

るため、『竹刀は日本刀』であるとの観念を基とし、木刀を使用して「刀法の原理・理合」『作法の規範』を理解させるとともに、適正な対人的技能を中心に技を精選し指導するものとした。」とある。次に習技者の呼び方について。

技を受ける方を「元立ち」、技を懸ける方を「懸かり手」と呼ぶ。これは習技は基本的に集団指導によるもので、相互に平等の立場で行うという観点からである。

次に間合いについて主な注視点。
三歩前進後の躊躇しながらの木刀の抜き合わせと、技の終了した時点の間合いは「横手あたりを交差させる間合」とする。また打突の間合は「一足一刀の間合」である。打突時のかけ声は日本剣道形の「ヤー、トー」ではなく「メン、コテ、ドウ、ツキ」の打突部位名である。

では基本1から基本9までの懸かり手だけの手順を再度おさらいしよう。最初と最後の礼法については省略する。また細かい注意点は省略する。

基本1 一本打ちの技（正面小手、胴、突き）
右足を一步踏み出しながら大きく振りかぶりメンの掛け声とともに正面を打つ。

基本2 二、三段の技（小手面）
右足を一步踏み出しながら大きく振りかぶりコテの掛け声とともに右小手を打つ。

右足を一步踏み出しながら大きく振りかぶりメンの掛け声とともに正面を打つ。

左足より送り足で一步後退して残心。さらに一步後退して一足一刀の間合。さらに一步後退して横手交差。

基本3 払い技（払い面）
右足を一步踏み出しながら表編を使って払い上げ元立ちの構えを崩し大きく振りかぶってメンの掛け声とともに正面を打つ。一步後退して残心。さらに一步後退して横手交差。

基本4 引き技（引き胴）
右足を一步踏み出しながら大きく振りかぶりメンの掛け声とともに正面を打つ。やや前進して鐔迫り合いとなる。元立ちの鐔を押し下げる。左足を引きながら振りかぶり右足を引きつけると同時にドウの掛け声とともに右胴を打つ。左足より送り足で一步後退して残心。さらに一步後退して横手交差。

基本5 抜き技（面抜き胴）
右足をやや右斜め前に出しながら振りかぶりドウの掛け声とともに右胴を刃筋正しく打つ。一步後退して正対しつつ中段で残心。左足から左に移動して横手交差。

基本6 すりあげ技（小手すりあげ面）
左足から一步後退しつつ裏編ですりあげながら大きく振りかぶり直ちにメンの掛け声とともに鋭く正面を打つ。正面を打った氣勢のまま残心を示す。左足から後退し横手交差。

基本7 出ばな技（出ばな小手）
元立ちの起こり頭を捉え右足を一步踏み出しながら小技ですばやくコテの掛け声とともに右小手を打つ。左足より送り足で一步後退して残心。さらに一步後退して横手交差。

基本8 返し技（面返し胴）
右足をやや右斜め前に出しながら表編で迎えるように応

じ、すかさず手首を返して右斜め前に出てドウの掛け声とともに右胴を刃筋正しく打つ。一步後退して正対しつつ中段で残心を示す。左足から左に移動して横手交差。

基本9 打ち落とし技（胴打ち落とし面）
左足からやや左斜め後ろにさばくと同時に木刀の刃部、物打付近で斜め右下に打ち落とし直ちに右足から一步踏み出しメンの掛け声とともに正面を打つ。一步後退して正対しつつ中段で残心を示す。右足から右に移動して横手交差。稽古は形の如く、形は稽古の如く、「理業一致」が剣道の理想であり目標であります。子ども達と共に「師弟同行」で基本技稽古法の修練に精進致しましょう。特にすりあげ技や返し技などなかなか奥が深く、竹刀稽古にすぐ役立つものと確信します。なお「一」と二と払い引き抜き上げ、出ばな返し打ち落としなど、出ばな返し打ち落としの方も紹介しておきます。参考までに。

継続は力なり

天草市五和町 泉 眞喜夫

「継続は力なり」と口で言うのは簡単だが、いざ実行するのは大変難しい。私は、中学（五和東中）から剣道を始め、紆余曲折あったが、どうにか現在まで剣道を続けることができた。中学、高校、大学時代は剣道部に所属していたので、さぼりたくても先生や先輩の目が怖くてさぼれなかった。最上級生になっても頑張っている同級生や後輩た

ちの手前さぼるわけにはいかなかった。この時代は、自分の意志よりも集団の力によって継続させられてきた感がある。社会人一年目。鹿本郡（現山鹿市）鹿本町の千田小学校に勤務し、週一、二回勤務後に十分ほど車を走らせ、熊本市の振武館（当時は上通りの熊日裏にあった）に通った。振武館は狭い上に稽古参加者が多く、元立ちの先生方と稽古できるのはせいぜい一、二番だった。約一ヶ月ほど通ったが、学校の職務も忙しくなり、だんだん足が遠のいていった。鹿本郡市体育大会に鹿本町代表として参加したことがきっかけで、鹿本郡市代表として県民体育祭に出場することができた。県民体育祭の約二ヶ月間は、山鹿市武道館で週二、三回稽古することができたが、県体が終わると一般の稽古も無くなった。学校に少年サッカークラブが創設され、私もサッカー部の顧問兼指導者としてサッカー指導に携わるようになった。山鹿での残り二年間は、剣道の稽古は県体前の二ヶ月間だけになってしまった。

教員四年目、異動により栖本小学校へ赴任した。栖本には前栖本駐在所勤務の高山先生が創設された栖本少年剣道クラブ青志会があり、多くの小中学生の少年剣士が所属し、新しく赴任された西田先生が指導されていた。中学校には有段者の木村臣進先生も赴任され、私と共に指導者として参加された。私は、県サッカー協会の天草地区代表者にも任命されていたので、部活動としてサッカー部を担当し、剣道とサッカーの二足のわらじを履くことになった。少年剣道クラブは栖本小学校の体育館で練習していたので、剣



道とサッカーの練習日を分けて指導したり、サッカーが終わってから地稽古の元立ちの時間だけ参加したりしながら栖本小学校での六年間を過ごした。栖本小赴任当時は四段だった。昇段への意欲はなかったが、西田先生から、剣道部の子どもたちのためにも昇段試験を受けるように勧められ、五段に挑戦し、合格することができた。

三校目として亀場小学校へ赴任した。亀場小学校には剣道部はなかったため、サッカー部の指導だけに専念した。剣道は本渡市代表として県民体育祭に出場する前の稽古だけになってしまった。

次は、新設された本渡東中学校勤務となった。子ども達の頃からの夢だった中学校の剣道部監督になることができ、大変嬉しかった。優秀な部員にも恵まれ、三年計画で中体連優勝をめざして剣道指導に燃えた時期である。しかし二年間で天草青年の家へ転勤になってしまった。

天草青年の家では、職務と剣道は関係が無く、剣道への情熱も冷めかけたが、本渡東中の剣道部員と約束した六段への挑戦のため、本渡武道館へ足を運んだ。そして、その

年の秋、日本武道館で行われた昇段審査で六段に合格することができた。六段合格後は、新任教頭や県庁勤めなど職場環境が変わったこともあり、剣道からしばらく遠ざかってしまった。

平成十年、再び天草青年の家に勤務するようになった。その頃は、毎週金曜日に西山先生がアロマで行われていた稽古会においてになり、一般相手に指導されていた。私もその稽古会に参加し、西山先生にご指導いただくようになった。西山先生にはどんなに向かつていても函が立たなかつたが、一生懸命稽古に励んだ。その内に、西山先生から七段へ挑戦するように勧められた。私の心にも七段挑戦への欲が出てきて、水曜日の武道館での稽古会にも参加するようになった。当時、箕田先生が天草養護学校の教頭先生として天草に赴任しておられ、水曜日の稽古会に参加されていた。金曜日には西山先生、水曜日には箕田先生から指導していただき、七段合格への自信も少しずつ湧いてきた。ある時、西山先生から稽古後のお話の中で「泉先生、あなたは（昇段試験は）グーばい。」と指で輪を作りながら太鼓判を押してもらった。その後挑んだ日本武道館での昇段試験では、「西山先生から太鼓判を押していたのだから、自分が絶対に合格する。」と言いつけて臨んだ。その結果、一回目の挑戦で合格することができた。

その後、校長として五木村に単身赴任した三年間は、また剣道から遠ざかってしまったが、水俣市に単身赴任した一年間は、毎週水曜日に水俣市武道館で稽古を続けることができた。そして、上天草市立今