

修 技 錬 心

湯沢高校弓道部通信 No.4

公式戦後の特別拡大版

文責：顧問 佐々木花純

* 修技錬心とは … 技を修めることで心が練られる。湯沢市弓道場に掲げられている言葉です。

苦しいことがあっても必死になってやり抜こうとする中で、心も鍛えられていくことを表します。

日頃より湯沢高校弓道部の活動に大きなご支援をいただき、ありがとうございます。
活動内容についてご報告・ご紹介したいと思います。



◎ 2/1 秋田県冬季大会に出場してきました

男子1位 秋田中央 2位 角館 3位 金足農業(東日本へ)、本荘
女子1位 新屋 2位 五城目 3位 由利(東日本へ)、秋田北
湯沢男子 16射3中(総合16位)、女子 40射12中(総合11位タイ)で残念ながら予選敗退

去る2月1日(土)、秋田県立武道館にて秋田県冬季弓道大会が行われました。交通費を工面してくださり、また会場に足を運んでいただき熱い応援をしていただいたりしまして、本当にありがとうございました。湯沢高校は女子団体が目標としていた決勝トーナメントには進出できず、不完全燃焼の大会となってしまいました。男子団体は2人という少ない人数でしたが、それぞれの目標は達成できませんでした。冬季強化合宿の成果をこの大会で披露し、保護者のみなさまにより報告をしたかったのですが、力が出せず残念な結果となってしまいました。



大会中、射場内での記録計時とビデオ撮影の仕事、声出し、矢取り、見取り稽古と、今回は試合に出られなかった選手のみなさんが率先して大変よく仕事をしてくれました。こういった裏方の仕事があるから、試合が成り立っています。団体メンバーには試合に集中してもらえるよう、自分たちで気遣って動いてくれたようでした。素晴らしい団体行動でした。普段の稽古中も仕事をさくさくこなして回すことでスムーズに行射できています。今大会の成功に尽力してくれた湯沢のみなさんに感謝いたします。

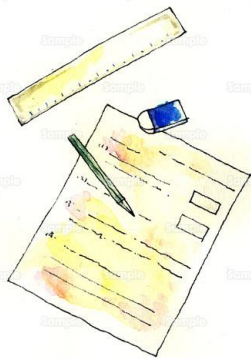
では行射の様子を振り返ってみます。まず女子ですが、1回目は全体的にかなり緊張の色が見えました。普段ならば軽々と的中を伸ばしていく選手たちも、そうはいかない様子でした。しかし1回目終了時点で湯沢女子は20射7中の7位タイにつけ、次に期待が持てるものとなりました。2回目の行射では、10射終わって5中と非常によい滑り出しでした。大会の雰囲気にも慣れてきたように見え、「いい感じだな」と佐々木も思っていました。しかしそこにスキがあったのかもしれませんが。3射目、選手の¹弓手が揺れて見えました。ねらいを探って、中てにいっているように感じました。そこからどんどん失中を重ね、あっという間により流れが途切れ、結局最後の10射で1本も中てることできないまま20射5中の総合12中という結果で敗退してしまいました。弓道では弓にねらいの印などをつけることが禁止されています。ですから、ねらいというものは本来は自分の中の感覚や、弓の握る部分の上に巻かれている²籐の「この辺」という曖昧な基準でしかなく、それ故に的中は大変難しいものです。しかしそれを探って弓手を動かしては、³手元がぶれてしまいなかなか的中させることは難しくなります。今回の大会で、改めて⁴縦横十字の重要性、⁵押しながら離すこと、そして迷いを捨ててひたすらに縦横に伸びるのみであることを感じ、試合直後の選手たちにも話したところです。今回の団体メンバー7人はそれぞれに精一杯やってくれました。これからの湯沢高校全部員のレベルアップに期待したいと思います。

続いて男子ですが、中り外れ以前に、2人とも⁶矢所が乱れているように思いました。「頑張るぞ」と意気込んでくれたせい
いか、少々力みがあったのかもかもしれません。湯沢男子で気になったのは、行射中の所作です。その表情や視線、仕草
から今どんな心境なのかがわかってしまいました。本来はそれを表さずに行射しなければなりません。つまり無駄な所作
が多いとも言えます。普段の競射から気になっている部分でもあります。己の煩惱に左右されては的は遠のくばかり、
自分の感情に支配されている現状では、まだまだです。女子同様、心の鍛錬が必要だと感じました。

県南勢では角館男子が準優勝と、素晴らしい結果となりました！尻上がりに調子を上げていき、準々決勝の対由利で
は⁷射詰競射を制して勢いに乗り、そのまま見事東日本大会への切符を獲得しました。試合の中で成長していく姿を目
の当たりにしました。接戦を制するということが大きな意味を持つことを感じました。また女子では横手城南が決勝トー
ナメント進出をかけた射詰競射に進出、惜しくも西目に敗れました。15中での射詰進出に、より一層悔しさが募りまし
た。(のは佐々木だけではないはず。)湯沢もこれに追いつけ追い越せ、春季大会に向けて頑張るぞー！

(弓道用語の詳細については注釈をご参照ください。)

寒いけど
頑張ろう!



◎ 2/21～27 学年末考査があります

学年の成績・評定が決まる大事な学年末考査がやってきます。これに向けて、部活
は 14 日から休みとなります。自分の進路希望を叶えるために、授業や家庭学習の
成果を発揮してより成績が上がるようにテスト勉強に励みましょう。学習の合間にも
、素引きやゴム弓、筋トレや動画での見取り稽古など、弓道の自主稽古も継続的
に行ってみてください。長く休むとどうしても筋力が衰えて感覚が狂ってしまい、なか
なかよい状態に戻らないこともあります。テスト休み明けの 27 日、スムーズに稽古に
入れるように各自準備しておきましょう。

◎ 3/20 県南地区合同錬成会(第 3 回 NSC)があります

来月 3 月 20 日(祝・金)秋田県立武道館にて本校主催で県南地区合同錬成会が行われ
ます。1 日の日程で移動はマイクロバスを予定しております。今回同様、2,000 円(予
定)の交通費の集金を考えております。この遠征に関しては全員の参加を予定してい
ますので、出費の多い折大変恐縮ではありますが何卒よろしく願いいたします。その
次に予定しています 3/26～28 の新屋高校主催の合同錬成会は希望者のみの参加を
考えております。こちらは 2 泊 3 日で宿泊を考えております。春季セミナーに参加してそ
の後の 27 日から 2 日間の参加でもかまいません。ハイレベルの戦いになるであろう錬
成会で、緊張感の中でも自分がどれだけ力を発揮できるのか試してませんか？合宿
の時のように夜間稽古も可能です。ふるって参加してほしいと思います！



◎ 3/22(日)に岩手県盛岡市に東日本弓道大会を見に行きませんか？

来月 3 月 20 日～22 日(金～日)の 3 日間、岩手県盛岡市にて東日本弓道大会が行われます。比較的近場で東北・
北関東地区規模の大会が行われることは大変貴重な機会です。一度その目で「すごい弓道」を見てみませんか？百
聞は一見に如かず、必ずや選手の成長につながると思います。参加希望は 2 月 29 日までに佐々木までお知らせく
ださい！一緒に岩手県立武道館に行きましょう！

お詫びと訂正

第 1 回地区審査会 合格者のみなさん

一級 1E 高橋 舞さん



- 1 弓手…弓を握っている手。左手のこと。
- 2 矢摺籐(やぶりどう)のこと。
- 3 手元が1cmブレると的に到達する時には的1個分のズレになる。的は直径36センチと小さい。故に、「的は自分を映す鏡」とも言われる。
- 4 縦横十文字…肩、腰、足などからなる横の線と、首筋、胸、へそ(丹田)などからなる縦の線が十文字に重なること。両手や首元、弓と矢など、行射中に現れる5か所の十文字を「五重十文字」、肩と腰と開いた足の横線と体の縦軸が十文字に重なることを「三重十文字」という。
- 5 離れ(矢を発射すること)の時には弓手と妻手(磔をつけて弦を引いている手。右手のこと。)を最後まで的方向に伸ばし続けるように両方の手を意識して鋭く離すことを意味する。
- 6 矢所…矢が刺さった所。
- 7 射詰競射…的中数が同じだった場合、決着がつくまで計5射ずつすること。