

| | | | |
|----|------|------|----------------|
| 監督 | 木俣録八 | コーチ | 富澤・岩田・本橋・田中・川端 |
| 主将 | 河合亮一 | 副務 | 金子哲也 |
| 副将 | 頼政秀幸 | | 藤原 真 |
| 主務 | 窪田圭司 | 部報担当 | 近藤/藤原 |

弓道

第481号 1/2
2017. 1. 6
NTT東日本東京
弓道部

謹賀新年

実業団加盟事業所・地域弓友各位にあらせられますは、輝かしい新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。旧年中はご指導・ご鞭撻並びに、NTTサービス事業、ご理解とご支援を賜り感謝申し上げます。我々弓道部員は各種弓道大会を通じて弓道普及に微力を尽くすとともに電気通信サービス向上に努力いたしますので、本年もよろしくお願い申し上げます。

木俣監督：皆様、あけましておめでとうございます。

本年も宜しく願い致します。新人が増え、月例会も参加者が20人を超える会が増えてきました。活気が出て、非常に良い傾向だと思います。本年も引き続き、皆様の参加をお待ちしております。それと、この流れに乗って、実業団や勤労者の大会にて、結果が残せるように精進していきたいものです。頑張っていきたいと思います。よろしくお願い致します。

河合主将：明けましておめでとうございます。

今年も全国大会での優勝を目指し部員の皆様のより一層のご協力方、何卒よろしくお願い申し上げます。

富澤コーチ：新年おめでとうございます

2017年酉年をご家族の皆様と健やかに迎えたいこととお慶び致します。弓道部も近年では若手部員の入部が増加傾向にあり嬉しく思います。新旧が切磋琢磨し弓道部を盛り上げ、なお一層の飛躍の年となる事を祈念いたします。さて、私は昨年11月に七段を認許されました、これは部員皆様のご指導の賜物と感謝申し上げます。本年もより一層の精進に励みますのでご指導ご鞭撻のほど宜しくお願い致します。

岩田コーチ：新年おめでとうございます。

昨年中はお世話になりました。本年もよろしくお願い致します。昨年は土壇場で女房が具合が悪くなり入院しました。お陰様で退院し二人で静かな年越しができました。今年も基本を大切に射品射各を高め鋭い射と的中を目指します。

藤原部員：新年おめでとうございます。

今年、この2年程取り組んでいる射の改造を完遂できるように努力したいと思っております。本年もよろしくお願い致します。

近藤顧問：今年酉年、目標に向かって元気に羽ばたきましょう。

全日本勤労者並び実業団大会こしばらく伸び悩んでいます。近年若手部員の入部で部活に活気が出てきました。合同稽古と部独自研修に力点を置いて的中率の向上させ、部の強化を図っていただき、各種大会での上位入賞を果たせるよう期待し、その結果を部報で発信できる年にしていきましょう。

保科部員：明けましておめでとうございます。

今年の干支は酉です。物事が頂点まで極まった状態で、習い事などで良い結果が得られるのが酉年だと言われています。若い部員の活躍に期待し飛ぶ鳥を追い抜く勢いで、大いに羽ばたき、全国制覇を成し遂げていただきたいと思います。OBの仲間共々応援しますので、元気な姿を見本にして活気ある部活動を期待しています。昨年末、近藤顧問のご苦勞した送付メールを皆様読まれたと思います。「継続は力なり」とのこと記録が益々更新されますよう、部員一丸となり頑張りましょう。本年も宜しく願い申し上げます。益々元気な(気持ちだけ)後期高齢者より。

成松部員：新年おめでとうございます。

昨年大会等でお世話になり有難うございました。大会だけの参加になってしまいましたが、暖かくお声掛け頂き大変嬉しく思っております。皆様からの暖かいご指導を頂きとても嬉しく感謝の気持ちでいっぱいです。有難うございました。距離は離れてしまいましたが、また本年も一緒させていただけますこと楽しみにしております。大会等で部に貢献できるよう、練習の時間を作り精進致します。本年もご指導ご鞭撻の程どうぞ宜しくお願い致します。

林部員：明けましておめでとうございます。

昨年入部させていただき、二十数年振りに弓道活動を再開することとなりました。運動不足が続いていた体ゆえ、あちこちの痛みを伴いながらの練習ですが、皆様に学ぶことが多く楽しく参加させていただいております。今年もよろしくお願い致します。

平成28年108射会で引き納め・・・平成28年12月31日(土)10時～18時 参加者：10名(部員6名。地域4名)

調布市入間町の中央研修センタ武道館弓道場で開催した。今年も高齢者が頑張りました。

108射会今年の記録

| 参加者名 | 所属 | 20射 | 20射 | 20射 | 20射 | 20射 | 8射 | 的中数 | 的中率 | 参加者名 | 所属 | 20射 | 20射 | 20射 | 20射 | 20射 | 8射 | 的中数 | 的中率 |
|------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|----|-----|---------|------|-----|-----|-----|-----|------|-----|-------|--------|--------|
| 杉山 | NTT | 15 | 16 | 11 | 15 | 15 | 4 | 76 | 0.70370 | 米谷 | 小平 | 12 | 10 | 7 | 9 | 8 | 2 | 48 | 0.4444 |
| 伊倉 | 中野 | 16 | 13 | 15 | 12 | 11 | 7 | 74 | 0.68519 | 竹中 | 小平 | 4 | 3 | 4 | 6 | 3 | 5 | 25 | 5.0000 |
| 保科 | NTT | 13 | 10 | 8 | 11 | 11 | 4 | 57 | 0.52778 | 井口 | NTT | 2 | 5 | 1 | 4 | 1 | 1 | 14 | 0.1296 |
| 近藤 | NTT | 11 | 10 | 6 | 10 | 12 | 3 | 52 | 0.48148 | 河合 | NTT | 16 | 12 | 16 | 7/12 | 6 | 57/80 | 0.7125 | |
| 荒川 | 砧 | 8 | 7 | 11 | 6 | 11 | 8 | 51 | 0.47222 | 木俣 | NTT | 18 | 11 | 11 | 8 | 6 | 46/68 | 0.6765 | |

今年朝から晴天に恵まれ、気温は低かったが、杉山部員が9時前に来て早々に道場整備していただき、9時半までには5名が揃い10時から4つ矢立射にて開始。20射毎の小休憩を取りながら、12時半に40射終了したところ河合・木俣両部員が到着昼休憩に入る。休憩の間、近藤顧問恒例の廃弓の手作り根付けが参加賞として贈られた。16頃から日が陰り出し気温も下がってきたが、予定通り17時頃には先着6名108射納射煩惱を払い、良き年を迎えられることが出来ました。

108射会過去の記録(ベスト3)

| | H8 | H9 | H10 | ? | H14 | H15 | H16 | H17 | H18 | H19 | H20 | H21 | H22 | H23 | H24 | H25 | H26 | H27 | H28 |
|---|-------|-------|-------|---|-------|-------|----------|-------|-------|-------|----------|-------|---------|----------|----------|---------|---------|-------|-------|
| 1 | 近藤 94 | 池田 80 | 池田 94 | ? | 近藤 86 | 池田 83 | 近藤 69 | 池田 73 | 池田 87 | 池田 81 | 小泉 76 | 杉山 70 | G 荒川 75 | G 佐々木 78 | G 荒川 83 | G 川越 80 | G 山口 99 | 河合 80 | 杉山 76 |
| 2 | 本橋 83 | 近藤 75 | 近藤 79 | ? | 池田 75 | 近藤 77 | 杉山 49 | 近藤 70 | 河合 85 | 小泉 79 | G 佐々木 66 | 横瀬 65 | 横瀬 | 杉山 77 | G 佐々木 79 | G 荒川 75 | G 川越 90 | 近藤 62 | 伊倉 74 |
| 3 | 池田 80 | 本橋 74 | 本橋 78 | ? | 横瀬 65 | 杉山 65 | 横瀬 53/80 | 横瀬 61 | 小泉 72 | 杉山 70 | 池田 65 | G 鷗ノ沢 | 池田 73 | G 小原 74 | G 小原 73 | G 小原 74 | 横瀬 73 | 横瀬 58 | 保科 57 |
| | | | | | | | | | 近藤 | | | 小泉 63 | | 近藤 70 | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | 池田 | | | | | | | |

| | | | | | |
|----|------|------|----------------|-------------|---|
| 監督 | 木俣録八 | 顧問 | 富澤・岩田・本橋・田中・川端 | <h1>弓道</h1> | 第481号 2/2 2017. 1. 6 NTT東日本東京弓道部 |
| 主将 | 河合亮一 | 副務 | 金子哲也 | | |
| 副将 | 頼政秀幸 | | 藤原 真 | | |
| 主務 | 窪田圭司 | 部報担当 | 近藤/藤原 | | |

平成29年 中塚師範を囲んで弓友と新年を祝う会 (NTT東京地域交流活動射初め会) 開催

29年1月3日(土) 10時 参加者:42名(中塚師範:地域弓友34名:部員8名)

この地域弓友との交流は平成5年から開始され、今年で早や23回目(26年は休止)の開催となりました。毎年射初め会は好天に恵まれ、今年は13の地域(前回14)弓友34名(前回24名)と大勢のご出席をいただき、狭い道場でおしくら饅頭しながら中塚師範とともに、先生ご自慢ご提供のお神酒飲み飲み、祝射・初稽古と余興、直会を行って新年を祝った1日でした。

射初め会は、10時主催者代表近藤顧問の挨拶に始まり、中塚先生からもご挨拶(酉年の解説含む)いただいた後、中塚先生の矢渡(介添え:高水錬士五段(福生)・椎名錬士五段(福生)、後教士は3人一つの、錬士は五人持的射礼、有段者は審査方式のにて射礼を行い、12時半過ぎに終了。引き続き先生講話、28年度の指導方針:指導者の心得4項・地区指導項目7項(詳細は月刊弓道5月号P11掲載参照)の解説を聞き、昼食抜き小休憩の後、地域参加者には一手中塚先生の射技指導を頂いた。その後空腹我慢しながら”的に捉われず、正射を”のご教示を念頭に余興(金的3光・板割3枚・扇的3竿・花火3発)を行った。恒例の花火は、的に的中するとクラッカーが爆発する横瀬部員苦肉の創作。余興的10個並べ6人が同時打越し、どの的でもOKとして、快調に的中を重ね16時目出度く打ち止めとなった。

余興の的中賞獲得者(敬称略)

| | | | |
|-------------|----------------|-----------------|---------------|
| 金的 (3光) | 天 井澤(西東京) | 地 本多(福生) | 仁 岡村(西東京) |
| 扇的 (3竿) | 真善美 井澤(西東京) | 至誠 片平(小平) | 平常心 小峰(昭島) |
| 板割り (3枚) | 飛 木村(西東京) | 中 仁藤千(小平) | 貫 井口(NTT) |
| 花火的 | 1 祭目 中塚師範 | 2 祭目 仁藤千(小平) | 3 祭目 自爆 |

16時半から道場内で、恒例の参加者持ち寄り沢山のお神酒、お料理で皆さんご協力直会を開催。 ”健康で今年も充実した稽古で良き年となるように”と八王子市の川崎様の音頭で乾杯開会。和気あいあいと歓談、また自己紹介に絡めて、射法射技に関する質疑を受け、中塚師範飲まず食わずで応答され新年早々ゆっくり出来ず、参加者にはとても有意義な時を。途中余興獲得者&参加者全員に、練馬区松本様・砧支部の荒川様&近藤・横瀬・池田部員から寄贈された、ゴム弓、廃弓再生ざり粉入れ、弓張り具、根付け、名札、福生市PRタオル等のお年玉が贈呈され皆さん大喜び。

女性の皆さんが持ち寄っていただいたお料理と大鍋での野菜汁やラーメンで寒さを吹き飛ばし、男性持ち寄りのお酒で大いに盛り上がり、19時”皆様方ますますのご健勝とご活躍を祈念、及び中塚師範からのご教示を念頭に精進していくこと”を誓い、十締め3本でめでたく中締め散会。

今年も皆さんと共に新年を祝い、早々に稽古が出来る幸せは、先ず健康であり、家庭も円満、仕事も安定していることとあります。この幸せに感謝の念をいつまでも維持していきたいと、それぞれほろ酔い気分であ路についていただきました。早朝から遅くまでお付き合いいただきありがとうございました。

ご参加された地域弓友の皆様(地域別)

新年早々家庭のサービスをほどほどに、ご参加頂いた弓友の皆様にも弓道研鑽並びに地域弓友との親睦のお役に立てれば幸いです。ありがとうございました。これからもNTTへのご支援ご鞭撻の程、よろしく願いいたします。

あきる野市: 1名 青梅市: 3名 福生市: 5名 八王子市: 2名 あきる野市 1名 西東京市: 5名 小平市: 9名
昭島市: 1名 調布市: 1名 練馬区: 1名 中野区: 1名 世田谷区 1名 浦和市 1名 上尾市 1名

NTT弓道部: 中塚師範・近藤・池田・横瀬・杉山・保科・井口・窪田・錦見

中塚先生初稽古ご教示の趣旨

- ・会:心を澄ます(煩悩を去る)ことで射品射格が表現される。(詰め合い、伸び合いの充実を図る。ただもって離れの機会を待つものではない)
- ・射品射格の向上を目指して

正しい射法射技の研修を常に行う。特に目立つことは下記の通り

歩行、曲がり方、開き足(膝を被せる)、跪坐(かかとをしっかりと付ける)、弓は膝頭の載せる(弓の安定)、目使いきよきよしたり瞬きしない(隙を作る)、狙い(納めたのちに正しい狙い・的との対峙)、道具に仕事をさせること(自分で仕事をしないこと・小手先で操ったり、離したりしない)等々

射法射技の注意点

複数人射礼で定め座へ進む場合、入場1歩目は直進、上座揖後の1歩目は定め座方向に踏み出すように。(退場は入場した歩行線をたどるため)

執り弓(歩行・座した時等)、弓構え等の際両肘の張りを崩さないように。

矢は弓が飛ばず、技が邪魔しないように。

矢通りに素直に引き伸ばし離す。弓は引くのではなく、押すもので、会での運動は、骨組みを正しく合わせ、筋肉を張る。筋肉はゴムであり伸びたら縮む。

弓手は左肘下を効かせて押す。

右手は親指が弦に引かれることで矢通りに向く、これが会での”ため”となり、両肩両肘丹田の詰めで離れに及ぶ(ためを解く動作)

等々

ご参加いただいた皆様益々のご活躍とご健勝を、また今年も素晴らしい年でありませうようにご祈念申し上げます。

これからも、NTT東日本東京弓道部のご支援、ご指導のほど重ねてよろしくお願い申し上げます。

昇段おめでとうございます・

H28. 12. 23 四段 内藤

今後の予定

1月 8日(日) 第1回部研修会(講師:中塚範士) :第2回2/11:第3回3/5

1月28日(土) 第373回部月例会 11:0集合

2月18日(日) 第374回部月例会9時集合 :第2回部研修会(講師:中塚範士)

2月26日(日) 第186回三多摩勤労者 昭島市 9時集合

地域活動

12月18日 入間市弓道連盟納射会 49名

五段以上の部で 優勝 杉山 6射5中