

# 弓道ながの

第56号

発行：長野県弓道連盟  
会長 外蘭公毅  
〒399-4117  
駒ヶ根市赤穂10214-4  
TEL0265(83)5206  
編集：弓道連盟  
印刷：県成進社

## 巻頭言

### 武道の美

長野県弓道連盟会長 外蘭 公毅

弓士の皆様にはご健勝にて新しい年を迎え、今年こそはと決意を新たにされたことかと思えます。

本年もよろしくお願ひ致します。「往く道は精進にして、忍びて終わり悔いなし」これは私の好きな高倉健の座右の銘です。たとえ挫折しても後悔しない覚悟で精進しなさいということでしょう。この言葉の由来、また私の好きな言葉については機会があればお話しします。

さて大仰な題名ですが、小さい時から柔道や相撲の大ファンだった者にとつて、国際化して日本武道の伝統文化が失われていくことへの個人的な愛惜の所感です。

昭和三十九年東京オリンピックの柔道無差別級の決勝は、オランダのアン・トーン・ヘーシンクと日本の神永明夫でした。ヘーシンクは二メートル近い大

男で神永とは頭ひとつ違いました。試合開始と同時に両者両手を高々と挙げたときなんか大人と子供程の違いがあり、勝ち目の無さを感じました。「小よく大を制す 柔よく剛を制す」を期待しましたが、左けさ固めでヘーシンクが勝ちました。勝負が終わり、未だ押え込みを解かない内に、狂喜したオランダチームが会場に駆け上がるうとしたのをヘーシンクは片手を挙げて厳しく制しました。敗者への労り、気遣いに武道家の姿を見て感動しました。その後のオリンピック柔道はご存知の通り、組手争いに終始し、腰を引き、足取り、レスリングまがいの技、ポイント稼ぎのための技かけ等々、格闘技と化した。日本柔道の美しさが失われてきました。個人的には一度国際連盟から脱し、武道としての日本柔道の原点に戻ってほしいものだと思います。

相撲についても国際化が進み、幕内四十二名中十六名が外国人力士です。若乃花以来日本の横綱は誕生していません。外国人力士が多いことに不満を持つてゐるわけではありません。少し前までは、外国人横綱でも日本の力士以上に伝統を重んじ、見識、品格がある横綱もいると感心してました。しかしこのところの大関、横綱の外国力士の相撲を見ていると明らかに格下の力士に張り手(それも毎度)、そして変化技と勝てばいいの格闘技になってしまいました。土俵入りの恰好つけ、制限時間いっぱい塩を取りに行くときの不恰好さ、テレビカメラへの睨みつけ、懸賞金を受け取る時の傲慢な仕草、判定への言いがかり等々、やたらと鼻に付くようになりました。相撲は神事です。横綱は神に近い存在と言われています。もう少し超然とした美しいたたずまいを見せてもらいたいです。

さて弓道はどうでしょうか。月刊「弓道」に掲載される射形写真を見て、皆さんはどう思われるでしょうか。時代の流れとはいへ、今はこういう射が美しいのだと受け入れざるを得ません。

弓道教本にもあるように日本民族が不便を忍んで長大な弓を持ち続けてきたのは、その長大が故の美しき、尊厳さを捨てるに忍びなかつたとあります。日本の弓は美しい、弓を持つてゐる姿も恰好いい、引ている姿、会の姿も美しい。やはり美しく引きたいものです。

私が以前、強化部長になった時、強化部員の人達と「中りさえすればどんな射形でも」というのは長野県は採らないと確認しました。今もその考えは変わってないと思っています。

弓道がオリンピック種目に、ありえないと思つていますが、なつたらどうなるでしょうか。あまり考えたくないな。



わかやま国体報告



# 成年男子 近的初優勝!!

## 決勝トーナメント 一本も外さず完全優勝!

### 遠的僅差で六位

#### 成年男子

##### 一の立 清水 北登

高校で国体に挑戦してから六年、まさかここまで来られるとは思いませんでした。たくさんの方にお世話になりました。この間に亡くなられた恩師もおり、喜びを共有できないのは大変残念ですが、今まで支えてくださった方々、応援いただいた方々に心から感謝しています。これからもよろしくお願ひ致します。気持ちを新たにまた頑張ります。



試合では結果に劣らない大きな収穫がありました。残心の大切さです。試合期間中うまくいかない時がありました。動作が流れてしまっている。指摘を受け、「動作には残心が伴わない」との言葉を思い出してなんとか

復活出来ました。残心は一つ一つの動作にメリハリをつけ、そして生かすものだと感じました。

##### 二の立 小田切祐典

自身初めての国民体育大会への出場は、近的優勝・遠的六位という成績をもつて終えることが出来ました。応援や激励をくださった会長をはじめ県連弓士の方々、支えてくれた家族や友人、頼もしい指導をいただいた強化部の先生方、共に戦った三種別の選手、そして成年男子として試合に臨んだ清水・平澤の両選手に心からの感謝を申し上げます。



北信越ブロックの練習日、遠的に悩む私に対し大口先生が『とにかく自分の精一杯の弓を引け』と言ってくださ

いました。スツと気持ちが軽くなったのを感じています。本国体の決勝最後の一本まで、この言葉を振り所にして引ききることができました。最高の仲間にも恵まれ、チーム長野の一員として活躍できたことを嬉しく思います。今後も精進に努めます。どうもありがとうございました。

##### 三の立 平澤 敏弘

わかやま国体最終日、成年男子近的決勝トーナメントへ向かう車の中で、強化部長の永藤先生が言った言葉、勝利への一番の近道は遠回りすること。これはメジャーリーグで活躍するイチロー選手が言った言葉だそうですが、これが付矢から決勝戦まで頭から離れません。弓道は正にこの言葉通りで、勝ちに囚われの中を意識すると、己の悪い癖が出てしまい勝利は遠退いてしまいます。国体の様な大舞台こそ、



正射必中を意識して臨むことが大切だと考えながら決勝トーナメントの弓を引きました。結果、長野県初の成年男子の近的優勝。更に決勝トーナメントは

## 遠的八位入賞!

#### 成年女子

##### 一の立 竹花 葵

高校時代北信越国体で悔し涙を流してから時が経ち、今年成年として夢だった本国体出場となりました。



不安や期待と様々な気持ちを抱え挑んだ国体は遠的八位という賞状を長野に持ち帰ることで幕を閉じました。しかしこの結果に満足はしていません。今回の事を次に繋げ、来年も必ず選手となりより上を目指したいと思ひます。

最後になりましたがどんな状況でも熱心に根気強く指導してくださった先生方、一緒に練習を重ねた仲間、応援してくださった職場の方々や家族、友人

に本当に感謝しています。ありがとうございます。ございました。

### 二の立 牧野ふみ江

二回目の出場となった「二〇一五紀の国わかやま国体」。今回は大会の流れを経験していたため、不安なく競技に臨むことが出来ました。

全日本選手権直後から始まった国体遠征。食事と睡眠に気を配りつつ、仲間たちとひたすら切磋琢磨した日々は、未熟な私にとつて素晴らしい成長の糧となりました。

たとえチーム戦であれ、一本の中りが勝敗を左右します。常に基本を意識しつつ一本を大切に全力集中していましたが、不調な時は仲間助けられ、改めて絆の大切さを実感しております。

私としては不甲斐ない成績で終わってしまい、とても悔しい気持ちですが、この気持ちバネに、これからの弓道人生に活かしてまいります。

監督並びに役員の皆様の長期に亘るご指導と、長野県弓道連盟の皆様のおかげで温かい応援に心から感謝申し上げます。



成年女子は千葉の入賞以外

### 三の立 井原 寿恵

ずつと結果が残せず、悔しい思いをしてきました。まずは予選突破を目標に本番に臨みました。安心できる

仲間に支えられ自分の弓に集中する事ができ、予選通過できました。

決勝トーナメントでは思うように点数が伸びませんでした。八位に入賞する事ができました。

国体に出場して毎回思う事は、沢山の人が支えられ、応援していただいているという事です。これまで指導して下さった先生方、沢山の応援をして下さった飯伊支部の皆様。感謝の気持ち忘れず、また来年に向け、稽古をしていきたいと思えます。

### 成年女子監督 北嶋 晋

[Carlos Kitajima Fuentes]

四年ぶりに強化部に復帰した本国体で遠的第八位入賞を果たせてうれしく思います。

しばらくお目にかかっていなかったジェームズ教授に会うことができ



ましたし、和歌山で教員をしてる後輩にも会うことができました。本当に楽しい一週間でした。いろいろとお世話になりました。ありがとうございます。ございました。

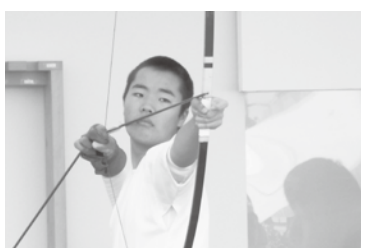


## 遠的五位入賞!

### 少年男子

### 一の立 青木俊太朗

私は、和歌山国体に少年男子の一員として参加することが出来ました。県代表に選ばれてから合宿を重ね、チーム長野としての気持ちも高まる中で、



最大の難関は北信越国体でした。初日の遠的では四位の結果となりましたが、近的で一位と挽回し総合二位で念願の本国体出場を勝ち取

りました。本国体では、近的では悔しい思いをしましたが、遠的では、五位入賞することができました。これも、強化部の先生方をはじめ多くの方の支えと仲間の力があってこそだと思います。応援して頂きありがとうございます。これからの弓道人生を精進していきます。

### 二の立 伊藤 益瑠

私は第七十回和歌山国体に参加して初めて遠的をやりました。強化部の先生方に指導していただいたのですが、なかなか点が伸びず



に北信越国体で私は少年男子の中で最低点を出してしまいました。その後も点は上がってはいいましたがなかなかよい点数が出せませんでした。なので本国体当日に予選から安定して点数が取れた時はとても安心しました。結果、少年男子は遠的五位に入賞することができとても嬉しかったです。そしてそれはチームのひとりひとりそれぞれが精一杯やった結果だと思っています。

三の立 金子 夏暉

今回が初めての国体出場でした。いろんな方に指導していただいて射は上達したと思います。結果だけ見ればもう少し上位に入れたと思います



でよく成長してくれました。初監督でしたが選手の頑張りによりいい思いをさせてもらえました。青木、伊藤、金子。ありがとうございます。



第七十回二〇二五紀の国

わかやま国体のご報告

強化部長 永藤 聡

いまですが、後悔はありません。これまでも他の二人や強化部、成年の方々と一緒にとても楽しく練習させていただきました。そのなかで改善点は見つけて直してきたと思います。それでも思い通りの順位を取れなかったのは、まだまだ自分たちに足りないものがあつたからです。なので今度はそのを全部直してまた国体に挑戦してみたいです。

少年男子監督 伊藤 公二

この度、第七十回「紀の国わかやま国体」へ少年男子の監督として参加して参りました。結果はすでに報告されている通り、遠的第五位、近的は一本足らずで予選敗退という結果でした。

少年男子の入賞は第六十六回山口国体以来の事になります。北信越国体の遠的の結果からみると一ヶ月間

今回の国体では、成年男子が近的優勝、遠的六位、成年女子が遠的八位、少年男子が遠的五位に入賞し、天皇杯三位という成績を上げることができました。特に成年男子の初優勝は、決勝トーナメントで一本も外すことなく全射的中するという史上初の快挙をしてくれました。これは閉会式の講演で、遠的予選の過去最高点の一八六点とともに、全日本弓道連盟会長から称えていただきました。

は正しい射法射技や体配・心が必要だという事だと思えます。ただ、的中で順位が決まる国体では、的中だけを求めて射技の乱れている県も見受けられます。われわれ強化部は一次選考会から一貫して、射技の優れているもの、正しい射を求めているものを選考しております。過去には一次選考会で全く中らず選考され、その後の中を伸ばし本国体に出場したのもいます。本年も、強化練習や合宿から本国体の練習会場まで正しい射を求めてきました。それを本番で実行してくれた選手だったからこそ今回の結果につながったと思います。

最後に、監督の仕事についてひと言。監督の仕事は練習会場で選手の射を見ることです。「見る」という字より、「診る」と書いたほうがしっくりきます。あとは雑用ばかりです。そして本番で射場に入ると、監督の出来ることはほとんどありません。発言はもとより動作も制限されます。動いて注意を受けたこともあります。では何をするかというと、昔、松本の甲斐先生が成年女子の監督の時、ここぞという場面で「おもわず、親父の戒名唱えちゃったよ」と、おっしゃっていました。そのくらいしか出来ません。私も今回計算してみると、かるく五〇〇回以上父の戒名を唱えていました。いつ



の間にか、墓参りに花と手土産を添えて行くことも約束してしまいました。その約束は国体から帰ってすぐ果たしました。他の人は少し違うかもしれませんが、こんなことが監督の仕事です。

すみません。最後は蛇足になりましたが、強化のため一年間ご支援いただいた県弓道連盟の皆様感謝いたします。また、御声援、激励文、お心遣いや、遠く和歌山県田辺市まで応援に来ていただきました皆様、厚く御礼申し上げます。ありがとうございました。

# 平成二十七年教士研修会

松本支部 教士六段 滝澤 武子

平成二十七年教士研修会が十月十日・十一日の二日間、中野市営弓道場にて開催され、講師に元全日本弓道連盟会長 鈴木三成先生(範士十段)をお迎えし、研修生十一名での研修会でした。まずは準備運動で身体をほぐし、午前十時から開講式が始まりました。平野英孝研修生、県弓連副会長の拝礼・挨拶と講師紹介。その後講師である鈴木三成先生よりご挨拶を頂いた。このあと土屋隆研修生の礼記射義・射法訓の唱和で開講式を終了した。

矢渡に移り、射手松島貞治研修生、第一介添大久保まき子研修生、第二介添中野英治研修生が務めた。緊張の中で「矢渡」が終了。鈴木範士から「迫力のある矢渡で間合い、息合、気合い、良しだ。」とご講評頂いた。研修生の一手行射が始まった。全員が引き終わったあと講師による講評があり、研修会を通して研修生各自に、自らの課題への認識とその解決が促された。午後からの講

師講話は鈴木範士の話が面白く、東北弁混じりで弓・楯について話された。「素材はその人なりの、その人にあつたものを選んでほしい。そのためにはその人の体格・骨格にあつた弓を、その人の右手の形にあつた楯を選んでほしい。」

その後、研修生の一人一人の射の見取り稽古をしながら相互研修が行われ、午後四時に平野研修生の先導で拝礼し、一日

目が終了。宿泊先のホテル・懇親会会場へ移動し、鈴木範士を囲んで、お酒を飲みながら弓道談義に花が咲き、普通は聞けない質問やら裏話に歓声が上ががり、時間が過ぎるのを忘れ楽しいひと時を過ごさせ



て頂きました。

二日目は土川先生の拝礼・挨拶の後、射礼研修は一つの射礼で行い、その後研修生は真剣に一手行射を行い、お互いに研修し合い、指導に熱が入った。私の場合は、縦線の伸について声をかけて頂いたので背筋が伸び的的中。研修のありがたさがわかりました。笑顔で福を招き、教士七段を目指します。研修生は最後に一つの射礼を行い、全員が充実した素晴らしい射になり、感動の拍手・拍手で二日間の研修会を終了する事ができました。そして教えることも教わることも勉強であることを心に銘じ、基本の大切さを再認識した研修会でした。

〒380-0935  
長野市中御所1-12-5  
TEL ▶ 026-228-3443  
FAX ▶ 026-223-4855  
通常 ▶ 8:00~18:00  
日・祝 ▶ 8:00~17:00  
定休日 ▶ 月曜日

全日本弓道具協会会員



## 謹賀新年

遠的ダンボール白黒 (79cm・100cm)  
遠的ダンボールカラー (100cm)  
遠的紙カラー貼り合わせ (100cm)



有限会社 中島弓具店

URL ▶ <http://www.nakajima-kyugu.com>

E-mail ▶ [info@nakajima-kyugu.com](mailto:info@nakajima-kyugu.com)



# 長野県弓道支部対抗競技会

昨年9月6日、県営飯田弓道場に於いて県連最大の競技会、支部対抗戦が行われました。降りしきる雨を吹き飛ばすかのように各支部からの選りすぐりの弓士達が実力を競い合いました。



### 個人近的

- 優勝 清水北登 (佐久支部)
- 2位 平澤敏弘 (飯伊支部)
- 3位 安藤直貴 (須高支部)

### 個人遠的

- 優勝 宮原勝弘 (木曾支部)
- 2位 清水北登 (佐久支部)
- 3位 浅石拓真 (小諸支部)



平成二十年新しい懐古射院が竣工しました。今でも先生の

教えられてきました。

戦後範士八段栗林実先生(平成十八年没)を中心に、正射必中、和の心(選ばず、嫌わず、見捨てない)を数少ない言葉の中に教えられてきました。

戦後範士八段栗林実先生(平成十八年没)を中心に、正射必中、和の心(選ばず、嫌わず、見捨てない)を数少ない言葉の中に教えられてきました。

戦後範士八段栗林実先生(平成十八年没)を中心に、正射必中、和の心(選ばず、嫌わず、見捨てない)を数少ない言葉の中に教えられてきました。

戦後範士八段栗林実先生(平成十八年没)を中心に、正射必中、和の心(選ばず、嫌わず、見捨てない)を数少ない言葉の中に教えられてきました。

戦後範士八段栗林実先生(平成十八年没)を中心に、正射必中、和の心(選ばず、嫌わず、見捨てない)を数少ない言葉の中に教えられてきました。

戦後範士八段栗林実先生(平成十八年没)を中心に、正射必中、和の心(選ばず、嫌わず、見捨てない)を数少ない言葉の中に教えられてきました。

戦後範士八段栗林実先生(平成十八年没)を中心に、正射必中、和の心(選ばず、嫌わず、見捨てない)を数少ない言葉の中に教えられてきました。

戦後範士八段栗林実先生(平成十八年没)を中心に、正射必中、和の心(選ばず、嫌わず、見捨てない)を数少ない言葉の中に教えられてきました。

戦後範士八段栗林実先生(平成十八年没)を中心に、正射必中、和の心(選ばず、嫌わず、見捨てない)を数少ない言葉の中に教えられてきました。

戦後範士八段栗林実先生(平成十八年没)を中心に、正射必中、和の心(選ばず、嫌わず、見捨てない)を数少ない言葉の中に教えられてきました。

戦後範士八段栗林実先生(平成十八年没)を中心に、正射必中、和の心(選ばず、嫌わず、見捨てない)を数少ない言葉の中に教えられてきました。

戦後範士八段栗林実先生(平成十八年没)を中心に、正射必中、和の心(選ばず、嫌わず、見捨てない)を数少ない言葉の中に教えられてきました。

戦後範士八段栗林実先生(平成十八年没)を中心に、正射必中、和の心(選ばず、嫌わず、見捨てない)を数少ない言葉の中に教えられてきました。

戦後範士八段栗林実先生(平成十八年没)を中心に、正射必中、和の心(選ばず、嫌わず、見捨てない)を数少ない言葉の中に教えられてきました。

戦後範士八段栗林実先生(平成十八年没)を中心に、正射必中、和の心(選ばず、嫌わず、見捨てない)を数少ない言葉の中に教えられてきました。

## 弓(仲)間(紹)介

小諸弓道会会長 宮内文雄 (小諸支部)

去る十月二十九日、三十日の二日間に亘り、紅葉まつりの始まった小諸懐古園城址の風景と、小諸懐古射院での会員の練習の様子が、NHKテレビで放送され話題になりました。

さて戦国武将仙石秀久が、慶長十七年近代城郭へ大改修にとりかかり、天下に類のない堅固な城を完成させました。現代も百名城の一つにかぞえられています。又鳥崎藤村、若山牧水など多くの文人歌人に愛され、自然美が一致し、観光客の絶える事のない風光明媚な場所に小諸懐古射院があります。

藤村も弓の稽古をしたと云われる傍らに、昭和三年西沢美好他数名の弓の愛好者が集い古材を用いて建設し、研修や交流を深めたと伝えられています。

戦後範士八段栗林実先生(平成十八年没)を中心に、正射必中、和の心(選ばず、嫌わず、見捨てない)を数少ない言葉の中に教えられてきました。

戦後範士八段栗林実先生(平成十八年没)を中心に、正射必中、和の心(選ばず、嫌わず、見捨てない)を数少ない言葉の中に教えられてきました。

戦後範士八段栗林実先生(平成十八年没)を中心に、正射必中、和の心(選ばず、嫌わず、見捨てない)を数少ない言葉の中に教えられてきました。

戦後範士八段栗林実先生(平成十八年没)を中心に、正射必中、和の心(選ばず、嫌わず、見捨てない)を数少ない言葉の中に教えられてきました。

戦後範士八段栗林実先生(平成十八年没)を中心に、正射必中、和の心(選ばず、嫌わず、見捨てない)を数少ない言葉の中に教えられてきました。

戦後範士八段栗林実先生(平成十八年没)を中心に、正射必中、和の心(選ばず、嫌わず、見捨てない)を数少ない言葉の中に教えられてきました。



▲紅葉まつり五十射会 平成 27 年 11 月 3 日



# 平成27年度 壮行会・ 平成27年9月6日(日) 県営飯田弓道場



### 団体的

- 優勝 木曾支部 宮原勝弘、上田昇、林貴徳、大島健裕、野田陽子
- 2位 飯伊支部 福澤隆夫、井原寿恵、坪井優、亀谷静江、平澤敏弘
- 3位 南佐久支部 上原徹、菊原秀浩、牧野ふみ江、亀岡英司、日向力
- 4位 上小支部 藤森千友貴、志野純也、竹花葵、手塚信幸、黒岩宥人
- 5位 佐久支部 清水北登、持田武二、小山義弘、大井峯幸、金原正



### 団体的

- 優勝 諏訪支部 岩原裕貴、原美雪、川村綾美、飯野勇希、市川隆光
- 2位 木曾支部 宮原勝弘、奥谷俊和、林貴徳、上田昇、小椋一二三
- 3位 飯伊支部 松島一夫、福澤隆夫、井原寿恵、伊藤千昭、平澤敏弘
- 4位 佐久支部 清水北登、大井峯幸、金原正、小山義弘、篠澤英次
- 5位 上小支部 藤森千友貴、志野純也、竹花葵、黒岩宥人、手塚信幸



## 私と弓道

### 松本支部 五段丸山淳子

「シブッポーン、カーンタン」  
道場内には心地よい音が響いていま  
す。「こんにちは。お願いします。」の  
挨拶と共に、私のお稽古が始まりま  
す。

弓道は高校の部活から始めまし  
た。入部のきっかけは、幼い頃から武  
道を習いたいと思っていた事と、今年  
四月に百二歳で生涯を閉じた祖母の  
「学問ができなくても姿勢だけは良  
くしなさい。」と常々口にしていた言葉  
からです。部活動では指導者はおら  
ず、三年間をとても緩く過ごしまし  
た。数年後、地元で就職し弓道教室  
に通いましたが、間もなく結婚・転居  
そして三人の子育てに突入します。  
そのまま二十年余り弓道と離れてい  
ましたが、ある新聞記事に弓道への思  
いを呼び起こされます。それは松本  
の小岩井八重子先生が「女性県下初  
の八段」になられたと報じられた記事  
でした。平成二十年、松本市弓道場の  
新築と共に練習を再開し今日に至っ  
ています。

高校時代から「引き分け時に異常に  
瞬きが多い。」と言われ続けてきま  
したが、未だに改めることができませ  
ん。半眼にすると「具合が悪いの？人  
相が悪いよ。」と言われ瞬きは却っ  
増えるのが良く見えない状態になっ  
てしまっています。どなたか良い対処方  
法を教えてくださいませんか。  
よろしくお願いたします。

私は、性別年齢を越えた人と関  
われる事や、道場の雰囲気、自分自  
身の甘さを克服できた時の喜びな  
どに「弓道」の魅力を感じます。こ  
うして弓道を続けられるのは家族が  
健康でいてくれ、恵まれたこの松本  
の弓道場で指導いただけるからで  
す。家族の健康と、毎日の素敵な出  
会いに感謝の気持ちでいっぱいです。  
「継続は力なり」と申します。これ  
からも弓道を続けることで豊かな  
感性と心の栄養をいただきたいと思  
います。



日々のお稽古ではいかに今まで真剣  
に取り組んでこなかったのか、と身に  
まされる事ばかりです。私の射は、な  
かなか思い通りにはいきません。特に

# 平成二十七年度 祝射会 (於：塩尻市弓道場)

11月15日、例年ほどの寒さは無いものの朝から小雨の降る中、塩尻市弓道場において、平成27年度長野県弓道連盟祝射会が行われました。杉田先生の範士昇格を始めとする延べ32名の方に認許状や感謝状が手渡され、祝福の拍手が送られました。外副会長による矢渡の後は祝射、答礼射が行われ、東中者には白扇が贈られました。祝賀会は中信会館に場所を移し、時間の許す限り盛大な祝宴となりました。



## 祝射会招待者

《敬称略》

招待者(33名(内4名欠席))

平成27年度優秀支部表彰

長野支部

### ■入賞者

○第66回全日本弓道大会 錬士の部優勝

平澤 敏弘(飯伊)

○第70回和歌山国体

・成年男子の部 近的優勝・遠的6位

監督 永藤 聡須 高

清水 北登 佐久

小田切 祐典(小諸)

平澤 敏弘(飯伊)

・成年女子の部 遠的8位

監督 北嶋 晋(上伊那)

竹花 葵(上小)

牧野 ふみ江(南佐久)

井原 寿恵(飯伊)

・少年男子の部 遠的5位

監督 伊藤 公二(塩尻)

青木 俊太郎(長野日大)

伊藤 益瑠(伊那弥生ヶ丘)

金子 夏暉(岡谷工業)

### ■昇段・昇格者

・範士 杉田 博(松本)

・教士 植松 守(佐久)

・錬士 滝澤 武子(松本)

丸山 重実(木曾)

湯澤 清一(諏訪)

土屋 満亀子(上小)

中田 美千(松本)

村越 良美(長野)

荒井 孝芳(長野)

### ■退任役員

重田 功(上小)

杉田 博(松本)

山田 雅亮(大北)

山口 英男(飯伊)

倉口 安彦(上伊那)

堀内 康示(上小)

荒井 英征(上小)

篠田 知博(飯伊)

# 明けましておめでとうございます

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

弓道合宿予約随時受付中!

## 帝産ロτζヂ

〒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



「ミドルセミナー」に参加して

長野支部 五段 本藤 幸恵

去る八月二十九、三十日の二日間、東御市弓道場において、土川俊市先生(教士八段)、宮坂博之先生(教士七段)のご指導のもと、ミドルセミナーが開催されました。県下各地より三十七名が参加しました。

一日目は体操、開講式、礼記射義、射法訓の唱和、受講生による矢渡と講評、その後一手指射を行い、講師講話では、土川先生による手の内の関係と働きについて。宮坂先生からはユーチューブで「バレリーナが空手に出会った日」の動画を紹介していた。だき、(手)拳の強弱と、伸筋・屈筋についてを学びました。

射技指導では、早気である点や、離れ



が引分けの延長になつていないなどのご指導を受け、一日目の講習は終了し、夜は先生方を囲んでの懇親会です。講習会では聞けない話を気さくに話して頂いたり、なかなか話す機会のない他の道場の同世代の方々とお話はとても楽しい一時でした。

二日目は着装、肌脱ぎ襷裁き、襷裁きでは高木涼子先生(教士六段)からも、ご自身の体験談を交えて解りやすくご指導頂きました。その後、射礼研修、遠的、仕上げの一手指終了。有意義な二日間を送ることが出来ました。

土川先生のお話で「基本を正しく。ゆっくりでも良いから正確にやる」「正確にやる努力が大切だ」と、基本を正確に覚える大切さを述べられており、自身の稽古を振り返ると、日頃ただ的の前稽古ばかりで、正確に正しく行うにはどうすれば良いかという工夫稽古をしているだろうかと反省し、これからは基本に則り丁寧な心がけ、今後の稽古の課題としていきたいと思えます。

平成二十一年に若手会員の育成を目的として始まった「若者のための勉強会」から参加させて頂きました。しかし卒業を迎えようとした頃、土川先生が、「ヤングセ

ミナーをやってきて、卒業した人の行き場が無い。意気込んで学んでいるそれぞれの地域で核になる人達を引き継いでいきたい。」との思いで今回二回目のミドルセミナーを開催して頂いたと伺いました。参加した受講生達も熱心に学んでおりました。

このような学びの機会を与えて下さった県弓連の先生方をはじめ、お忙しい中二日間ご指導して下さいました先生方、指導部の先生方、専用道場を使わせて下さった東御市弓道場の皆様、そして受講生の皆様に感謝致しまして、セミナーのご報告とさせていただきます。

祝 杉田博先生範士昇格 祝射会・祝賀会



▲杉田博範士による答礼射

平成二十七年十一月二十三日、松本市弓道場において松本弓道会実行委員会が中心となり、杉田範士の昇格祝射会が行われました。

ご来賓の先生方による射礼に続いて、一般の参加者が一手を捧げ、お祝いの気持ちをあらわしました。最後に気迫に満ちた杉田範士によ



▲土川俊市県連名誉会長による巻藁射礼



▲小澤敏之実行委員長による矢渡



▲外蘭公毅県連会長、百瀬正同副会長による一つの射礼

る答礼射を頂き、祝射会は締めくくられました。

その後場所をかね祝賀会が行われました。心配していたお天気にも恵まれ、終始和やかな雰囲気の中、長野県では十六年ぶりの範士誕生を大いに喜びました。

# 大会結果

## 第30回北信地区高校弓道大会

○平成27年8月30日(日) 長野運動公園弓道場  
参加人数：男子252名、女子251名、合計503名  
●個人の部(8射)

- ▲男子
  - 1位 依田 尚大(長野吉田) 8中
  - 2位 高野 智基(長野工業) 7中
  - 3位 丸山 稜斗(長野吉田) 7中
  - 4位 塩釜 圭礎(長野吉田大) 7中
  - 5位 堀内 稜太(長野東) 7中
- ▲女子
  - 1位 五十嵐もな(長野日大) 7中
  - 2位 外谷 恵瑠(長野南) 7中
  - 3位 櫻井菜々子(須坂) 6中
  - 4位 高橋 咲嬉(中野西) 6中
  - 5位 今村 佳世(長野) 6中
- 団体の部(24射)
  - ▲男子
    - 1位 長野吉田C(村本直輝、丸山稜斗、依田尚大) 21中
    - 2位 長野E(岡村京輔、本澤貴人、赤沼星哉) 17中
    - 3位 長野東B(櫻井惇也、堀内稜太、齊藤蓮) 17中
    - 4位 長野工業F(高野智基、飯島大貴、長田優太) 16中
    - 5位 長野C(金児浩弥、鈴木大樹、小林憲司) 13中
  - ▲女子
    - 1位 須坂東C(坂口穂野香、畔上ひかる、轟優衣) 15中
    - 2位 長野吉田C(廣田彩乃、小山彩夏、和泉沙織) 14中
    - 3位 長野C(竹内早希、堀那々夏、高地里奈) 13中
    - 4位 長野南B(東海林茉奈、栗本千沙都、樽田美咲) 13中

## 第57回塩尻市武道大会弓道競技

○平成27年9月13日(日)  
参加人数：中学14名、高校178名、一般46名、合計238名  
●個人の部(10射)

- 5位 須坂B(田中友梨菜、小原涼、高山恵里花) 13中

●個人の部(10射)

- 1位 小澤 剛志(弓魂) 10中
- 2位 代田 貴弘(志学館F) 8中
- 3位 丸山 清一(八ヶ岳) 8中
- 4位 奥原 大虎(美須々男子A) 8中
- 5位 島崎 優也(志学館E) 8中

●団体の部(12射)

- ▲中学
  - 1位 安曇野JSCB(平林茉優花、竹内結菜、内川あずみ)
  - 2位 安曇野JSCC(羽場紅留美、小原優夏、池田千紘)
  - 3位 安曇野JSCA(鎌田悠太、犬飼雄裕、浅井映輔)
- ▲高校
  - 1位 松商学園女子A(村上加奈、稲村夢香、相馬沙里)
  - 2位 志学館F(代田貴弘、小岩井祐貴、井原大輔)
  - 3位 美須々男子A(奥原大虎、下鳥僚介、渡大李)
- ▲一般
  - 1位 八ヶ岳(丸山清一、相澤勝浩、小池正夫)
  - 2位 安曇B(丸山真弓、牛越和枝、内山寿美)
  - 3位 混合(時岡秀教、湯澤幸司、内山喜照)

## 第65回県下弓道岡谷大会

○平成27年9月20日(日)  
岡谷市総合体育館弓道場  
参加人数：高校197名、一般15名、合計212名

●団体の部

- ▲高校
  - 1位 岡谷南八三二(浜直樹、藤森由裕、新美太一)
  - 2位 上田東(田口綾菜、柳澤実聖、小林采美花)
  - 3位 諏訪二葉A(小海雄一朗、高橋凌、金子景太)
- ▲一般
  - 1位 岡谷(飯野勇希、岩原祐貴、上野曜)
  - 2位 飯田女子短大(小林博正、黒田あゆみ、北原知佳)
  - 3位 塩尻(榎葉良美、松井勇樹、本道啓行)

●個人の部

- ▲高校
  - 1位 浜 直樹(岡谷南)
  - 2位 新美 太一(岡谷南)
  - 3位 池上 和人(箕輪進修)
  - 4位 加古太久摩(下伊那農業)
  - 5位 片桐 圭斗(伊那北)
- ▲一般
  - 1位 岩原 祐貴(岡谷)
  - 2位 原 深雪(諏訪)
  - 3位 湯澤 久(箕輪)
  - 4位 小林 博正(上田)
  - 5位 飯野 勇希(諏訪)

## 信州ねりんピックスポーツ交流大会弓道競技

○平成27年10月3日(土) 長野運動公園弓道場

- 1位 金原 正(佐久)
- 2位 奥山 誠治(長野)
- 3位 丸山 清一(諏訪)
- ▲最高齢者賞
  - 男子 今井 勉(上伊那)
  - 女子 中村 尚子(安曇)

## 第52回池田町弓道場開設記念県下弓道大会

○平成27年10月11日(日)  
参加人数：高校185名、一般41名、合計226名  
●個人の部(近射8射)

- 1位 廣瀬 豪則(美須々男子E)
- 2位 石井 拓弥(美須々男子A)
- 3位 古畑 樹(松本嶺ヶ崎B)
- 4位 百瀬 佳奈(美須々女子D)
- 5位 中山 雅之(白嶺)

●団体の部(近射24射)

- ▲高校
  - 1位 美須々男子A(石井拓弥、百瀬友貴、奥原大虎)
  - 2位 美須々女子A(上條理花、小坂綾音、奥原菜々子)
  - 3位 美須々女子G(朝倉優香、上條華果、岡田彩夏)
- ▲一般
  - 1位 甲府S(倉鹿野智也、野矢晴香、豊田浩正)
  - 2位 木曾(野田陽子、中村永子、広田義照)
  - 3位 白嶺(中山雅之、野村源太、松井智也)

## 第35回長野市民体育祭弓道大会

○平成27年10月11日(日) 長野運動公園弓道場  
参加人数：中学15名、高校男子159名、高校女子151名、一般44名、合計369名  
●個人の部(8射)

- ▲中学
  - 1位 野田 龍輝(長野日大)
  - 2位 佐藤 侑紀(長野日大)
  - 3位 樋口 遥(長野日大)
  - 4位 岡宮 利奈(長野日大)
  - 5位 後藤 友作(長野日大)
- ▲高校男子
  - 1位 松本 航歩(長野吉田)
  - 2位 小泉 貴寛(長野商業)
  - 3位 齊藤 蓮(長野東)
  - 4位 小林 龍人(長野高専)

- ▲高校女子
- 5位 塩釜 圭礎(長野日大) 6中
- 1位 五十嵐ももな(長野日大) 7中
- 2位 丸山 莉沙(長野吉田) 6中
- 3位 武田 梨央(長野商業) 6中
- 4位 寺島 祐雅(市立長野) 6中
- 5位 廣田 彩乃(長野吉田) 6中

- ▲一般
- 1位 滝沢 聡子(澤矢香) 6中
- 2位 中島 勁(長鉄クラブ) 6中
- 3位 細田 尚(尚弓会B) 6中
- 4位 荒井 孝芳(長野運動公園A) 5中
- 5位 宮澤久美子(澤矢香) 5中

- ▲団体(近の8射)
- 1位 長野吉田C(村本直輝、丸山稜斗、依田尚大) 16中
- 2位 長野吉田A(松本航歩、宮崎大地、高橋広海) 15中
- 3位 長野東B(櫻井惇也、堀内稜太、齊藤蓮) 15中

- ▲高校男子
- 1位 長野吉田C(村本直輝、丸山稜斗、依田尚大) 16中
- 2位 長野吉田A(松本航歩、宮崎大地、高橋広海) 15中
- 3位 長野東B(櫻井惇也、堀内稜太、齊藤蓮) 15中

- ▲高校女子
- 1位 長野吉田B(丸山莉沙、木村光菜、和泉沙織) 13中
- 2位 長野日大A(五十嵐ももな、山崎愛海、黒岩あこ) 12中
- 3位 長野吉田C(廣田彩乃、小山彩夏、松下遙奈) 12中

- ▲一般
- 1位 澤矢香(滝沢聡子、藤沢敏恵、宮澤久美子) 16中
- 2位 尚弓会(山本明子、北村栄吉、飯塚邦洋) 12中
- 3位 長野玄武隊(町田孝夫、佐藤正之、白澤恒夫) 11中

- ▲高校
- 1位 池本 優太(松本深志男子(海)) 7中

第58回松本市民体育大会 秋季弓道大会

○平成27年10月12日(月・祝) 松本市弓道場  
参加人員…一般73名、高校186名、合計259名  
▲個人の部(近の8射)

- 2位 相場 卯衣(松商女子C) 7中
- 3位 波多腰万由子(県陵女子D) 6中
- 4位 田中 俊介(松商男子B) 6中
- 5位 相馬 沙里(松商女子A) 6中

- ▲一般
- 1位 渡邊 巧(信大C) 6中
- 2位 泉 夏暉(信大B) 6中
- 3位 吉村 和貴(信大C) 6中
- 4位 戸田 健太(信大A) 5中
- 5位 杉田 博(チームすぎちゃん) 5中

- ▲団体(近の24射)
- 1位 松商女子A(村上加奈、稲村夢香、相馬沙里) 15中
- 2位 松商男子B(佐伯凌、奥田夏希、田中俊介) 15中
- 3位 蟻ヶ崎C(仲川葉、古畑樹、浅原のりえ) 15中

- ▲高校
- 1位 松商女子A(村上加奈、稲村夢香、相馬沙里) 15中
- 2位 松商男子B(佐伯凌、奥田夏希、田中俊介) 15中
- 3位 蟻ヶ崎C(仲川葉、古畑樹、浅原のりえ) 15中

- ▲一般
- 1位 信大A(六川尚也、吉沢純太郎、戸田健太) 14中
- 2位 信大B(泉夏暉、鹿島淳矢、伊藤和尊) 13中
- 3位 信大C(吉村和貴、佐藤美珠樹、渡邊巧) 13中

- ▲高校
- 1位 奥田 伸哉(佐久総合技術) 6中
- 2位 熊谷 極門(野沢南) 6中
- 3位 齋藤 武直(野沢南) 5中

- ▲一般
- 1位 清水 北登(佐久) 8中
- 2位 大井 峯幸(佐久) 6中
- 3位 小田切祐典(小諸) 6中
- 4位 浅石 拓真(小諸) 5中
- 5位 金原 正(佐久) 5中

第41回佐久市民弓道大会

○平成27年10月12日(月・祝) 駒場公園弓道場  
参加人数…高校102名、一般37名、合計139名  
▲個人の部(8射)

平成27年度長野県高等学校新人大会

○平成27年10月17日(土) 18日(日) 塩尻市弓道場  
参加人数…590名  
▲個人の部(12射)

- ▲男子
- 1位 塩釜 圭礎(長野日大) 11中
- 2位 依田 尚大(長野吉田) 11中
- 3位 長谷川 海(駒ヶ根工業) 11中
- 4位 金子 景太(諏訪二葉) 10中
- 4位 宮崎 直人(岡谷工業) 10中
- 4位 宮川 雄大(飯山) 10中

- ▲女子
- 1位 唐澤 莉佳(岡谷東) 11中
- 2位 生川 莉子(松本県ヶ丘) 10中
- 3位 馬場 絢音(駒ヶ根工業) 10中
- 4位 原 風香(下伊那農業) 9中
- 4位 利根川 聖花(屋代) 9中
- 4位 田口 綾菜(上田東) 9中

- ▲男子
- 1位 長野吉田C(村本直輝、丸山稜斗、依田尚大、小林由登) 25中
- 2位 長野工業(高野智基、飯島大貴、長田優太、田仲飛翔) 25中
- 3位 松本美須ヶ丘A(石井拓弥、百瀬友貴、奥原大虎、渡大季) 24中
- 3位 長野C(本澤貴人、横山英司、落合悠介、加藤千晴) 21中

- ▲女子
- 1位 屋代(利根川聖花、滝澤陽菜、市川美穂、山口萌々子) 23中
- 2位 長野吉田A(廣田彩乃、小山彩夏、松下遙奈、中島杏歌) 23中
- 3位 松商学園A(村上加奈、稲村夢香、相馬沙里、相場卯衣) 23中
- 3位 長野西A(保科百花、清水遙菜、秋山稀三音、本間梨紗) 20中

第13回千曲市長杯弓道大会・一般の部

○平成27年10月25日(日) 千曲市弓道場  
参加人数…37名  
▲近の競技

- 1位 横澤 志織(善光寺) 7中
- 2位 飛知和明弘(東御) 5中
- 3位 中野 孝志(千曲) 5中
- 4位 浅石 拓真(御代田) 5中
- 5位 大井 峯幸(佐久) 5中

- ▲金的
- 荒木 義博(長野) 5中
- 金的 山田マサエ(松本)

第13回千曲市長杯弓道大会・高校の部

○平成27年11月3日(火・祝) 千曲市弓道場  
出場チーム…男子38チーム、女子34チーム  
▲男子

- 1位 長野吉田B(土屋息吹、村本直輝、丸山稜斗、宮崎大地、依田尚大) 29中
- 2位 塩尻志学館(代田貴弘、島崎優也、小岩井祐貴、塩原真仁、井原大輔) 25中
- 3位 長野日大A(齋藤一翔、山崎太智、岡田卓也、山岸龍之介、田中一夢) 25中
- 4位 長野日大B(伊藤颯、小林朋史、湯本凌央、下崎健太郎、塩釜圭礎) 23中
- 5位 中野立志館B(北沢洋太、北村真都、本間悠、上原佑介、米持郁矢) 21中

- ▲女子
- 1位 屋代B(利根川聖花、滝澤陽菜、戸澤ちひろ、吉越理乃、市川美穂) 23中
- 2位 市立長野B(寺島祐雅、栗原怜子、宮澤唯花、飯塚佑華、岡沢真鈴) 23中
- 3位 塩尻志学館(上條結惟、中島みはる、高木紫帆、藤原くるみ、野口菜々子) 20中
- 4位 長野日大B(五十嵐ももな、佐藤侑紀、山崎愛海、岡宮莉奈、黒岩あこ) 18中
- 5位 長野B(竹内早希、岡澤優花、高地里奈、田幸里菜、堀那々夏) 18中

第27回 国宝松本城奉射弓道大会

○平成27年11月3日(火・祝) 松本市弓道場  
参加人数…一般112名、高校204名、合計316名

■高校の部

- 1位 片瀬 知樹(天町C) 7中
2位 池本 優太(松本深志男子B) 7中
3位 小坂 大也(向陽A) 7中
4位 蟹澤 史弥(駒ヶ根工業B) 7中
5位 東城 杏太(美須々男子B) 6中

▲女子

- 1位 塩原 亜美(志学館A) 7中
2位 唐澤 莉佳(岡谷東女子A) 6中
3位 一之瀬恵里香(穂高商業C) 6中
4位 松田 悠華(穂高商業C) 6中
5位 桂川 真菜(向陽C) 5中

■一般の部

- 1位 保木野克海(信州大学A) 7中
2位 豊田 浩正(甲府A) 7中
3位 白田 岳大(信州大学B) 7中
4位 中島 大地(信大医学部B) 7中
5位 深澤 健二(松本) 7中

第64回 上田市民総合体育大会弓道競技

○平成27年11月8日(日) 上田城跡公園弓道場  
参加人数…高校男子64名、高校女子31名、一般26名、合計121名

■高校の部

- 1位 田中 智也(上田染谷丘) 8中
2位 小林 京(上田千曲) 7中
3位 宮下 侑亮(上田東) 7中

▲女子

- 1位 小林采美花(上田東) 7中
2位 大野田早紀(上田千曲) 6中
3位 小宮山雪菜(上田染谷丘) 4中

■一般の部

▲男子

- 1位 村松 和彦 6中
2位 高橋 正弘 6中
3位 志野 純也 6中

▲女子

- 1位 中島 洋子 5中
2位 チュンピタス 4中
3位 松本 佳奈 4中

第45回 北信越弓道選手権大会

○平成27年11月8日(日) 富山県営弓道場

■個人の部

- 1位 田畑 貴康(福井) 12中
2位 小田切祐典(長野) 12中
3位 滝沢 勇馬(富山) 11中

▲男子有段者

- 1位 山口 千春(石川) 10中
2位 咲川 敦子(石川) 10中
3位 浅野 里恵(福井) 9中

▲女子有段者

- 1位 平澤 敏弘(長野) 12中
2位 中村 裕美(石川) 11中
3位 曾山 良和(石川) 11中

■団体の部

- 1位 長野県(小田切祐典、柴翔太、清水北登) 32中
2位 福井県 28中
3位 富山県 25中

▲女子有段者

- 1位 石川県 26中
2位 長野県(川村綾美、原深雪、井原寿恵) 22中
3位 福井県 20中

▲称号者

- 1位 石川県 29中
2位 長野県(亀岡英司、牧野玄江、平澤敏弘) 26中
3位 富山県 22中

第18回 全日本官公庁弓道大会

○平成27年11月21日(土) 明治神宮第二弓道場

▲団体戦

- 2位 塩尻市役所(佐藤麻由、官林夕夏、宮原勝広)

第71回 国民体育大会弓道競技 長野県成年

○平成27年11月22日(日) 塩尻市営弓道場  
成年男子13名

▲藤森千友貴(上小)

- 中村 祐貴(上小)
志野 純也(上小) 小田切祐典(小諸)
清水 北登(佐久) 宮原 勝広(木曾)
柴 翔太(諏訪) 市川 隆光(諏訪)
岩原 祐貴(諏訪) 西村 陽一(上伊那)
蟹澤 史弥(上伊那) 坪井 優(飯伊)
平澤 敏弘(飯伊)

▲成年女子9名

- 中村 真美(須高) 伊藤 梓(長野)
宮澤久美子(長野) 竹花 葵(上小)
柳澤 真純(上小) 内山 寿美(諏訪)
原 深雪(諏訪) 川村 綾美(諏訪)
井原 寿恵(飯伊)

昇段昇格者

【北信越地区】臨時中央審査

- ▽錬士の部 平成27年9月12日
村越 良美(長野支部)
荒井 孝芳(長野支部)

【関東地区】臨時中央審査

- ▽六段の部 平成27年10月4日
小越 剛(松本支部)
手塚信一郎(上伊那支部)
守屋 道則(大北支部)

【東京】定期中央審査

- ▽六段の部 平成27年10月31日
宮阪 和久(中高支部)
松倉 志(長野支部)
松下はるみ(長野支部)

一枚の写真

十月二十五日午後、「第三十七回長野運動公園弓道クラブの創立射会を始めます」私にとって昭和五十四年の創部には思い出深いものがあります。昭和五十三年に長野市で第一回目の弓道教室が開催されました。私はその翌年、第二回女性弓道教室に参加させて頂きました。その時の弓道場は、体育館の二階に塚があったように記憶しております。講師の諸先生方は、山内先生、大久保先生、村田先生でしたが、その頃は先生方の偉大さを全く存じ上げず、今から思出すと冷や汗が出ます。とても優しく親切にご指導ください、そのまま続けていくつもりでございました。が、(理由あり)断念！その十五年後、ふと一枚の集合写真が見つかったのを機に再び弓道教室にお世話になりました。その集合写真には鉄筆で名前をガリ刷りされた薄葉紙らしき紙が生徒と重なるように貼られており、当時の講師の先生方の温かい思いがひしひしと伝わってきました。今、請われるままに(僭越ながら)集合写真を撮らせて頂いているのも、三十六年前のその一枚が、原点となっております。そういえば(理由あり)の息子が今年三十六歳！三十六年前の集合写真をぼんやり眺めながら、歩んできた人生に思いを巡らせる今日このごろです。

長野支部 加藤 明美