# 全日本医師剣道連盟報

— 第 32 号 —

横浜港

JAPAN MEDICAL KENDO FEDERATION
JMKF
1959

# 全日本医師剣道連盟

連盟会長挨拶

# 医師こそ生涯剣道をなすべきです

全日本医師剣道連盟　会長　野見山すすむ

皆様、明けましておめでとうございます。本年もよろしくお願いします。

昨年11月には湯村先生以来となる50歳代での医師の八段合格という大変うれしい知らせをいただきました。京都大学で精神医学を専攻されている藤原広臨先生です。10年後の範士誕生を心より期待しております。

しかし、今年は元旦より波瀾の幕開けとなりました。能登半島地震に続いて地上での航空機衝突事故が発生しました、亡くなられた方々のご冥福を心よりお祈りするとともに、被災された方々が一日も早く普通の生活を取り戻されることを願っています。

60歳を過ぎてからD-MATの資格をいただき、阪神淡路大震災の調査と東日本大震災ではD-MAT隊員としての現場作業に参加しました。東日本大震災は津波災害でしたので一次被害、倒壊家屋などによる重度外傷などはむしろ少なく、高齢の方の放射線による汚染地域および近隣地域からの遠距離搬送や搬送困難例の選別・福島医大への入院などに４泊５日で従事しました。静岡医療センターに帰院した際は体重が6kg減少しており、出迎えてくれた病院幹部に入院した方がいいのではないかといわれたことを思い出しました。睡眠不足、空腹を抱えていましたが、アドレナリンなどの大量放出のおかげかチーム全員意気軒昂でした。後で聞いたところ私以外は全員翌日より長時間睡眠が続いたそうです。こちらは年齢のためか、当時65歳、さらに１日遅れてどっと疲れが出てしまいました。

今回も当該地区行政の発言のなかに想定外のことで対応がうまくいかなかったという反省が多く聞かれます。D-MATの報告や現地レポートでも対応がうまくいかなかったとの内容が散見されます。

※災害対策基本法では、

国レベルの「防災基本計画」、都道府県や市町村レベルの「地域防災計画」による対策を求めている。防災基本計画は地震や津波、火山噴火などの項目ごとに予防策から発生後の対応、復旧・復興まで政府や自治体が取り組

む事項を規定。自治体は地域の事情を加味して地域防災計画を策定する。付属資料として、住民の避難場所や収容人数、ルートなどの詳細な避難計画も示している。東日本大震災など近年の大規模災害では、自治体主導の避難の限界が指摘され、住民自身の「自助」や地域社会の「共助」も組み合わせた防災対策が重視されている。

上記の文章を読み替えると「机上の空論＋自己責任の押しつけ」と感じるのは私の被害妄想でしょうか。自助＋共助は発災直後には力になります。しかし、２日目からは地方＋国の行動責任が問われます。国に作れといわれて作成した防災計画では所詮、その程度の内容になります。国は共通問題を、地方自治体はその地方独自の地勢的特徴や経済状況等などを加味した固有の問題への取り組みを継続して行うべきです。日々計画を新たにするという部署の不在が問題です。決して大所帯でなくていいのですが、長期的に取り組む司令塔が国にも地方自治体にも機能していないことを痛感します。直心是道場という言葉を理解している行政担当者が望まれます。

前置きが長くなりました。今回は２つのことについて述べさせていただきます。結論は同じところにあります。

以前にも医師として剣道と向き合うことという視点について取り上げました。医師は自然科学を学ぶものであり、科学的に事実に基づいて考察する役割を担っている。その立場から剣道と接すると驚くほど剣道の教えは合理的で、理にかなっており、科学的にも証明できるような内容に満ちています。剣道における先人の知恵と教えは自分の身体を使った実証実験の結果、証明されてきたことばかりです。

医師としての社会生活ではコンプライアンスの重視、ガバナンスの徹底など真実と良心に忠実であることが必須であり、高い倫理的規範を要求されます。もしこれから逸脱すれば患者さんへの悪影響のみならず社会的規範からの離反となり個人の問題にとどまらず、医療界全体へ甚大な批判をうけ、惨憺たる結果になります。

かつてご指導をいただいたある範士より、本当の剣道を求めることができるのは先生達のような剣道家なんですよ、と言われたことがあります。旗判定による勝ち負けに拘ることなく、純粋に剣道の神髄を求めることができるのは、剣道を生業とするものにとって、時に大変難しいとの教えでした。プロならではの難しさとアマならではのひたむきさについて比喩的にお話いただいたものと思いました。剣道は剣の理法の修練による人間形成の道である、その先生はこのことの難しさを一番知らないのはプロの剣道家自身だとも言われていました。

いままでに何人かの若い剣道家の応援、援助をしたことがあります。そのなかで年賀葉書をきちんとくれるのはひとりだけ、10%を遙かに下回る確率です。なかにはすでに指導者になり、前述の剣道理念をよく語っている人もいます。医師の世界でもこのような人を見かけないわけではありませんが、多くの人においてはこうということ無いのではと思います。

故小川忠太郎範士が神奈川県において剣道の理念についてという講話を昭和56年６月28日にされています。その中で平常心是道、天命是謂性、従是謂道と説かれています。勝った負けた、打った打たれたに拘っていては人間形成の道には届かない。自然というものは何も考えずとも春、夏、秋、冬とめぐり、その移ろいこそが剣道の理念に通じると説かれています。

このように考えると、私達医師が剣の道に励むことには重要な意味があるように思います。剣道の理念が人間形成の道であることを私達が証明しようではありませんか。全日本医師剣道連盟の先輩方は個性豊かな方々ばかりでした。そして、皆さん共通して剣道をこよなく愛し、後輩を大事にし、医師として仕事も大切にされている方々ばかりでした。この伝統を受け継いでいきたいと強く思います。

もう１つお話したいのは無着という言葉についてです。以前に不動智についてご紹介させていただきました。無着という言葉は私が八段をいただいた際に神奈川県の範士九段故倉沢照彦先生より揮毫のうえ、掛け軸にまで整えてうえで、いただいた言葉です。着は拘る、離れない、居着く、執着するという意味です。不動智と無着は似た意味の言葉になりますが、不動智は常に智を自由に動かし続けるというのに対し、無着は留まらない、拘らないという意味が強いように思います。古代ガンダーラに無著（無着）という大乗仏教の学者がおり、日本にも黄泉無著という曹洞宗の高僧がいたそうです。ともに修行に励み、苦労の末に空や無の心を実感として会得した方のようです。倉沢先生は剣の修行の到達点ではないものの、体得しなければならないものとして掛け軸にまでしてこの言葉を授けられたのです。

人としてあるべき姿は医師としての本来の姿であり、剣道修行の心＝禮を学ぶことは人間を含めた森羅万象のことごとくに感謝し、畏怖し、慈しむことです。医師こそ剣道にぴったりの天職を持つ人だと誇りに思います。

最後に、

いざ！ヨコハマ！交剣知愛！　沢山の方に稽古をお願いしたく、お待ちしています。シュウマイ弁当、中華料理、美味しいですよ！

# 第57回全日本医師剣道大会へのお誘い
# いざ、ヨコハマ！交剣知愛！

第57回全日本医師剣道大会会長　野見山すすむ

全日本医師剣道連盟会員の皆様へ

このたび、下記の日程で、第57回全日本医師剣道大会を開催させて頂くことになりました。交剣知愛のため、「いざ、ヨコハマ！」の地へ、皆様ぜひご参集ください。

大会当日の６月１日と翌６月２日は横浜開港祭が予定されていますが、この機会にこちらも併せて是非楽しんでいただきたく、大会を１日間のみの強行日程とさせていただきました。大会会場は、横浜七段戦の舞台で、今までに数々の名所勝負が繰り広げられた神奈川県立武道館剣道場です。事前アンケートでは約100名の会員の皆様が参加予定ですが、台湾からも８名の医師剣士が参加予定です。プログラムは、参加者数を勘案しながら午前、午後の試合などを企画しています。また、神奈川県内にある４大学医学部の現役剣道部員による対抗戦も予定しております。もちろん、会員同士の稽古時間もしっかり取れるように計画しております。前日（５月31日）の稽古会には、神奈川県の八段の先生方にも参加していただく予定です。

ヨコハマといえば日本最大の中華街が有名ですが、大会終了後の懇親会はその中華街の名店で開催いたします。ご家族そろってのご参加も大歓迎です。

横浜開港祭には、例年、多数の旅行者が横浜を訪れ、ホテルの予約が困難になります。今年も同様の混雑が予測されますので、くれぐれもお早めの宿泊予約をお願いいたします。JR 新横浜駅、神奈川県立武道館、横浜中華街、横浜開港祭会場へは、横浜市営地下鉄（ブルーライン）での移動が便利ですので、地下鉄の駅近くのホテルのご利用をお薦めいたします。特に、新横浜駅、横浜駅、桜木町駅、関内駅が便利です。

われわれ実行委員一同、張り切って準備に取り組んでいますので、ご期待ください。皆様にヨコハマでお会いできるのを楽しみにしています。

【期　　日】
令和６年５月31日（金）　18：30～　大会前稽古会
６月１日（土）　大会

【大会会場】
シンコースポーツ神奈川県立武道館剣道場
〒222-0034 神奈川県横浜市港北区岸根町725
☎ 045-491-4321
横浜市営地下鉄ブルーライン　岸根公園駅２番出口より徒歩３分

【懇 親 会】
令和６年６月１日（土）　19：00開宴
北京烤鴨店　中華街店
神奈川県横浜市中区山下町191-10
☎ 050-5461-3302

【大会ホームページ】
https : //jmkf54.wixsite.com/main
【事務局電子メールアドレス】
57zenikenkanagawa@gmail.com

# 第57回全日本医師剣道大会プログラム

## ５月31日（金）

| | |
|---|---|
| 前日稽古会 | 18：30　～　20：00 |

## ６月１日（土）

| | |
|---|---|
| 受付 | ８：30　～　９：00 |
| 開会式 | ９：00　～　９：30 |
| 日本剣道形 | ９：30　～　９：45 |
| 模範立ち合い | ９：45　～　10：00 |
| 年齢別試合 | 10：00　～　12：00 |
| 幹事会議、昼食 | 12：00　～　13：00 |
| 団体戦 | 13：00　～　15：30 |
| ４大学対抗戦 | 14：00　～　15：30 |
| 閉会式 | 15：30　～　16：00 |
| 基立ち稽古 | 16：00　～　16：40 |
| 参加者同士の稽古 | 16：40　～　17：30 |
| 大会終了 | 17：30 |
| 懇親会 | 19：00　～　21：00 |

※2024.1.31.時点でのプログラムですので、変更の可能性があります。最終プログラムに関しましては横浜大会事務局からの案内をご参照ください。

【転載】新潟大会（第56回大会）開催記

# 第56回全日本医師剣道大会
## （きなせや柳都・新潟）を開催して

荻　荘　則　幸

令和５年（2023年）４月８日、９日に第56回全日本医師剣道大会（きなせや柳都・新潟）を新潟県立・ふれ愛プラザの体育館（JR亀田駅・東口）にて会長として開催しました（写真１・写真２）。

写真１

写真２

全国より、各診療科の剣道家（20歳代から80歳代）とその同伴者、約200名が参加しました。国内のみならず、剣道の盛んな台湾からも４名の医師、家族も参加しました。

新潟県内での開催は２回めとなります。昭和51年５月に第11回大会を三条市の外山司郎先生（整形外科）が新潟市立体育館にて開催しました。それから約47年が過ぎましたが、昭和51年の大会に参加され、また、今回も参加された先生が何名もいらっしゃいました。

また、今大会の役員の中には、当時の大会に高校生として大会補助員として手伝って頂いた人もいました。

今年は例年より桜の開花が早く、大会当日にはすでに散り始めていました。

台湾の先生方の御希望で前日に加藤公則先生（新潟県労働衛生医学協会）に、まだ残っている桜の花を求め、市内の公園に案内して頂き好評でした。４月７日（金）の夜には、前日の稽古会を新潟市剣道連盟副会長・八木和徳先生（新発田リハビリテーション病院長）と中村茂樹先生（プラーカ中村クリニック）にお願いして鳥屋野体育館武道場にて、地元の剣士も含め約70名の先生方の参加で稽古会が盛大に開催されました（写真３）。

４月８日（土）、大会初日は曇天の中、徒歩

写真３

５分のJR亀田駅東口から防具、竹刀を担ぎ、多数の先生方が集まり、12時から１時間、自由稽古が行われました。その後の開会式では着物姿の勝本和子氏による日本国家斉唱（アカペラ）が行われ、熱戦の幕が開けられました。剣道の大会では、試合の前に古くから日本剣道形（10本）が、お清めと、選手の無事を祈願して行われます。今回は師の位の打太刀には中村茂樹・教士七段、仕太刀には鈴木和彦・教士七段により静寂な凛とした空気の中で、挙行されました（写真４）。

**写真４**

その後、歴史ある本大会では初の試みとなる５人の先生（66歳から33歳）が元に立つ、１時間ぶっ通しの試合、“立ち切り”が行われました。昔から警視庁の荒稽古としても知られ、秋田県の横手では、毎年３時間ぶっ通しの“立ち切り”が行われてきました。

今回は体育館、めいっぱいに５人の先生が１列に立ち、そこに２分間隔で30人がかかっていき、約１時間以上、ぶっ通しの試合が行われました。

33歳の紅一点の整形外科医、安川紗香五段（群馬大学出身）を初め、66歳の前順天堂大学脳神経内科教授の林明人先生達が全国から参集した剣道の“猛者”を相手に熱戦を繰り広げました。林先生は驚きの29勝をあげ、合計61本を取る見事な試合を披露されました。５人の先生方の気力・体力の極限に迫る壮絶な戦いは参加した全員に大きな感動を与えてくれました（写真５）。

“立ち切り”の熱気も冷めやらないうちに、新潟駅前の東映ホテルで午後６時から懇親会が

**写真５**

盛大に繰り広げられました。新潟市長・中原八一氏、新潟県医師会長・堂前洋一郎先生、新潟市医師会長・浦野正美先生に御祝辞を頂き、その後、台湾の陳亮仁先生からは新型コロナ感染症における両国の“協力”、“絆”についてスピーチを頂きました。八木和徳先生の御挨拶、乾杯に続き、柳都・芸妓さんの舞いが行われました。会の後半には、新潟市在住で音楽療法を実践しているサックス奏者、日々野則彦氏を中心とするジャズ・カルテットによる演奏が披露されました。会場内には新潟県を代表する約30種類の日本酒の試飲ブースが２か所設けられました。最後には皆様に日本酒がプレゼントされ、好評を博していました（写真６）。

**写真６**

４月９日（日）、前日とはうってかわって晴天に恵まれた大会日和となりました。朝６時30分から８時30分まで地元の剣士も含めた総勢100名以上の剣士が稽古を行いました。その後、８時30分からは新潟市立五十嵐中学校箏曲部10名の女子生徒による“お琴”の演奏が披露され個人戦に臨む選手の心に一服の涼風を吹き込み

写真７

ました（写真７）。

午前９時から５人の八段の先生方による模範演武が行われました。この５人の八段の先生の中には今回の新型コロナ感染症の期間において、マスコミに頻回に登場していた、免疫学の権威の京都大学出身で、元大阪大学教授の宮坂昌之先生のお姿もありました。現在、全日本剣道連盟が定める段位では八段が最高位です。新潟県内にはちなみに６名しかいません。

その後、年代別個人戦（トーナメント戦）が行われました。80歳代の部では福岡の加野資典先生（泌尿器科）が優勝、70歳代では宮下薫先生（外科・横浜在住、元燕労災病院長）が優勝、激戦の60歳代では高橋栄一先生（整形外科、新潟市学校町）が決勝で札幌市の池澤清豪（整形外科）八段を延長で破り優勝、50歳代では工藤英樹先生（新潟医療センター、形成外科）が準優勝、40歳代以下の部では、小林祐太郎先生（新潟高校出身、県立新発田病院研修医）が準優勝されるなど非常に新潟県勢の活躍が際立っていました（写真８）。

あしかけ３日間に及ぶ大会を無事終えることができ、後援、協賛を頂いた医師会、先生方、病院、企業の皆様方に心より御礼申し上げます。“交剣知愛”の合い言葉の元に来年令和６年６月に第57回大会が横浜で開催されます。

結果　　写真

写真８

（新潟医師会報　2023年７月 628号より）

**第56回全日本医師剣道大会**

**立ち切り（第１コート）**

# 「立ち切り稽古」

柴田和弥

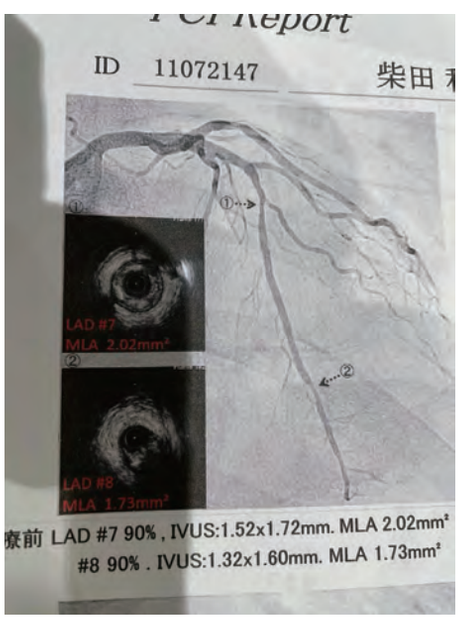
新潟で行われた、全国医師剣道大会、会長荻荘先生の献身的な活躍で無事終わり、荻荘先生に深く感謝しております。また、昨年秋の昇段審査で、防衛医大卒業生後輩で、現京都大学精神科准教授の藤原先生が見事合格され、嬉しいばかりです。藤原先生は50代、まだまだ、発展されることを願っております。「先輩、防衛医大の道場で稽古するときは、僕の防具置いていますから、使ってください」と言ってくれる、心優しき後輩です。また、野見山先生の高校の後輩でもあります。藤原先生の２次審査立ち合いを見た先生方は、野見山先生同様、実に素晴らしい面を決めたと、絶賛されています。藤原先生と話しておりましたら、毎週１回、京都府警の高橋栄明先生に真っ先に掛かっていたようでした。高橋先生とは、かれこれ30年のお付き合いになります。全日本選手権が終わった後、一緒に新幹線で帰っていましたが、ほぼ宴会状態で、周囲の方にかなり、ご迷惑おかけしていたかもしれません。近畿警察学校に就任された時は、月２−３回、妻つれて、高橋先生と食事していましたが、妻が高橋先生の剣道にかける話、熱すぎて、ついていけないと言っていました。高橋先生、世界選手権主将に決まった瞬間、警察の試合で、隣のコートからぶっ飛んできた選手がぶつかり、膝の前十字靭帯断裂しました。この時、慶応大学教授から、慶応高校の校長になられた、福本修二先生に電話し、必ず試合に間に合いますから、メンバーから外さないで下さいとお願いしました。その後、福本先生にお会いした時に、この話になり、「確証あったの？」と聞かれ、無言。お互いあの時は若かったねと言われて、苦笑されていました。高橋先生も、京都大学師範になられましたが、師範になったことを、謙虚にかつ徐々に話が広がるようにしていますと言われており、笑ってしまいました。実に高橋先生らしいです。

今回の立ち切り稽古ですが、沖縄大会懇親会の席上、次期新潟大会会長荻原先生が、挨拶のなかで、私の名前を連呼され、いやな予感がしておりました。思った如く、新潟で「１時間の立ち切り稽古をしてほしい」と依頼が来まし

た。依頼来た時点で、せっかく全国から、剣道楽しみに、先生方が集まるんだから、立ち切り止めて、皆さんの稽古時間にあてよう、ヤダと散々進言しましたが、立ち切り稽古させたいとの意向断り切れませんでした。私は、36歳の時、６段合格しないので、中倉先生に言われ、基本習って来いと、北九州で有名な、故松原輝幸先生の道場に通ったことあり、ここで毎年行われている、３時間立ち切り稽古に元立ちとして参加しました。36歳で３時間の立ち切り稽古は、年齢的に無理ではないかと言われておりました。が、是非やりなさいと松原先生に言われ、参加することとなりました（この時は、まだ気楽)。

「松原道場での立ち切り稽古」

元立ちの位置に正座しますと、防具が外れないよう、後ろから面ひもに何重にも結び目が作られました。また、胴ひもも同様、何重にもくくられ、稽古中防具外れて休まないようにされます。これらの所作に、だんだん不安を感じ始めます。稽古は始め10分間に、小学生が群れをなし、元立ち一人に20人ほど掛かってきます。小学生相手ですから、何人きても、もぐら叩きのように、数多く打突しましたが、これが大きな罠で、筋肉のATP酵素、グルコースが完全燃焼してしまい、腕が重くなります。ここから本番がはじまります。もうすでに、竹刀を持つのも辛くなっております。その年のインターハイチャンピオンも参加し、立ち切り稽古に参加するためだけに来られた先生方相手の稽古が始まります。２分で交代ですが、昇段審査のように、終わった相手と次の相手が並び、相手変わる隙間も休めません。ただ、撃ち合うだけだったら、よいのですが、足掛けあり、体当たりの瞬間、相手を投げたり、倒したりします。突き上げもあります。本当の壊しあいです。稽古中の時計の針の進むのが遅く、何度時計見ても時間は変わりません。とにかく、あれほど時計の進み方の遅さを呪ったことはありません。




稽古終わり、松原先生のご自宅に泊まり、爆睡しました。新潟では、荻荘先生に、これをやりましょうと言ったら、「安全に」ということで、禁止になってしまいました。体当たりしたとたん、相手に大外掛けをかけたり、倒れた相手の面をはがしたりできません。残念！（かなり性格悪くなっております）

６年前の仙台大会前、いつも稽古後、左胸が鈍よりしており、筋肉痛かなと、いくらロ

キソニンを飲んでも、症状変わりませんでした。たまたま、大会前に、毎年受ける、心臓造影三次元 CT で、冠動脈左下行枝、２か所75％狭窄が見つかり、主治医に、週末、仙台に剣道しにいきますから、明日ステント入れてとお願いしても、ダメでした。会長の菅先生に、冠動脈つまりかけているので、AED置いといてねとお願いし、当日は甲斐先生に、発作起きたら、急いでアスピリン２錠かみ砕いて飲むようアドバイスも頂きました。心筋梗塞発作時の勉強、身をもってしました。大会後、左下行枝に、２本ステント入れてもらいました。不思議なことに、バルーンで冠動脈膨らむと、血行改善し、体の左側が、明るくなった感じがしましたが、これはよくあることらしいです。

話は剣道に戻りますが、恥ずかしながら、私は、60歳まで剣道は攻めて相手を崩し、打たなければいけないことを知らず、60歳から、攻めを意識するようになりました。後に、神奈川県会長されていた、小林英雄先生から、攻めても打たなくてよい、攻めで崩すと、余計に相手に機会与え、また打つ間合等ご指導頂きました（これらの考え方、ショック受けました。攻めてくずしたとき打たないと一般にはいわれていますが)。神奈川大会の時、是非ともお会いし、対面でお話聞きたいものです。警視庁西山先生が、次期大会の監督にするから、「医学的な面で面倒見たって」と小林英雄先生紹介されました。小林先生は、PC 使いまくり、メールしたら、今ここで韓国の代表チームと、試合稽古していますと、返信来ます。すごい先生です。

今回の立ち切り、人生最後のたたき合いしよう、少しでも相手の隙を見つけたら、打突だ、上段の方が竹刀おろすだけでいいから楽だねとか、よからぬことを考え、立ち切り稽古に臨んだ次第です。

「立ち切り稽古中」

試合形式にすると言われ、そりゃ立ち切りじゃないだろうと、生まれながらの反抗心に火が付き、叩く、叩く、ひたすら叩く、１時間の筋トレと、剣道愛好家らしからぬ、悪しき思いでやっておりました。私の上段は決して本物ではなく、日本選手権を上段で３度優勝された千葉先生に、「どう握るのですか」と質問したら、「こう」と見せてくださり、「こう」竹刀を握ったら、案外いけるので、時々試しにしている程度のものです。イタリアの選手権団体戦で、先鋒の正代先生が打ちを決められた、上段からの逆胴も、一度やってみたいと、チャンス伺って放ちましたが、打突後、相手の足にひっかかり、前に倒れ、何事かと皆さん心配して集まってくれました。

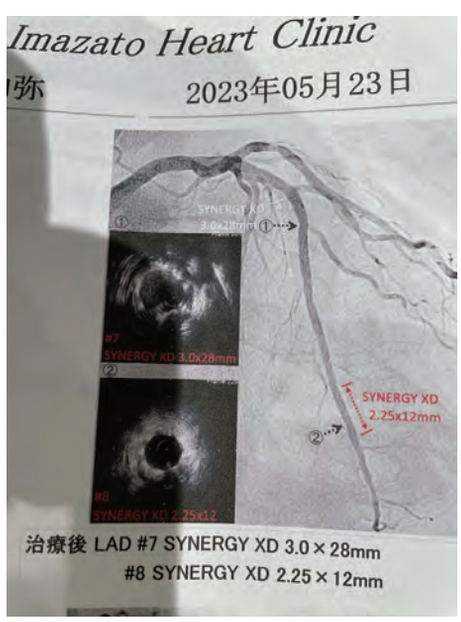
稽古中、「新潟のわっぱ飯たべたいな」「今日の懇親会、どこだっけ」とか「試合の時、面紐につける紅白のたすき、全長70センチ、幅５センチに決まっているのに、何じゃ、この異様に長いたすきは！。会長センス悪」「隣のコー

トは、試合巧者の林先生、試合しているよ、楽そう」などと考え、集中力を欠くと打たれました。気を取り直して、集中しているとなかなか打たれないものだなーと感心したりしておりました。当たり前ですが。中盤終わるころ、並んでいる先生方の列を見たら、諸木先生、堀江先生並んでおられ、「弱っている人間を狙うなんて、武士の風上にもおけないなー」と、考え、怒っていました。ま、これで気を取り直し、体力持つことできました。荻荘先生は、マイク片手に実況中継し、プロレスの古舘伊知郎状態です。おそらく、他の立ち切りをされた先生の寄稿文は、「貴重な体験をさせていただいて、機会を与えてくださった荻荘先生には、心から感謝いたします」、なんて書いてあるだろうなと思いながら、不謹慎な文章書いています。（事務局塚原先生に、執筆途中の文章送ったら、会報誌、堅い話が多いので、先生のノリで、最後まで、書いてくれと言われました）

大会に参加された先生方には、貴重な１時間頂戴し、恐縮するばかりです。やはり、歳には勝てず、次の日は疲れていました。次の日、荻原先生とは、試合の組み合わせで、当たることになっていました。私はさすがに疲れて棄権しました。これでトーナメント一つ得したと言われましたが、荻原先生の実力なら、そんなことありません。

「後日談」

新潟大会のよく月、心臓検査しますと、「左下行枝、また２か所詰まってまっせ」と主治医に言われ、またステント２本追加です。私の冠動脈左下行枝は、血管というより、ステントのトンネルになってしまいました。荻荘先生に、「死人出なくてよかったね」と連絡したら、ひっくり返っておられました。現在、主治医と、同じ高脂血症薬飲んでいます。食事って大切で、予防医学の大切さよくわかりました。




私は、中学までサッカーをしておりました。国体で活躍された先生の元、楽しんでおりましたが、ゴールキーパーが、時々シュートするので、「お前は団体競技には向いてない」と言われ（今のサッカーでは、大喝采受けますね）、高校から剣道部に入りました。高校同級に、現サッカー連盟副会長の、岡田武史君おり、このままサッカー続けていた

ら、別の人生歩んでいたことでしょう。

だらだらと剣道続け、５段までは地方審査で、いつも指導いただいている先生方が審査員で、お互い見るなり笑いがでてしまっておりましたが､これがいけませんでした｡６段からは、全国審査です。ちょこっと当てておればいいと思ったのが、苦労の始まりで、３回目落ちたころに、剣道には理会とか、間という概念が必要だなと気が付きましたが、なんと13回目、新潟で合格しました。６段受け始めたころに、妻のお腹にいた次男が、合格時幼稚園に入園していました。何度も、剣道止めてやると思いつつ、12回受けました。審査のため有給取ったら、病院の人工関節副センター長に､「お前が、審査合格しても、何の医学の貢献にもならん」と言われましたが、13回目挑戦しました。新潟大には、博士課程の論文つくりのため、特殊な組織標本の作り方習いに、何度も通いました。その事もあり、新潟には深い思い入れあります。合格して、夜行列車の乗り帰った時の喜びは、忘れられません。

７段は、２回目で運よく合格し、病院に出勤したら、石田利也先生が、お祝いの竹刀を持ってきてくださいましたが、この強刀、重くて未だに飾っております。石田先生、自分も２回で合格しましたと言われましたが、レベルが違うんだけどと、気恥ずかしい思いをしました。７段審査、初めて受けたとき、相手の剣先強く、中心取れず悔しい思いしました。２回目は、喉突き破られて

も、打とうと決心し臨みました。私のコート、４人とも、触刀の間から、徐々に交刀と詰め、一足一刀の間から、面を打つ形の先生方が集まり、なんと全員合格しました。７段合格したより、４人でなにか美しいもの作れたと、こちらの方が感慨深い思い出になってます。後25年、４分の一世紀、昇段できず、今日に至っています。

新潟大会の帰り、若い先生が、声を掛けてくださり、自分の仕事と剣道の在り方を迷っていると相談されたりしました。私は、決してお答えできるような人間ではありませんが、皆迷っているだな、でも剣道を愛し続けられておられるんだと嬉しく思うばかりです。医師剣道大会を通じ、多くの先生方にお会いし、多くのことを学びました。忙しい中、剣道を続けられる先生方には、本当に頭が下がります。先生方の医師として、剣道家としてのご活躍を願うばかりです。

今回、このような、寄稿文を書く機会を与えてくださいました、大会事務局塚原先生、全日本医師剣道連盟の先生方に、心からの感謝しております。新潟の荻荘先生、ありがとうございました。大阪大会では、立ち切り３時間元立ちやって頂きましょう。

第56回全日本医師剣道大会

立ち切り（第２コート）

# 立ち切りを経験して

順天堂大学名誉教授・同大脳神経内科／
リハビリテーション医学客員教授
林　明人（茨城県つくば市在住）

2023年４月８・９日に第56回全日本医師剣道大会が荻荘則幸大会長のもと新潟ふれ愛プラザにて開催されました。初日の８日全日本医師剣道大会では初めての試みとなる立ち切り試合が行われ、私も５名のうちの１人として参加させていただきました。

2022年沖縄大会からしばらく経った５月頃に荻荘先生からご連絡をいただき、イベントとして立ち切り試合を企画したいので、基立ちとして出場してほしいとのお話をいただきました。当初は正直大変だと思いお断りしようと思いました。立ち切りは30数名を基立ちで３時間相手をして体力の限界まで追い込む稽古法だと認識していましたので、66歳になる自分には立ち切り試合に挑戦するのは無理があるとすぐに思いました。あらためてよくよく考えて貴重な体験でもあり当初は30分ならと荻荘先生にお話しし６月にお引き受けさせていただきました。

立ち切り試合は、茨城県では勝田若葉会や秋田県などでの３時間立ち切りが有名です。茨城県で実際に立ち切りを経験した方何人かにお話を伺いました。最後はふらふらでよく覚えていないという方や体がほぐれてきて疲れるけれども大丈夫という方などがおられました。ただし、私がお話を聞けたのは皆さん20代から40代の年齢での経験で、高齢者になって立ち切りをされた方はおられませんでした。若い頃での立ち切りであっても皆さんが立ち切り試合を意識した体力気力作りの準備をされていたと伺いました。そこで私も最後まで立っていられるように2022年６月からジョギングも開始しました。当初は５分もしないうちに息があがる状況でしたが、次第に30分走れるようになり、体重も10か

月過ぎた頃には８キロ減となりました。剣道においても2023年４月８日の立ち切り試合に照準をあてて意識した稽古をしていました。その間、茨城県予選で優勝することができ、2022年11月に開催されたねんりんピックかながわ2022に出場しました。

やはり下半身の基礎をつくることが剣道にとって大切である再認識しました。因みに、ねんりんピックの大会では医師剣道の仲間である北海道の池澤先生（８段合格の直前でした）、神奈川の江端先生、沖縄の奥島先生も選手として、神奈川の野見山先生は顧問医師として参加されておられました。立ち切りのお話をいただいておよそ１年前から準備して立ち切りに臨みました。荻荘先生とのお話では当初は試合時間が30分程度というところからはじまり次第に45分から60分となり結果的にはトータルで75分となりました。途中で水分補給の時間がありましたので大変助かりました。

試合結果は２戦目に負けてしまいました。ただそのおかげでスイッチをいれることができたのかもしれませんが、30戦26勝１敗３引き分けで終えることができました。実際に立ち切りの最中には、変な言い方かもしれませんが、無駄な力が入れられなくなり無駄打ちができなくなっていたというのが自分の中の感覚に一番近い感じでした。ただ臍下丹田に溜めて合気になり、中心を割って攻め入る感覚を感じることだけが残っていたように思います。30人のお相手が終わった際には、やっと終わった、でも息はあがっていない、体は自由に動いていると感じました。八段の三條先生にはゾーンにはいっていましたねと言われました。疲れているのに、あるいは疲れているからこそ感じたあの感覚を大切にしていきたいと思いました。

その日の夜の懇親会では大会長をはじめ、新潟県の医師剣道の方々のご準備のおかげで、芸子さんもおられ皆さんと歓談もできて気分もほぐれて楽しい時間を過ごすことができました。一方で、全身筋肉痛があり足は大丈夫でしたが手や腕の筋肉が攣ってしまいフォークを持てないでいたところ、順天堂大学の先輩である大畠先生から芍薬甘草湯をもらい助かりました。翌日の大会ではやはり思うように体を動かすことができない状態でした。大会を終わり帰宅した２日後でもまだ心地よい筋肉痛を感じていました。

人生初の立ち切り試合を終え、これまでにない達成感とともに、なにか特別な剣道観がうまれたような気がします。この感覚を大切にしながらこれからの稽古に役立てていきたいと思いました。しかし、また元気な状態で稽古をしているときには、打とうとか勝とうとかをつい考えてしまいます。無理なく自然に体を動く感覚がないままに稽古をしてしまうことがあります。その時には一回一回あの時の感覚を思い出しながら、お相手と合気になり溜めて中心を割って攻め入るような感覚で、無理なく自然にしかも気力を充実させ攻めるように心がけて、長い剣の道ではありますが、鍛錬の道を一歩一歩前に進みたいと思っています。私にとって66歳での立ち切り試合は得難い経験でした。これを活かして少年剣道の指導や生涯剣道に役立てていきたいと思っています。

立ち切りという貴重な経験をさせていただきました全日本医師剣道連盟の剣道仲間の先生方に心から感謝いたします。これからもどうぞよろしくお願いします。

つくば市自燈剣道スポーツ少年団の
子供たちとの新年会
（2024年１月）

東日本剣道錬成大会・茨城県国体
Ｂチーム大将
（2023年９月）

**JRAT 活動について**

2024年１月１日能登半島地震が起きました。災害に合われた方に対しまして哀悼の意を表しますと共にお見舞いを申し上げます。

JRAT（日本災害リハビリテーション支援協会）の活動は生活不活発予防や災害関連死を減らすための医療支援活動です。１月４日にJRAT の能登半島地震対策本部を立ち上げ、９日に中央対策本部を神田に設置し現地石川本部と連携しています。本部長は皆で手分けして日替わりで３月まで埋めています。私も中央本部長としてのお手伝いをしています。医師１人とスタッフ３名程度が１チームとなり、２月６日現在にて全国の施設から１日平均10チームが毎日、全体でこれまで100チームが現地で医療支援活動をしています。派遣登録状況としては180チームが全国の施設から登録がなされている状況です。１月９日中央本部設置当日はスタッフ５名でしたが、２月６日には10名のスタッフと充実してきています。

１月９日 JRAT 災害対策中央本部設置当日スタッフ５名
⇒　１か月後の２月６日スタッフが10名と増加

**第56回全日本医師剣道大会**

**立ち切り（第３コート）**

# 新潟大会での立ち切りに参加して

安川泰樹

2012年に昭和大学を卒業した安川泰樹と申します。現在は昭和大学整形外科学講座の医局に在籍し、地元である長野県の丸子中央病院の整形外科へ赴任して脊椎・脊髄外科を専門として勤務しております。全日本医師剣道連盟の諸先生方におかれましては、在学中はもとより、現在も大変お世話になっております。今回私は第56回全日本医師剣道大会の立ち切りに参加させていただきましたので、ご報告致します。

今回の新潟大会では大会長が荻荘則幸先生であった事が幸いし、私達兄弟に白羽の矢が立ったところから始まりました。荻荘先生は弘前大学出身で私の父（安川幸廣）の剣道部の後輩である先生であったため、私たちが中学・高校の頃からよくお話を聞いておりました。今回の大会長が荻荘先生であったこともあり、初めて医師剣道大会に一族（父、弟、妹、私、と義理の父、嶋﨑聖二先生）で参加してみようということで参加登録をしてみたところ、まもなくして、兄弟妹で１時間の立ち切りへの参加依頼がありました。これまで剣道部や整形外科医局での社畜精神を培ってきた私は、何も深く考えずに２つ返事で参加を決めてしまいました。実は妹からは無言・無返信の Reject を受けてはおりましたがこちらで勝手に申し込みをさせていただきました。この場を借りて深くお詫び申し上げます。

コロナ禍でしばらく年末年始に義理の実家である高知で稽古させて頂く以外は、剣道から長く遠ざかっていた私は慌てて準備を開始する事となりました。当時は、東京に在住していたため、その際には昭和大学の稽古や大学 OB の先生を頼って目黒区剣道連盟の稽古に参加させて頂きました。立ちきり試合の参加について、昭和大学剣道部 OB の諸先生方からは「絶対にやめておいた方が良い、危険」との一致したご評価を頂き、内心怯えながらも準備を進めていきました。

当日を迎え立ちきりが始まりました。ルールは、２分間の試合を30人と行う形式でした。２分間の試合は何本有効打突を取得したかで両者の勝敗を決するため、残念ながら有効打突を先取したら休めるというものではありませんでした。更なる誤算が初回１人目の試合が歯科医師として強者で有名な渡邊先生であり、初回の試合２分で体力と神経をすり減らし、徐々にボロボロの状態となっていきました。試合を進めていく中で、自然と自分の中で剣道に対する感覚

が徐々に鋭敏となっていき取捨選択が行われる感覚がありました。有効打突とならなそうな自分勝手な打突は極力避け、常に前にプレッシャーをかけて攻めながら出頭や返し技、居着いたところ打つ事を中心に試合を組み立てていくこととなりました。途中、大学 OB である嶋﨑先生、大西先生、清水先生との立合いもあり、体力的にも精神的にも限界でしたがなんとか諸先生方に励ましていただきながら30人との試合を全うすることが出来ました。

戦績は19勝６敗５分け36本の有効打突でした。弟はだいたい同じような戦績でありましたが、妹は相手がほぼ全員男でありながらも１敗したのみでした。性格と実力の違いが戦績に出ているな、と実感しました。３人の兄弟が一致した感想は、参加して本当に良かった、でももうやりたくはない、でした。

短期間ではありましたが剣道とこれほど真剣に向き合ったのは六段審査に向けて稽古していた４年前以来でした。書いていて思いましたが、あと２年後には七段審査への挑戦権を得るという事です。こうして整形外科医としての臨床に忙殺されながらも、剣道に真剣に取り組む機会を与えてくださった荻荘先生、父、医師剣道連盟の先生方には心から感謝しています。今後は七段審査への挑戦の準備を少しずつ真剣に取り組んでいこうと思います。

立ち切り終了直後
左から妹（紗香）、泰樹、弟（紘矢）

懇親会場で
弘前大学剣道部 OB の３人
左から父（幸廣）、荻荘先生と奥様

第56回全日本医師剣道大会

立ち切り（第４コート）

# 新潟大会での立ち切りに参加して

安川泰樹

【Background】Annually, a national kendo tournament for medical doctors in Japan was held. Notably, the Yasukawa lineage has heretofore abstained from participation. This time, we had a chance to meet the head of the convention, and we decided to participate, including “Tachikiri”.

【Methods】The tournament adhered to a structural framework featuring an umpire overseeing 30 participants (change every 10 maches), each allotted a brief temporal span of 2 minutes, thereby accumulating to a grandiose aggregate of 60 minutes.

【Results】Taiki, Koya (author), Sako Yasukawa, and two additional contenders ardently executed the “Tachikiri” regimen for the designated duration. Out of 30 matches, 17 wins, 3 losses, and 10 draws were recorded. A water break was taken every 10 players, and the “Tachikiri” ended without significant complications. Subsequent to this, a training session ensued, yet regrettably, I found myself precluded from attendance due to the prevailing exhaustion and a nearly complete physical immobilization persisting for an approximate interval of 30 minutes. Subsequent to the event, muscle ache endured for a span of approximately three days.

【Conclusion】“Tachikiri” is a historically important practice method in kendo. Its conscientious and secure practice imparts a profound sense of accomplishment, thereby warranting commendation for prospective application. Nonetheless, the imperative for further inquiry persists, necessitating additional research endeavors to substantiate its efficacy.

In Kendo, “Tachikiri” refers to a specific type of training exercise. “Tachikiri” involves one person executing continuous and controlled strikes against a series of opponents who take turns attacking. Kendo training to enhance the overall proficiency in both offensive and defensive aspects of the martial art. This is done not only to develop technique, but also to cultivate a spirit of confronting opponents without giving up when times are really tough. This time, we, three siblings, participated in “Tachikiri” through the courtesy of Dr. Ogisho, the convention director. We three siblings have achieved good results in elementary, junior high, and high school in Nagano Prefecture, and have experience at the national level. In college, each of us has won a championship at the East Japan Medical Student Athletic Tournament, and Sako Y. has won both team and individual championships six years in a row. All of them have been away from kendo for a while since they became doctors, but they have all put in a lot of practice for “Tachikiri”. When I actually participated, I thought that it was quite hard, although I did my best in all the matches one by one. Although I knew it was not about winning or losing, I was still inexperienced in that area, and I was still obsessed with the match. However, in the end, I could not move much due to fatigue, but on the other hand, I was able to calmly assess my opponent’s moves.

Looking at the 30 matches overall, the most wins came in the 11th through 20th matches, followed by the 1st through 10th matches, and the last 10 matches were the fewest. In the last 10 matches, there were many draws, but the fewest losses, and I felt again how interesting kendo is in this area. Speed is certainly necessary, but I found that the attack, the tactics, the moderate fatigue and relaxation necessary for this, and the psychological aspect also play a considerable role. However, it was also true that it was not only a feeling aspect. The evidence of this is that in the first 10 matches, I was still physically strong, and the state in which I kept both speed and technique was the highest number of “ippons”.

Kendo is very deep and interesting. As my teacher in junior high school taught me, “Kendo is a way of life, and attitude toward life is a way of kendo.” It is so true that when both parties are in disorder, nothing will go right. I can think of no other martial art that has such an impact on my life. I will continue to devote myself to kendo for a long time to come.

Finally, I would like to thank Dr. Ogisho, the tournament director, for giv-

ing us this wonderful opportunity, as well as everyone who helped organize the tournament. I would also like to thank my parents for raising me and my brother and sister for their friendly competition. Thank you very much.

第56回全日本医師剣道大会

立ち切り（第５コート）

# たかが一敗、されど一敗～新潟大会での立ち切りを経験して～

安川紗香

「みんなでこの大会に出よう！」

長兄からの突然のLINEにより突如全日本医師剣道大会への参加が決まりました。正直もともと私は積極的に大会参加をする方ではないため、返事をせずにやり過ごしてみましたが、父と兄達が参加を即決し気が付くと私もほぼ自動的に参加となっていました。さらに恐ろしいことに（本当は至極光栄なことですが…)、兄弟で立ち切り稽古の元立ちを務めさせていただくことにもなりました（新潟大会会長の荻荘先生が父の大学時代の後輩であったご縁でお声がけいただきました)。大会までは猛稽古の日々…というわけにはいかず、近くのジムに行ったり、地元の剣友会で細々と稽古をして過ごしました。30人との立ち切り稽古の経験などもちろんなく、いったいどうなってしまうのか、最後までやりきることができるのかと色々不安に思い、（悪）夢まで見るようになりました。そして大会当日。ここまでくれば逃げようもありませんので、多少開き直っており、どのように試合をしようかとまで考えていました。私は昔から負けるのが嫌いで、「打たれなければいつか勝つ」というスタンスであったため、特に高校生の頃は大会のたびに30分くらいの延長戦は当たり前、たまに１時間近く試合をしていることもあり、地方大会のブラックリストに載っているのではないかと噂されるほどでした（そもそもブラックリストなどないと思いますが)。私の試合が近づくと担当してくださるだろう審判の先生がそそくさとトイレに行くのを実際にみたこともあります。今回は諸先輩方の胸をかりるのだから積極的な試合をしようと思っていましたが、実際に始まってしまうと避ける、避ける、自然に体が避けてしまうのです。「打たれてもいいから恥ずかしくない剣道をしよう」などという考えはすっかり消え、体力気力が限界に近づいても最後まで打たれることを拒んでいました。結果は９勝１敗20引き分け。最後までやり切れた自分をほめ、また男性の先生方を相手によく健闘したと思いつつ、勝ちが少ないことよりも１敗したことの方が悔しいと感じている自分に驚きました。30戦のうちの１敗は

「たかが１敗」とも取れますが、私にとっては「されど１敗」でした。やはりどこまでいっても私は「負けず嫌い」なんだと改めて自覚しました。この負けず嫌いが今後の人生において良いことか悪いことかはわかりませんが、今回せっかく気づくことができたので、自分の１つの特徴として上手に付き合っていきたいかと思います。ただ、できればもう少し積極的になれればいいなと自分でもひそかに思っています（剣道も人生も…）。ちなみに先生方には軟弱者と怒られるかと思いますが、立ち切り稽古による筋肉痛と達成感は半年間消えなかったため、半年ほど剣道をお休みしてしまいました。今はまたなんとか奮起して細々と稽古をさせていただいています。

今回の経験を通して、極限を知り一回り大きな人間に…というわけにはいきませんでしたが、自分自身について改めて知ることができました。剣道においても人生においても粘り強く辛抱強く、たまには１歩踏み出して挑戦することを忘れずに邁進したいと思います。今回このような貴重な機会を与えていただきました荻荘先生、また稽古をつけていただいた諸先生方に深く感謝申し上げます。

最後に、

「みんなでこの大会に出よう！」

この言葉がなければこのような素晴らしい機会に出会うことができませんでした。が、そろそろ兄がまた言い出さないかちょっとだけ不安に思っている、相も変わらない自分がここにおります…。

兄弟３人で東医体に出場した時の写真です。

―寄　稿―

伊藤元明先生ご紹介により【転載】

ひろば

# 五輪・パラリンピックへの道

中央地区
霜　　礼次郎

1．はじめに

日本開催2度目の東京五輪・パラリンピックが本年開催され、無事終了した。多くの困難下に、そして全て異例のもとにも多大なる感動的な場面を国民・全世界にアピール出来たと思う。

今回は、スポーツ好きな家系に育った私の五輪・パラリンピックへの関与について、特にスポーツドクターの立場より述べ、今までの多くの諸先生方のご理解とご協力に感謝の気持ちを表わしたい。

2．「オリンピック」という言葉との出合い

私が中学校2年の時、昭和27（1952）年、戦後日本がオリンピックに初参加したヘルシンキ五輪で日本に唯一の金メダルを持たらしたのは、レスリング競技で、千葉出身の石井庄八選手であった。石井選手は母校本町小学校の先輩であり、当時陸上競技部に属していた私は驚きであった。石井選手は高校では柔道部に属し、大学でレスリング部に転向、八田監督のハードトレーニングに耐えて見事に金メダルに輝いた。以来、私はオリンピックに憧れるようになった。

3．武道・剣道部へ入門

高校1年の時、戦後禁止されていた剣道が復活した。親友と共に剣道部に入った。当時剣道部に専門の指導者は無く、県警本部の師範であり先輩でもあった糸賀憲一氏に直接指導を受けた。先輩は戦前の高等師範の武専卒業で、東西対抗戦では東軍の大将であり、実力ナンバーワンであった。氏の指導の要点は合理的な剣道技術獲得であり、勝負は作戦・戦

略によると。即ち、道具である竹刀（剣）を上手に扱うようになるまで日夜集中する。その為に、毎日3,000回の素振りをするように指導された。更に、技の指導は先の先をいくように手の内の技を中心に稽古を受けた。私は日本古来の武道に引き込まれ、将来は剣道の教師をめざすように打ち込んだ。朝・昼・夕集中するように。我が剣道部は、関東大会に県代表として戦うまでに成長した。これも糸賀先輩の合理的な指導のお陰と感謝し、医学部に進学してからも剣道部を復活創部して、私は東医体で個人優勝を果した。（写真①）

写真①　アキレス腱断裂直前の筆者

この日本人の道具を上手に扱う器用さは外来のスポーツ競技であるオリンピック競技に出場する選手にとって、技術習得上、理解する途上、大切な要素と考えている。メンタルマネジメントにおいて後述する。

4．アキレス腱完全断裂の体験

36才の時、父が体調を崩し、家業の診療所を継ぐ決心をして帰葉する。運動不足から体重が30kgオーバー。医学部の母校OB戦。現役部員との大将戦で強打した時にアキレス腱完全断裂。その瞬間は天と地が回転した如く、左足底に道場の床がついてきて足関節はぶらぶらし歩行不能。後輩の背を借りて手術場に運ばれた。休日というのに教授自ら局麻のもと、腱の断端接合術を受ける。以来、精神的には強度のPTSD（心的外傷後ストレス障害）に陥り剣道の再起を断念。

5．竹刀を銃に持ち換えオリンピックをめざす―利き目の判定―

残された機能を発揮するスポーツを検討した結果、子どもの頃に夢中になった空気銃を思い出して射撃を選んだ。お金のかかる種目ではあるが、近くに射撃場があるクレー射撃をする事にした。幸いな事に千葉はクレー射撃が盛んで、チャンピオンが3人も揃っていた。私は、手が左利きであったので、銃も左指で引き金を引いていたがどうも当りが悪い。利き目を調べたら、何と利き目は右である事が判明。さあ大変、急に右手指で引き金を引く

訓練をするべく、剣道の「素振り3,000本」を想い出して朝・昼・夕と射撃場に通った。本格的に試合に出場するようになって4年目の42才全日本選手権大会に初出場し日本新記録で優勝。翌年開催のモスクワ五輪の候補選手になる。

因に、射撃銃は殆どが右利き用に出来ており、私にとっては有利に働いたと思っている。日本の火縄銃も右利き用に出来ていて、右目で狙いを定める。尚、剣道は利き手の左右差は無く、竹刀の持ち方は一定である。

今後、利き手・利き足・利き目の問題は脳と行動の面から、研究の余地を残しているのが現状である。(写真②・③)

写真②　火縄銃射撃・千葉城鉄砲隊隊長の筆者
(親子三代夏祭り)

写真③　全日本クレー射撃選手権大会優勝
1979年、42才の時の筆者
(シューターズより)

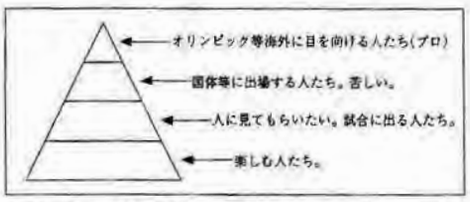
6．メンタルトレーニングとメダル獲得

近年、脳の機能の研究が進み、従来の心と行動の問題に加え、脳と心と行動を追求する新しい行動科学の分野がスポーツ界に応用されてきた。

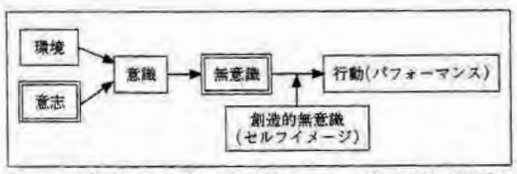
私は、日体協（現　日本スポーツ協会）のスポーツドクター制度の新設の際、カリキュラムの1つとしてスポーツ心理の一項目を加えるように主張した。そして、日体協の研究班の一員として参画し、加えて欧米のスポーツ行動科学を導入した。「メンタルマネジメント」としてまとめる事が出来た。(図①)

スポーツドクターが射撃競技でチャンピオンになったと言う実践経験が受け入れられ、世界射撃連合のメディカルコミッティの一員に推挙された。オリンピック競技の現場で、

図①　勝つ為のメンタルマネジメント　（筆者著　メンタルマネジメントより）



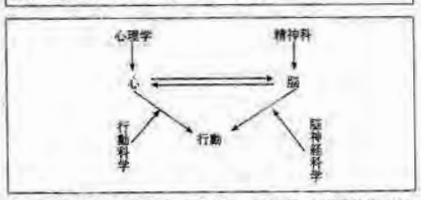

▲図1　スポーツ人口　スポーツを楽しむ人たちは一番多い。上達するに従って苦しみが多くなり，大多数の人はギブアップしてしまう。




▲図9　行動科学から見た人間の行動システム……強い意志と無意識の行動は，強く美しい。

▼表1　スポーツ選手の3つのタイプ

1．知っているが，できない選手　2．できるのにやらない選手　3．何でもできて，すぐやる選手




▲図　心と脳と行動の関係と専門領域。行動科学，脳神経科学は新しい科学である。

▼表7　積極的メンタル・マネジメント・プログラム

1）「目標の設定」と「自分を信じること」の法則
2）肯定の法則
3）強化の法則
4）トレーニング効果の法則
5）行動の分析の法則
6）攻撃の法則
7）態度の法則
8）プレッシャー・コントロールの法則
9）メンタル・リハーサル(イメージ・トレーニング)の法則
10）学習，再学習の法則

目標の達成 ＝ 目標の設定 価値観の設定 ＋ 強化の原則 ＋ 信じる

▲図4　目標の達成のメカニズム

▼表10　競技中のメンタルプログラム

(1) スターティング・ポイント
　プログラムの開始点です。いつ開始するか，決定します。
(2) 態度の決定
　演技に入る前にピーク・パフォーマンスを演じたときのフィーリングを思い起こし，これから演ずるピーク・パフォーマンスをイメージします。
(3) 技術のリハーサル
　理想的な自分の演技をリハーサルします。
(4) 加速のイメージ
　スタートの際に，攻撃的になり，絶対にピーク・パフォーマンスを演ずると決意します。
(5) 最終集中
　演技開始最終段階です。ピーク・パフォーマンス・イメージを考え続けます。演技は無意識に行います。

基本的には，ピーク・パフォーマンスを獲得するという積極性と，ピーク・パフォーマンスを演ずる技術に対する集中を意味する。

▼表3　行動科学的技法

トレーニングとは，単に知識の伝授，伝達ではなく，選手の行動を望ましい方向に変革させて，それを習慣づける事

▼表4　選手・コーチのメンタルチェック（性格・行動・思考・集中）

明るい・暗い
恥ずかしがりや・めだちたがりや
集団主義・個人主義
ポジティブ・ネガティブ
アクティブ・パッシブ
右脳型・左脳型
一点集中思考型・複数同時思考型（異審型）
練習好者・試合好者

▼表5　集中力の型分けと性格

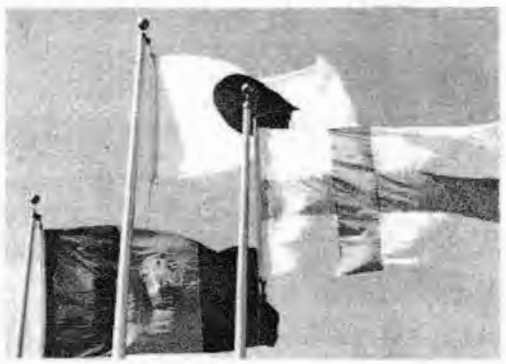
| 型 | 神経伝達物質 | 性格 |
|---|---|---|
| 一点集中思考 | 抑制性のグリシン | 内向性？ |
| 複数同時集中思考 | 興奮性のグルタミン酸，アスパラギン酸 | 外向性？ |

直接ドーピングコントロールや各国の選手育成に関する情報を得る事が出来た。中でもアメリカの金メダリストとの交流と、医学的測定等により、日本の選手に不足している技術及びメンタルトレーニング法を導入した。

その結果

①ロス五輪で、ピストル競技の蒲池選手が金メダルを獲得した。彼の行ったイメージトレーニングが勝因であった。日本初の金メダル（写真④）。

②バルセロナ五輪で、私は総監督としてクレー射撃では渡辺選手が同点決勝で敗れ銀メダル。ライフル射撃では木場選手が銅メダル。両者共に、メンタルプログラム行使しての勝利をつかんだ（写真⑤）。



待望の日の丸がロスの青空に揚る。
日本選手団第一号である。
金メダルを首にかけた蒲池選手と筆者。空港にて。

写真④　（千葉市医師会だより）

木場選手の銅メダルを喜ぶ日本選手団

写真⑤　バルセロナ五輪、射撃選手団監督として出場。クレー射撃銀メダル、ライフル射撃で銅メダル。

写真⑥　平成６年より、体操協会は
千葉県の選手育成に当る。
（千葉ポートアリーナにて）

五輪2冠の新エース

紫綬褒章

東京五輪で体操ニッポンの新エース誕生を強く印象づけた。男子個人総合で史上最年少王者に輝き、種目別鉄棒と合わせて2冠を達成した。新たな勲章に「名誉ある褒章をいただき、身の引き締まる気持ち」と紫綬褒章の喜びを語った。

新型コロナウイルス禍で五輪が延期となった1年で、高難度の技を習得して急成長した。誕生日は五輪開幕前日の8月7日。二つの金メダルを手にした時はまだ19歳で「10代最後にいろんなプレゼントをもらった」と笑った。

10月に北九州市で開催された世界選手権は個人総合と種目別鉄棒で銀メダル。力は示したが、五輪に続く世界一には届かず「来年から頑張る理由が見つかった」と闘志に火が付いた。2024年パリ五輪では東京五輪で銀メダルだった団体総合での王座奪回が最大の目標になる。「常に感謝の思いを胸に、自己研さんに励んでいきたい」とさらなる進化を目指す。

体操　橋本大輝さん(20)
＝成田出身、市船橋高出

紫綬褒章に決まった体操の橋本大輝さん

写真⑦　東京五輪にて金メダル２個の橋本選手
（千葉日報より）

7．東京五輪・パラリンピック開催

①東京五輪で千葉県出身の橋本選手が体操競技において金メダル。

私は千葉市及び千葉県体操協会の会長を歴任したのは、体操選手はスポーツ外傷が最も多く、その予防と対策にスポーツドクターの関与の希望によるものであった。当時から県内の体操選手は市船高や習志野高から順大へのルートで多くのオリンピックメダリストを育成している（写真⑥・⑦）。

残念ながら、射撃競技においては、メダリストは出なかった。

②東京パラリンピック・射撃競技を主管。

日本で障害者射撃大会の開始は、1980年の国際障害者年に「身障者を国体へ」のスローガンのもと、千葉市で開催された。以来、全国大会へと発展し、シドニーパラリンピックに私は団長として初参加した。

今大会は、4人の選手が参加し、パラリンピックの参加を果した。共に射撃に巡り合って楽しかった感想を述べていた。また、世界各国から150名の選手が参加した。変則的な大会運営ではあったものの、多くのボランティアの心のこもったおもてなしに喜

んで競技を楽しんで帰国されほっとしている。私は全日本障害者スポーツ射撃連盟会長として主管しメダリストへの花束贈呈者に選ばれた。この上ない名誉に感謝した次第です。多くの皆様方のご支援に感謝します。(写真⑧)

花束贈呈プレゼンター、筆者

日本障害者スポーツ射撃連盟 会長 霜 礼次郎

試合風景(ライフル・スポーツより)

写真⑧　東京五輪・パラリンピック

8．私の記憶する先人の言葉とその意義

①世界パラリンピック選手の共有語

「折れない心」

②永六輔

生きているということは

　誰かに借りをつくること

生きてゆくということは

　その借りを返してゆくこと

③山本五十六

やってみせ、言ってきかせて

させてみせ

ほめてやらねば

人は動かじ

9．脳科学からみたメンタルプログラム

近年の脳科学の分野で通説となっている、脳から分泌される神経伝達物質の1つに報酬系物質ドーパミンが注目されている。

①武道の世界で剣禅一如という言葉がある。動く禅としての剣さばきと坐禅が一如となるとすると、坐禅の三昧の境地が脳波のアルファ波そして競技中に「ゾーン」に入るという無意識の状態。これらは動にしても静にしても得られる快楽の状態として解するならば、人の行動によって得られるドーパミンの作用なのかと思われる。

②欧米の個人主義の強い自由な環境の国では、積極的に競技する傾向にある選手が存在する。何のために競技するのかという目標の設定と、それに伴う価値観の設定が強力である。価値観の設定が不定の場合、トレーニングは続かない。即ち目標達成による快楽が精神的にも金銭的にも得られると、ドーパミンの分泌を予測される事を認識させる。チャンピオンになった時の報酬を確認させる事によって興奮が高まり、集中力が上り、好成績が得られる、というプログラムが存在している。金メダル以外は、メダルではないという…。

従来、日本のオリンピックでのメダル獲得は金・銀・銅という下にいくに従って多い。今大会の東京五輪・パラリンピックでは、金メダルが一番多く、主催国と国民の目線が選手にドーパミンの分泌を促進させたのではないだろうか。

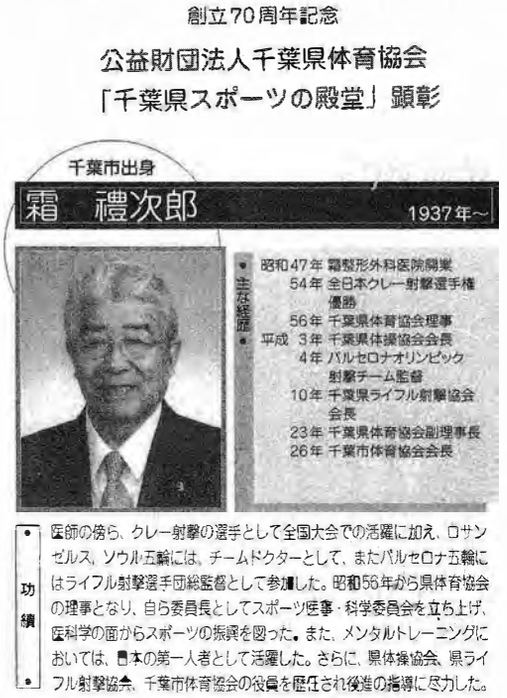
③結語

日本の選手が勝つためには①に述べた技術トレーニングを無意識にできるようになるまで（動く禅ととらえる）反復する。その上に、②に述べた目標の設定と目標を達成した時の報酬を予測して、いかなる環境にも「折れない心」を発揮させる。積極的に日常生活を送る努力をして、より多くの人達から「褒められる」声によって、ドーパミンの快楽が獲得され、更に次の目標に向う心の準備を行う事が重要である。

10. 終りに

東京五輪・パラリンピックまでの道のりについて述べさせて頂きました。未熟な私は多くの人達からご教授を受けて自分なりに成長してまいりましたが、まだまだ勉強が足りません。私なりの自説を述べましたが、諸先生方のご批判を頂き、更に邁進してまいりたいと思っております。

過日、千葉県スポーツ協会に於いて、殿堂入りの名誉を与えられました。84才を迎えた私にとりましてはこの上ない喜びであります。この紙面をお借りして心から御礼を申し上げます。(写真⑨)




写真⑨　　(千葉県体育協会)

文献

一、霜礼次郎

「射撃と禅」近代文芸社、1991 年

二、霜礼次郎

「メンタルマネジメント」

ースポーツ行動科学の視点よりー　ブックハウス HD、1992 年

三、サンドラ・アーモット他

「脳のしくみ」東洋経済新報社、2009 年

(千葉市医師会だより　2021年12月 605号より)

―寄　稿―

# 八段審査合格後の１年間

新・教士八段　池澤清豪

八段合格の向こうには何があるのだろう。未知の景色を思い描いては、いつの日か訪れることを夢見て稽古に励んだ。未知の世界には、大きな構えにて、立ち姿美しく、打ちの一本一本が相手を納得させ、正しく・強く・美しい剣道をする自分がいる。全国どこでも上席で、元立ちである。よって皆様が八段としての振舞いを凝視している。見られながらカッコつけている自分がいる。「かっこいい八段」合格する前はそんなことを夢みていた。

そして2022年11月25日八段審査で合格を頂いた。私の仲間ばかりでなく北海道の剣道家に激震が走ったと聞いた。私自身が驚いたのだから、「さもあらん」である。

当初、ひねくれた根性をもつ私は、驚いた周りの人に「八段の椅子」の幸せ感をたっぷりと味あわせ、十分羨ましくさせ、妬み、嫉妬を持つ邪心に火をつけてやろうではないかと考えたのであった。

しかし、そんなことを思い描いたのは一瞬であった。なぜなら皆様に憧れの姿を見せつけるのが夢だったのにもかかわらず、それがまさかの運で、八段とは無縁で実力のない私が幸運を授けられた者が上席にいることはどれほど大変なことか。思っていた以上に稽古は地獄となり、審判でもはかり知れない緊張感の連続で、皆様に邪心を抱かせる前に、私自身が心身共に崩れ、疲れ果ててしまった。『八段を返上したほうがよいのでは』と自問自答した時もあったぐらいだ（苦笑）

それでも新八段の“新”は、車の運転者の初心者マークと同じであり、１年間を経過すると、力不足を十分認識し、注意されることは素直に聞き入れ、我が八段の姿を描いては消しという作業を繰り返しながら、自分らしい八段としての絵を描けるようになってきた。

では、合格後１年間の経験を皆様にご報告します。嘆きの多い長い文章であるが、お茶でも飲みながらお付き合いください。

■審査合格後の直近の稽古

合格後１カ月の稽古は地獄であった。周りの八段の先生のように格のある稽古をしなければいけないというプレッシャーが続くのであった。「強い八段を目指すためにも打たれない剣道を目指そう。八段は違うぞと思われるためにも、相手を打ち負かしてやろう」と心に刻み、息気込んでいた。

しかし、稽古において、私が“さあ来い”と待ち構えているにもかかわらず、なんと私の列に並んでいる猛者たちは、私に“さあ来い”と手ぐすねを引いて待ち受けているのである。そうなると八段という格を見せつけるため、大きな技で１本とって格の違いをみせつけ、絶対に打たれまいとなる。ところが、稽古したとたん相手のドツボにはまり、出頭は打たれる。面にいけば出小手、返し胴、相手の好きなように打たれ“私はサンドバックか？”と問いたくなるのであった。

稽古するたびに、皆様からの返礼を受け、稽古も行きたくない気持ちも生じてきた。そのためか、稽古から帰って家に着くと妻に愚痴ばかり言っていた。
「今日も駄目だった。八段としての格を見せつけるどころか、自分で納得した稽古が出来ない。つらいなぁ」
「当たり前でしょ。実力があったわけでなく、たまたま剣道連盟もそろそろ60歳以上の人の合格者を出さねば、60歳以上の人が受審しなくなるという話し合いの狭間で、あなたがたまたま調子良く、それに嵌っただけ。当たり前のことを一喜一憂してどうなるの」と一喝。
「……（何も剣道のこと知らぬくせに、いかにも本当らしく言う。俺に対する口だけは五段はあげたい）」ため息が漏れる。

私を優しく包んでくれる居場所はどこにある？金をもって薄野か？

■野球 WBC と村上宗隆選手と王貞治さんと剣道

３月下旬、外はまだまだ残雪で寒い中、WBC（ワールド・ベースボール・クラシック）の試合で内は熱く盛り上がった。特に準決勝のメキシコ戦の９回裏の２点を入れ逆転。最高であった。スポーツに関心のない妻でさえも TV を食い入るように観ていた。

夫婦で TV 観戦している中、そこまで打てなかった村上選手に対して
「剣道の世界でも、絶対勝てる相手でも一本も取れない時もあるし、逆に何かの機会で一本取られて負けてしまうことがある。村上選手も色々な雑念がうごめいているのかなぁ」
「……」

村上選手が最後の最後にフェンス直撃の２点タイムリーを打ち逆転。
「やった！村上よくやった。剣道の世界でも、団体戦で大将が最後の10秒で一

本を取りチームに勝利を導くときがある。相手もふっと気が抜けるんだなぁ。」
「……野球に集中して観ていたいの。何でも剣道に結びつけるのをやめてくれる？」
「（夫婦は何かに共有しなければ繋がらないが…）♬人生が二度あれば～（井上陽水の曲）夢見るように、人生が二度あれば～♬」歌うしかない。
「静かにして！」（…しかたなく、心の中で続きを歌う）
　昨年、村上選手の日本人選手最多の56号ホームランもなかなか決めることができなかった。経験したことのない重圧がのしかかり「打席に立つ恐怖感があった」と答えていた。９月25日チームが優勝した時に「もっと押しつぶすようなプレッシャーをかけてほしい」と周りの皆にいい、「この苦しみもいい経験だと自分に言い聞かせてきた」と。そして10月３日55号からなんと60打席目それも最終回の最終打席の第一球で決めた。彼はシーズン後「50号あたりから王さんに並べるくらい打てればいいかなという目標を立ててしまった。自分にもっと期待してれば違う結果が生まれたかと思う」といった。
　その王さんだが、彼もあと一本で700本と迫った時、毎日大勢のファンが期待して球場に足を運んだが期待に応えられなく、打てない日々が続いた。苦しさを増し、夜も眠れない日が続いたという。悩んで古武術・気の達人である藤平光一氏のもとに訪れアドバイスを受けた。そしてその翌日700本目のホームランを打ったのである。藤平氏はなんと言ったのか？
「あと１本で700本でなく、あと101本で、800本って考えてみればいい」とアドバイスしたそうだ。そして、その後868本塁打の世界記録を作った。
　目先のことだけ意識すると、そこまでしか「気」が通らないということ。目先でなく叶えたい夢、その先の夢、さらにその先の夢を思い描かなければいけないのだ。
　翌日、アメリカ戦での決勝戦。今日も二人でテレビ観戦。
　大谷翔平が試合前、ロッカールームの円陣で声出しを務め発した言葉
「僕からひとつ。みなさん、憧れるのをやめましょう。トップになるために来たので。今日一日だけは彼らの憧れを捨てて、勝つことだけを考えていきましょう」と。
　そこで私は懲りずに妻に言った
「もし北海道の四天王（古川・栄花兄弟・佐賀）と決勝で戦うことあったら、憧れを捨てても戦うか？」
「…寝言？」
　そして大谷が最後のピッチャーとして三振を取り締めくくり、日本は優勝した。

「やはり、野球も剣道でも大将がしっかりしていると安心してられるなぁ」
「…（無言）」（心の中で、～人生が二度あれば～♬）
　やはり、剣道人としては、あらゆるスポーツのその瞬間の出来事や選手の姿を剣道に置き換えてしまうのだ。特に精神的プレッシャーかかるときはなおさらである。皆さまはこの気持ちわかりますよね。

■全国医師剣道大会 in 新潟
　４月７・８・９日と全国医師剣道大会が新潟県新潟市で開催された。北海道から森孝之先生（札幌厚生病院・糖尿病内科）、舩越匠先生（札幌医大・神経内科）と私の３人で参加した。
　１日目。３人で飛行機を乗り合わせ、夜の稽古会に参加、そこに行くと、なんと八段の着替え室が用意されていた。最初はそこに通されたので着替えたが、稽古後は気恥ずかしく皆さんと同じ場所で着替えた。
　夜は３人で居酒屋を梯子し楽しく語り合った。そして、2025年この会を札幌で開催すること頼まれていると話すと、二人は快く賛成し背中を押してくれた。
　２日目、12時から幹事会あり、次期2024年開催は横浜、次の2025年は札幌となった。北海道で今のところ動ける医者は、我々３人しかおらず、150～200人程度（会員250人程度）の参加大会といえども会場の確保・宴会の会場・余興等やお土産。パンフレットなどのお金の工面も初めてなので戸惑う自分が見える。
　翌日２時から男４人・女１人の立ちきり稽古、選ばれた５人は強く、舩越先生は３人に、森先生は２人に掛かっていった。残念ながら二人は北海道の強さを披露することはできなかった。３時30分から１時間の元立ち稽古。張り切って稽古した。疲労困憊。
　夜は懇親会。香田郡秀範士（筑波）、山崎尚範士（愛知だが新潟出身）と同じテーブル。余興には舞子さんの踊り、席の横には新潟での日本酒の品評会があり、ガンガン飲んでいると、明日、試合に参加することを知った。「え～」（心で“八段なのに”と思ったが、この言葉は偉そうなので言わなかった）。「何試合すれば決勝？」（そこまでいけば八段の面目は立つ）「５試合ぐらい」と言われる。

　また、懇親会の席上、２年後の札幌

開催に触れ、是非、札幌の四天王（古川・栄花兄弟・佐賀）と是非稽古したいと要望が多かった。中には古川先生の“突き”を受けてみたいという猛者も何人かいた（心の中で“本当に？恐怖という言葉を知らないのか”と思った）

部屋に戻り、明日の試合のパンフレットを見た。65歳～69歳の部で、私はあと２カ月で70歳、この中で一番の年寄りだなぁと思った。平常心を保ち、恥ずかしくない試合だけは…と、心掛けることにした。

３日目。まずは山崎範士と八段４人（医師として私・宮坂昌之氏（大阪）・野見山すすむ氏（神奈川県）そして歯科医・三條貞夫氏（山形県））が演武に臨んだ。思い切りのよい剣道をすることを念頭に立ち合いをした。先頭は私である、もちろん初太刀は面。じりじりと間合いを詰める。触刃にて竹刀での会話を十分行ったあと、相手のふところをつけ入るように初太刀“面”を打つが、面返し胴を美しく打たれる。これでいい。思い切っての踏み込みこそ私の剣道。しかし、気の充実の攻めが、相手の先の先に勝たねばならぬ。未熟である。

次に試合、平常心を維持しつつ４回勝ち決勝まで駒を進める。決勝戦は相手が常に間合いを遠くに取るので、なかなか交刃の打ち間に入ることが困難。しかし、延長に入り気の抜いたところで面を打たれる。まだまだである。「決勝まで行けばいい」と思ったのがいけなかったか、「決勝で勝たねば」と思ったのがいけないのか。そう意識が思考を束縛し身体の自然な動きを止めてしまった。相手のどの変化にも対応できなければいけない。反省する。

会の締めとして、香田先生から高段位審査への取り組み方などのお話、山崎先生から今回の会の寸評を面白可笑しくお話して頂き、閉会となった。

今回の新潟におけるこの大会は、今までの大会の流れと違い、画期的なアイデアにおける素晴らしい運営であった。荻荘則幸先生はじめ運営に携わった人に改めて感謝します。

新潟から帰宅したその夜、女房が大丸デパートから高級毛ガニを買ってきた。今日の料理は蟹と天ぷら。蟹の甲羅には身をいれ、甲羅の周りには蟹の形をかたどって足が並べられていた。まずは二人で甲羅の中の身を美味しくいただく。なんと仲の良い夫婦だ。次に足を食べる。一つ食べ、二つ目を食べようとした。その時だ、怒声が飛んできた。

「その列の足は私の分！」

「…（箸が止まる）…」

私は一人っ子、妻には弟がいる。私は兄弟で分け合う食べ方を知らない。だから列とは関係なく当然の如く足の太い方を選んで取る瞬間であった。妻は私の行動を観察していたのだ。ビックリである。そこまで大きな声を出さなくても。やはり高級品を分けながら食べるときは、夫婦といえども気配りが必要で

あることを知った。

■京都演武会

八段として初めての公式の場である。全日本剣道連盟も昨年の11月に医師の二人が同時に合格したこともあり、私は宮坂先生と対戦が組まれた。しかし、４月に入り、残念なことに、事前に宮坂先生より体調不良で今回は参加できないと手紙をいただいた。

５月５日演武会当日。演武は「旧武徳殿」で行われる。今から123年前、1899年に建てられた木造建築であり、国の重要文化財に指定されている。床板も当時のままで、床材を美装や補修しただけであり、先人たちと同じ床を踏めるというだけで感激である。

八段は二分半前後の演武が行われる。勝敗を決める形で行われるが、通常の試合と異なり、よほど剣道の理合いのある１本でなければ１本とされない。それ故、お互いのレベルも拮抗しているので、勝敗がつくのは10％前後で、90％近くが引き分けとなる。

演武の時間となり武道館に入る。道場の床の周りに敷かれた畳に座り２人ぐらいの演武を見て、面をつける。やはり緊張しているのか面紐がきちんと結ぶことができない。３回ほど、結んではほどき結んではほどきを繰り返す。良かった。何とかきちんと結ぶことができた。２分思い切った立ち合いができることを祈る。すぐに順番がきた。

床に足を入れる。そして礼。蹲踞し立ち上がる。その時に床の違いを足の裏から感じた。何とも言えない床の弾力。飛びたい気持ち。この床こそ、ここでの演武を目標にしている魔物が潜んでいることを確認した。

この床で面を打ちたい。相手は近間に入ってくる、しかし、いつでも返し技ができるように思える。迂闊にはいけない。竹刀を抑えるも、微妙に外される。こちらは竹刀で探ることをやめ、剣先で中心を取るようにした。気合を入れる。スーと入ってきた。すかさず「メーン」すぐに胴を返されるも、審判の左手は上がらず。相手も二段打ち・面とくるも近間なので応じることできず。もう一度、真っ向勝負「メーン」しかし、返し胴の音が鳴り響き、左手が上がった。あとは時間となり一本負け。負けの悔しさを顔に出さず、相手に座礼し口角を上にあげ顔を交わす。

意外と落ち込んだ。顔の汗をぬぐい、武徳殿から出て、着替えをした体育館に戻る途中のＴ字路で古川和男先生が笑顔で待っていてくれた。この歳で涙が出そうになった。そしてアドバイスを頂いた。これだけで今回の京都に来た甲斐がある。でも、悔しさは残った。八段としての修行が始まった。

■八段になってからの審判

５月28日ねんりんピック予選（審判）、６月３日全日本選手権予選・（審判主任）、６月４日段別選手権２日目（審判）が割り当てられた。普通に考えればなんということはないが、私自身が今まで審判に呼ばれることは少なく、なにかと学会とぶつかることが多く、この１年審判をしたことがなかった。その間にコロナ禍で審判法が変わり、特に「つば（鍔）競り合い」からの双方の分かれ方などの細かな反則や意図的な「時間空費」や「防御姿勢による接近する行為」の防止に準じての反則など、審判における反則は合議で決定するものの、主審が合議をかけなければ反則は見逃されてしまうので、主審の役割・責任は非常に大きなものになった。

高齢者大会では審判長・岡嶋亘範士・我が会場の審判主任は栄花英幸先生、試合前「今回ねんりんピックという全国大会の選考会でもあるので、反則を見逃すことなく、しっかりとした審判をするように」とお達しがあった。

私は審判員。試合は高齢者だから？なのか、今までの癖？なのか？鍔迫り合いや相手と接近した場合一呼吸（３秒）経てば双方で分かれる努力をしなければいけないが、これが意外にできない。もし下がっても双方がバラバラに下がったり、剣先を開いたり下げたり、剣先が完全に触れない位置まで互いに分かれなかったり、すべて厳しく反則で取ったら試合が成立しないのである。試合が開始され、試合は一見順調に進んでいたかのようであったが、審判主任の栄花先生が立ち上がり試合の合間に主審にもっとしっかり反則をとるように耳打ち。これで次の審判である私の方が緊張。そして緊張の中、審判が終わり、ほっとして席に戻ると、栄花先生より八段の控室に呼ばれた。そして、立つときの足の位置、横への移動の仕方、全剣連のバッチの方向など、皆さんがいない場所で気を使って教えて頂いた。恥ずかしいけどありがたかった。

次の週の全日本選手権予選１日目は審判主任。これはさすがに助けてもらう必要あり。すぐに同じ会場のＨ先生（七段）に私の隣に座りどこもいかないようお願いする。快く引き受けてくれて安堵した。段別選手権は全国選手権の切符であり、選手にとって、これからの剣道人生に大きく響くので審判は皆緊張していた。私はそれ以上に緊張した。

２日目は審判員。緊張の連続でした。家に帰り疲れがどっとでて、着替えずに寝てしまった。試合より疲れた。この疲れは２～３日に取れなかった。

「審判が良くなれば試合が良くなる、試合が良くなれば剣道が良くなる」まさに言葉の通りである。「審判を正す」ことは非常に難しい。ではどうすれば「審判を正す」ことができるのか？それは「審判講習会に参加する」「審判経験を積む」「稽古をして色々な技を知る」ことのみ。しかしどれが欠けても良い審判はできないと断言して良いだろう。審判も何回も審判を経験しなければ審

判としての目・動き・判断は養えず、それに対して注意を受けたこと、あるいは審判技術を自ら学ぶ意欲がなければ正しい審判はできないのである。今回は疲れたけど本当にいい経験をさせてもらった。

■古希（70歳）を迎える

新緑が芽吹く中、６月16日70歳・古希となった。

私の周りには、もうすでに一線を退いた人が多いが、医者仲間ではまだ仕事を続けている人の方が多い。私もそろそろ引退を考えなくてはいけないのだが、手術は更に円熟味をまし上手くなっていると自負している。しかし、横にいる女房はすでに未亡人になった時のことを考え通帳をみている。

60歳の時はこれから爺ちゃんになるんだなぁと何となく思いましたが、今年70歳になることですっかり爺さんが板についてきたように思える。それでも、ちょっとおしゃれして薄野に繰り出し、「あら先生、いつまでもお若いのね」（水商売の基本、太っている人は社長、痩せている人は先生と呼ぶ）とお世辞を言われると「そうか〜」といって鼻の下が長くなる。この言葉の香水を浴びるためには、自分より極端に若い男を一緒に連れて行かないことだ。

70歳を迎えたが、未だに経験していないことは沢山ある。一人で寿司屋の暖簾をくぐったことがない。「いらっしゃい〜!!」威勢の良い声。カウンターに座るとトロ・イクラ・ウニなどの名札が目に入る。しかし、値段の表示がない。時価。背中に汗が。尻も落ちつかなく、座り心地も悪い。と自分で勝手に想像し、まだ一度も一人カウンターで寿司を食べたことがない。それでも結婚前には二人で行ったことはある。寿司屋の疑問もある。時価なのに何故あんなに計算が早いのだ。計算の天才なのか。不思議でならない。結婚後、回る寿司屋しか連れて行ったことがない。たいへん居心地がいい。

行きつけのクラブでさえ一人で行ったことがない。また、一度は行ってみたい銀座のクラブ。行ってみたいが、一見さんならサービスもソコソコと思うし、そして飲み代は時価。絶対、居心地はよくない。“時価”という言葉に過剰反応してしまうのは、底に流れている貧乏性のせいか。最近、居心地と関係なく便をするたびに尻が痛い。“じ”か？

綾小路きみまろの本『人生は70代で決まる』で面白く印象に残った文を抜粋する。綾小路きみまろ曰く、様々な人生を振り返ってみてください。いつも「鏡」が寄り添ってきたではないですか？

10代、鏡の前で大はしゃぎ
20代、鏡の前でにらめっこ
30代、鏡の前で美しく微笑んだ
40代、遠目の姿に納得した

50代、鏡を拭いた。「あら、おかしいわね」と
60代、鏡を取り替えた。
70代、鏡の前を通り過ぎた。
80代、鏡を捨てた。
そして90代、「女の鏡」といわれた―
　剣道道場にも必ず鏡があり、稽古前には正しい姿勢をチェックしてきた。それは段を重ねるごとに、歳を重ねるごとに姿勢が変化するからだ。これを綾小路きみまろ風に言うと
10代、鏡の前で身体が正対していること確認し、ついでに前髪なおす。
20代、鏡の前で足の位置を確認し構えた姿勢に丹田に力を入れ、笑顔を作る。
30代、鏡の前で左手がへそ前の拳１つ分のところにあるか。そして立ち姿にうっとりする。
40代、鏡の前で無駄な力が抜け、剣先における中心の位置取りを考える。頭髪が薄くなってきたこと気にする
50代、鏡越しに自然に不離五向にて相手と対自できるようになったが、美しい姿勢を気にしすぎて面打ちで身体を大きく前にだせない。だんだん顔が脂ぎってきた。
60代、鏡に映る姿がいつのまにか前かがみになってきた。白髪も気になる。老けていく自分に黄昏を感じる。
70代、鏡に映る前かがみの姿は年だから仕方ないとあきらめる。もはや飲みにいっても女性に相手にされなくなったので、顔はみない。
80代、鏡しか自分の相手がいないことに気づく。また男か女か見分けがつかなくなる。
そして90代、稽古が出来るだけで「剣道界の鏡」といわれた――

■八段研修会
　６月23・24・25日東京八王子近郊の全日本少年剣道練成会館にて昨年８月 in 名古屋から今年５月 in 京都までの合格者33名が集合し、２泊３日の研修会が行われた。
　この研修会の目的は「剣道八段合格者を対象として、必要な教養と技術の修得」である。この研修を修了した者は、今後全剣連の諸行事における審判員、審査員、講習会講師等を務める他、各地域で指導的役割を行うことが義務付けられる。
　緊張感に包まれた雰囲気のなか、「八段の心得」という題目で網代会長の講話から研修会は始まった。
「合否の判定は審査員の裁量で決めている。八段としての統一見解を持った方

がいいのではという意見もあったが、審査員一人ひとりの見解があってこそ色々な方向から剣道の力を見ることができる。しかし、面接試験はない。故に貴方たちも八段になったからといって、人格を評価され偉くなったわけではない。あくまでも八段としての剣道力（技術・相手と戦う精神力・体力）があるというだけで、そこを誇ってはいけない。誇ると傲慢さが現れる。今後は人間力をもって風格を養っていただきたい。風格という内容を磨いて、人間的に評価されるよう培ってもらいたい。そのために、指導力と教育力を勉強してもらいたい。これら中で一番大切なことは言動である。教えられる人は言動で成長していく。今、全剣連も「褒めて指導してくれ」とお願いしている、昔のように欠点を指摘することはやめて欲しい。昔のように叩かれても、叩かれても這いつくばってくる人間だけを、あるいは自分の経験をそのままいかす指導をしていたら、今は誰もいなくなること明白だ。

…中略…

皆様にお願いしたいのは謙虚な姿勢を保ち、自分の立場を自慢せず、人の話は否定せず、常に聞き入れて、質問が来ても相手も見下げることがないよう。心して「謙虚な姿勢」を持ち続けて欲しい。そして強い八段ではなく、立派な八段になって欲しい。そして範士の道に進んで頂きたいと」と結んだ。

以後、予定表に準じて、研修は進められた。

コロナ禍のこともあり、ウィルス感染拡大予防のため個人で宿泊先を決め、その日の研修が終わり次第、皆で集まることなく宿泊先に戻った。それはそれで淋しかった。周りの人とほぼ会話することなく３日間を終えた。

修了書を頂き帰路となった。帰りの電車＆飛行機全て爆睡であった。

■改めて私の八段合格を考える

もう一度、私が合格したことを考えてみる。

猛特訓を積み、試合でも優秀な選手が必ずしも審査で合格するとは限らない。現に八段審査でも、全日本で活躍した選手が１発で合格した人は数少なく、なかには手中に収めていない人もいる。我々の仕事においても、優秀で、下馬評で教授候補の最右翼にいた人物が､教授になれなかった｡大判狂わせは、それこそいくらでもある。

なぜ想定外のことが起きるのか。相手がいるからである。人生も仕事も恋愛も、相手がいるから、自分の考えた通りにはいかない。加えて、審査には実力＋運やツキがあり、目に見えないものが勝敗を左右することもある。「勝ちに不思議な勝ちあり、負けに不思議な負けなし」である。但し、言えることは、剣道の打突のなかで、気攻めで攻め切ってからの面（勝って打つ）が一番難しい。審査での合格者のほとんどがこの面を打っていることも事実として認識して欲しい。

「攻めた合気からためが生まれ、ためが機会を作り打突に導く」この言葉通りの行動ができた人が合格している。審査では相手の動きが色々変化する。冷静さをもって、その流れを読み、状況への対応力が求められる。人の向き合い方が「合気」に繋がり、時間との向き合い方が「ため」に繋がる。合気の言葉を反対から読むと気合である。気迫が生まれる。触刃での気合は丹田から、そこから交刃の間に移るのだが、機を狙う交刃ではお互い発声はない。ゆえに、自然にためから合気が生じてくる。さらに我慢からくるためが出来ると、張り詰めた緊張感が漂う。大いなる気迫となる。審査員も「さあどうする」という気持ちになる。初めての二次審査だが、一次審査同様、まず相手に失礼のないよう合気を意識すること、無駄打ちなく打ち切ること。この２点だけ考えていた。

１人目は構えが良く、竹刀の会話を疎かにしない人であったので、合気から我慢とともにためがスムーズにできた。ためから相手の竹刀を触ると、柔らく感じた。と同時にこのような相手には中心を攻めて、思い切り面を打てると感じる。打つ機会がみえた。初太刀に面が取れた。気持ちが楽になった。次も面を打つ。これも感触が良かった。さらに余裕ができる。今度は構えると竹刀の先を少し上下に動かしてきた。相手は打ちたいのである。そこで相手に面を見せた。相手は面を２本とられているので返し胴を警戒しての面なので、面を打つと手元をさげる。そこで面返し面を打った。場内の響く音とともに鮮やかに決まった。

２人目は構えも良く、また間合いの取り方が上手いと感じた。竹刀の先を合わせても柔らかくも強くもない。竹刀の先を合わせることをやめ、彼の竹刀の

真下におき、相手の小手先に剣先を向ける。そのことにより、相手は出小手、胴打ちを警戒する。かつ私は一人目で胴の技を出していない。攻め合いの中、相手は胴を警戒してすぐには打たないことが分かった。ということは、逆に相手から私は胴を打たれることはないと読んだが、待てよ。逆に面しか打っていないので待って返し胴とくるのか？と。そんな時、稽古でも良く使っている技を出すことにした。遠間ではあったが、一足一刀からの裏から面である。打ち切った。初太刀が取れた。相手が悔しい表情を示した。次に相手も攻めてくる、20秒近くの触刃での攻防、下がることなく我慢、初太刀をとれているからこそ、必ず攻めてくる。ついに待ちきれなく面とくる、そこに返し胴、残心もしっかりとれる。

攻めてためて打つ。我慢の中のためがあるから相手の兆しが見え、ためがあるから打ち切った面が打てた。対応力に関しては色々な人と稽古してきたお陰で養われたと思っている。

一番の勝因は二人ともに初太刀に面が取れたことである。私は余裕ができ、相手は焦る。となると先を取ることも、先の先で引き出すこともできやすくなる。お陰で落ち着いて演武ができた。今でも実力以上のものが出たと感じている。

今回（2023年11月）の審査でも、京都大学医学部の精神科准教授・藤原広臨51歳が合格した。この年齢で合格したことに「お見事」と言う言葉とともに敬意を払います。

「何故、医者が合格できたのか」宮坂先生も免疫学の世界的な権威であるし、藤原先生も大学にいるので学会・論文等で多忙な生活を送っている。とても剣道に恵まれた環境ではない。私？15年のブランクが空いても65歳からはほぼ毎日稽古。私のことは置いといて、この二人、“見る力”がただ者ではないのである。つまり、観察能力が滅茶苦茶優れているのである。宮坂先生は免疫学であり“見て調べる”、藤原先生は精神科であり“患者さんをよく見る、心を読み取る”。２人とも常日頃から観察能力を鍛えているのである。

医者という職業は、まず診察である。患者を診る。手術では手術野を見て、的確な判断をしなければならない。このことが日常、常に養われているために剣道家の上手い姿勢を見ることが自然にでき、医者の合格率は高いのではないだろうか。これで稽古に勤しむ時間があれば、八段は医者だけになるのでは（笑）皆さんにも大いなるチャンスがあると思う。いかがか。

それでも、世間では「医者だから受かったのだ」と言う人もいる。言う人にその真意を問いたいが、これも妬みと思い聞き流すしかない（笑）

■継続は力なり

「継続は力なり」人生訓として勇気づけられる言葉である。確かに偉人や功績で名を馳せた人々は、目的のために必ず数え切れない失敗を重ねるも、その失敗を体験として捉え継続し、成功に導いている。成功の秘訣は継続なのです、そこに結び付くのが行動であり努力である。これは揺るぎない事実である。

先日、埼玉の小林憲司先生（東海大四高卒）から八段合格祝いに荀子の言葉「駑馬十駕（どばじゅうが）」と書かれた手ぬぐいを頂いた。この意味は「鈍い馬でも10日走れば優れた馬の１日分と同じぐらいは走ることはできる」つまり、才能の余りない者でも、たえず努力すれば、やがて才能のある者と肩を並べることが出来るということである。まさに私のことである。小林先生も高校時代キャプテンでありながらレギュラーではなかった。しかし。大学、社会人になっても剣道を続けてこられた。そのご褒美として八段を頂いたのである。まさに「駑馬十駕」であり、「継続は力なり」である。

私が合格した理由の一つとして、稽古の量（週８～10回）であることは間違いないが、量だけなら世の中探せば私より稽古量が多い人は沢山いる。大切なことは稽古の量が稽古の質を生み出すほどの行動と、それに向かう努力が必要なのである。偉そうに言って申し訳ない。

剣道も「稽古は裏切らない」という考えが強く、かけた時間こそ獲得に影響すると考えられていた。しかし、最近のスポーツの学術的報告によるとスキル（知識や経験を身に付けた上で、それを上手に生かして良い結果に仕上げる能力）の獲得においては、約20％は練習の量であり、約80％は遺伝や指導内容など練習時間以外によるとされている。

しかし、私はその報告を、そのままの形として受け取る気にはなれない。なぜなら、剣道においては他のスポーツと比べ、そこまで遺伝的、運動能力や運動神経の良さが問われていないと私は判断するからだ。それは私が合格したぐらいなので、「駑馬十駕」である。また、相手あっての剣道なので、相手の兆しや打つ機会は稽古でしか得ることが出来ないからだ。いつでも全日本のトップクラスの人は、とんでもない量の稽古をこなしている。量も質も大切であるということである。

面白い例え話がある。イエローハットの創始者鍵山氏が、ある時若い人たちから成功の秘訣を問われ、「成功のコツは二つある」と答えて、黒板に「コツ・コツ」と板書きされたそうだ。…コツ・コツ…ひたむきに一つのことに打ち込む。そこには継続は力となることが秘められている。本当にコツ・コツ、倦まず撓まず希望をもってやり続けていると、なにか自分に強運が舞い降りて、希望が叶うときがある。

勝利を語るとき、前述した運や才能が引き合いに出されるが、何より大切なのは夢を諦めずにやり通す力である。その過程がその人の人生を作るのだ。もし夢がかなわなくても、10年後には笑い話にできる。しかし、やらなかったことは、10年後には後悔するだけだ。

■言葉と成長

網代会長の講話のなかで「教えられる人は言動で成長していく」と言われた。これは深い意味がある。指導者が日頃、使っている言葉が人を引き寄せたり、離れていったりするのだ。言葉は行動を生み、言葉により選択が生じ、決断が生まれる。成長するか、しないかは言葉が重要であり、言葉通りの人間になると言っても不思議ではない。言葉には人生を左右する力があるのだ。

例えば「なんど教えてもわからんか」と毎日言われ続けられると、そのことを注意して臨んでいるのだが癖がでてしまう、必ずどこかで剣道をやめてしまうだろう。逆に「剣道の才能をものすごく持っている」と毎日言われ続けると、剣道をやめることはまずないでしょう。言葉でその子の剣道人生が決まるのである。言葉は兵器でもあり、成長の糧でもあり、あらゆるものを作り出してしまうのだ。

病気もそうだ。医者から「こりゃだめだ。相当ひどい」と言われたら、気持ちも非常に落ち込む。この言葉で病気より体調が悪化するのだ。しかし「大丈夫、すぐ治るから」と言われれば、どんな薬よりも効果がある。だから「病気」と書いて、病いは気からなのである。

剣道において指導者は子供でも大人でも上手く成長させようと思ったら正しい言葉使いから、教えられる側の自己肯定感を高める必要があるのだ。私はこの自己肯定感によって成長や成功する方法は子供と大人は異なると思っている。

子供に対しては「すごいね」「えらいね」とやみくもに褒めても子供は喜ばず効果もない。効果的に褒める言葉の中に「評価する」のではなく「承認する」ことが必要となる。それは子どもが努力した過程に注目すること。すると子どもの意欲や安心感が育まれる。「指導者は自分をみてくれている」と信頼感にもつながるので、師弟関係の構築にも効果的。「今の稽古、勇気を出して頑張ったね。伝わってきたよ」「毎日部活を休まずに頑張っているね」「稽古の成果がでたね。よかったよ」「いい面が打てるようになったね」など、子どもの姿を具体的に認め褒めるのがポイントであろう。

一方、大人の場合は他人があなたの成長の姿を認めてくれること自体は非常に嬉しい。誉め言葉も気分が良い。「お前は上手い」「上手い」などと頻回に言われると「俺は本当に上手いのだ」と思うし、逆に「お前はダメだ」「ダメだ」

と頻回言われていると、その人は本当にダメ人間になる。これは子供も大人も同じであるが、大人は他人の言葉を選択できる能力をもつ。つまり、相手によって聞く人と聞かない人を自然に分けることができるのだ。だから、大人になると他人の誉め言葉だけでは自己肯定感はうまれてこない。

大人の自己肯定感が得られるのは、つまり、もっと成長したと思えるのは「自分自身が成長したと納得すること」である。他人の言葉に影響は受けるけれど、本当に成長できるのは自らが自分の心に発した言葉ではないか。「自分で自分を褒めたいと思います」1996年アトランタ五輪女子マラソンで有森裕子の名言だが、これを心の中でつぶやくことで自己肯定感に通じ繋がるのだ。審査前「やるだけのことはやった。あとはその成果を見せるだけ」とつぶやくだけで自己肯定感は生まれる。

現在の私の場合で言えば、自分の心に向かい「八段を修得できたのも皆様のお陰、剣道は１人でできないのだから皆に感謝しなければならない。元立ちに立つ以上、周りにいる人にも楽しく、幸せを感じる稽古ができるように努力しよう」ということを思いながら稽古していると、とても毎日の稽古が充実し、時に新しい発見に感動する瞬間さえ生まれる。それは成長した自分である。

そこで啓発ネタではあるが、「吐く」と字は、誰でも口からマイナスなこともプラスなことも吐く、だから「吐」という字は口と＋と－で出来ている。マイナスのことを言わなくなると－が消えて「叶う」になる。

「楽しくなかったら剣道をする意味がない」まさにその通りで、それを導く上でプラス言葉の大切さを知ってほしい。自分も楽しく、稽古する相手にも楽しさを与えなければいけないのだ。

■八段昇格後の変化

私の仕事は医者である。がゆえに、業種はサービス業である。にもかかわらず、私は一人ひとりの患者さんに全て好かれようとは思ってはいない。サービス業の認識はない。波長が合わなければ違う病院に行っても構わない精神で働いている。その言葉通り、友達も好きな人に限っている。剣道でも七段の時は、できる限り強い人で、且つ合気になる人に向かっていった。つまり限られた元立ちの人に向かって稽古を重ねた。我儘なのかもしれないが、組織の中で生きていけない性格である。ところが、前述した八段研修会にて「八段となりし者、稽古者の選り好みをするな」と言われ、確かに当たり前の言葉だが、今まで元立ちに余り立つことがなかったので、この言葉の深い意味を理解していなかった。

そして、一年を迎えようとしている今、人生とは良くしたもので、色々なことに耐えていると、沢山経験させてもらい得るものがあった。人間の好悪や評

価についての変化も、そのひとつである。稽古していて１人の人間がいくつもの顔をもっていることに気づいた。それにより人間の評価は変わるのだ。一概にこの人はこんな剣道をするから好きだ、嫌いだと決めつけないことが大切で、そのお陰で、私自身が相手に合わせて稽古することを覚えた、これは天からの八段の贈物である。

私の稽古のモットーは「合気」である。合気があればこそ、「理合」が生まれると思っている。さらに欲を言えば、古川和男先生のように、先生と稽古後、次の人と稽古をすると、体幹が崩れない自分が生まれ、少しだけ強くなっている自分がいることをわかる元立ち稽古をしたい。それは「理合」から生まれるものであり、そんな元立ちの役目をしたいと常々思っている。

■感謝

最後までこのような自分勝手な、且つ稚拙な文章にお付き合いいただきありがとございました。後輩の塚原先生より「掲載文が少ないので、よろしく」ということで、内容はありませんが、字数だけは多くなりました。

前回、合格までの体験記を掲載しましたが、新潟での全医剣大会で、何人かの先生に「八段合格おめでとうございます」と同時に「お写真を一緒に」などと言われ、心は宙に舞い上がり、一生心に残る大会となりました。

また、会誌での「合格までの体験記」の掲載後でしたので「文章は長いけど、楽しく読みましたよ」と言われると、感謝の気持ちとともに、エネルギーを貰い、また書こうという気になるのです。剣道と同じで、私は褒められると伸びるタイプで、それがやる気につながるのです。ということで、今回もいつの間にか、長いダラダラとした文章になりました。(笑)

何事も、このように周りの人に支えられて生きていることを実感し、大げさではあるが、それを支えにより自分の人生が作られている感じがします。65歳から八段を挑戦し、そして69歳で合格後の１年と、この５年間で沢山の激励や感謝の言葉をいただきました。我が母校・東京医大でも今年の１月８日東京の京王プラザで昇段のお祝いをしていただきました。この歳になって、今まで味わったことのない喜びを感じました。挨拶中に泣きそうになりました。

今回の合格そして合格後の１年、私はただひたすら「ありがとう」を言って皆様に感謝するだけです。

「ありがとうございました」

最後に小川忠太郎先生の言葉を載せて、新八段の１年間を終わりにします。

「段位は資格です。資格より実力が大事です」

―寄　稿―

# 「八段合格記」

京都大学大学院医学研究科　脳病態生理学（精神医学）
藤原広臨

はじめまして、京都大学医学部附属病院（精神科神経科）の藤原広臨と申します。この度、2023年11月の東京審査にて、剣道八段に合格することができました。これまでの恩師や家族等の教え・サポートがあってのことと、心より感謝申し上げます次第です。若輩・未熟者ながら、このたまたま偶然の幸運を機に、益々精進したく、との思いにて、ご指導、ご鞭撻のほど、宜しくお願い申し上げます。

さて、本稿にて、述べてまいります内容は、あくまでも私見の随筆調の内容という旨を前提としていただきましたうえで、わずかながらでもご興味・ご関心お持ちいただけますと幸甚です。

小生、福岡市出身、剣道の習い始めは小１で、TVばかり見て困った面もあったことから、いわゆるしつけとして両親に勧められるままに竹刀を握った記憶がございます。性に合ったのか、あまりいやになった記憶はなく、メダルをもらったりするという、児童・思春期に自尊感情を高めてくれる経験にも恵まれ、剣道には感謝の気持ちでいっぱいでございます。福岡県立福岡高校、防衛医科大学校に進学いたしましたが、大学では、中倉清範士九段が師範にて、雲の上の存在の先生方に稽古をつけていただいたことはかけがえのない幸運でございます。しかしながら、剣道歴を通じて、中倉先生も含む師がかけてくださいました言葉に一貫しておりましたのは、「剣道にのぼせすぎるな」ということでございまして、剣道に没頭しすぎず、適度に付き合ってこれたということ、本分をおろそかにせず、学業・職務に邁進することの大切さを一貫して解いてくださったことに深謝であります。

一方、実生活においては、意外に試合前の特訓のため試験休みが短いときのほうが成績が良かったりすることが多々あり、研修医以降８年近くほぼブランクしていた時期や、最近ではコロナ禍にあっては、必ずしも身心ともに万全ではなかったことも振り返り、生活習慣の一部として剣道が、生活全般に対しベネフィットをもたらし、生活が安定すれば剣道の稽古も促進する、ということを実感しております。ここからの着想にて、ここ数年、剣道・武道等のメンタ

ルヘルスとの関連を調べることも生業の一部としており、共通項である禅思想に立脚する形で、剣道をいわば動的なマインドフルネスととらえ、そのメンタルヘルス・ベネフィットを解き明かしていきたいとの思いで、脳 MRI や心理アンケートを用いた研究を推進しております。これを機に、ご指導・ご協力賜りますとともに、温かくお見守りいただきますこと叶いましたら、これ恐悦至極にございます。

さて、八段審査そのものにつきましては、非常にシンプルに申し上げますと、「習ったことがだせた」ということに尽きるかと振り返っております。ここ10年ほどのキャリアの中では、特に、千葉県剣道連盟、京都府剣道連盟の諸先生方にご指導いただいておりましたが、共通してお示しいただきました教えとしては、ここぞという場面では打ち切ること、やり取り・会話をして練り合い我慢すること、の二点に尽きるかと考えております。この両者は、一見、二律背反にて両立困難にみえますが、なにやら両者をつなぐ横糸のようなものが見えてきたような感覚？錯覚が見え始めた矢先での合格でしたので、あながち頓珍漢ではないのではないか、とも愚考しております。認知科学的に考察しますと、緊迫・葛藤状況における意思決定、ということが、間合いが詰まったときには問題となってきますので、この精度が高まればそれに越したことはない、ということかもしれませんし、それは、かねてより沢庵禅師の説くところの「不動智」ということかといえるかもしれません。立ち合いの場面においては、確かに近年、有効打突があることが必要になっているように思いますが、自身で納得できたか否かがより重要なことで、結果は自然発生的かと感じております。この観点からは、二次審査直後は、話翻って「習ったことがだせた」と実感できましたし、これでペケならやむを得ず、という心持ちでございました。不思議なもので、ベストをだせた面技があったのですが、この場面だけが想起できず、いわゆるゾーンに入った、ということでもあり、専門領域の見地からは、一種の解離性の意識変容があったのか？（普通は、これを病理的に解釈するわけですが）などとも愚考します。とにもかくにも、そのぐらいに一生懸命やって、稽古したこと・習ったことは出せた、という思いでございました。

剣道の世界では「百錬自得」といった言葉が良く用いられますが、先の申し述べました通り、剣道にのぼせすぎてもよくないとは思います。しかし、同世代の警察官・教職員・刑務官などの輝かしい経歴を持つ一流選手と相対することが想定されるセッティングでしたので、一方では、同じように誰でもできそうな基本・素振り等を、同世代の方々の中では人一倍やるぐらいの気概で臨むことも必要かと思います。そのためには、いわゆる隙間時間、家事に従事する時間なども、いかに有効に生かせるか？は大事になるかとも痛感しておりま

す。

くりかえしになりますが、ゆえに、生活習慣としての剣道と、そのメンタルヘルス・ベネフィットに関心を置き、これを調べつづけていきたいと考えるわけでございまして、それも含めた生涯剣道、を目指していきたいとの所存でございます。今後とも、何卒、よろしくお願い申し上げます。

# 76歳を超えて

東京医科歯科大学名誉教授　宮坂信之

私は昨年から後期高齢者となった。今年の誕生日からは76歳になり、立派な後期高齢者であると我ながら実感する…。

私の場合は、さらに約18年前に心臓の大動脈弁置換術とペースメーカー設置術を受けたので、おのずと身体障害者になっている。もっとも身体障害者のカードはできるだけ出さないことにはしているが、本音を言うと、病院受診時の駐車場代はゼロになるために、そのときは身障者手帳を出している。さらに、身障者のマークを付けて、電車の席が空いたときには座ることにしている。

今でも稽古をし過ぎると、心房細動などの不整脈が一過性に出現する。あまり稽古しすぎた時は、一過性に血清 BNP が100を超えることがあり（主治医には血清 BNP 値が100以下になるようと指導を受けている）、心臓の主治医が心配気に顔を見ている。もっとも、医師でも剣道をやった人は稀で、私の主治医も例外ではない。それを良いことに剣道を続けているが、正直な話、自分でも判断に迷う場面も少なくない。

今、稽古は週２回をやっており、学生剣道部の指導をやっているつもりだが、足まといになっている可能性は十分にある。このため、自分の医局に顔を出すことは稀だが、大学の道場には週複数回、顔を出している。実際には、ボケ防止のつもりでやっていると称しているが、それは本当かも知れない…。学生気質も変り、冷静に考えると学生も孫の世代になり、付き合うのも至難の業である。年齢もあって、瞬発力も筋力も衰えてきているのを実感する。もう、剣道部のキャプテンと稽古しても、本当は技術的には指導できると思えない。

このために八段審査は一昨年から受けなくなった。同じ医師の職業でも受けておる人もあり、本当は受けたいけれど、本音を言うと受けられないのが実情である。

私の一卵性双生児の兄は剣道八段を取得したが、心臓の手術は幸いなことにしていない。その差も剣道八段につながっているのかも知れない。

公務では、全日本剣道連盟の医・科学委員長を過去10年以上続けており、本来は今年、後進に譲るつもりであったが、それも諸般の事情でできずに続けている。熱中症と重大事故報告システムをオンラインでやっており、新型コロナウイルス感染症報告システムも web でやっている。今のところ、熱中症は最初のころは多く（コロナ禍とも重なったこともあり）、当初、対策は乏しかったきらいはあるが、最近では新型コロナウイルス感染症との区別もつくようになり、余り問題とはならない。重大事故報告システムも剣道では８つの病態を選んでおり、今のところ、これといった病態も注目をしなくて良いようである。今のところ、剣道で重大な病態が起こったときは、委員同士、相互に話し合うことにしている。昨年は新型コロナウイルス感染症の人数は多かったが、幸いなことにすべて軽症であった。本年２月にある全日本剣道連盟の剣道研究会にも、医・科学委員長として出なければならない。現在は東京都剣道連盟の顧問もやっているが、後任に後を譲るのはやぶさかではない。最近では剣道で高名な先生も高齢のために剣道が出来なくなったり、鬼籍に入ることも少なくない。全日本医師剣道連盟の試合は、コロナ禍にもかかわらず昨年は新潟には出席したが、今年の大会も野見山先生主催で、横浜で開催されることもあり、出席予定である。

こんな現状が今の状態である。

―寄　稿―

# 樋口季一郎中将を知っていますか

堀江　貴

令和６年２月、イスラエルとハマスの戦いが続いています。古くから良しにつけ悪しきにつけ、世界史に登場するユダヤ人は2000年以上「ディアスポラ」（離散した人々）となり世界に広がりました。第２次世界大戦でナチスの迫害を受けて、欧州各地から逃れ、行き場を失ったユダヤ人たちにビザを発行し、日本経由で避難民6,000人を救った、リトアニア領事館員の杉原千畝は「東洋のシンドラー」として知られています。杉原は個人の判断としてユダヤ人を救いましたが、今回紹介する、樋口季一郎は満州を事実上支配した関東軍としてユダヤ人を受け入れました。

彼は明治21年淡路島生まれ、陸軍士官学校に進むとともに東京外語学校でロシア語を徹底的に学び、ウラジオストクへの赴任を皮切りに満州、ロシア、ポーランドと転勤します。ウラジオストク、ポーランドでユダヤ人の家庭に住み込み、また世話になり、アジア人差別が酷かった時代に「ユダヤ人は日本人差別をしなかった」ことで非常に興味を持ったと後に述懐しています。昭和10年、ヒトラー政権がユダヤ人から公民権を奪った「ニュルンベルグ法」により、ソ連経由で満州に逃げてきたユダヤ人難民を、当時ハルビン陸軍特務機関長だった樋口は「受け入れろ」「満州通過を認めてやれ」と即断し、当時関東軍参謀長の東条英樹もこれを追認したと言われます。ナチスのユダヤ人弾圧に追随するのはナンセンスだと人道的対応の正しさを強く主張しました。このことは軍事機密とされ、日本人も多くを知らされませんでした。

昭和20年８月15日の終戦後に北からソ連軍が攻めてきたとき、北部軍管区司令官となっていた樋口は千島列島最北の占守（シュムシュ）島の第91師団に自衛のため「断乎、反撃に転じ、ソ連軍を撃滅すべし」と指示します。指揮下の軍は奮闘して19日まで戦い、ソ連の南下が遅れ、北海道侵攻は回避され、結果として日本は分断されることなく守られました。スターリンは敵の大物である樋口を極東国際軍事裁判で「戦犯」として指名しました。しかし、「世界ユダ

ヤ人会議」はこの動きを察知し、在欧米のユダヤ人組織がロビー活動して、GHQ のマッカーサー司令官を動かし、ソ連への引き渡しは拒否されました。

戦後、樋口は役職に付かず、事実上隠遁生活を続けて、過去は語らず、昭和18年「アッツ島」の戦いで指揮下の兵が「玉砕」したことを悼み、アッツ島の絵の前で、毎朝戦死者の冥福を祈っていたと言われます。昭和45年没、享年82歳。

樋口はユダヤ人を救って、日本を守りました。その根底には軍人として、人として「人間を守る」精神が揺らぐことなく、貫かれていました。戦後、戦争反対、日本軍は悪との風潮が社会を覆いつくしています。決して戦争を賛美するものではありませんが、当時の日本人が何を思い、何を守ろうとして戦い、死んでいったのかを我々日本人は再度勉強して、東京裁判史観から解き放たれることを期待します。

樋口はユダヤ民族に貢献した人を記した「ゴールデンブック」に記載され、２万人を救ったと記録に留められています。令和４年10月、出身地である、淡路島の伊弉諾（イザナギ）神社の境内に樋口中将の銅像が建立されました。ユダヤ人団体も参列して除幕式が開催され、栄誉が回復されました。

最後に昭和12年、ハルビンで開催された第１回極東ユダヤ人大会での彼のスピーチ原文を紹介します。

歴史的にユダヤ民族に対して何ら恨みを持たない日本人の目には、ユダヤ民族の長所がより明確に見えるが、ヨーロッパ、特に中欧、東欧では重大なユダヤ問題が散見される。彼らが指摘するユダヤ民族の難点は、物質的であり、国際主義的ないし社会主義的であり非同化的であるとする。仮にそれが事実であっても、それはユダヤ民族が数千年もの長きにわたって、国家を失い、各民族の間で苦しんできたことによる後天的現象であり、先天的な性質としては宗教的影響ないし、強い民族性による非同化性であると信じる。我々日本民族も非同化性の理由で、在外移民として非難されてきた。この点は日本・ユダヤ両民族とも反省すべきである。したがって。もしユダヤ民族の強い民族精神が祖国復興によって満足させられるか、各民族間にあってユダヤ民族が、客分として主に経済的ないし科学的分野において、天分を発揮するように考慮すれば、世界において、いわゆるユダヤ問題は解決するだろう。

こうした見知から、我々はユダヤ民族だからといってどう扱うか、というような偏見は持っていないばかりか、他民族と同様に十分に抱擁し、ともに手を携えて、世界平和と人類の幸福に貢献したいと願っている。日本こそは、ユダヤ民族の唯一の天国と言ってもよく、この事実は各位も日常に体験されておられるだろう。（「樋口季一郎の遺訓」・勉誠出版）

―寄　稿―

# 私の剣道ライフ・今日この頃

おぎわら耳鼻咽喉科クリニック　荻原一郎
（慈恵医大卒）

平成６年１月17日に耳鼻咽喉科のクリニックを地元葛飾区柴又に開院して今年で30年を迎えました。67歳となり様々なことで「終活」という訳ではありませんが、診療・趣味・健康・子供達への引継ぎを具体的に考える年齢になりました。『人生100年時代』と言われる中、高校時代の剣道部の親友たちが本格的な『定年』を迎え比較的時間に余裕ができる中、相変わらず時間に追われる日々を過ごしています。工学部経由で医学部に遅れる事４年、22歳で入学したことから、「友人達より４年は余分に頑張ろう」を思いながら現役を続けています。常勤６名・パート１名のスタッフ構成で、長い者は26年目、短い者でも10年目になり、独身・バツイチが多いこともあり、彼女たちの将来も肩に背負っております。幸い医療も剣道（ゴルフも）もライフワークとなり、健康でありさえすればあと10年は頑張れるかなと思いつつ小走りに過ごす日々です。最近一段と一週間が過ぎるのが早く感じ、診療も剣道もこれまで以上に具体的に目標に到達する期限を設定しなければと思い巡らせています。そんな中で一昨日は宮坂・池澤先生が見事八段となり、昨年は藤原先生（防衛医大卒）が51歳という若さで八段審査に合格され、一段と刺激され稽古の励む今日この頃です。七段となり15年が経過しましたが、まだ八段審査を受けたことがありません。YouTube 動画で八段審査風景を見るたびに「お呼びじゃない」とひしひしと感じていますが、池澤先生が「見取り稽古を含め週に10回は稽古しているよ」とおっしゃっているのをお聞きし、全日本医師剣道大会・神奈川大会を目標に稽古に励んでいます。これまた八段の先生方の YouTube 動画を拝見し、毎回稽古の課題を持って稽古に臨むように心掛けています。幸い学生時代から顔を見知っている同世代の先生方も多くいらっしゃいますので、お互いに切磋琢磨し「強くなったねえ！良い稽古をしてるねえ！」とのお褒めの言葉を貰えるよう精進しましょう。

―寄　稿―

# 全日本医師剣道連盟幹事就任ならびに<br>第57回全日本医師剣道大会実行委員長挨拶

済生会東神奈川リハビリテーション病院　院長　江端広樹

昨年４月の新潟大会での幹事会において新幹事に就任させていただきました昭和60年慶應義塾大学医学部卒の江端広樹です。このたびは野見山すすむ先生が連盟の会長になられたため神奈川県枠の幹事となりました。また今年５月31日、６月１日に行われる第57回全日本医師剣道大会の実行委員長も務めさせていただきますので併せてよろしくお願い申し上げます。

自己紹介　～2022年度ねんりんピック～

私は、小学校の入学前から剣道を初め、中学（初段）、高校（二段）、予備校（三段）、大学（四段）まで続けておりましたが、医学生時代に個人戦の入賞歴はありません。大学卒業後はしばらくブランクがあり、42歳の時に再開して五段、六段、七段と昇段させていただきました。そして2022年５月に開催された神奈川県シニアフェスタ大会で59歳～64歳の部ベスト８（約60名出場）に残り敢闘賞をいただきました。それだけでも気持ちは舞い上がっておりましたが、翌日ねんりんピック担当の神奈川県剣道連盟副会長から電話で神奈川県代表チームに入ることを打診され、思ってもみなかった事に、驚くやら嬉しいやら大変なことになったと思いながらも快諾しました。６月からは強化月間に入り11月の大会本番まで、稽古に励みました。しかし、周りは百戦錬磨の猛者揃いで、代表チーム間の練習試合では良い結果を出せずに大会では神奈川県Ａチームの補欠に回ることになりました。

第34回全国健康福祉祭 神奈川・横浜・川崎・相模原大会 ねんりんピックかながわ2022は、「神奈川に 咲かせ長寿の いい笑顔 ～未病改善でスマイル100歳～」をテーマに2022年11月12日から15日まで開催されました。ねんりんピック剣道交流大会は47都道府県と政令指定都市の代表67チームが参加し伊勢原市体育館で開催されました（60歳以上の５人による団体戦で、65歳以上１名以上、70歳以上１名以上を含む）。神奈川県Ａチームは11月13日の予選リーグでは沖縄県（奥島憲彦先生も出場）と青森県に勝利し、14日に行われた16チームによる決勝トーナメントでは、１回戦 北九州市、準々決勝 鹿児島県、準決勝

神奈川県Ｂ、決勝では山口県チームに勝利し優勝いたしました。補欠の私には出番はありませんでしたが、それでも決勝で山口県チームに勝った瞬間には感動して涙が溢れて来ました。この歳で（当時63歳）こんな感動を味わえたことは、それまでの６ヶ月間の苦労も含めて本当に貴重な経験になりました。ご指導いただいた先生方、チームメート、大会の関係者の皆様には心から感謝しております。なお、全日本医師剣道連盟からは私の知る限り、奥島憲彦先生の他に、茨城県代表で林明人先生、札幌市代表で池澤清豪先生が出場されていました（漏れがありましたらすみません）。
（ねんりんピック写真参照）

全日本医師剣道連盟との関わり

全日本医師剣道連盟には大学卒業当時に慶應義塾大学医学部剣道部 OB 会会長であった豊田　元先生に勧められて入会した覚えがあります。しかし、実際には会費を納めることで連盟に貢献していても、稽古をしていないので医師剣道大会に出場したことはなく、前回の神奈川県相模原市で行われた第41回大会にはエントリーしたものの大会直前に父が危篤状態になったためやむなく欠場。その後も第43回の兵庫（慶大の中島進先輩が事務局長）、44回の千葉、45回の三重（学生時代に同期にあたる順天堂出身の中村泰君が事務局）と出場を検討したものの結局エントリーもできず、46回の東京大会はエントリーしたものの東日本大震災で中止。結局出場できたのは51回の茨城、54回の東京、そして昨年56回の新潟大会の３回のみです。新潟大会では新幹事として役員会で挨拶させていただきましたが、大会初日は林明人先生の30人立ち切り試合での強さに圧倒され、翌日の60歳代トーナメントでも勝ち上がれば林先生と対戦する

と思っていたものの準々決勝で東京の弥富先生にメンを決められ敗退しました。その時、三位に入った島根の堀江先生が強いと思って見ていましたが、当院の医師（島根出身で旧姓　堀江）が10年ぐらい前に父も剣道をやっているというようなことを言っていたのを急に思い出し、もしかしてと思って試合後に「済生会東神奈川リハビリテーション病院の江端ですが」と挨拶に伺ったところ、やはりお父様でありました。堀江貴先生（連盟幹事）と記念写真を撮っていただき、また帰路でもいっしょになり昼食までご馳走していただきました。ありがとうございました。
（堀江先生との写真）

第57回全日本医師剣道大会

別項で案内がありますが令和６年５月31日（金、前日稽古会）、６月１日（土、大会）に「第57回全日本医師剣道大会　いざ、ヨコハマ！　交剣知愛！」を開催いたしますので奮ってご参加ください。神奈川県立武道館および横浜中華街でお待ちしております。よろしくお願い申し上げます。

―寄　稿―

# 小手への想い、恩師香田郡秀先生との思い出から交剣知愛

鬼塚正成

４回目の七段審査受験会場は東京武道館でした。私はＤでしたからＣとＡの方の立ち合いを拝見してから本番に臨みます。Ｃ、Ａともに初太刀は出小手でした。Ｄに対しても初太刀は小手に来るかもしれない、いや２人目は面か。小手とした場合、小手を摺り上げる、或いは小手相打ち面にいけばよいが、それだと面に来られた場合、対応が遅れてしまいます。

２人ともやはり小手に来ましたが、とにかく近い間合いまで我慢して我慢して面に跳びました。ＣとＡの小手は残念ながら私の拳に鈍く当たっており、面の方が優っていたように思います。初太刀を小手だと２本目は面に来る、これは８割程度の確率でしょうか。正中からの圧をかけて出小手を選びました。パコ～ンと音がして打った後、体勢を変えて相手を見送った時点で合格したなと確信することが出来ました。審査後、立合いを見ていた高校時代の恩師、香田郡秀先生からお褒めの言葉を頂きました。

香田先生との写真

中学時代は学校に剣道部がなく、軟式テニス部に所属していました。長崎の県立高校に入学した時から医学部を目指していたので、高校に入ってまで剣道をするつもりはありませんでした。しかし、これも運命だったのでしょう、クラスの副担任は筑波大学卒業して赴任された香田先生でした。香田先生の剣道を一度見学したくて道場へ行ったが最後、剣道部に勢いで入部していました。私は入部して１週間、防具はつけずに基本稽古、木刀を持って

坂田先生との写真

毎日素振り、２週間目に面を付けましたが切り返し、基本稽古、技の稽古を香田先生からみっちり教えてもらいました。ただ、筑波大学を卒業したばかりで口頭で説明するのが拙かった先生に向かって生意気な高校生の私は「先生、口では理解出来ないので実際やって見せてくれませんか？」とお願いすると、香田先生は「お～そうか！」と快託されて見せてくれました。なるほど～と見様見真似で香田先生の技を盗もうと努力しましたが一番難しかったのは早過ぎる小手です。右足の踏み込み、手首のスナップ、打突に行く前の正中から軽く竹刀の重さで圧をかけます。これを何度もやっていくうちに小手は自分の得意技になっていました。

東京武道館で審査を受けることを先生には知らせていませんでしたが、会場内で偶然お会いしました。高校卒業後38年経過していましたが、恩師から教えて貰った出小手を恩師の前で決めることが出来て嬉しかったです。

小手は外科医ですから竹刀の次に拘りがあります。右前腕、右肘に痣が出来てもあまり支障はないのですが、右手にダメージを受けると外科医としては日常診療に支障が生じます。長崎には永武堂（2024年１月廃業）、博多屋と有名な防具屋さんがあります、私は永武堂から独立された武具タイラのかたつむり小手を必ず着用しています。以前は洗える防具を使用していましたが、その小手は綿が少なくクッションが足りません。現在は自分の手に合った小手を注文

しています。小手は防具の中でも消耗品ですから、修理、スペアの補充は欠かせません。

昨年３月に筑波大学を退官後に香田先生が長崎へ久しぶりに戻って来られた際、高校時代の後輩と一緒に酒を酌み交わす場を設けました。新潟の大会で大会終了時に香田先生の話を聞いての感想、「先生も口の方、話は随分上達されましたね。」と酒の勢いで言ってしまいました。交剣後に酒を飲みながら剣道談義が出来る時代が戻ってきました。昨年の夏、長崎で脳外科の学会があり、横浜市立大学附属病院市民総合医療センターから坂田勝己先生が防具持参で来崎され夕方交剣、その後、酒を酌み交わして熱く語る機会が持てました。

コロナ前は富山大学脳外科　黒田　敏先生、阿蘇医療センターの甲斐　豊先生、坂田先生と私の４人で脳外科剣道部会と称して最終日に稽古していました。また、学会後の稽古会も復活させたいです、学会に防具と竹刀担いでいくのは後輩の目が気になって少し恥ずかしいのですが…。

オーダーした、かたつむり小手

事務局長挨拶

# 「啐啄同時」が消失する現代

全日本医師剣道連盟事務局長
東京医科大学・耳鼻咽喉科頭頸部外科学分野　主任教授
塚原清彰

医学部の剣道部員が減っています。関東医歯薬獣剣道大会（関東医歯薬獣）、東日本医科学生総合体育大会（東医体）をみてもそれは明らかです。団体戦に参加できる５人、または３人（女子）を埋めることができない学校も少なくありません。それどころか、参加大学一覧から名前の消えた学校もあります。東京医科大学も例外でなく、2024年１月現在６年生の２人を除けば、医学部５人（男子３人、女子２人）、看護学部２人（女子２名）です。また、医学部５人の内２名は他部活がメインの兼部で、他部活の試合・合宿等が重なると、剣道の試合に出ることができません。2023年８月の第66回東医体は６年生の２人を入れて男子団体を４人で出場しました。１人分が２本負けの負債は大きく、予選リーグで敗退しました。それでも試合場に立てただけ、１人しか参加できず欠場となった女子団体戦よりはましでした。10年弱前は部員が30人以上いて、関東医歯薬獣の団体戦で優勝した東京医科大学剣道部とは違う形となりましたが、心折れず頑張った学生達には心からの賛辞を贈りました。剣道部員減少にはCOVID-19の影響が大きいと思います。また、時代の変化と言えばそれまでですが、寂しくはあります。一方、全日本医師剣道連盟も同様の悩みを抱えており、過去数回の大会を振り返りましても、40代以下の参加者は少なく、事務局としては将来的維持に少なからず不安を感じています。

さて、部活以外でも時代の変化を感じることが多々あります。私は東京医科大学の主任教授が本職です。本学では教授と学生の代表が対面で行う職員学生懇談会があります。数か月前の同懇談会で、学生から「一限の授業は辛いからやめてもらいたい」「時間を有効活用するために全授業をオンデマンド継続にして欲しい」という要望がでました。教授陣の前で堂々と言う主張に少し驚くと共に、頭に？マークが浮く感情もありました。もちろん、この願いをかなえ

東京医科大学の男子団体戦に１名欠員で出場した４名、１名のため女子団体戦に参加できなかった１名。武田康基師範と OB/OG とともに。全力を尽くした参加選手全員に心からの賛辞を送ります。

ることはできませんし、彼らの言葉に悪気はありません。学生達は高校時代をコロナ禍で過ごし、朝から通学・対面授業という概念が希薄になっているのです。しかし、教員側としては「対面授業は時間の無駄」と宣言された虚しさ、悲しみを感じます。確かに、純粋な学問だけであればオンデマンドの方が好きな時間に何度も見られるし、教員の無駄口がないので効率的です。教科書と同じです。しかし、思い起こすと、学問と関係ない雑談や、講義の空気感から東京医科大学の文化を学び、今に生きていることも少なくありません。第二次ベビーブーム、高度成長期に生まれた我々の世代は生き残りをかけ、玉石混合の経験から、必死にエッセンスを探しました。また、不幸にもエッセンスを探せず、不条理の中に沈んでいった同世代も多くいます。その経験から、「エッセンスを効率よく教える方法」の必要性を感じ、日本社会は無駄を省き、効率性を重視する「マニュアル」を数多くつくるようになりました。しかし、「玉」以外の「石」を排除することで、適正設定以外では機能しない人種を作り上げてしまったのかもしれません。そして、無駄を経験しないことにより、人間としての幹が十分太くならず、上手くいかないことを環境のせいにする「他己責任思想」を助長してしまった気がします。禅の言葉に「啐啄同時」があります。卵の中からヒナが殻を破ってまさに生まれ出ようとつつく「啐」と、親鳥が外側からつつく「啄」が一致することが大事で、機を得て両者相応じる得難い好機のことです。教員としての自身の反省を含め、現代は「啄」が先行し過

ぎていると感じます。

剣道はその修業の過程で師匠、仲間から様々教えて頂き、経験します。「歩」が「金」に成るがごとく、過去に「石」と感じたことが、ある日「玉」に変わったことも数知れません。過去に「石」と感じたのは自らの視野・見解の狭さのためだと今なら分かります。剣道の辛い稽古が幹となり、外科医としての自分の心身を支えてくれています。剣道人口が減っているということは、潜在的に剣道の教えが若い人の心に届きにくい時代になってきているという事かもしれません。「啐」なく、「啄」が先行する現代は、一見ヒナが進みやすい素晴らしい環境に見えますが、本質的には「タイミングを間違えていて、ヒナの命を奪う行為」です。そうは思いながら、時代背景やSNSにおびえながら、教員として日々過度の「啄」を行う自分に悩みは尽きません。

# 第58回　全日本医師剣道大会 in 札幌
## ～ご案内～

札幌・大会会長　池澤清豪

2025年（令和６年）第58回全日本医師剣道大会を札幌にて開催いたします。

開 催 日：６月13日（金）、14日（土）、15日（日）
場　　所：北ガスアリーナ札幌46（３日間ここで）
住　　所：北海道札幌市中央区北四条東６丁目
電　　話：011−251−1815
最寄り駅：バスセンター前駅［10］徒歩10分
※札幌駅周辺のホテルからタクシーで約1,000円前後です。
タクシーが一番便利です

大会日程（大雑把の予定表）

６月13日（金曜日）　18時から19時30分まで稽古会
（医師剣道大会参加者のみの稽古会）
21時　ジンギスカンパーティ（未定）

６月14日（土曜日）　（札幌剣道連盟主催　朝稽古６時から７時30分）
９時から　受付
（８時30分から９時45分まで自由稽古）
10時　開会式　日本剣道形　審査式立合（未定）
12：00から幹事会
13時から　年齢別トーナメント（未定）
15時～16時15分まで稽古会
（北海道の四天王及び八段の先生多数参加予定）
夜　18時30分から懇親会　京王プラザホテル

６月15日（日曜日）　（札幌剣道連盟主催　朝稽古６時から７時30分）
８時から　受付
８時30分集合写真
９時から模範演武・団体戦（未定）
12時30分頃　閉会式

日時・場所以外はまだ正式に決まってはいませんが、大体上記の予定でいます。

医剣の主旨「交剣知愛」を充分に感じとる大会にしたいと意気込んでいます。

遠方でありますが、是非、皆様に参加して頂きたく早めに日時・予定をお知らせします。詳細は2025年１月にご連絡します。

食と言えば北海道、剣道と言えば北海道、美人と言えば北海道？お待ちしています。

## 事務局からのお知らせ

①全日本医師剣道連盟ホームページ

http : //japan−medicdal−kendo.jp

②連絡先

全日本医師剣道連盟事務局　塚原清彰
住　所：〒160−0023　東京都新宿区西新宿６−７−１
東京医科大学　耳鼻咽喉科・頭頸部外科学分野内
ＦＡＸ：03−3346−9275
e−mail：tsuka@tokyo−med.ac.jp

入会、退会、ならびに連絡先・段位・称号・連絡手段などに変更がある場合、次のページの PDF を使用するか、上記のメールアドレスまでご連絡下さい。
※PDF は、全日本医師剣道連盟ホームページ ⇨ 連絡用書類　のページからダウンロードできます。

③年会費

年会費（１万円）を下記口座にお振り込みの程よろしくお願いします。
なお、依頼人名には会員の先生のお名前をご記入ください。
振込手数料は各自でご負担願います。

振込先：みずほ銀行
新浦安支店（店番号　342）
普通　1984793
全日本医師剣道連盟事務局
（ゼンニホンイシケンドウレンメイジムキョク）

④寄付

ご賛同の会員の先生は、ご寄付をよろしくお願いいたします。
協賛費は金額を問いません。
振込先は年会費と同じです。

# 会員登録・変更の手続き

全日本医師剣道連盟　連絡用 PDF

入会、退会、ならびに連絡先・段位・称号・連絡手段などに変更がある場合、この PDF に記載して、以下のいずれかの方法で連盟事務局にお知らせ下さい。

1．FAX する。 03-3346-9275
2．e-mail：tsuka@tokyo-med.ac.jp に添付して送る。
3．郵送する。 送付先：〒160-0023 東京都新宿区西新宿 6-7-1
東京医科大学　耳鼻咽喉科・頭頸部外科学分野内
全日本医師剣道連盟事務局　塚原清彰

| いずれかに○ | 入会 ・ 退会 | 段位・称号変更 | 住所変更 | 電話番号変更 | メールアドレス変更 |
|---|---|---|---|---|---|

以下のすべての項目に記載し、変更点のある場所を大きい○で囲ってください。

ふりがな

氏名

生年月日（西暦）

出身大学

段位称号

郵便物送付先住所（いずれかに○　　自宅　・　勤務先）　〒

携帯電話番号

固定電話番号

メールアドレス

備考

# 全日本医師剣道大会記録

| 回次 | 開催年月日 | 開催地 | 大会会長 |
|---|---|---|---|
| **第56回** | R5/4/8-9 | 新潟（県立ふれあいプラザ） | 荻荘則幸 |
| **第55回** | R4/4/16-17 | 沖縄（沖縄県立武道館） | 奥島憲彦 |
| **第54回** | R1/5/18-19 | 東京（東京医科大学記念館） | 稲村征夫 |
| **第53回** | H30/4/14-15 | 岩手（北上市総合体育館） | 菅義行 |
| **第52回** | H29/4/8-9 | 高知（高知県立武道館） | 谷木利勝 |
| **第51回** | H28/04/2-3 | 茨城（つくばカピオ） | 大祢廣伸 |
| **第50回** | H27/04/11-12 | 京都（京都市武道センター） | 吉村了勇 |
| **第49回** | H26/06/05- | 長崎（長崎県立総合体育館サブアリーナ） | 萬木信人 |
| **第48回** | H25/06/22- | 宮城（仙台市青葉体育館） | 今村幹雄 |
| **第47回** | H24/04/07- | 鳥取（鳥取県立武道館） | 飯塚幹夫 |
| **第46回** | H23/04/09- | 東京（東日本大震災により中止） | 伊藤元明 |
| **第45回** | H22/04/10- | 三重（県営サンアリーナ） | 中山尚夫 |
| **第44回** | H21/05/23- | 千葉（千葉ポートアリーナ） | 遠山富也 |
| **第43回** | H20/04/19- | 兵庫（兵庫県立武道館） | 松井英互 |
| **第42回** | H19/04/07- | 大阪（豊中市立体育館） | 宮坂昌之 |
| **第41回** | H18/04/15- | 神奈川（相模女子大体育館） | 野見山延 |
| **第40回** | H17/04/16- | 大分（大分別府市民体育館） | 広瀬信道 |
| **第39回** | H16/04/17- | 大阪（大阪コスモスクエア国際交流センター） | 鏡山博行 |
| **第38回** | H15/04/05- | 福岡（宗像ユリックス） | 加野資典 |
| **第37回** | H14/09/14- | 札幌（札幌市総合体育館） | 道下俊一 |
| **第36回** | H13/04/14- | 熊本（熊本大学総合体育館） | 笹原　登 |
| **第35回** | H12/04/15- | 広島（広島県立総合体育館武道場） | 十河勝正 |
| **第34回** | H11/04/03- | 東京（東京医科大学記念館） | 山崎　衛 |
| **第33回** | H10/11/21- | 鹿児島（鹿児島アリーナ） | 楠元忠雄 |
| **第32回** | H9.9.14 | 岩手（岩手県営武道館） | 中村好和 |
| **第31回** | H8.9.22 | 沖縄（沖縄県立武道館） | 永山　薫 |
| **第30回** | H7.4.9 | 愛知（江南市民会館） | 村瀬守男 |
| **第29回** | H6.10.16 | 東京 （東京医科大学記念館） | 宮地　誠 |
| **第28回** | H5.10.10 | 福岡（県立久留米体育館） | 熊丸　治 |

| 回次 | 開催年月日 | 開催地 | 大会会長 |
|---|---|---|---|
| **第27回** | H4.9.27 | 香川（高松市総合体育館） | 畠瀬　修 |
| **第26回** | H3.4.17 | 京都（京都市武道センター） | 横関誠夫 |
| **第25回** | H2.9.23 | 茨城（つくば第３県民センター） | 大禰一郎 |
| **第24回** | H1.9.15 | 宮城（仙台・県武道館） | 鈴木仁一 |
| **第23回** | S63.9.11 | 鳥取（米子・市民体育館） | 中曽栄吾 |
| **第22回** | S62.4.4 | 東京（東京医科大学記念会館） | 大禰一郎 |
| **第21回** | S61.9.14 | 京都（京都市武道センター） | 根本浩介 |
| **第20回** | S60.9.15 | 千葉（千葉県武道館） | 綿貫重雄 |
| **第19回** | S59/10/27- | 岡山（岡山武道館） | 日下　連 |
| **第18回** | S58.4.9 | 大阪（久保田鉄工中央体育館） | 中村周吉郎 |
| **第17回** | S57.10.10 | 広島（キリンビール広島工場体育館） | 藤井　実 |
| **第16回** | S56.11.7 | 静岡（市民体育館） | 内田智康 |
| **第15回** | S55.5.25 | 長崎（市民体育館） | 前田信良 |
| **第14回** | S54.4.8 | 東京（東京慈恵会医科大学体育館） | 海老原千春 |
| **第13回** | S53.9.23 | 愛知（名古屋・愛知県スポーツ会館） | 三輪田薫 |
| **第12回** | S52.11.13 | 山口（下関市立山ノ田中学校体育館） | 桃崎正香 |
| **第11回** | S51.5.16 | 新潟（県立総合体育館） | 外山司郎 |
| **第10回** | S50.4.6 | 京都（武徳殿） | |
| **第9回** | S49.5.25 | 熊本（県武道館） | 笹原　登 |
| **第8回** | S48.10.13 | 札幌（札幌体育館） | 内藤詩郎 |
| **第7回** | S47.9.15 | 高知 | 川田茂宏 |
| **第6回** | S46.4.3 | 東京（日本武道館） | 伊藤京逸 |
| **第5回** | S45.10.24 | 京都（武徳殿） | 高岡謙次 |
| **第4回** | S44.8.15 | 宮城（仙台・県立スポーツセンター） | 松川金七 |
| **第3回** | S43.2.18 | 東京（衆議院第一議員会館剣道場） | 伊藤京逸 |
| **第3回** | S42.4.1 | 名古屋（名鉄体育館） | 伊藤京逸 |
| **第2回** | S38 | 大阪（大阪城内・修道館） | 伊藤京逸 |
| **第1回** | S34 | 東京（後楽園・全剣連・中央道場） | 伊藤京逸 |

# 編集後記

全日本医師剣道連盟報　第32号をお届けします。

今年は元日から能登半島地震が発生しました。大変な思いをされた会員の先生方もおられると思います。関係各位ならびにご家族の皆様に心よりお見舞い申し上げます。

今年は、第57回全日本医師剣道大会（いざ、ヨコハマ！大会）が、本連盟会長である野見山すすむ大会会長のもとに開催されます。連盟会長挨拶とともに、大会概要とプログラムを掲載いたしました。

前回大会・第56回全日本医師剣道大会（きなせや柳都・新潟大会）の開催記を大会会長・荻荘則幸先生からいただいております。同大会で立ち切りをされた柴田先生、林先生、安川３兄妹（泰樹先生、紘矢先生、紗香先生）の体験記と共に、大会を思い出しながらお読みください。

寄稿は、伊藤元明先生にご紹介いただいた霜礼次郎先生「五輪・パラリンピックへの道」のから始まります。池澤清豪先生より「八段審査合格後の１年間」を、また昨年50歳代にして八段に合格された藤原広臨先生より「八段合格記」をご寄稿いただきました。更には、宮坂信之先生「76歳を超えて」、堀江貴先生「樋口季一郎中将を知っていますか」、荻原一郎先生「私の剣道ライフ・今日この頃」、江端広樹先生「全日本医師剣道連盟幹事就任ならびに第57回全日本医師剣道大会実行委員長挨拶」、鬼塚正成先生「小手への想い、恩師香田郡秀先生との思い出から交剣知愛」と盛り沢山の内容になっております。

「天災は、忘れた頃にやって来る」と言いますが、新型コロナウイルス感染、地震、異常気象など、人の力では如何ともし難い天災（人災の部分も？）のニュースが近年続いております。しかし、「如何ともし難い」というのは、決して「諦める」と同義語ではなく、防災意識の啓蒙や被災地の復興に携わっている方々には大いに敬意を表します。入って来る被災状況等の情報により分かった気になっている部分があるかもしれませんが、実際に被災した時に対応できるかは全く別物であることは想像に難くありません。剣道でも修練により培われる「不動心（動じない心）」、「不撓心（折れない心）」は、いざという時にその実力が試されます。「備えあれば憂いなし」、備えはよろしいでしょうか。「いざ、ヨコハマ！」です。

令和６年３月

事務局長補佐　稲垣　太郎

令和６年４月

【事務局】
〒160-0023　東京都新宿区西新宿６-７-１
東京医科大学　耳鼻咽喉科・頭頸部外科学分野内
事務局長　塚原　清彰
FAX：03-3346-9275
e-mail：tsuka@tokyo-med.ac.jp