

令和2年5月10日

福島県弓道連盟会員各位

福島県弓道連盟青年部
部長 蕪木 昌宏

青年部機関紙「蒼穹の友」第3号の発行について

新緑の候、ますます御健勝のこととお慶び申し上げます。

さて、この度の新型コロナウイルス蔓延による緊急事態宣言により、これまで予定されていた県弓連の行事の多くが中止または延期せざるを得ない状況となりました。また、道場利用についても感染予防のため県内ほぼ全てで使用できない状況となり、これまで私たちが経験したことがない状況にあります。そして、今年から弓道の世界に入りこらからの活動を楽しみにしていた方や、昇段や各種大会での活躍を目標に修練に励んでいた方々にとっては終息の目途が立たず、やるせなさで一杯のことと思います。

そのような中、青年部では蒼穹の友第3号を発行いたしました。このような状況だからこそ、この機関紙を通して弓友達に笑顔と元気を届けたいという気持ちで作成いたしました。新型コロナウイルスの影響はまだしばらく続きそうですが、どうか皆様、健康を第一に、また弓道に対する気持ちや目標を絶やすことなく、皆で乗り越えていきましょう。



蒼穹の友

2020年5月10日

青年部通信 第3号

発行 福島県弓道連盟青年部

問合先 梁川支部 佐藤

E-mail: kotaro0045@gol.com

【今季号の主な内容】

■ 冬季講習会報告

■ 土佐先生インタビュー

■ 新年度青年部役員等紹介

■ コロナウイルス関連

研修

教士八段土佐正明先生に学ぶ

【技術の習得に対する貪欲さ】

青年部講習会では県内の先生方だけではなく県外の先生方にも講師を依頼し、ご指導を頂けるという貴重な経験ができます。令和元年度冬季講習会では、「全日本弓道選手権大会優勝2回、最高得点賞5回」の経歴を持つ千葉県弓道連盟の土佐正明教士八段を主任講師にお迎えしました。本稿では、講習会報告に加え、土佐先生の講話や土佐先生から青年部に向けたメッセージお伝えいたします！



教士八段 土佐 正明先生

土佐 正明(とさ まさあき)先生

千葉県弓道連盟

教士八段

称号授与 昭和59年5月

段位承認 平成25年7月

【主な競技歴・指導実績】

・全日本弓道近の選手権大会

優勝: 平成9、27年

最高得点賞: 平成18、20、25、26、28年

・全日本弓道大会

教士の部優勝: 平成12、18、30年

・千葉県立銚子高校師範

(昭和63年～平成7年)

・DVD 監修射法八節習得プログラム

福島県弓道連盟青年部では毎年、夏と冬の年2回(各2日間)、青年層を対象とした講習会を開催しています。

今回は、令和2年2月1日(土)・2日(日)に、二本松市の城山弓道場で開催されました。

講師にはなんと！千葉県弓道連盟 教士八段 土佐正明先生、福島県弓道連盟 教士八段 高井幸子先生にお越しいただきました！お二人を間近で見る事ができ、貴重な経験となりました。他にも、矢渡しでは、土佐先生の介添を受講生が仰せつかったり、審査を想定した一手行射や持ちの射礼の練習、講話、模範射技研修など、普段ではなかなか味わえない緊張感のある、内容が盛りだくさんの2日間でした。

□■□■ 冬季講習会の日程 ■□■□

【1日目】2月1日(土)

○集合 9時00分

○講習会 9時30分から16時30分

○懇親会 美味しい料理と温泉！

【2日目】2月2日(日)

○集合 9時00分

○講習会 9時30分から15時30分

※講習会はどちらか一方の参加又は、宿泊無しでの参加も可能です。



冬季講習会講話報告

青年部冬季講習会1日目。土佐先生、高井先生の講話を拝聴しました。

土佐先生の教本にはインデックスがびっしり。読み込まれていることがひと目でわかります。“教本を読む”とはなにか。受講生ひとりひとりが考えさせられました。

まずはじめにご紹介したいのは、土佐先生の講話の中で誰しもが印象に残ったであろう“大三”についてのお話です。

「妻手は“妻”であり、弓手である“夫”について行く家父長制でしょうか。大三では妻手が自立し抵抗するのではなく、素直に弓手に引かれていくのが望ましいということです。土佐先生の流れるような美しい大三はこういったイメージからつくられていることがわかりました。

また、手の内は「子どもと手を繋ぐように」という比喩も。「余計な力は要らず、全ての行動が自然と繋がっている」という教えてでした。

また、土佐先生からは、入場から退場まで気持ちを切らさない“心構え”が大切であるというご指導を戴きました。息づかいを意識すること、普段から肌脱ぎや襷さばきの練習をすることなど、ひとりひとりが出来ることを丁寧に実践していくのが望ましいということでした。

高井先生からの講話はやわらかな比喻表現に溢れていました。

「クッキーの型にはめるように、まずは毎日八節の通りの“お稽古”をすること。そして“練習”をしていくこと。“修業の場”でどれだけ自分に厳しくできるか」

「自分がまるい風船になったように、膨らむようにやわらかく。例えば、弓手を強く押し過ぎることがないように」

力強さと華やかさを兼ね備えた高井先生のお言葉にはひとつひとつに迫力がありました。

土佐先生、高井先生の講話を受け、ひとりひとりの受講生が、学び、感じ、意気込み、弓道の深みにはまっていく様子が窺えました。そこには一体感すら感じられ、青年部にとっての大変貴重な時間となりました。

◎日々是弓道 いとをかし◎

このコーナーでは弓道に関する素敵な情報を「趣がある・興味深い」といった意の古語「いとをかし」の言葉にのせ折々にお届けしてまいります。

懇親会にご指導いただいた先生方と、道場とは違う雰囲気でお話できる楽しい時間でもありますが、今回は土佐先生に青年部活動に対して感想を頂きました。

『鉄は熱いうちに打て』と言われるように、若いうちに研鑽できるのは良いこと。自分たちも若い頃、10人くらいでよく集まって練習していた」

「講習でも言ったけど、技術の習得に対する貪欲さが欲しいね」

『相互研修』とは、ただ見合うだけでは足りない。弓道の指導は教本第一巻に則ると公言している以上、教本を片手に、そのうえで相互に見合う必要がある」

『弓手三分の二弦を推し…』……『押し』ではない。『押』は手偏に甲と書く。『手の甲』を使う漢字を敢えて用いない事に疑問を持つ(疑ってかかる)。そして自分で納得するまで追求する」

土佐先生には、令和元年12月に開催した福島県地域社会武道指導者研修会にも講師としてお越し頂きましたが、その際も受講生に対し「どんどん質問してください。」とお話されていたことが思い返されました。

「聞く(は)一時の恥、聞かぬ(は)一生の恥」ということわざがありますが、分からないことをそのままにして、その場をやり過ごすことほど残念なことはありません。これだけ素晴らしい先生方にご指導を頂ける機会は、一年のうちに数えるくらいではないでしょうか。分かったつもりでいたことでも、もう一度教本で確認すること。また、言われたこと・聞いたことをただなぞるだけでなく、自分で調べたり確認するなどして、確実に身につけたいですね。今よりも自分自身を成長させるためにも「貪欲に追求する心構え」について、考えてみませんか。(青年部だからこそ聞けることもありますよね！)



土佐 正明先生

高井 幸子先生



青年部講習会参加者の感想



○白河支部 小林理恵さん

初めて参加しました。今回の講習会では、教本の重要性を再認識しました。また普段の練習での悩み事にもアドバイスを頂き、これからも頑張ろうと思った2日間でした。

○白河支部 永井貴之さん

支部内に初参加者がいるため、自分も行ってみようと思い参加しました。講習会は2回目の参加であるため色々な支部の方と交流ができ、非常に勉強になりました。社会人になってから合宿が出来ると思ってなかったので学生時代を思いだしとても楽しかったです。次回も参加したいです！

○梁川支部 佐々木優花さん

青年部の方から勧められ、初めて参加し、全てが新鮮で他支部の方と交流できて嬉しかったです。今回の(国体の)強化練習では自分の未熟さに悔しい思いをしました。今後、昇段審査にも参加したいと考えているので心身共に成長していきたいと思います。

○白河支部 後藤邦彦さん

初めての参加でしたので、最初は緊張していましたが、皆さん気さくで、楽しい会でした。土佐先生や、高井先生にご指導頂きましてとても勉強になりました。また機会があれば参加させていただきます。ありがとうございました。

【青年部新事務局紹介】

冬季合宿で行われた青年部総会により新年度青年部事務局に平支部の湯口直さんが選任されました。湯口さんどうぞよろしくお願いいたします。また、今期で終了となりました折笠成基さん(会津若松支部)におかれましては、大変お世話になりました。

☆新青年部事務局湯口さんからメッセージ☆

今回の冬の青年部で2回目の参加となりますが、事務局として色々な経験が出来る環境を作っていきたいです。まだわからない事が多く不安もありますが、頑張って活動していきたいです。



湯口 直さん (平支部)

【青年部広報新メンバー紹介】

★吉田蘭さんからのメッセージ★

この度新たに機関紙の編集に加わることになりました、吉田蘭です。「青年部の今の姿をのこしたい」という佐藤編集長のひと声がかっけで、押し入れで眠っていた私の一眼レフカメラが、再び太陽の光を取り込むようになりました。

幼い頃から、書くこともつくることも好きだったので、機関紙の制作に携われることは願ってもない話でした。光栄です。弓道の奥深さに触れながら、感じたことや学んだことを発信していけたらと思います。

(青年部の中に本格的なカメラの使い手がいるとの情報から吉田蘭さんに辿り着き、お誘いしました！これからの掲載写真を皆様ぜひお楽しみください！)



吉田 蘭さん (二本松支部)

『みなさんからの質問を募集します！』

蒼穹の友では、青年層の皆様が日々の稽古で悩んでいることや、「今さらこんなこと聞けないな」と思っていることについて、大先輩である先生方にお伺いしながら、機関紙を通して回答するコーナーを作ります。

そこで、皆さんから質問を随時募集いたします！

弓道の技術に関することや心構えのほか、道具に関する、着付けなどなんでも構いません。なお、ご質問頂いた方の個人情報機関紙で使用する事は致しません。

質問の受付は以下事務局メールアドレスにお送り頂くか、最寄りの事務局員までご連絡下さい。モヤッとしていることを解決して、皆で上達していきましょう！！

【質問の送付方法】

メールアドレス: Kotaro0045@gol.com: 蒼穹の友事務局宛て

件名に「蒼穹の友質問」と入力して、内容に氏名と所属支部を明記の上、質問事項をご入力ください。

コロナウイルスによる 各種県連行事の中止

全国で猛威を振るう新型コロナウイルスの影響は、福島県弓道連盟の各種行事にも影響を及ぼしています。県弓連では令和2年2月25日付けで緊急通達第1号が出され、予定されていた出身校別対抗戦や県春季弓道大会また審査などが延期、中止せざるを得ない状況となりました。また、日本政府は4月7日に7都府県を対象に緊急事態宣言を出し、4月16日夜、全都道府県を緊急事態措置の対象とすることが決まりました。

このような中、感染拡大を防ぐため、多くの弓道場が利用休止になるなど、私たちの弓道の稽古を取り巻く環境も大きく変化していますが、まずは、ひとりひとりが感染予防の意識を高め、体調管理に努めることが大切です。そして、「三つの密」＝「1.密閉空間(換気の悪い密閉空間である)、2.密集場所(多くの人が密集している)、3.密接場面(互いに手を伸ばしたら届く距離での会話や発声が行われる)」を避けた生活を送りましょう。

国難ともいわれるこの状況を、みんなで乗り越えて、また大会や講習会で元気な姿でお会いできることを楽しみにしながら、今できることに精一杯取り組んでいきましょう！

※右の図は配布や媒体掲載などで使用が可能とされている国の啓発資料です。詳細は厚生労働省HPをご参照ください。

感染症対策へのご協力をお願いします

！ 手 洗 い

新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は、「手洗い」や「マスクの着用を含む咳エチケット」です。

ドアノブや電車のつり革など様々なものに触れることにより、自分の手にもウイルスが付着している可能性があります。
外出先からの帰宅時や調理の前後、食事前などこまめに手を洗います。

正しい手の洗い方

手洗いの前に
・爪は短く切っておきましょう
・時計や指輪は外しておきましょう

- 1 流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。
- 2 手の甲をのばすようにこすります。
- 3 指先・爪の間を念入りにこすります。
- 4 指の間を洗います。
- 5 親指と手のひらをねじり洗いします。
- 6 手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。



『出典：首相官邸 HP より』

編集後記



寂しい空気が流れる世の中ですが、少しでも、少しでも明るい気持ちで芽生える事を願い、機関紙を発行いたしました。皆さんとまた、笑顔で楽しく弓を引ける日を心待ちにしています。乗り越えましょう……！（佐藤）



コロナの影響で、弓道会にも影響がでている今日この頃、皆様いかがお過ごしですか？わたしは元気です。笑。また皆様と弓を引ける日がくるのを心より楽しみにしております。（宮澤）



コロナウイルスの影響によりオリンピックが延期、国内行事も中止が決まっています。外出自粛により道場に行くことさえ難しくなり、生活が一変してしまいました。しかしその分、教本を読み直す、自分の射を見直すなど、普段なかなかできていないことをするチャンスにもできると思います。今は耐え、難が去った後、また元気にお会いしましょう。（島林）



新型コロナウイルスの影響で不安な状況が続いておられます。まずは感染防止に努めて、また健康に明るく弓友の皆さんと弓を引くのを楽しみにして日々の練習に励んでいます。一刻も早いコロナウイルスの収束を祈ります。（大和田）



新型コロナウイルスとやたらに世界が揺るがされ、なんと東京五輪も延期が決定しました。全弓連の行事も次々と中止となっています。これまでの当たり前が制限される今、「蒼穹の友」が話の種になれば幸いです。（須藤）



大会や練習会が制限され、青年部の仲間をはじめとする弓仲間に会えず寂しい日々です。改めて仲間の存在の大切さ、偉大さを感じています。この機関紙を読んで下さった方が、福島県内にいる仲間たちの存在を感じ、モチベーションの維持や元気に繋がれば幸いです。（吉田）

飛躍の
軌跡



