

平成 20 年度 全日本剣道連盟後援 秋田県剣道講習会

(指導法・日本剣道形) (秋田県剣道連盟HP投稿用)

2008.07.13. (日)

主催 秋田県剣道連盟 後援 全日本剣道連盟

於、秋田県立武道館 大道場

全剣連派遣講師 剣道範士 加藤 浩二 (全剣連強化委員、全日本チーム監督、皇宮警察本部
剣道名誉師範、慶応義塾大学体育会剣道部師範)

剣道教士 豊村 東盛 (全日本剣道道場連盟事務局次長、全日本剣道道場連
盟運営の全日本少年剣道錬成会館代表 〒191-0053 東京都日野市豊田 4-46-61)

秋剣連補助講師 剣道範士 目黒 大作、剣道教士 小松 誠・田口 昇・高橋 亮

【講義】加藤 浩二

1. 指導法講習会の目的

- 1) 剣道人の育成
- 2) 審判の養成
- 3) 指導者の養成

* (注) 剣道講習会資料 P 8～参照

2. 背景

世界の流れとしての、剣道のスポーツ化→ 韓国など、蹲踞の省略。面紐のマジック
テープ化等により、文化的側面を軽視する傾向がある。

3. 問題点と稽古の要点

- 1) 試合、稽古の問題点 : 勝敗中心主義、応じ技やすり上げ技が無く、スピードの
み。→ 昇段審査へ反映させたいと考える。
- 2) 打ち所隠し、打たれない動作 : (注) 剣道講習会資料 P 3 指導の心構え参照
→ 剣の理法、竹刀の本意を教える (刃筋、鎧の役割など)
- 3) 形の理念は、竹刀剣道の原点である :
 - (1) 永平寺など仏寺の僧侶の修業に同じ。(決まったこと、形式の繰り返し。)
 - (2) 一例として、日本剣道形四本目の鎧の使い方は、理に叶う形を要求している。

例 ①日本剣道形解説書の P 8 注 (1) 歩幅は、～やや小さく三歩進む。

②日本剣道形解説書の P 9 互いの刀身が鎧を削るようにして、自然に相
中段となり、

③同 注 (1) 間合が近すぎる場合は、打太刀がひいて間合をとる。

④打ち間への詰めでは、仕太刀は常に変化に即応できるつもりで打太刀に
対する。いつ打太刀が打ってきてても即応できる緊張感を持つこと。

(3) 刀という剣の意味

- ① 表・裏の鎧の使い方
- ② 日本刀（刃引き）、木刀、竹刀での握りの違いの意味を知る
- ③ 竹刀の殺傷力は一番低いが、千変万化が可能。点（突き）、線（刃筋）、面（鎧でのすり上げ、押さえ）での活用ができる。
 - *（注）剣道講習会資料 P 79 形講習の重点事項を参照
 - *（注）日本剣道形解説書 P 20 日本刀および拵の各部名称を参照

(4) 寒稽古、暑中稽古の意義

(5) 立切の有用性

（注）日本剣道形解説書 P 21～の、剣道形指導上の留意点、日本剣道形審査上の着眼点、作成の経緯、解説書のできるまで、解説書にもとづく意志統一を良く読むこと。全剣連の公式見解が記載されている。

【実技】豊村 東盛、加藤 浩二

1. 日本剣道形の概略（加藤、豊村）

一本目 打太刀は、気迫を十分込めて。（イヤーッと声を出すつもりで攻める。）

三本目 打太刀の鎧での受け方はしっかりと行う。仕太刀は位詰に進む。

（注）位詰（くらいづめ）とは、相手に対して優位な体勢を整え、充実した気位で相手を攻め寄せることを言う。突きの氣勢をもって、左足を踏み出し（二度突きはしない）気位で詰める。

四本目 立会いの間合と、双方切り結んで相打ちとなってからの鎧合いを十分に行う。本来は左胸（心臓）を突いていたが、不測の事故を防止する為に、右肺（剣先は水平よりやや低め）になった。

小太刀一本目 中段半身に構えると、太刀と同じ間合となる。

仕太刀が入身になろうとするので、打太刀は仕太刀の正面を打つ。

（注）入身（いりみ）とは、氣勢を充実して、相手の手元に飛び込んでいく状態をいう。「入身になろうとするので」ということから、形には表さない。

小太刀二本目 仕太刀は打太刀の刀を制して（押さえて）、打太刀はひいて脇構えになったら（入身の仕太刀に突かれない内に）すぐ面に行くこと。

小太刀三本目 すり上げて、すり落とすと、すり込みの位置の取り方では、打太刀に切られないように注意する。残心に至るまで、自分が切られない（打太刀を制する）位置取りが必要。

（注）打太刀の二の腕を押さえる方法は、肘関節よりもやや上部を、やや横から押さえ、腕の自由を制する。

* その他の日本剣道形については、実技指導を省略した。

2. 木刀による剣道基本技稽古法（豊村）

日本剣道形とは別に、木刀を使用した基本技の稽古を行う。
初級者のための稽古法だが、竹刀での通常稽古につながる大事な基本技である。

注意点

- ① 目付けは、両者ともに、相手からはずさないこと。
- ② 一足一刀の間合から、一挙動（一拍子）の動作で行うこと。
- ③ 応じ技では、残心の後にお互いに一步後退する。
- ④ 早めの応じ、面受け、胴払い落とし（その際、刃筋が下を向くように注意）。
- ⑤ 物打ちで打つようにする。掛かり手自身は物打ちで打ったつもりでも、総じて離れ気味になりやすい。
- ⑥ 後ろ足の引付けを十分に行い、前傾しないこと。右足で出るよりも、左足で押し出すようにすること。
- ⑦ この技を試合に生かす。この技だけで試合をさせる方法もある。
- ⑧ 一打一声。打突部位を大きく発声する。打突後に何度も連呼しないこと。（試合で見苦しい連呼が、見受けられる。）

1. 目的

- (1) 竹刀は日本刀であるという観念を理解させ、日本刀に関する知識を養う。
- (2) 木刀の操作によって、剣道の基本技を習得させ、応用技への発展を可能にする。
- (3) この稽古法の習得によって、日本剣道形への移行を容易にする。

2. 基本指針

- (1) 所作事は「日本剣道形」に準拠する。
- (2) 木刀を使用、幼少年は発育段階に応じて適切な木刀を使用する。
- (3) 習技は集団指導により、相互に平等の立場で行うという観点から「元立ち」「掛り手」と呼ぶ。構えはすべて中段の構え。

3. 構成（詳細は、「木刀による剣道基本技稽古法」テキストを参照すること。）

- 基本1 一本打ちの技 「正面」「小手」「胴（右胴）」「突き」
基本2 二・三段の技（連続技） 「小手→面」
基本3 払い技 「払い面（表）」
基本4 引き技（鏝ぜり合い） 「引き胴（右胴）」
基本5 抜き技 「面抜き胴（右胴）」
基本6 すり上げ技 「小手すり上げ面（裏）」
基本7 出ばな技 「出ばな小手」
基本8 返し技 「面返し胴（右胴）」
基本9 打ち落とし技 「胴（右胴）打ち落とし面」

* (注)

基本1の「突き」では、元立ちは剣先を右下に下げ一歩後退しながら突かせる。掛り手は、突いた後すぐ手元へ戻す。

基本2の「小手→面」の面では、元立ちは一歩後退しながら剣先をやや右へ開き、正面を打たせる。残心を取り、一足一刀の間合となってから、双方ともさらに一歩戻って元に復する。

基本3「払い面（表）」は、一拍子で行うこと。

基本4「引き胴（右胴）」は、まず面を打ち、これを元立ちは表鎧で応じ、鏝ぜり合いとなり、掛り手が相手の鏝元を押し下げる。元立ちは押し返し手元が上がった機会を捉え、左足から一歩ひいて胴を打つ。

基本5「面抜き胴（右胴）」では、まず元立ちは面を打つ。

基本6「小手すり上げ面（裏）」では、元立ちは小手を打ってきたところを、掛り手は左足から一歩引いて裏鎧で相手の裏鎧をすり上げ、右足から一歩踏み出して面を打つ。

基本7「出ばな小手」では、元立ちは右足のみ出して剣先を上げようとする「起こり頭」を捉えて、小手を打つ。

3. 竹刀による剣道基本技稽古法【防具をつけて、摺り足】（豊村）

防具をつけ竹刀を使用して、実際に打突して、摺り足で上記の基本技の稽古を行う。竹刀での通常稽古につながる、基本技の稽古法である。

4. 竹刀による剣道基本技稽古法【防具をつけて、踏込み足】（豊村）

防具をつけ竹刀を使用して、踏込み足で打突して、摺り足で抜けて残心まで行い、基本技の稽古を行う。

竹刀での通常稽古で、そのまま基本技の稽古として行える。

基本1については、面のみの打突とする。

5. 元に立つ派遣講師・補助講師や役員（秋田県剣道連盟副会長 ならびに 審査・講習委員会委員）との、地稽古

全員参加。およそ30分間。

閉会式では、木刀による剣道基本技稽古法を日常の稽古に取り入れ、普及させるようにとの講話があった。

以上