



朝 剣

朝剣通信080号 平成25年7月1日号

発行：朝霞市剣道連盟（市武道館）
http://asaken.suki-ari.net
編集：朝霞市剣道連盟事務局
住所：朝霞市本町1-12-3朝霞市武道館
連絡先：平井 hirai.shigeoh@mbm.nifty.com

発声の重要性について

朝霞市剣道連盟
副会長 山下修二

暑さも日増しに強まり、稽古には厳しい季節となつて来ました。しかし早い物で、もう一七月。今年も半分が過ぎ夏の合宿、全日本少年少女武道(剣道)錬成大会と朝剣のスケジュールも順調に実施される様で、各担当の先生方には、感謝申し上げます。

さて、剣道に関する事を少し書くとします。剣道の稽古中や試合の時などに「声を出せ!」と、よく言われますし私も言います。では何故か。それは『剣道試合・審判規則』にある、剣道の一本は『充実した氣勢、適正な姿勢をもつて、竹刀の打突部で打突部位を刃筋正しく打突し、残心あるものとする』の中の充実した氣勢、それを満たす条件のひとつが発声であり、打突呼称であります。また発声は、単なる打突呼称ではなく、打突の強さや冴え、体捌き、姿勢など有効打突につながる要素に大きく係わっていると考えます。ですから発声も技に成る訳で、稽古が必要でです。

剣道の発声は二種類あると思います。先ず一つは、『コテ・メン・ドウ・ツキ』の「打突部位呼称」と、『ヤー・トー』等の「掛声」だと思えます。その掛声の起源はわかりませんが、現在に伝わる古武道からも推察される様に、古くから、又は自然に、例えば重い荷物を持ち上げる時、「よいしよ!」と掛声を出す等。宮本武蔵の著作とされる『五輪書』に著されている「おびやかすといふ事」や「三つの声といふ事」にも、戦における掛声の効用が述べられています。そして高野佐二郎先生の著された『剣道』にも、発声に関して、『掛声は勇気を増すこと、撃ち込む太刀の勢いを加えること、敵を威嚇して敵の挙動を制すること、精神を緊張できること、心身の勢力を集中できること等の効用がある。掛声は自然に出るようになるけれども、場合や動作によって違う。初心者は自然に発声できないから、意識して活発強大に発声して、自らを励まして敵を威圧するといふ。』と述べられています。事実、ある大学の実験でも、掛声には最大筋力の増大効果(十二・二%)があること、疲労により低下した筋力を戻す効果があることが明らかにされています。

この様に、発声・掛声は剣道だけでなくスポーツ全般にも通じる事の様です。そう言えば、女子テニスのシヤラポアの奇声も筋力アップの為なんですね。一般会員の皆様、さあ、この暑い夏の稽古、大きな発声で、筋力アップ、疲労回復と行きましょう。子供たちには、「声を出さなか!」「声で決める!」と、大きな掛声をお願いします。

一般会員基本稽古、自主稽古



内田先生のご指導による
基本技の稽古風景



自主稽古に励む一般会員

朝霞市剣道連盟の今年度の新しい取り組みとして、日曜日の稽古最後の十五分を使って、七段の先生のご指導による基本稽古を行なっています。そのような取り組みの効果か、稽古終了後も技の稽古や形の稽古など、自主稽古に励む人達が増えていきます。

朝霞剣道錬成会との合同稽古



合同稽古の様子



稽古の後、錬成会の岡崎先生のお話しに耳を傾ける朝剣のこどもたち

少年部では、毎月一回、朝霞剣道錬成会との合同稽古を行なっています。合同稽古の日は、どちらの道場のこどもたちも普段に増して気合が入ります。これからもお互い切磋琢磨しながら、成長していければ良いですね。

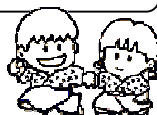
大会結果

6/2 平成25年高齢者大会(県立武道館)
60~65歳未満の部: 山下修二 ベスト8
65~70歳未満の部: 廣瀬健文、柴田篤三 2回戦進出



新入会員紹介

伊藤 駿(いとう たかし) 小学2年
大熊菜々子(おおくま ななこ) 中学2年 初段
五十嵐堅作(いがらし けんさく) 一般 二段



昇段審査結果

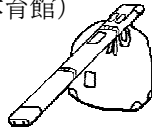
6/9三段~初段審査(戸田スポーツセンター)
三段: 御法川大輝
二段: 富岡隆宏、大貫翔悟、高橋理彩子、鈴木喬之
初段: 蛭川寛之
6/9一級審査(市武道館)
一級: 上原孝大



7月、8月の主な行事

朝霞市

- 6/23～7/7 暑中稽古(市武道館、朝霞三中)
- 7/7 第38回境町近県少年剣道大会(茨城県境町)
- 7/13～15 夏季合宿(草津町総合体育館)
- 7/21 暑中稽古納会試合、胴争奪試合(市武道館)
- 7/27 全日本少年武道(剣道)錬成大会(日本武道館)
- 7/28 暑気払い、懇親会(一般の部)
- 8/3 彩夏祭(体協主催)
- 8/13、15 少年の部、一般の部ともに夏休みで稽古なし
- 8/18 朝霞地区剣道指導者講習会(朝霞市総合体育館)



埼玉県、全国

- 7/7 埼玉県四地区剣道講習会(大宮武道館)
- 7/13 南部地区合同稽古会(新座市担当、大宮武道館)
- 7/20 都道府県対抗少年大会予選会(県立武道館)
- 7/21 四、五段審査会(県立武道館)
- 8/4 第38回埼玉県四地区対抗剣道大会(県立武道館)
- 8/17 七段審査会(山形県)
- 8/18 六段審査会(山形県)
- 8/24 七段審査会(香川県)
- 8/25 六段審査会(香川県)
- 8/25 六段審査会(北海道)

※昇段審査については武道館掲示板をご参照ください。または千葉事務局までお問い合わせ下さい。

※各講習会等の案内については、武道館に都度に掲示しておりますので各自目を通すようにして下さい。

朝霞市武道館 7月、8月の稽古スケジュール

7月	少年の部		一般の部	場所
	初級	上級		
1 月	暑中稽古 18:30～19:30	暑中稽古 19:30～20:30		朝霞三中 蜂武館
2 火				
3 水				
4 木				
5 金				
6 土				
7 日	9:00～10:30	10:30～12:00	12:00～13:30	市武道館
8 月				
9 火		18:30～19:45	19:45～20:45	市武道館
10 水				
11 木		18:30～19:45	19:45～20:45	市武道館
12 金				
13 土	夏季合宿(一般の部、少年の部合同)			草津温泉
14 日				
15 月				
16 火				
17 水				
18 木		18:30～19:45	19:45～20:45	市武道館
19 金				
20 土				
21 日	8:30集合暑中稽古納会試合、胴争奪試合			市武道館
22 月				
23 火		18:30～19:45	19:45～20:45	市武道館
24 水				
25 木		18:30～19:45	19:45～20:45	市武道館
26 金				
27 土				
28 日	9:00～10:30	10:30～12:00	12:00～13:30	市武道館
29 月				
30 火		18:30～19:45	19:45～20:45	市武道館
31 水				

8月	少年の部		一般の部	場所
	初級	上級		
1 木		18:30～19:45	19:45～20:45	市武道館
2 金				
3 土				
4 日	彩夏祭のため稽古なし			
5 月				
6 火		18:30～19:45	19:45～20:45	市武道館
7 水				
8 木		18:30～19:45	19:45～20:45	市武道館
9 金				
10 土				
11 日	9:00～10:30	10:30～12:00	12:00～13:30	市武道館
12 月				
13 火	夏休みで稽古なし			
14 水				
15 木	夏休みで稽古なし			
16 金				
17 土				
18 日	9:00～10:30	10:30～12:00	12:00～13:30	市武道館
19 月				
20 火		18:30～19:45	19:45～20:45	市武道館
21 水				
22 木		18:30～19:45	19:45～20:45	市武道館
23 金				
24 土				
25 日	9:00～10:30	10:30～12:00	12:00～13:30	市武道館
26 月				
27 火		18:30～19:45	19:45～20:45	市武道館
28 水				
29 木		18:30～19:45	19:45～20:45	市武道館
30 金				
31 土				

- ※暑中稽古期間中の稽古時間、稽古場所にご注意下さい。
- ※7月14日、16日の市武道館での稽古はありません。
- ※7月21日は大会です。稽古はありません。
- ※8月4日は彩夏祭のため稽古はありません。
- ※8月13日、15日は夏休みで稽古はありません。

上記スケジュールは変更になる場合があります。
最新の稽古スケジュールは下記HPで確認することができます。
<http://asaken.suki-ari.net>
上記HPに入って「稽古スケジュールカレンダー」を見てください。

※朝剣通信のバックナンバーは朝剣HPで見られます。

編集者随想 平井

私事でなんなんですが、先日、勤めている会社で、三十年勤続表彰というものをもらいました。結局、どこにも行けず、同じ会社ですつとも三十年というだけなのですが、それでも三十年という長い年月だなあと感慨深く思います。生きていくためとは言いながらも、我ながらよく頑張ったものです。石の上にも三年の十倍ですからね。私の性格のおかしなところで、そういう事を考えると、すぐに他に長く続いているものはないかと探してしまします。会社生活に次ぐのは、やっぱり結婚生活で、二十八年です。これも長いですね。あと二年で三十年になります。忘れないように、今から覚えておかないといけません。その次は連続ではありませんが、剣道の二十一年です。なんだかんだ言いながら、剣道も長くやっています。どれも健康でなくては続かないものばかりです。これからはからだに気を付けながら、長く続けていきたいものです。