

# 修文錬武

日本空手協会市川支部

令和4年  
第3号  
2月18日

## 基本・形・組手、三位一体

「三位一体(さんみいつたい)」と言うのは、三つのものが別々にあるとしても、本質では一つであると言う。基本は退屈である。空(から)突きを何度もして、何の意味があるのだろうか。蹴りだってそうである。

形に到っては左右前後に行ったり、来たりである。組手でようやく、面白味が出て来る。じゃあ組手だけやればいいじゃないか。やり始めの頃、誰でも思うことである。スポーツはそうである。しかし、武道は型(かたち)から入る。

受けは相手の手首を狙い、得物を落とす。例えばで一休みの時、ピアノの上にある短刀(模造刀)を出す。大抵の人はびっくりする。そして木刀で振りかぶって待つ。短刀は中段外受け、木刀は上段揚げ受けで受けられるか。人間の突きを受けるのではなく、対武器である。そのあたりを理解するた

め、あえて説明をしている。

形では鎖骨折りー平安初段。腕折りの関節技ー平安二段。目を切る、隠し技ー平安三段。顔面膝蹴りー平安四段等々。意味を理解すると一気に上達へと進む。右は禁じ手です。

その組手、形の二つを理解するには、基本が大事である。最も大事なのは、立ち方。自然体から、足の外側を肩幅、内側を腰幅にする。

前屈立はその横幅を保ちながら移動する。縦幅は左足前屈立ちでは、左足のつま先が膝の曲がりと一緒に一致する線。後ろ足は、つま先を中に入れ前足と並行になるようにする。

後屈立ちは踵と踵のラインが直線で結ばれる。後は体重比、後屈の名の通り後ろ足に多く体重がかかる。騎馬立ちは左右平行、馬に乗った状態をやや広くとる。「南船北馬」と言う。

南系は船の上での接近戦で四股立ち、北系は騎乗戦。南は剛柔流、北は殆どの会派がそうである。

## 第47回千葉県空手道選手権大会

毎年の大会であるが、令和4年度は昨年同様5月3日と決まっていた。まだ3か月も先なのに、参加申し込みは2月10日付けである。年間行事でトップにあり、毎年恒例のためこの時期に締め切りである。

3か月後を見こし、その間昇段級審査もあり、形もこなしているとすれば大方よい。勿論コロナもあり、先行きは見通せない。見通せないからと言って、は行事はこなせない。ここは一番、申し込みをする。

『修文錬武』第2号裏、「プロフェツサーたぬき」P48、110、126にある、英国派遣の太田先生(右端)と、総本部道場にて。



歳時記ー春は名のみの▼「引き手、引き手」つてうるさいな。初心者頃、よく注意される。ボクシングや「K1」、

ではあまり言わない。それでもKOPパUNCHはわずかに引き手がある。突き手だけで技を出すのではなく、体全体を使う、と▼「足で突け」特に武道は下半身から、手技、足技を使う。足技は支え足で蹴る、その会得(えとく)が上達の秘訣である。突きはスピードと共に押しを、蹴り足は引きを強く▼引き手は拳を裏返すことで、「極め」をもたらす。極めは空手の極意である。そのようにして身体操作を覚えていく。肩は伸び縮みする。突きの極意の二つ目は、突いた瞬間にその伸びを使う。忍者は肩関節を外す訓練をする▼両肩を外せば、後は頭の幅だけの隙間を出入りする。股関節も外せる。ヨーロッパの日本人指導員が、上段回し蹴りで2メートル超の大男の顔面に当てる。当たった指導員は日本人でも小柄な1メートル60センチである▼当てられた方は、合点がいかない。ヨーロッパに派遣の指導員は、そんなことはお手のものー昨年89歳で亡くなる金沢弘和先生著「我が空手人生」(日本武道館刊)より。コロナ禍、それでも春が来るや植物、人も一気に成長する



令和3年度千葉県本部

### 資格審査会、技術講習会

令和4年2月27日(日) 9:00  
受付開始、船橋市総合体育館、サブアリーナ 審判員D級審査会。実力二段取得後3カ月以上、D級指導員有資格者。総本部からの指導員派遣の講習会です。初段以上、四段3名、私(四宮)も含めての参加です。

開講式 9:40~45、講習会 11:45、昼休み 12:45、講習会 14:15、筆記試験 14:30~15:00、実技試験 15:10~16:10、閉講式 16:30~16:40 対象者 石岡、三須、佐藤(智) 敬称略。石割二段は取得済。

昨年度第46回千葉県空手道選手権大会、5月3日、船橋アリーナ

令和3年5月12日『千葉日報』記事、市川支部入賞者。

【組手の部】▽小学1年—3位、佐藤恵、敢闘賞、中島喜一郎 ▽高校男子—敢闘賞、高部恵大 ▽高校女子—敢闘賞、入澤亜衣

【形の部】▽小学1年—敢闘賞、佐藤恵、中島喜一郎 ▽高校男子—敢闘

賞、村越英介 高校女子—敢闘賞、入澤亜衣

\*コロナ禍2年目とあって、練習不足は否めない。支部としては例年よりは低調であった。それは各支部ともそうであって、ただ都市部において多感染者のため、慎重な対応の結果と思いたい。

大会審判員 森脇英治、村越弥之、四宮弥生。

大会運営委員(コート係) 萩原美和子、平山多郎、入澤順子、福原衣織、佐藤智崇。

大会出場者名(他) 長谷川新太、川本 慶、上地啓太、佐藤 謙、鶴岡南、青木千春、山岸大芽、萩原莉子、福原 亨、高部怜実、佐藤 光、萩原健太。—以上敬称略。



携帯用巻き藁。初段以上はチューブと共に必需品。「プロフェッサーたぬき」P30原画。

### レポート 提出者

昨年12月審査会終了後、受審の中学生者以上に原稿用紙2枚を渡している。新年早々から、現在までの提出者は以下の通り。

やまもとたくと「しんさをおえて」、川本(名前なし)、永瀬晴翔、長谷川新太「審査会について」、中島喜一郎「練習のことは」「しけん」、上地啓太「昇段級審査で思ったこと」、石毛杏奈「めざせ!いろいろおび」、山岸大芽「段級しんさに向けての練習」、青木千春「日記・感想」、鶴岡南「だんきゅうしんさ」、福原亨「空手の段級審査の時」、太田越子「級審査を受けて」、

佐藤恵「三級を受けて」、佐藤謙「来年に向けて」、佐藤光「初段審査を受けて」、佐藤美智子「冬の集中練習会、2級の審査にチャレンジして」、山本千恵「二回目の審査を終えて」、池田アンネ優子「段級審査会の感想」

\*順不同、敬称略。レポートには題名、行を変えて氏名を必ず書く。

「修文錬武」松濤館開祖、船越義珍がよく使う。「松濤」は書家としての雅号である。大会パンフレットと、結果(『小学生用ノート』P19)は道場の壁に架かっている。



『プロフェッサーたぬき』P112 「英国の少女たち」の原画の元になった写真。

### 第47回県空手道選手権大会

大会要項 個人戦 形の部

①小学1、2年(学年別、2年は男女別)○ベスト8選出まで、平安初、二段の紅白戦、○順位決定戦は上位8名による平安三段〜平安五段、鉄騎初段の中から演武する得点方式(形は自己申告)

②小学3、4、5、6年(学年、男女別)○1、2回戦は、平安初段、平安二段の紅白戦、○3回戦〜ベスト8選出まで、平安五段、鉄騎初段の中から演武する紅白戦○順位決定戦は、上位8名による、平安初段〜平安五段、鉄騎初段、選定形。岩鶴、十手、半月。