としてはヤバイなあと思いつつ何とか的中しました。四本目も的中で続いてきたので、外したら一緒に来た方々から茶化されると思い緊張しながら引いたところ、これも何とか的中しました。一緒に参加した方々が応援してくれて非常に嬉しく思いました。その結果、12射皆中は一立のみとなり優勝することができました。

普段では味わえない緊張感があり、良い経験になりました。この経験を活かして今後の修練を行っていきたいと思います。



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



名古屋定期中央審査を終えて

安曇支部 教士六段 荒川 保



本年二月十二日、名古屋定期中央審査会において教士の称号を拝受することができました。

これも偏にご指導くださった先生方、弓友、そして家族に感謝するほかありません。

私が弓道を始めたのは高校に入学してからです。特に興味があつた訳ではありません。中学時代から仲の良かった友人と一緒に弓道部に入ろうと誘ってくれたからです。その友達は一ヶ月もしないうちに辞めて野球部に……ひどい奴です。まあ、しょうがないかと三年間弓道部にお世話になりました。

卒業してからは弓道から離れ、再開しようと思ったときにはすでに十年ほどが経っていました。

その後は審査会や講習会、大会等で多くの人と出会い、楽しい時間を共有し、刺激をもらいながら今に至っています。



教士の審査を受け始めたころは朝いちで終わってしまい、結果を見るまでもなく東京や名古屋の街をぶらぶらとしたものでした。コロナ禍から審査の受付時間が指定され最近はお昼頃に……。楽にはなりませんが、「ついに後半になったか！」って感じでした。今回の一次審査は長野県の弓友が同じ立ちにいてくれたおかげで案外落ち着いていられました。たまたま東りはしましたが相変わらず会は短く発表まではドキドキしていました。

二次審査では、今までの通過者を数えて私の後ろに二名、残りの受付チームが七立ちあるので通過者が一人でもいれば三人立の中だと安心、「何とかなるな」と思っていたらまさかの「該当者なし」。

二人での一ツ的となつてしまい、神奈川の先生と「二人一ツ的はお稽古していますか?」「あまりやったことがないね」「本座に下がって、次いつ立つたっけ?」「こんな感じでした。それでも本座だけはしっかり決めましょうと相談し、肌入れの時にピツタリ並べたのは気持ちよかったです。内容はボロボロでした。

これではダメだと諦め、それでも東

京の特別には行けると考えながら着替えようかと思つていたところ張り出された候補者の中に番号が。神様も時々はお褒美をくれるものだと嬉しさが心に染みしました。

教士という称号の扉を開いていた。いた今、それにふさわしい弓人となれるようにまだまだ足りないものが沢山あります。これからは先生や弓友にお世話になりながら修練を重ねていきたいと思ひます。

ただ、恒例になつていた安曇支部講習会に毎年のようにお呼びしていた土川先生に直接報告できなかったのがとても残念でなりません。自分のふがいなさを唯々反省するばかりです。

まだまだ未熟ではありますが、今までご指導いただいた先生方の下へ少しでも近づくことを恩返しとし、私が頂戴したものを次に受け渡すことを使命としてさらに精進・稽古を重ねる弓道発展のため、微力ながら力を尽くしていきたいと思つております。

皆様、今後とも変わらぬご指導ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。

面接の最後に聞かれました。「弓道はたのしいですか?」と
さて、皆さんは何と答えますか?

新任役員挨拶



東信地区副会長
押金 孝

ご挨拶

この度、東信地区担当副会長に就任しました。浅学非才な自分が就任するとは、東信地区の人材不足もいよいよ深刻な状況と言わざるを得ないでしょう、とは言え選んでいただいたからには一所懸命任務遂行にあたる所存です。よろしくお願いたします。

自分が弓道と初めて接点を持ったのは昔勤務していた会社に式段の方がいて上田市営弓道場(当時の名称)に連れて行ってくださったのがきっかけでした。それまで高校時代からやってきた卓球に限界を感じ、何か全く違う事をやってみたいと話をしたところ弓道はどうか?と誘っていただき、自分自身落ち着きがないと思っていたので良いかもと思ってお願したのが昭和六十三年の事。翌年の平成元年上田市弓道教

室に入りました。その当時東御市(旧東部町)にはまだ弓道会はありませんでした。

この年は転職、消防団部長にもなり、多忙な年でしたが弓道教室は楽しくほぼ出席していました。その後あつという間の三十七年でした。その間県内外大勢の先生方にお世話になり親しく交流していたことは何事にも代え難い財産です。地元長野県弓道連盟の先生方に感謝しつつ次世代弓士への恩送りに微力ながらお役に立てたらと思っています。以前審査部員四年、審査部長八年三ヶ月経験させていただきました。審査部へのご協力も併せてよろしくお願いたします。

令和十年には第八十二回国民スポーツ大会(信州やまなみ国スポ)が開催されます。

開催県として準備期間のお役に立てたらと思っています。歴代副会長の先生方のようにはできないかと思いますが、よろしくお願いたします。



北信地区副会長
永藤 聡

副会長を拝命して

この度、副会長を仰せつかりました永藤聡です。微力ではありますが、精一杯職務を果たす所存です。

私は長い間、強化部に携わらせていただきました。外菌先生が強化部長の時に強化部員とさせていただき十四年、そして外菌先生が会長の時に強化部長を仰せつかり十年。今考えると、なにか外菌先生に行く道を与えられたような気がします。大変でしたがやりがいのある楽しい二十四年でした。

今回も強化部担当の副会長です。で、長野県弓道連盟のために行う仕事としては、やはり三年後に迫った長野国スポの開催に向けた業務を真っ先に考えてしまいます。強化部員や強化部長をさせていただいた時、

一番気を使ったのが選手目線ということでした。強化練習はもちろん大会においても、選手の立場にたつての運営が大事だと考えています。昨今の国スポでは、練習会場がないので近くの弓道場をいかにおさえるかということに苦労する、ということもさることながら、選手より大会役員の駐車場の方が近いなど、現場を通して感じた不具合や不備をご指摘できればと思います。また、練習が遅くなるため宿の食事ができないのでキャンセルしようとしてもできないとか、不平不満を言い出すときりがありませんか。いや、良いところもたくさんありました。えく弁当が昔より大分美味しくなっております。ほかは、またその都度思い出しませんが、そういう良いところも述べていただければ幸いです。

そしてどの県からも長野国スポが素晴らしい国スポであったといわれるように、またその国スポで長野県選手が大活躍してくれるように念じてやみません。

真っ先に国スポ関係の業務を上げましたが、講習会や審査会など行う仕事は満積しております。不慣れではありますが皆様のご協力を仰いで職務を全うしたいと考えております。よろしくお願いたします。



中信地区副会長
小越 剛

新任役員のご挨拶

前松本支部長の小越剛です。県弓連副会長は北信、東信、中信、南信の四地区に一名ずつおりますが、私は二期務められた山田雅亮中信地区副会長の後任となりました。荷が重いのですが、みなさまのご協力をいただいで進めていこうと思います。

昨年末、寝耳に水でしたが山田先生より「諸事が多忙になるので副会長を退任したい。後任はどうか」と打診され悩みました。まずは師事する百瀬先生に相談し、引き受けることにしました。一皮剥けないとダメだと思っていた自分に必要な機会かも知れません。

さて、私と弓道の縁は新潟の長岡高校弓道部から始まりました。当時は範士がどれ程高く遠い存在なのかよく分からず、五十嵐四郎範士八段(外部コーチ)の射をいつも間近に見ていました。「私もこう引く」と素直に思っていました(笑)。

松本支部では支部事務局として支

部長三代に任せ、その後支部長を四期八年務めました。県連行事裏方の実務経験を活かして、中信地区の審査、大会への責任を果たし、来る国スポに貢献していきたいとも思っています。折しも今年は「ねんりんピック」を大町弓道場で実施します。大北支部を核として近隣の支部で支えますが、大会に向けて動き始めたところです。

中信地区はかつて全国に名を馳せた先生がひしめき、長野県をリードしていたと聞きます。その頃と昨今を比べて期待もお聞きし、自分なりに考えてみますが、川の流れも自然と移りゆくものだろうと思います。会員の指向は健康のためなどから全国大会出場や極意を目指すまでかなりの幅がありますが、個々に尊重されるべきであると思います。

私自身が「弓を引くのが楽しい」という気持ちと絶やさないように肩の力を抜いて、みんなが良くなるように考えていけたらと思います。よろしく願います。



私と弓道

長野運動公園弓道クラブ 小池眞利子

弓道歴二年、四月に行われた審査会で初段合格をいただいたばかりの初心者です。日々、運動公園弓道クラブの先生方・先輩に温かくご指導いただき稽古に励んでいます。

私は、退職後七十代突入を前に、新聞で弓道初心者教室の案内を見つけました。人生終盤の目標を探していた時だったので、矢を射る美しい姿や的中する清々しさに憧れ、高齢を顧みず思い切って挑戦してみることにしました。

教室では講師の先生方から礼法や射法の基本を丁寧にご指導いただき、弓道の奥深い道なりに一歩踏み出したように感じました。特に、的を射る実技とのみ思っていた私にとって、道場への入場から退場までの「体配」が重要であることに驚きました。一



つ一つの動きが必然で無駄がなく、型から入って心と体を安定させていく自己鍛錬の道であることを学びました。

クラブに入会させていただいてからは、道場で出会う先生方や先輩の皆様との立ち居振る舞い、美しく力強い射の姿に感銘を受けています。また、いつも温かな励ましのお声が

けをいただき、高齢になっても始められ続けられる弓道に出会って本当によかったと思っています。

引き初めの頃は内出血するほど右腕に力が入っていましたが、ようやく体全体で引くことができるようになってきました。自分の体の各部位をこんなに意識することはこれまでありませんでした。基本体を繰り返して稽古し、少しずつ心と体を整えていくことができたと願っているところです。

今後ともご指導の程、よろしくお願いたします。

弓仲間紹介

弓道体験教室

木曽支部 小畑 睦美

木祖源流館は、塩尻市のお隣、木曾郡木祖村にあります。村の社会体育館に隣接している道場は、六人立ちの大変立派な道場で、木曾支部主催の大会もこちらで開催しております。

現在、村の部員は連盟に加入されていない方も含め、十名ほどおりますが、全員が揃って練習するということはなかなかありません。また、木曾支部も総勢二十六名と県で一、二を争う小さな支部ですし、地元の高校でも弓道部に入部する生徒さんが少なくなってきたようです。

せっかく立派な道場があるのに、少人数で使用するだけなのは大変もったいない。もっと弓道のことを知ってもらいたいということ、昨年、一般向けの弓道教室を開催しました。初心者や高校以来の方など四名の申込みがありました。最初は



おっかなびっくりで弓矢に触らされた生徒さんたちでしたが、皆さん一生懸命練習され、最終日は的前に立てるようになりました。その時、私も人に教える難しさを勉強しました。自分では理解しているようなことも、人に言葉として理解してもらえないように伝えることの大変さを実感し、同時に支部の先輩方の伝え方の上手さを改めて感じました。今年も五月より開催し、三名が参加しています。

また、地元中学校の体験学習の一環として、弓道体験を行っています。中学生はとて元気がよく、楽しそうに体験してくれます。今の中学生は初めて弓を射る時も「離れ」の時に怖がらず思い切りできていて、度胸があると驚きます。この体験がきっかけで高校の弓道部に所属したという生徒さんはまだおりませんが、よいきっかけになってくれればと思います。

昨年、土川先生がお亡くなりになり、支部もさみしくなりましたが、少しでも仲間が増えるように努力していきたいです。

大会結果

第49回飯伊地区高等学校弓道大会

令和7年3月8日(土) 飯田運動公園弓道場
参加人数：高校134名

個人の部

男子

- 1位 林 拓翔(飯田風越)
- 2位 寺澤 遼佑(飯田風越)
- 3位 大原 由熙(飯田風越)
- 4位 川上 貴史(阿智)
- 5位 関島 橙哉(下伊那農業)

女子

- 1位 平沢かりん(下伊那農業)
- 2位 仲平 凜(飯田)
- 3位 鈴木 里音(飯田)
- 4位 熊谷 果歩(飯田OIDE長姫)
- 5位 石橋由希菜(飯田)

団体の部

男子

- 1位 飯田B(村澤和歩、長沼楓真、河井彩人、岩本蒼生、奥田純平)
- 2位 飯田A(市瀬理玖、鈴木理央、宮嶋海、田中凜咲、吉沢航希)
- 3位 飯田風越B(寺澤隼人、小林駿、原彰吾、今村晟南、林拓翔)

女子

- 1位 飯田A(加藤美空、今村柚香、海部美羽、福田真帆、石橋由希菜)
- 2位 飯田C(鈴木里音、松本静空、松澤夏季、今村侑月、米山ひとみ)
- 3位 飯田B(仲平凜、鎌倉杏朱、近藤泉、菅沼心音、宮澤奈緒)

塩尻市弓道大会

令和7年3月16日(日) 塩尻市弓道場
参加人数：高校25名、一般41名、合計66名

個人の部(8射)

高校

- 1位 池田 康貴(穂高商業) 7中
- 2位 宮下 竜星(頭張れ都市大) 6中
- 3位 太田 悠斗(勝つぜ都市大) 6中

一般

- 1位 蟹澤 史弥(流離 式) 8中
- 2位 黒岩 宥人(NHK弓道局) 7中
- 3位 保科 良介(流離 式) 7中
- 4位 中島 冬萌(NHK弓道局) 7中
- 5位 藤沢 敏恵(万里一空) 7中

団体の部(24射)

高校・一般

- 1位 流離 式(蟹澤契太、蟹澤史弥、保科良介) 11中
- 2位 NHK弓道局(中島冬萌、星野拓翔、黒岩宥人) 9中
- 3位 万里一空(藤沢敏恵、岩村綾、岩村拓生) 9中

穂高神社奉射祭奉納県下弓道大会

令和7年3月17日(月) 穂高神社南神苑弓道場
参加人数：高校86名、一般86名、合計172名

団体の部(24射)

高校

- 1位 塩尻志学館A(峯村侑花、降旗心愛、今井一花) 16中
- 2位 松本蟻ヶ崎A(蒲生雛子、降旗咲、松本真麻) 14中
- 3位 諏訪二葉B(齋藤維吹、矢島雄大、吉村吟) 13中

一般

- 1位 白田・丸子混成(小野澤香苗、牧野ふみ江、藤澤英輝) 16中
- 2位 佐久丸持田武二(土屋正夫、遠藤広二) 16中
- 3位 池田A(渡辺敏夫、酒井大貴、船田徹) 15中

令和7年度 長野県勤労者弓道選手権大会
兼第72回全日本勤労者弓道選手権大会
長野県予選会

○令和7年3月30日(日) 駒ヶ根市弓道場
参加人数…一般39名

■個人の部

- 1位 松井 幸彦(ゴールドバック)
- 2位 西澤 徹(富士電機)
- 3位 松村 和重(南信教員)

■技能優秀賞

高末 康恵(JA長野厚生連A)

■団体の部(24射)

▲一般

1位 南信教員(松村和重、常盤浩、酒井紳一)

2位 ゴールドバック(井堀希唯、本山耕一郎、松井幸彦)

3位 セイコーエプソンA(伊藤公二、増澤徹二、小林恒太)

■第72回全日本勤労者弓道選手権大会

長野県代表チーム

1位 南信教員

2位 ゴールドバック

令和7年第79回国民スポーツ大会
わたSHIGA輝く国スポ2025
弓道競技長野県二次選考会

○令和7年4月5日(土)・6日(日)

須坂市弓道場・松本市弓道場

参加人数…少年男子44名、少年女子47名、
成年男子14名、成年女子12名

▲少年男子(12名)

- 夷 史玖 丸山 志文 舍川 立空
- 夷 遼真 松永 侑樹 寺島 弘晃
- 鷺尾 陸 山崎 琉生 堀内 悠史
- 三嶋 健渡 渡辺 浩太 林 拓翔

▲少年女子(14名)

- 齊藤 真緒 清水 沙樹 村上 二胡
- 棚橋 柚月 南山 里菜 小林 蒼園
- 神田 和奏 高塚 真羽 熊谷かなで
- 降旗 心愛 峯村 侑花 藤田 結菜
- 松島 優 赤羽音慧月

▲成年男子(9名)

- 小田切祐典 黒岩 宥人 黒澤 悠樹
- 藤森千友貴 保科 良介 星野 拓翔
- 蟹澤 契太 蟹澤 史弥 岩村 拓生
- ▲成年女子(9名)
- 小田切奈々 中島 冬萌 藤澤 敏恵
- 小島 弓佳 井堀 希唯 村田枝美佳
- 平澤絵里子 岩村 綾 山本 優

弓道須坂大会(一般の部)

○令和7年4月20日(日) 須坂市弓道場

参加人数…一般73名

■個人の部(8射)

▲速的

- 1位 清水 北登 7中
- 2位 小山謙太郎 7中
- 3位 赤石 清志 6中
- 4位 吉川 剛 6中
- 5位 長井 敦史 5中

▲近的

- 1位 松井 幸彦(混合B) 7中
- 2位 清水 北登(須坂C) 6中
- 3位 猪原 誠二(上小中高連合) 6中
- 4位 谷 敏子(長野弓道会) 6中
- 5位 綾部 辰宣(飯山) 6中

■団体の部(24射)

▲近的

- 1位 満開(大塚章平、平瀬修子、窪田和恵) 15中
- 2位 飯山(石田真、綾部辰宣、小林綾) 14中
- 3位 猛暑地(吉川剛、長井敦史、赤石清志) 14中

第31回県下弓道駒ヶ根大会

○令和7年4月20日(日) 駒ヶ根市弓道場

参加人数…高校69名、一般36名、合計105名

■個人の部(8射)

▲高校

- 1位 奥田 健太(弥生A) 6中
- 2位 唐沢 凜(弥生B) 5中
- 3位 林 蒼依(岡谷工業C) 5中
- 4位 川端 雅仁(弥生C) 5中
- 5位 中村ユウスケ(諏訪二葉C) 5中

▲一般

- 1位 竹村 茂明(駒ヶ根A) 6中
- 2位 酒井 紳一(伊那A) 6中
- 3位 萩原 秀紀(伊那A) 5中
- 4位 小澤 剛志(駒ヶ根D) 5中
- 5位 馬場 努(東伊那) 5中

■団体の部(24射)

▲一般

- 1位 赤穂A(伯耆原菊音、青木心菜、大場詩月)
- 2位 伊那A(萩原秀紀、松本隆伸、酒井紳一)
- 3位 駒ヶ根A(竹村茂明、都筑勝、鈴木清重)

第76回全日本男子弓道選手権大会ならびに
第58回全日本女子弓道選手権大会
長野県予選会

○令和7年4月27日(日) 松本市弓道場

参加人数…男子30名、女子22名

■北信越錬成大会県代表

▲男子の部

- 村田 聡 奥山 雄三 伊藤 公二
- 清水 北登 藤澤 英輝

▲女子の部

- 中村 美穂 松井 邦江 松嶋 孝子
- 吉江 美佳 久保田智恵

第17回光前寺奉納弓道大会

○令和7年4月29日(火・祝) 駒ヶ根市弓道場

参加人数…一般33名

■個人の部(12射)

▲一般

- 1位 内山 寿美 9中
- 2位 宮澤 公利 9中
- 3位 杉山 滋志 8中

第83回 長野県護国神社大祭奉納県下弓道大会

○令和7年4月29日(火・祝)

長野県護国神社弓道場

参加人数…高校101名、一般94名、合計195名

■個人の部(8射)

▲高校

- 1位 友原 瑞希(縣陵B) 8中
- 2位 矢島 想大(諏訪二葉A) 7中
- 3位 柳原 大輝(松本蟻ヶ崎A) 7中
- 4位 北原 駿斗(箕輪進修男子A) 6中
- 5位 片桐 思凜(松商学園C女子) 6中

▲一般

- 1位 黒岩 有人(上田城) 8中
- 2位 廣瀬 未琴(信州大学A) 8中
- 3位 保科 良介(混成) 6中
- 4位 矢島 美穂(弓かおる) 6中
- 5位 吉江 美佳(松本嬢) 6中

■団体の部(24射)

▲高校

- 1位 縣陵B(真野結奈、友原瑞希、田中日菜実) 18中
- 2位 諏訪二葉A(吉村吟、矢島雄大、矢島想大) 17中
- 3位 縣陵A(鈴木里奈、土屋香瑛、横澤咲蘭) 13中

▲一般

- 1位 上田城小島弓佳、黒澤悠樹、黒岩宥人 17中
- 2位 松本嬢(松嶋孝子、丸山淳子、吉江美佳) 15中

3位 某E社(小林恒太、町田真由美、濱島伸太郎) 14中

第74回 住吉大社全国弓道大会

○令和7年5月1日(木) 住吉大社特設射場
 参加人数…一般72名

■遠的団体の部

▲男子
 1位 長野県(蟹澤契太、蟹澤史弥、小山謙太郎)
 3位 長野県(岩村拓生、相楽倫男、永藤聡)

■遠的個人の部

▲男子
 4位 蟹澤 契太
 7位 小山謙太郎
 10位 小島 弓佳

第51回 佐久鯉まつり弓道大会

○令和7年5月5日(月・祝) 駒場公園弓道場
 参加人数…高校81名、一般102名、合計183名

■個人の部(8射)

▲一般
 1位 蟹澤契太(上伊那)
 2位 蟹澤史弥(上伊那)
 3位 岩原祐貴(諏訪)
 4位 小山義弘(佐久)
 5位 岩村拓生(飯伊)

■団体の部(40射)

▲高校
 1位 岩村田C(柳澤海空、吉田祐希也、掛川遼成、岩下優月、小平光莉)
 2位 野沢北A(有賀大晴、秋穂智俊、井出巧望、相澤寛公朗、木内徠夢)
 3位 佐久長型D(柳澤理子、岩瀬葉月、柳原綾乃、山浦理子、下形理乃) 19中

第60回 記念池田町弓道大会

○令和7年5月11日(日) 池田町弓道場
 参加人数…一般72名

■個人の部(8射)

▲一般
 1位 酒井 大貴(たこやき)
 2位 窪田 和恵(池田B)
 3位 五明 大季(松本一本ねぎ)
 4位 荒川 和彦(須坂Z)
 5位 濱島伸太郎(博多ラーメン)

■団体の部(24射)

▲一般
 1位 松本一本ねぎ(五明大季、吉川祐貴、吉江美佳)
 2位 たこやき(酒井大貴、高山渚智、岩原祐貴)
 3位 上田A(富岡直希、島田将門、小島樹)

第68回 松本市民スポーツ大会春季弓道大会

○令和7年5月25日(日) 松本市弓道場
 参加人数…高校100名、一般61名、合計161名

■個人の部(8射)

▲高校
 1位 西條なずな(縣陵C)
 2位 金井 俊亮(松本蟻ヶ崎C)
 3位 島村 仁(松本蟻ヶ崎C)
 4位 高橋 大(松商H)
 5位 丸山 千善(美須々男子B)

▲一般

1位 松永 日向(信州大学A)
 2位 廣瀬 未琴(信州大学A)
 3位 河津 瑛士(信州大学A)
 4位 濱島伸太郎(チームしたっぱ)
 5位 井堀 希唯(GP4)

▲団体の部(24射)

▲高校
 1位 美須々男子B(大澤啓介、丸山千善、古水海聖) 15中

第42回 無相大師奉賛弓道大会

○令和7年6月1日(日) 中野市弓道場
 参加者 一般71名

■個人の部(8射)

▲一般
 1位 田籠 諭(須高)
 2位 小堀 博司(上小)
 3位 平林奈都子(須高)
 4位 生田 憲克(長野)
 5位 横川 大輝(大北)

2位 松本蟻ヶ崎C(金井俊亮、島村仁、北澤太一) 15中
 3位 松商H(高橋大、新村天飛、石田龍坐) 14中

▲一般
 1位 信州大学A(河津瑛士、松永日向、廣瀬未琴) 23中
 2位 チームしたっぱ(伊藤公二、林和彦、濱島伸太郎) 14中
 3位 やきぐり(五明大季、青柳采杜、吉川祐貴) 13中

昇段昇格者

◆令和7年度 推薦結果
 ▼八段の部
 清水 克也(教士七段 上小支部)
 ▼「東海地区」臨時中央審査会
 ▼六段の部
 荒井 孝芳(錬士五段 長野支部)
 ▼錬士の部
 蟹澤 史弥(五段 上伊那支部)
 岩村 綾(五段 飯伊支部)
 小島 弓佳(五段 上小支部)

つづい

締め切りギリギリ、私のように知られてない人は書かなくてもバシないのでは、とも思いましたが、このひとりごとコーナーのファンがいるようですので、いざ。
 三月半ば、事業部会が終わったあたりから、仕事が忙しくて弓にほとんど触れない生活でした。社会人の春は引き継ぎの季節でもあります。それが今春は二回も引き継ぎがあったのでさあ大変。例えるならば、少し強い弓にして遠的をメインにやり始めていたところ、急にアーチェリーもやってみようかと言われた感じでした。
 割と責任重めなことやるし、無茶振りもどうにかこなしてしまっているのですが、本音は弓引く時間と睡眠時間が欲しいです。某メジャーリーグも睡眠大事って言っています。強化部の先生方、現時点の私は自分でもびっくりするくらいガタ落ちしました。半年も経てば仕事にも慣れ、落ち着いて弓引いている予定なので、ぜひ来年度の強化練習参加させてください！ それを思うと強化選手の皆様さんすごいわ、よく両立してらっしゃる。
 そんな忙しい日々ですが、今年には弓道教室の補助にも入りました。珍しく経験者の方が多かったです。私も五年前はこんな感じだったのかなと懐かしさに浸り、初心を淡く思い出し、弓を楽しまたいのです。
 佐久支部 篠原 沙知