

# 山弓連

平成15年  
第1号  
5月10日  
発行

## 新年度を迎えて

例年よりやや早めの桜の開花とともに平成15年度がスタートしました。『花は桜木、、、』と、いいですが、美しく咲き誇る桜を眺めながら、何となく今年度は良い年になりそうな予感がした4月でした。是非そうありたいものです。

前年度末には、長い間の懸案であった『山弓連半世紀の歩み』を刊行することが出来ました。振り返ってみると、今日の山弓連の姿は、多くの先達や先輩の方々のたゆまぬ努力と精進によって作られたものだという事を、しみじみと実感できます。この歴史を次につなげて、更に大きく、強く、美しく輝かせていくのは、まさに、私たちの責任であり、あらためて身の引き締まる思いがいたします。

今年度は、全国規模、あるいは関東規模の行事（講習会や大会など）の主管がいくつも山梨に割り当てられました。その分、いろいろと忙しくなったり、苦勞も多くなったりすると思いますが、しかし、それは山梨が期待されてきた証拠でもあると考えられます。山梨の弓が、そしてその力が、一段と飛躍することを目指して、みんなで頑張っていきましょう。

花の季節がいつのまにか終わって、この稿が紙面に載るころは、『風薫る』若葉の候になっていると思います、その先に、どんな光が輝いて見えるか、楽しみにしています。(安藤会長)

## 平成15年度役員

名誉会長・中沢利正 顧問・上条 皎  
会長・安藤秀保 副会長・秋山照美、天野裕、  
菊地敏彦、  
理事長・有賀武雄 総務部長・有賀武雄  
指導部長・河西伊三男 審査部長・佐野辰巳  
強化部長・藤本芳朗 競技部長・標衣 枝  
女子部長・秋山照美 監事・内田堅次郎、蒔田裕雄

## ねんりんピック徳島大会 県予選

平成15年4月13日(日)

小瀬武道館 弓道場

(参加者数・22名・男15・女7)

競技成績(8射)

的中数 市川8中 斎藤6中 伊藤4中  
河野4中 竹村4中(4中は競射)  
高野2中 堀江1中(1中は競射)

出場選手

(監督) 伊藤 昇 市川 明 斎藤美隆  
河野四郎 竹村栄寿 高野光子 堀江一枝

徳島大会は平成15年10月18日(日)~10月20日(月)  
徳島県鳴門市で開催されます。

勤労者選手権大会 県予選 成績

平成15年4月13日(日) 小瀬武道館 弓道場

参加チーム

TEPCO(東電) チーム 5人立 8射 23中

横河電気チーム 5人立 8射 25中

勤労者選手権大会(埼玉県日高市)(両チーム出場)

開催月日 平成15年6月13~15

段位別弓道大会 平成15年4月20日(日)

小瀬武道館 弓道場にて

三段以下の部			
優勝	矢野宏幸	8射7中	石和町
準優勝	小笠原八束	8射6中	南部町
3位	秋山有佳	8射5中	南アルプス市
四段の部			
優勝	細野晃史	8射6中	甲府市
準優勝	荒井紀彦	8射6中	富士吉田市
3位	矢頭恵造	8射6中	大月市
五段の部			
優勝	渡邊元樹	8射7中	富士吉田市
準優勝	組沢篤	8射6中	甲府市
3位	荒井寿一	8射6中	富士吉田市
称号の部			
優勝	中込実	8射7中	南アルプス市
準優勝	河西伊三男	8射6中	南アルプス市
3位	高部保延	8射6中	都留市

## 競技部より 今年度の目標として

年々大会の参加者数が減少しています。

参加者を一人でも多くして、充実した大会にしたいと思います。

会員の皆様には『ふるって』ご参加ください。

## ねんりんピック 弓友会総会

4月9日 東に真白き富士を仰ぎ、西に駒ヶ岳の雄姿北に八ヶ岳連峰が控える景勝の地、双葉町弓道場で平成15年度の定期総会が開催された。14年度の事業報告、会計報告。15年度の事業計画として秋にねんりんピック壮行射会、春に親睦射会を行うことに決定(会場未定)今年度は役員改選の年である。会発足当初よりご苦勞を願って

いた、吉成寛・坂本致英・坂崎正樹の各先生より役員を辞任したいと申し出があり、皆で検討した結果全員一致で再任継続して欲しいとお願いしたが、健康上の問題で辞意が固く、健康上の問題ならやむを得ないと辞任を承認し新役員の選出を行った結果、次のように決定した。又 弓友会員が順次増加して来たので県下を6地区に再編成を行った。

会長 内田堅治郎 副会長 伊藤昇

庶務・会計 菱山忠雄

地区幹事 甲府「内田堅治郎」 峡北「桜井健三」

峡南「小沢重平」 峡東(東山)「内田徳美」

峡東(東八)「河野四郎」 郡内「伊藤昇」

### ねりんピック 弓友会親睦射会

4月9日 総会終了後15年度第1回親睦射会が双葉町弓道場で実施された。

参加者22名 8射で競射 5色の的

### 競射成績

1位 平山孚 2位 竹村栄寿 3位 桜井健三

4位 浅野光夫 5位 河野四郎

### 5色成績

桃色 桜井健三 黄色 竹村栄寿 赤色 菱山忠雄

白色 千頭和公代 青色 平山孚

ねりんピック弓友会は、趣味が同じしかも同世代の人々の集りである。次期ねりんピック選手を狙う人が多い、日頃の精進努力の様子、弓手が馬手がどうのこうのと話題は尽きない。

### 一人生は目標が有るから生きがいがある一

仲間は皆な背筋が伸びている、歳をとっても若さがある、何時までも健康で弓が引けるよう努力する事を誓って解散した。

(内田堅次郎)

### 「連載」第4回 スポーツ科学 教士7段 佐野辰己

この世界は広い、スポーツ選手にとって大切な分野である、生物、生体、力学機構の中であらゆる競技に立ち向かう人はすべて、より高く、より速く、そしてより高度に羽ばたいて限りなく前進している人たちである、その調整を間違わないようスポーツ選手が最も必要なのが科学の分野である。トレーニング科学の一つはニュートンの三法則から始まる、その一つは「慣性の法則」である、外力の動かない物体は、静止つづけるか、それともそのまま等速直線運動をする。二つ目は「加速度の法則」である、物体の加速度は力に比例し、質量に反比例する。そして最後の三つ目は「作用反作用の法則」である、物体に力が動く場合大きさが等しく方向が反対の力が動く。これらは日ごろ私達が行っている競技の中で繰り返し行はれていることを忘れてはならない。運動をしている身体の構造の中で筋力アップや持久力を付ける方法が神経系機能の各々に見られる成因もあり、トレーニングの効果は計画立案される中で五つの原則の基に各種専門分野に応じた役割が

ある。一生懸命運動をしている選手の中に病気はつきりある、本人は勿論の事コーチ監督は特に気をつけ、いつか発見し最小限にいとめなければならない、一般的には貧血である、そして蛋白尿症、次に多いのはトレーニングのやり過ぎ、いわばオーバートレーニングである、健康は心電図などを利用し、定期的に健康診断をするのが方法だと思ふ。各種別の競技技能はトレーニング方法であっても、最終的には五つの原則を守る事が一番大切である、①全面性②斬新性③個別性④反復性⑤意識性等がある、特に「静」主体とした、弓道の様なスポーツは中力が必要なため意識性に対しては必要以上に取り組む事が大切なのではないかと思う。何のスポーツでもな競技大会に、その技量を発揮出来るのは経験と練磨た中でこそ、科学的分野の「バイオメカニズム」が発見する、大きさとか作用点とか方向等定義の知識が非常にものと思われまふ。

### 『寄稿』 宮本武蔵に学ぶ平常心 「空の心と観の目」

心が何かに執着することを「病(やまい)」という。ろうと思うのも病、早く勝とうとするのも病、無心でと思うのもすべて病である。これらが全て取り扱われの心、純粋無垢な平常心になってこそ、自分の心を自在に制御でき、相手の心を正確に読める、これが武蔵の「空(くう)の心」である。

相手を観察する事に関して、武蔵は「観(かん)の目(けん)の見(けん)の目(けん)の目(けん)の目(けん)」と言っている。これは簡単に言えば見るよりも心で見よ」と言う意味である。目の付け方と「見」と言う二つの目がある。観の目は物事の本質、深く広く冷静に心で見極めることであり、見の目は目る身近な目先の事である。目先の現象面(近き所)に物の本質(遠き所)を的確につかむことを疎かにしないと説いている。(古屋俊彦)

### 「14年度末掲載分」

平成14年度女子講習会 平成15年3月2日

小瀬武道館弓道場において、秋山範士、標教士の計り行はれました。参加人数26名中 無段・初段9名がいました。講習会は初めてという人も多数おり新しい顔ぶれが増えてうれしいことです。基本動作・入退場・審査方式の勉強をしました。着衣の注意、夕注意、講習会を受ける注意等も学びました。

(女子部・望月)

《編集後記・15年度も「山弓連」の購読・寄稿を、お願いいたします 新藤》