

平成23年度

武道・スポーツ科学研究所年報 第十七号

武道・スポーツ科学研究所

年報

第17号



平成二十三年 国際武道大学

INTERNATIONAL
BUDO
UNIVERSITY

はじめに

研究所長 魚住 孝至

研究所年報第17号をお届けします。

2011年度は3月11日の東日本大震災と福島原発事故の影響が日本各地に残りましたが、本学では節電に努めながら、各研究はそれほど支障なく行われました。本号には研究所プロジェクトの2011年度の研究成果を掲載します。

昨年8月31日、9月1日には、日本武道学会第44回大会が本学で開催されました。1994年に第27回大会が本学で開催された時には、大学創立時に着任した教員が中心でした。今大会では本学を卒業した教員が幹事・実行委員として活躍しました。時の経過を感じます。本学の教員も、特別講演の他、研究発表を多くし、座長や司会を務めました。この学会について簡単に報告します。

今年2月には研究所が編集した『武道論集』第3集「グローバル時代の武道」が刊行されたので、この内容を紹介します。

さらに2008年度、2009年度に本学で研修された2名の客員研究員の研修報告書を載せています。また研究所の401室を利用して行われたプロジェクト研究の成果（2007～2011年度）をまとめています。

来年、本学も創立30周年を迎えます。2013年度、学科が再編成され、カリキュラムも改革されます。研究所でも研究の柱を立て直し、新たなプロジェクト研究を行う予定です。今後とも変わらずご支援のほど、よろしくお願い申し上げます。

最後になりましたが、本書の刊行にご補助いただきました日本武道館に心より感謝申し上げます。

2012年6月

武道・スポーツ科学研究所年報 第17号・2011年度・目次

はじめに

研究所長 魚住 孝至

I. 平成23年度 (2011.4~2012.3) のプロジェクト研究

1. 日本の武道文化の成立基盤 —新陰流と一刀流剣術の研究を通じて—— (38)107

○魚住孝至 立木幸敏 大保木輝雄 吉田鞆男 仙土克博 朴 周鳳
中嶋哲也 長南信之

1. 2012年度プロジェクト研究の概要……………魚住孝至
2. 上泉武蔵守信綱研究覚書……………魚住孝至
3. 新陰流の“砕き”についての続報
「二十七箇条截合」と「試合勢法」について ……吉田鞆男

2. 現代武道の諸問題V —国内における武道の現状と問題点 その2— ————— 1

○柏崎克彦 魚住孝至 大矢 稔 松尾牧則 木村恭子 井下佳織
立木幸敏 矢崎利加 アレキサンダー・ベネット 山田利彦 金野 潤

1. 柔道の安全指導……………柏崎克彦・金野 潤・山田利彦・矢崎利加
2. 剣道—中学校武道必修化をめぐる課題……………大矢 稔
3. 弓道が抱える環境問題……………松尾牧則
4. 空手道における安全指導……………井下佳織
5. 合気道の安全指導……………立木幸敏
6. なぎなたの用具に関する問題……………木村恭子

3. 「武道健康論」研究 —健康生成論と伝統的身体論を手掛かりに— ————— 37

○小林啓三 田邊信太郎 石塚正一 小林正佳 阿久津洋巳

- I. 総括的討論……………田邊信太郎・小林正佳・小林啓三
- II. 各分野からの小括
 1. 伝統的健康論 ………………田邊信太郎
 2. 舞踊論 (宗教学)……………小林正佳
 3. 健康生成論
 - 1). 自然科学的立場からの解釈と課題……………小林啓三
 - 2). 心理学的立場からの解釈と課題……………石塚正一・阿久津洋巳

4. 明代における武術の諸現象に関する研究 ————— 73

○林 伯原 周 佩芳 野田昭彦 原田直之 林 一周

1. 明代における武術の諸現象に関する研究
—剣法・雑多な兵器・少林武術・武術著書・武科挙を中心に—

林 伯原

5. 障害者による武道事例の調査研究	
—富山県における空手道指導事例について—	101
○松井完太郎 蒔田 実 柏崎克彦 高見令英 丸橋利夫 木村寿一	
矢崎利加 井下佳織 アレキサンダー・ベネット 阿部哲史	
ポントス・ジョハンソン 中島 隼 濱田初幸	

II. 研究所を活用した活動	146
財団法人 日本武道館主催 第24回 国際武道文化セミナー	
1. 開催要項・日程	
2. 参加者名簿・参加者の傾向	

III. 国際武道大学研究倫理規程	152
1. 研究倫理規程	
2. 「ヒトを対象とする研究」倫理規則	
3. 「動物を対象とする研究」倫理規則	

○研究所情報	161
1. 第44回日本武道学会報告	
2. 『武道論集』第3集 紹介	
3. 客員研究員 研修成果報告書	
(1) 2008年度「発育期のスポーツ傷害予防において教職員が担う役割	
～国際武道大学スポーツ医科学サポート研修を通して～」	酒井 剛
(2) 2009年度「走運動の基本的な動きを身に付ける体育学習	
—低学年における運動遊びの学習を通して—	長野敏晴
4. 研究所401プロジェクト研究室	
「幼少年期発育・発達プロジェクト研究成果報告(2007～2011年度)」	鈴木和弘

I. 平成23年度（2011.4～2012.3）のプロジェクト研究

現代武道の諸問題 V

—国内における武道の現状と問題点 その2—

代表研究者：柏崎克彦（国際武道大学）

共同研究者：魚住孝至 大矢稔 松尾牧則 立木幸敏 井下佳織 矢崎利加（国際武道大学）

木村恭子（国際武道大学客員教授）

アレキサンダー・ベネット（関西大学） 金野潤（日本大学）

山田利彦（了徳寺大学）

1. 柔道

柔道の安全指導

柏崎克彦・金野潤

山田利彦・矢崎利加

はじめに

前回は、日本柔道界が直面している問題点を、①普及に関する問題、②強化に関する問題、③ルール改正と審判に関する問題に分けて論じた。今回は、①の普及に関する問題で取り上げた「柔道の安全指導」について、特に教科体育を中心に論じたい。

2012年4月から中学校武道必修化が始まるが、2011年12月から2012年1月にかけて、全国940の中学校に対して行った文部科学省の予備調査では、64.1%が柔道を選択する予定であり、剣道は37.6%、相撲が3.4%であった（1校で複数種目を実施する学校もあるため比率は100%を超える）。けれども本年4月からの実施を直前に控え、多くの新聞やテレビがこぞって柔道の安全指導の問題を取り上げている。文部科学省の調査（2012年3月15日発表）によると、指導教諭の53.6%が今なお「さらなる研修の充実」を望んでいる。不

安を抱えたままの実施となる。

文部科学省は、必修化完全実施まで一か月を切った2012年3月9日、「武道必修化に伴う柔道の安全管理の徹底について（依頼）」という異例の文書を各都道府県・指定都市教育委員会教育長に通達した。主な内容は、柔道の授業を担当する指導者に対して一定の指導経験や研修歴があることを求め、無い場合は外部指導者の活用や、研修会の活用を促している。また、それらの条件が整わない場合は、当面授業の開始を遅らせ条件整備をすることとしている。さらに、この時期に及んで、「柔道の指導体制に関する状況調査」を開始した。締め切りは5月31日である。すべては生徒の安全を考慮してのことである。

柔道は危険を伴う武道であるとの漠然とした認識は、柔道界にも教育界にもあった。しかし、それが具体的に数字に表わされる切っ掛けの一つになったのが、(財)全日本柔道連盟（以下全柔連）の「障害保障制度・見舞金制度」がスタートした時である。この制度は、柔道によって死亡事故や障害が残る重大な事故を起こした被害者に対して見舞金を支給するためのものであり2003年から開始された。それまで、柔道で発生した事故に対して報告の義務は無く全柔連も実態を把握してい

なかった。この制度ができるのと驚くほどの件数が報告されることになる。全柔連発行の『柔道の安全指導』によると、2003年～2011年までの8年間で86件が死亡事故を含む重大な事故と認定され保障の対象となっている。

柔道の事故発生に注目しその実態と解決策について検討したい。

(1) 事故の実態

① 学校管理下における重大な事故

学校リスク研究所（代表：内田良）によると、学校管理下（中学・高校）における柔道の死亡事

表1 中学校部活動中の死亡事故発生件数と発生確率 (1998～2007年度)

	死亡生徒数	部活動参加生徒の延べ人数	死亡確率 (10万人当たりの死亡生徒数)
柔道	12	531,170	2.259
バスケットボール	10	3,487,530	0.287
野球	9	3,135,200	0.287
テニス	8	4,220,370	0.190
陸上	4	1,853,690	0.216
バレーボール	3	2,591,970	0.116
卓球	3	2,596,210	0.116
剣道	2	1,225,260	0.163

(学校リスク研究所集計)

表2 高校部活動中の死亡事故発生件数と発生確率 (1998～2007年度)

	死亡生徒数	部活動参加生徒の延べ人数	死亡確率 (10万人当たりの死亡生徒数)
柔道	11	356,280	3.087
バスケットボール	11	1,596,330	0.689
野球	15	1,541,750	0.973
テニス	4	2,120,500	0.189
陸上	7	928,600	0.754
バレーボール	6	1,185,030	0.506
サッカー	8	1,495,910	0.535
剣道	7	593,820	1.179
ラグビー	11	344,190	3.616

(学校リスク研究所集計)

故は、年平均4.07件（1983～2010年度）発生している。その内、柔道固有の動作（投げ技や固め技、受け身等）が原因となつての死亡事故は全体の69.7%である。同時に、後遺症を残す高いレベルの傷害事故も年平均10件（1983～2008年度）発生している。その多くは部活動中のものであるが、死亡事故の12.3%、重大な傷害事故の29.5%が教科体育の授業中の発生である。

中学校と高校の部活動に焦点を絞って、1998年から10年間の死亡事故の発生件数と発生確率（10万人あたり）を他のスポーツと比較してみたのが表1及び表2である。

表1からも明らかなように、中学校における死亡事故及び死亡確率は柔道が断然高い。また、表2によれば、高校におけるそれはラグビー同様に高い値を示している。このことから、柔道は最も危険なスポーツであると認識する必要がある。

② 全柔連に報告された重大な事故

全柔連の報告によると、前述したように、傷害補償・見舞金制度がスタートした2003年～2011年までの8年の間に86名がこの制度の対象となっている。その年齢を見ると、小学生10人、中学生30人、高校生24人、大学一般22人である。受傷者の最も多い中学生の内訳は、中学1年生9人、2年生9人、3年生12人となっている。

受傷者の柔道経験年数を示したのが以下の図1である。

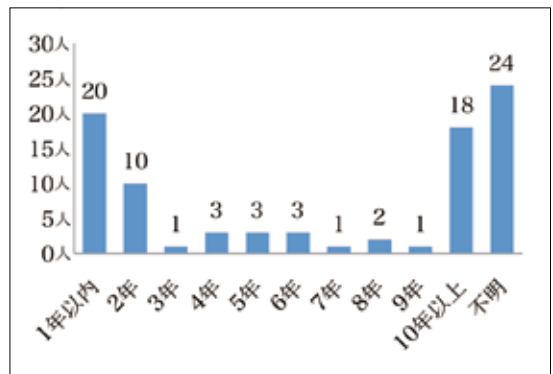


図1

図1から、柔道経験年数2年以内の者に受傷者の割合が高いことが分かる。また、受傷者の36%が無段者であったことも報告されている。受傷の部位は、圧倒的に頭部が多く全体の41.8%、次いで頸部の25.6%である。受傷に関与した技名称が明確な59件のうち、20件(33.9%)は大外刈り、大内刈り、小内刈りの後方への投げ技によるものである。これらのことから、「初心者」「相手を後ろに投げる技」が安全対策のキーワードになると考えられる。10年以上の者も多いがこれはまた別な要素と関連していると考えられる。

(2) 教科体育における柔道の安全指導への対応例

全国的な「柔道の指導体制に関する状況調査」が文部科学省によって現在実施されていることは先に述べたが、都道府県レベルでは詳細な調査が行われているところもある。

山形県を例にとる。山形県教育委員会スポーツ保健課の調査では、新年度の各校の武道授業時数は、年間で平均9.19時間であり、中学校109校中、105校(96.3%)が柔道を予定している。剣道は7校、相撲、空手道、なぎなたが各1校という。武道場を設置しているのは、115校(分校含む)中58校で、今後整備予定なのが13校。整備されていない学校は、体育館などに畳を敷いて行うなどするという。実施に当たっては、6月に山形県教育委員会主催の学校体育実技指導者講習会を開催して全中学校から教員1人を参加させ、文部科学省などが行った講習会の内容を伝えることが計画されている。

三重県の場合は、教育委員会が各市町教育委員会を通じて集計した結果、県内の公立中学計166校のうち、重複実施も含め、男子は剣道が79校(47.6%)で、柔道が71校(42.8%)、相撲は29校(17.5%)。女子は剣道が82校(49.4%)で、柔道が72校(43.4%)、相撲が26校(15.7%)となった。同県教育委員会では、2009年度から保健体育科

の教員を対象に、剣道と柔道の指導力向上講習会を年1回開いてきており、2012年度は、相撲も含めた同様の講習会を県内7会場で開催することや、武道の安全指導に関する研修会を開くことを検討しているという。また、各公立中学校に派遣している武道の外部指導者を、今年度の8人から新年度は約50人に増員し、武道の安全教育の強化に取り組む予定である。

この他に、具体的に安全確保のための用具を使用し始めた県や政令指定都市も存在する。

岡山県では、公立中と中等教育学校163校の半数以上の83校が柔道を導入する予定である。同県では、県立の2校に、頭を守るための「柔道用ヘッドギア」を90個ずつ配置することを決め、各市町村教委などにも、ヘッドギアや投げ込み用マットの整備を検討するよう求めた。

また、京都市では、投げられた際の衝撃を和らげるため、畳の上に敷くウレタン製マット325枚を柔道実施予定の全ての中学校に配備した。

授業内容を具体的に指示した県もある。石川県では女子に配慮し、頭を打つ恐れのない寝技を、受け身よりも先に学ばせる指導計画となっている。名古屋市も、頭を打つ可能性のある「大外刈り」などを授業で行わない方針を決めた。今後、多くの県や政令指定都市が同様の対応を取っていくと考えられる。

(3) 武道必修化実施への提言

① 13時間の具体的な指導案の作成

文科省の求める指導内容を如何に安全に実施するかという問題は、指導現場において常に取り組むべきことであるが、特に検討すべきは、年間13時間程度全生徒に対して行われる予定の授業の内容である。多くの専門家が、効果的で安全かつ教育上のねらいに沿った指導プログラムを考案する必要がある。文部科学省発行の『学習指導要領解説』

は、本来指導現場の実情を考慮して幅広くその指導範囲を定めている。これは、そのスポーツを熟知した指導者にとっては、学習者の習熟段階や地域の特性に合わせて指導できるメリットがある。しかし、そのスポーツに対する学習経験や指導経験の浅い指導者にとって、多くの技法の中から生徒にとって適切な技法を絞り込み効果的に指導することは困難なことである。現在各方面から『指導の手引き』的な教本が出版されているが、多くの技術が網羅されていることが多く、柔道経験の無い指導者にとっては使いにくいと考える。また、教本を執筆するのは多くは大学、高校の教員であり、指導現場を最もよく知る中学の教員が少ない。

そこで、専門家と中学校の指導者が合同で協議して、13時間の具体的な詳しい内容の指導案を作成しては如何であろうか。画一的な指導になることは否めないが、指導に自信の持てない指導者に歓迎されるであろう。もちろん、指導経験を積むうちに学習者のレベルに応じた、効果的な指導内容を選択する力が身に付くことが期待できる。

例えば、中学2年生の指導案について考えると、1年生で学習してからほぼ1年が経過した段階では、前回指導の受け身ですら最初から指導する必要があると考えられる。したがって、中学2年生となっても、学習内容に大きな進歩を期待することは不可能であろう。2年次においても1年次と同様の学習内容になる可能性が高く1年生用の指導案で充分である。むしろ、同じ指導案を使う方が、経験の浅い指導者が自信を持って指導することも考えられる。

② 伝統的な行動様式や日本文化の指導を重視

武道教育に求められることの一つに、武道の特性や歴史、礼法などの作法を通して日本の伝統的な行動様式や文化を知ることがある。多くの指導書には、このことに関する具体的な記載が少ない。例えば、柔道場には畳が存在する。畳は日本固有

のものであり、日本の礼法の基礎となっている正座と密接な関係がある。「立礼の角度」とか、「感謝の気持ちを込めて」といった、礼法の形やそれに籠められる思いだけの説明ではなく、畳の歴史や礼法の歴史を話したり、他の武道やスポーツとの比較、さらには他の国や地域における礼法との比較なども取り入れたならば、興味深い授業の展開が可能になると考える。

③ 受け身指導にさらなる工夫を

柔道の技術習得には多くの時間を要する。それ故、トップアスリートでなくともある

一定レベルの柔道選手の柔道開始年齢は早い。けれども、教科体育における年間僅か13時間程度では相手を投げ抑えることはほとんど不可能である。もちろん「中学校学習指導要領解説」でもそれを求めている。初心者に対しては、まず「出来る」レベルを求めるのは、柔道の技術の中で最も実生活で活用できる「受け身」である。その他は、基本動作と簡単な技を通して柔道の技の理合いが「分かる」ことで十分である。

近年、受け身の指導法が見直されている。後方へ倒れる場合は、これまで「後ろ受け身」を指導したが、「後ろ受け身」は頸部で最も弱い屈曲筋を使用するため筋力の弱い者は頭を打つことも多い。可能な限り側屈筋を利用する「横受け身」を指導しよう動きもある。また、「後ろ受け身」の際、僅かに横を向くことで「横受け身」同様の効果があるとの報告もある。こうした「受け身」の研究が今後重要であろう。さらに、海外において行われている受け身の指導法を参考にすることも必要である。1963年、ソ連のサンボの選手4名が初来日しサンボの紹介と試合を行ったが、サンボの技術もさることながら、杖を用いての受け身の指導法には多くの柔道家が注目した。この時代から日本の受け身の指導法が大きく進歩したとは言にくい。柔道大国フランスでは年少者のため

に様々な受け身の指導法が考案されている。わが国でも、柔軟な発想のもとに、受け身の習得を容易にする指導法の開発が必要である。

④ 安全器具の活用

また、ヘッドギアの活用も見直されている。これまでラグビー用に開発されたヘッドギアを利用している学校も存在したが、ウレタン素材で後頭部の保護がさほど重要視されていなかった。2年前、アディダス社がショックに強い素材を利用し、後頭部保護に重点を置いた柔道専用のヘッドギアを開発している。この他にも受け身のショックを吸収する安全マットや、「前回り受け身」が学習しやすいラインの入った柔道衣等も市販されている。また、欧州では子供たちの安全性に配慮し、柔らかい素材を使った畳を使用しているクラブもある。短時間の学習では受け身の学習を通して頸部の強化を図ることも難しいため安全器具の活用を今一度見直す必要があるだろう。



柔道用ヘッドギア
(アディダス社製)

受け身練習用柔道着
(早川繊維工業製)

⑤ 小規模研修会と学外指導者のための研修会の開催

中学武道必修化に向けての研修会が、全日本柔道連盟や各都道府県主催のもとに頻繁に開催されている。これらの研修会は、規模が大きいため伝達講習会的傾向が強くなる。それぞれの地域や学校の実情に即した指導法の学習には適していない。

そこで、学区のレベルで中学のベテラン指導者が中心となった小規模な研修会の開催を提案した

い。少人数であるのでそれぞれの教育現場に応じた工夫やお互いに自由に意見を出し合うことが可能であろうし、時間的にもお互いに調整しあう事で授業運営に負担の少ない研修会の開催が可能であろう。また、学外指導者の活用が提案されているが、教育現場の実情を知り目的に合った学習指導の補助をするためには柔道の有段者であるだけでは不十分である。自分ができるのと、指導できるのとでは当然違いがある。効果的に学外指導者を活用するためには、学外指導者のための研修会が必要である。

まとめに代えて

中学校武道必修化の完全実施にあたり、各方面から柔道の安全指導に対する警告が発せられているが、柔道における死亡・障害事故の多くは部活動中のものである。しかし、そうであったとしても柔道の危険性に変わり無く、教科体育の指導にも十分な安全配慮が必要である。多くのスポーツに触れる機会を重要視した文科省の方針は、武道の必修化を促したが、同時にそれぞれの種目に対する時間配分を減少させた。柔道もそのことを考慮した指導内容にならざるを得ない。柔道の技能習得には多くの時間を必要とする。無理に技能習得に重点を置き、安全指導が疎かにならないように、受け身指導法の見直し、安全器具の活用、小規模研修会、学外指導者の活用、さらには厳選された指導案の作成などが必要である。これらのことを通して、安全に配慮しようという指導者の意識が事故を軽減する重要なカギとなる。

【参考文献】

- 1) 学校リスク研究所：<http://www.geocities.jp/rischool-blind/>, (2011)
- 2) 独立行政法人 日本スポーツ振興センター：学校管理下の死亡・障害事例と事故防止の留

意点〈平成22年度版〉

- 3) 内田良：柔道事故—武道の必修化は何をもたらすのか—（学校安全の死角（4））、愛知教育大学研究報告、(2010)
- 4) (財) 全日本柔道連盟：事故をこうして防ごう 柔道の安全指導、講道館 (2011)
- 5) 文部科学省：柔道指導の手引き (2008)
- 6) 濱田初幸・水落洋志：柔道の受け身に関する新規指導—後ろ受け身に注目して—、スポーツパフォーマンス研究所 (2010)
- 7) (財) 全日本柔道連盟：「柔道」授業づくり教本 中学校武道必修化のために、(財) 全日本柔道連盟 (2010)

2. 剣道

中学校武道必修化をめぐる課題

大矢 稔

はじめに

戦後、剣道がスポーツとして復活したことにより、学習指導要領でも剣道は対人的スポーツの類型に枠組みされ、「格技」の名称で取り扱われていたが、その後、格技の名称が「武道」に変更された。

平成20年3月28日、学習指導要領が改訂され（文部科学省告示）、第1学年および第2学年において、全ての生徒が武道を履修することになり、平成23年4月1日から完全実施されることとなった。所謂「武道の必修化」である。

中学校武道の必修化といっても、武道が特扱いされることになるわけではない。「第1学年及び第2学年で、体づくり運動・器械運動・陸上競技・水泳・球技・武道・ダンス・知識に関する領域をすべて履修させ」とあるように、これまで、武道は選択の取り扱いであったところ、ようやく他のスポーツ並みの取り扱いになったということである。

とは云うものの、武道の「目標及び内容」の「態度」ならびに「知識、思考・判断」の項の「相手を尊重する」「伝統的な行動の仕方」「武道の特性や成り立ち」「伝統的な考え方」には、教育基本法に明記されている「伝統文化の尊重」といったように、武道にはスポーツとは別の「ねらい」が込められているもの考えられる。

以上のことを踏まえ、ここでは、学習指導要領の「目標及び内容」の「態度」ならびに「知識、思考・判断」の項の「相手を尊重する」「伝統的な行動の仕方」「武道の特性や成り立ち」「伝統的な考え方」の下支えになっている剣道の捉え方や

考え方について、剣道の専門的な立場からいくつかのテーマを取り上げ、先人や識者、ならびに筆者の見解などを織り交ぜながら考えてみる。

(1) 剣道の歴史

(武道の特性や成り立ち、伝統的な考え方)

剣道は平安時代後期に、戦場で役立つような鎧造りで外反りの彎刀（日本刀）の発明を起源として、武術性、芸道性、競技性など、日本の風土のなかでそれぞれの時代における新たな価値を見出し、現在では教育性としての価値を広げながら継承され発展してきた日本固有の伝統文化である。

剣道の起源である日本刀は、外敵を払う武器としてばかりでなく、神聖、知恵、勇気などのシンボルとして位置付けられ、自分自身の内部に生じる邪悪な心をも払い清める「辟邪の剣」として考えられていた。現在、剣道大会の選手宣誓で聞かれる“正正堂堂と戦うことを誓います”といった精神性は、こうした考えに由来しているものである。

鎌倉時代には作刀技術が進歩し、「鍛錬」によって日本刀の機能が高まっていくのと同じように、戦国武士たちは日本刀の操作の修練をとおして心と体を鍛え上げていくことに精進するようになった。そして、日本刀を操作する技法に優れた流派が生まれることになる。やがて、戦国時代が終わり、日本刀は武士の精神を表現し伝承するものとして捉えられるようになった。

江戸時代初期になると、流派の考え方は「型」として整備され、技の修練によって「不撓不屈の精神力」と、逞しい姿に自分自身を育て上げることがねらいとなり、相手の繰り出す太刀筋に対して、「一刀」で勝つ技法を繰り返し修練し吟味するという方式は「形稽古」として定着していった。形稽古の目的は相手と真剣に向き合うことによって、「気を錬り、心を養う」ことであるとともに、「武

士としての生き方」を学ぶことにあった。

こうして、“自己を錬磨し修養に努める”という稽古の場にあつては、「師に習う」ということと同時に、直面する戦いの場を想定した冷静かつ的確な判断が求められた。したがって、清浄で無垢な空間に入って所作や行動を正しくし、端然とした姿勢で心を整え、感情や闘争本能を統御する手立てとして、厳粛な「礼」が要求されることになったのである。

その後、江戸時代の中期頃になると、防具（剣道具）と竹刀の考案・改良による「竹刀打ち込み稽古法」が工夫された。このことが、緊迫した勝負の場・間を再現するための試合稽古を可能にし、形稽古での「一刀」の吟味は、防具と竹刀によって「一本」を競い合う試合によって行われるようになった。ここに、「一刀」に込められた意味を引き継ぐ「一本」が誕生したのである。こうして「竹刀打ち込み稽古法」は多くの流派に受け入れられ、その後、剣術は幕末期に活況をみせた。

明治時代に入ってから剣術は一時衰退したものの、撃剣興行によって命脈が保たれ、警視庁を中心にして復活の兆しが見え始めた。以後、それまでの「術」の概念が「道」の概念へと問題意識化されるとともに、撃剣が学校教育の正課に加えてもよいことになった。こうした動向もあって、高野佐三郎範士の尽力によって指導体系の基礎が築き上げられていった。

大正から昭和初期にかけて、剣道は大学や高専の学生によって試合を中心として展開していった。当時、試合での一本は審判員の主観的判断に委ねられていたが、それは「充実した氣勢」「正しい刃筋」「適法な姿勢」という三つの条件に明文化され、これに基づいて多くの試合が実施されるようになった。

昭和20年（1945）年の敗戦後、学校剣道は全面的に禁止されたが、昭和27年（1952）に剣道

の復活をみた。剣道の復活に際して、全日本剣道連盟は「剣道を対人的スポーツとして指導する」という方向性を示した。また、文部省も、剣道は「体育スポーツとして、他のスポーツと同等の立場において学生生徒の心身の発達に寄与し、豊かな人間性をつくりあげることを目標とする」と位置付け、剣道は対人的スポーツ領域のなかの「格技」という名称で取り扱われた。

「格技」という名称は、主として学習指導要領上の運動の一つの類型として用いられてきたものであるが、長い歴史と伝統のもとに培われてきた剣道は、諸外国に誇れる日本固有の文化であるという認識のもとに、その特性を教育に生かすべく、平成元年（1989）には、それまでの「格技」が「武道」という名称に改められた。（大矢稔 他：剣道小史、全日本剣道連盟『剣道指導要領』参照）

(2) 礼（相手を尊重する、伝統的な行動の仕方）

スポーツには、各々のスポーツが発祥した国の人々の精神性や道徳性が、そのスポーツ種目に固有のルールやマナーとして定着しているという特徴がある。例えば、ラグビーはイングランドで発祥したものであるが、対敵関係にあつて激しくぶつかり合うなかにも審判は一人と定め、その判定は絶対であり、ゲーム終了時はノーサイド（対敵関係は無くなり、同じラグビーを愛する仲間同士である）としている。このようなイングランド人の精神性や道徳性は今でもラグビーの競技に生きている。

このような観点から考えてみると、剣道は「礼」の形式の正確さや丁寧さにたいへん厳格であることが分かる。一般的に礼は、社会の秩序を保つための慣習で、「挨拶をする」「おじぎをする」「丁寧に応接する」など、形よく整った態度や作法のことであり、人として守るべき節度ある正しい行いをいう。

剣道は相手を攻撃する対人的格闘技であることから、常に相手の人格を尊重し、互いに身体を鍛え、技を錬磨し、心を養うためのよき協力者として、内には心から尊敬と感謝の念を持ちつつ、外には端正な姿勢をもって礼儀正しくすることは、互いにより良い剣道と人間関係を築く上で大切なことであり、ひいては好ましい社会的態度の育成につながる。

たしかに剣道の礼にはこのような意義も認められる。

稽古や試合の前後に、相手に対して互いに尊敬や感謝の念の表現として姿勢を正し、おじぎをすることが伝統的なマナーであるとするならば、剣道の礼はスポーツと同じ意義の地平にある特性であつて、それは単にその文化の育った歴史的風土的な相違でしかない。

礼を原初的にみれば、礼儀といわれる形式的行為は、「畏敬の礼儀」と「和平の礼儀」とに大別でき、さらにその発展過程において両者は融合し、日本の風土や歴史のなかで次のような在り方を示すようになる。

- ① 自他の峻別の上に立ちながら、しかも自他の和諧を実現していこうとする儒学思想に基づく士道の礼。
- ② 身体を律することにより精神を鍛えていこうとする仏教思想にみられる修行的礼。
- ③ 俗世界から清浄で神聖な場や時へ没入するための神道的な儀式的礼。

士道の礼は近世という社会的条件の中における武士階級の道徳的規範としての礼であるが、むしろ剣道における礼の意義は、自分の身を律して厳しい行動規範を課す修行的礼や、無垢な境地に至るための手続きとしての儀式的礼の中にあると解すべきであろう。

また、剣道は対人的格闘技であることから、ややともすると感情的になったり、過度に闘争本能

が現れてしまう場合がある。剣道を修練するなかで、定められた礼儀作法を厳格に執り行うことにより、感情や闘争本能を人間として統御していくところに剣道における礼の意義がある。

さらに、道場は遊戯や娯楽の場ではなく、自己を錬磨し修養に努める場である。したがって、道場や修行といった清浄で無垢な空間に入って、威儀を正し、端然とした姿勢で心を整え、所作や行動を正しくし、自己の修練に用いる道具を丁寧に扱うなど、自らが身を律し、行動規範としての礼の形式を厳しく自らに課すことによって、自己の心身に拘束を加え、欲望を制御していこうとするとところにも剣道における礼の意義がある。

つまり、剣道で云われている“礼に始まり礼に終わる”ということは、単なる躰のための礼儀作法ということに止まるものでもなく、“初めと終わりに礼をする”ということでもない。終始、前述した考え方に基づいて礼を執り行うということである。(大矢稔：剣道の国際化、入江康平：理念としての武道参照)

(3) 教習上の特徴

(武道の特性や成り立ち、伝統的な考え方)

① 師弟同行の教習構造

学校教育は教師が教材を介して生徒に知識を身に付けさせるとともに、生徒の様々な能力を開発して向上させ、「自ら学ぶ力」「自ら考える力」などの「生きる力」を醸成するという考え方が強い。これは育てる側面である。

一方、教師の姿勢や態度、気風や考え方などは直接的、間接的に生徒に影響する。これは“人が人をつくる”“人は人によってつくられる”と云われるように、教師そのものによる生徒への感化や、価値観の付与などである。これは教える側面である。

剣道においては、師匠の剣道観や修行に取り組

む姿勢、ならびに、具体的な構えや技の遣い方などが有形無形の教材となる。“弟子は師匠に似る”と言われる所以でもあろう。剣道の師匠は、弟子の前を歩いて(弟子に背中を見せて)道を拓いて行く立場にあると同時に、同じく弟子と共に修行を志す者同士でもある。このような剣道に見られる「師弟同行」の考え方は、弟子の人間的成長に影響するとされている。いうまでもなく、そこには師匠の人格的内容と専門的な研鑽が厳しく要求されることになる。

② 型の習練

スポーツにおける運動技術の指導では、学習者の興味や欲求および習熟度に応じて、学習内容を易しい内容から難しい内容へ、単純な内容から複雑な内容へと段階的に発展させることが強調される。

一方、武道や芸道などは「型の文化」と言って良いほど、技法の様式や精髓は型によって継承されてきた。剣道の名人や達人は長い間の体験や工夫によって一定の様式である型を創出し、これを流派の特徴とし継承していった。型は無駄な枝葉を切り捨て、技法のエキスを圧縮した様式であり、厳しい修行によって生み出された精髓が込められている結晶である。そして、弟子は師匠の教える型をそのまま素直に忠実に真剣に模倣しながら習い、自己を窮屈な型の中にたたき込んで熟練しつつ、型を反復・鍛錬する過程で内面的な意識をも深化させ、型を自己のものとしていった。

③ 運動技術の定型化と教習

弟子が師匠の教える型を模倣しながら習い、反復・鍛錬するという剣道の教習構造、すなわち運動技術の定型化は、運動の個別性や発展性の原理を無視し、課題解決のための思考方法や実践方法を形式化するものであるとして、現代のスポーツ・コーチング科学や体育科教育の立場からは批判的に見られることがある。はたしてどうであろうか。

剣道の悟道の階梯を教えた言葉に「守破離」がある。これは、まず型から入り（守）、型を自分のものとして活用し（破）、最終的には型を離れて自由無碍な働きをする（離）、という意味である。型がいかに重要で尊ぶべきものであっても、型に拘泥していたのでは技の発展性はない。弟子は師匠から教えられた型を基盤にしながらも、その型を活用し、終には弟子の個性的な技として発現するようになる。このように、剣道の教習構造には、いわば束縛された受動的で没個性的である型の模倣と反復・鍛錬が、自由で能動的かつ個性的な技の自覚へと発展してゆく特性がある。

知識や技能を習得する過程で大切なことは、教材や指導法もさることながら、なによりもまず、教育される人間にとって知識や技能が自分の中に取り入れ易くなることである。つまり、教える人間が、習得させるべき内容を、あたかも物が鏡に映るように、水が砂に浸み込むようにしてやることである。模倣しながら習い、反復・鍛錬によって運動技術を定型化するという剣道の教習構造は、原始的であって没個性的で非合理的であるように見える。しかし、それは技や技術を身体的に自覚するための効率的で効果的な作用であるといえよう。（大矢稔：冷暖自知、剣道教育の中心的課題、中村信二：武道のすすめ参照）

(4) 理法

「剣道は剣の理法の修練による人間形成の道である」（剣道の理念）という。それではいったい「剣の理法の修練」、すなわち剣道の技術性と人間形成との接点を何処に見出せばよいのであろうか。

根岸信五郎範士は、「不敗の位」から正正堂堂として「水濺刀の位」に移ることが“立合における正規である”と教え、さらに、湯野正憲範士も同様に“立間合の正門であり、ここが剣道として意味のあるところである”と説いている。

剣道の技術性と人間形成との接点は、先人のこれらの哲理にヒントがありそうである。

剣道は相対して、揺るぎない意志と意志（固い石と石）を真正面からぶつけ合い、五分五分の状態から「気で先をとる」「中心をとる」「有利な間取り」という瞬間瞬間の攻め合いによって、打突の機会を見極めて技を発動する。この過程において、前記の「不敗の位」から正正堂堂として「水濺刀の位」に移る局面は、「是は眞に危ない所、恰も水を茶碗に入れて刀の上に置くが如き思をなすもので、稍ともすれば水が零れる、即ち打つか打たるゝかの境で、氣の満ちたる大切な所」なのである。

この局面にあっては、「驚懼疑惑」の迷いを断ち、安定した心気の態勢でなければ、相対の状況を的確に判断して正確な技を遣うことなどできない。すなわち「剣の理法の修練」とは、この局面における心法・身法・刀法（理法）の難題の解決方法を学習することである。

さらに、実際の修練にあっては、「不敗の位」から正正堂堂として「水濺刀の位」に移る局面で、“竹刀は相手に向けられた剣であると同時に、自分にも向けられた剣でもある”という根本を踏まえて、“自分の内なる心にどうであったか”“さらに、どうあるべきか”という内省的作用を働かせ、自己の在り方を求めて再び技を試みる。この繰り返し（鍛錬的修養）によって望ましい自己を形成（教育的効果）してゆく。こうした自己のあり様を探求する道程において人間形成が期待されるのであろう。

おわりに

“竹刀が相手に向けられた剣であると同時に、自分にも向けられた剣でもある”という認識に立つ限り、剣道は自らの心と体を清く正しく逞しいものに鍛え続けるであろうし、人と人との関係を

も明瞭に把握できる人間へと成長させるであろう。

スポーツは楽しみや健康を享受するものとして位置づけられるが、剣道はその発生からして「人が生きていくための指針」として、また、日本固有の伝統文化としての理解が深まるなかで「自分のあり様を探求する手立て」として考えられることから、すぐれた全人教育の方法であるといえよう。(大矢稔：冷暖自知参照)

- 15) 全国教育系大学学部剣道連盟：ゼミナール現代剣道、窓社、1992.
- 16) 全日本剣道連盟：剣道講習会資料、2007.
- 17) 同前：全剣連五十年史、
- 18) 同前：剣道指導要領、2008.
- 19) 同前：剣道和英辞典、2011.

【参考文献】

- 1) アレキサンダー・ベネット：武士の精神（エスト）とその歩み－武士道の社会思想史的考察－、思文閣出版、2009.
- 2) 入江康平：理念としての武道－武道の特性から考える－、日本の教育に武道を－21世紀に心技体を鍛える－所収、明治図書、2005.
- 3) 文部省科学：中学校学習指導要領解説 保健体育編、2008.
- 4) 中林信二：武道のすすめ、中林信二先生遺作集刊行会、1987.
- 5) 中村民雄：剣道事典－技術と文化の歴史－、島津書房、1994.
- 6) 同前：今、なぜ武道か－文化と伝統を問う－、ベースボール・マガジン社、2007.
- 7) 中山博道編集：根岸信五郎先生遺稿剣道講話録、有信館、1942.
- 8) 大矢稔：武道の国際化、日本史小百科「武道」所収、東京堂出版、1994.
- 9) 同前編著：冷暖自知－小森園正雄剣道口述録－、体育とスポーツ出版社、1997.
- 10) 同前：剣道論考－人間錬磨の「道」を探る－、教職研修、教育開発研究所、2001.
- 11) 同前：術理の展開と剣道徳育論の吟味、教職研修、教育開発研究所、2001.
- 12) 同前：剣道教育の中心的課題、日本の教育に武道を－21世紀に心技体を鍛える－所収、明治図書、2005.
- 13) 同前：有効打突、「剣道を知る事典」所収、東京堂出版、2009.
- 14) 湯野正憲 岡村忠典：剣道教室、大修館書店、1979.

3. 弓道

弓道が抱える環境問題

松尾牧則

はじめに

国内における武道の諸問題として、昨年は、弓道の現状を振り返り、弓道が抱えている問題についていくつか示した。

弓道の国内問題として、解決すべき課題やその方法をしっかり整理しておかなければならないものがいくつかあった。それは国内問題であると同時に、国際連盟も形成された弓道界にとって国際的な視点からも重要となるであろう課題も含まれていることがわかってきた。弓道界も国際的な視野をもって国内問題にもあたらなければならない時代に来ている。

現代弓道が抱える諸問題のなかで、本年度は特に「環境問題」に焦点をあててみたい。昨年度取り上げたのは、ワシタカ類の羽根についてであった。矢羽根としては天然の鳥の羽根を使用しているが、希少種のワシタカ類の羽根を使用し続けることには問題があり、公式競技において制限や規制の検討を進めるべきであることを提言した。今回は、この点を中心に、もう少し深く問題を考えていきたい。

(1) 弓道と環境問題について

よりよい生活を求めてきた人間の営みは、便利で快適な生活環境を作り上げてきた一方で、自然環境に様々なダメージを与え、場合によっては取り返しのつかない破壊に至ってしまったものもある。発展途上にある国々ではまだ関心が高まらないであろうが、先進国ではこれまでの過ちに気づき、自然環境を守ることの大切さを知り、環境に対する人々の関心も高まっている。目先の便利さ

快適さの追求だけでは将来に大きな負債を抱えることに気づいた私たちは、環境と共存し、将来にわたって健全な地球環境が保全できるよう、国家レベルだけではなく個人レベルにおいても努力をしようとするようになってきた。個人レベルの努力の積み重ねが大きな効果に至ることも認識してきた。

大気汚染、水質汚濁、土壌汚染などの公害問題、ゴミ問題、CO₂の多大な排出など、これらは地球温暖化や異常気象を引き起こしたり、自然を破壊し生態系も狂わせたりするなど、様々な影響があるが、単独の問題ではなく複合的に関連し合った問題であろう。一般生活における環境問題への関心は高まってきている一方で、弓道の世界で自然保護や環境問題が論議される機会は少ない。弓道がかかえる環境問題に関連する課題についても弓道界として対策を検討し、考えていかなければならない時期に来ている。

その1つとして、昨年指摘した矢羽根問題がある。アーチェリーも以前は天然の羽根を矢羽根として使用していたが、現在ではほとんどがプラスチック製の羽根（バイン）に取って代わっている。もっともアーチェリーの場合には、性能を追求した結果であるが、弓道の矢には依然として天然の羽根が使用され続けている。弓道ではアーチェリー



■写真1：アーチェリーの矢

ーで使用するプラスチック製羽根のような特殊な形態をした矢の使用は認めていない。伝統的な弓道の矢の形態を損なっているものの使用を制限するスタンスであるが、これは、アーチェリーとの差別化を意識した規制であると同時に、天然の羽根の使用を実質上義務づけている。

日本では矢羽根として、ワシタカ類など大型の猛禽類の羽根、キジやヤマドリなどの羽根を使用してきた。特にワシタカ類の羽根は大きく丈夫であることから矢羽根にふさわしかった。羽根の文様(斑)は矢の性能にはかかわらないはずであるが、弓取りたちは文様にもこだわり、珍しい文様の羽根は珍重された。その伝統と感性は今日にも引き継がれ、文様を揃えるように矢が製作され、文様が見事に揃った矢は高価にもなる。現在はジュラ

ルミンやカーボンといった新素材の矢軸を用いた矢が多く出回っているが、伝統的な製法で作られた竹矢の多くは、現在もおワシタカ類の羽根を用いて製作されている。

ワシタカ類のほとんどは「レッドデータブック」(国際自然保護連合・IUCN)「レッドリスト」(環境省)等で、絶滅危惧種に指定されており、ワシントン条約¹⁾で国際取引の規制がある。弓道で使用される高価な矢のほとんどは、絶滅危惧種のワシタカ類の羽根が使用されている。すなわち、希少な羽根が使用されているために価格が高騰しているともいえる。美しい文様の矢羽根であることに加え、希少で入手も難しいことは輪を掛けて珍重されるようになり、弓道家の間で人気も高い。しかし、その驚く程の価格と矢の性能とはもちろん正比例はしていない。

弓道では、甲矢・乙矢という2種類の矢2本をセット(1手)しているが、1手30万円以上で取引される矢もある。写真5の矢屏風には16本の矢が飾られているが、いずれも高級な矢である。販売価格の合計は約300万円に近い金額となる。中には「45万円」、「50万円」の値札(1手)も見受けられる。

弓道審査会で使用する矢は2本(1手)で済むが、競技の場合には、試合の形式により4本と予



■写真2：弓道の竹矢



■写真3：ワシタカ類の矢羽根

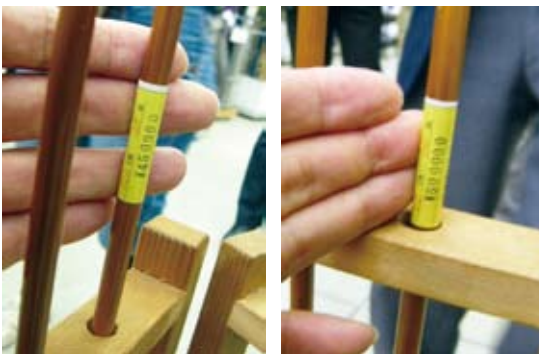


■写真4：矢羽文様 (『弓道表傳書』)



■写真5：高級な竹矢
(大会出張販売)

備矢2本の計6本を必要とする場合もある。本来は、矢は消耗品であったはずだが、現代弓道においては消耗品と称するにはあまりにも高価な弓具となっている。もちろん矢竹を矢軸として仕上げするには、いくつもの工程があり手間がかかり、職人の高度な技が必要とされる。しかし、優秀な職人が丹精を込めて最高級の矢軸を仕上げたとしても、2本で4～5万円を越えることはない。ある弓具店に確認したところ、同店の最高級矢軸は2本で「4万円」と回答があった。「八角筥」「皮目残し」「節影」など、特殊な加工の矢軸は別であるが、一般的な形状の矢軸では、他の店においても最高級品を準備しても同等の価格と考えられる。稀少で美しい文様の羽根が使用された最高級の矢では、羽根の価格がその大半を占めていることが理解できよう。



■写真6・7：
1手（2本）「50万円」「45万円」の値札も

(2) 矢羽根の規制と意識改革

弓道界の現状では、希少ワシタカ類の羽根を用いた矢が、練習にも試合・審査にも数多く用いられている。趣味として高価な矢を持ったり、希少な羽根をコレクションしたりすること自体は、問題があるわけではなく規制すべきことではない。

ワシタカ類の減少の原因も弓道での需要にあるわけではないが、今日状況においては、矢羽根として依然多数を使用している弓道は、保護団体の格好の標的となりやすい。このままの状態が続けば、弓道への批判が集まることも考えられる。また、このような矢（矢羽根）の価格高騰は密猟や密輸など不法な取引にもつながる危険性をはらんでいる。

「密猟された猛禽類（希少野生鳥獣）の羽根を使用した矢羽の件」の文書が、平成24年3月5日（全弓連発第23-140号）、全日本弓道連盟会長より関係各位宛に送られた。同内容は同年4月2日、全日本弓道連盟WEBサイトにも掲載されている。文書の内容は次の通りである。「全日本弓道具協会からの連絡によりますと、同協会では、密猟により猛禽類を捕獲した者が、その羽根を使用した矢羽を販売している事実を確認し、会員各店に対し、このような矢羽を取り扱わないよう指導してきたが、その後も、同人らは矢羽の販売を継続しているとのこと。そもそも密猟は、「鳥獣の保護及び狩猟の適正化に関する法律」に違反する違法な行為です。また、ここで密猟の対象となっている猛禽類の多くは、「ワシントン条約（「絶滅のおそれのある野生動植物の種の国際取引に関する条約」）」及び「絶滅のおそれのある野生動植物の種の保存に関する法律」において、これを捕獲することやその羽根などを取引すること（無償引渡しを含む）が禁止されているものです。全日本弓道連盟といたしましては、法律の遵守という見地からも、自然環境の保護という見地

からも、このような違法行為は到底看過できないものであると考えております。関係各位におかれましては、このような違法行為により入手された矢羽やそのような疑いのある矢羽につきましては、一切お買い求めにならないようご注意ください。すよう、お願いいたします。」このような注意喚起があったが、このまま注意喚起のみで収束させるべきものではない。厳しい対処が必要であると同時に、自主規制を考える時期に来ているといえよう。

ワシントン条約下では一定の条件のもと、輸出国の許可証があれば輸入することが可能であるが、取引の適否が判断できるよう、透明性をもって様々な情報が開示されるべきではなかろうか。全日本弓道連盟としても調査を行い、適正な方法で取引が行われていることが確認できれば、報告書としてまとめ、内外に公表していくことが必要であろう。

国内におけるワシタカ類の羽根の売買までが規制されるわけではないが、公式競技における使用については、早く制限や規制の検討を進めるべきではなかろうか。ましてや、弓道の国際化が進む現在、ワシントン条約で国際的な取引が制限されているワシタカ類の羽根は、国際大会においては全面使用禁止にされてしかるべきである。現在のところ、何の規制もないばかりか、そのことの論議さえされていないことに問題がある。

弓道には射品・射格が求められるが、使用する弓具もそれを表現する一部であるような考え方が弓道界には根強い。伝統や文化の観点から、美しい矢羽根を珍重し大切にしてきた弓道家の態度や精神性は大切にしなければならぬが、時代と共に変化も必要である。

全日本弓道連盟の会員数²⁾は、136,455人(平成23年9月20日現在)と発表されているが、いわゆる「先生」(指導者)と呼ばれる称号受有者

(範士・教士・錬士)は合計で6,979名である。称号受有者や長年弓道修練を行っている弓道家であれば、ワシタカ類の羽根を使用した矢をまったく持っていないことは稀であろう。しかも多くは複数セットを所有している。上級の段位になっても新素材の矢や安価な羽根の矢を使用することを批判する体質さえある。自然保護の観点に立つならば、一考すべき大きな問題である。今後の弓道界、弓道家の意識改革を必要とするところでもある。

(3) 新素材の矢と矢羽根

現在は竹矢のほか、ジュラルミン、カーボンといった新素材を用いた矢が普及している。初級者の多くはジュラルミン矢を用いて稽古を開始するが、安価なものでは1本あたり2000円くらいで購入できる。カーボン矢では4000円程度から、竹矢は1万円程度から購入できる。上記は稀少種以外の比較的安価な羽根を使用した場合であるが、いずれも、どのような羽根を装着するかによって大きく価格が異なってくる。先にも述べたように、弓道ではアーチェリーで使用するプラスチック製の羽根のような特殊な形態をした矢の使用は認められていない。おそらくこれからは天然の羽根が矢羽根として使用され続けるであろう。伝統的な弓道の矢の形態にこだわることは、弓道の精神性ともかかわっている。しかし、学校弓道の普及や武道必修化への対応策として、練習専用器具であったり、授業での初期学習のための教材であったり、安全かつ安価で耐久性・機能性のそなわった用具が開発されるならば、弓道普及にも有益なことであろう。

弓道規則によって矢の羽根のサイズが規定されているが、使用する鳥の種類は規制がない。矢の価格は、まずは竹製か新素材製(ジュラルミン、カーボン)かで変わり、そして使用される羽根の種類・部位・文様は価格を最も大きく左右する要



■写真8：新素材の矢軸とターキー羽根の矢



■写真9：染色加工された矢羽根

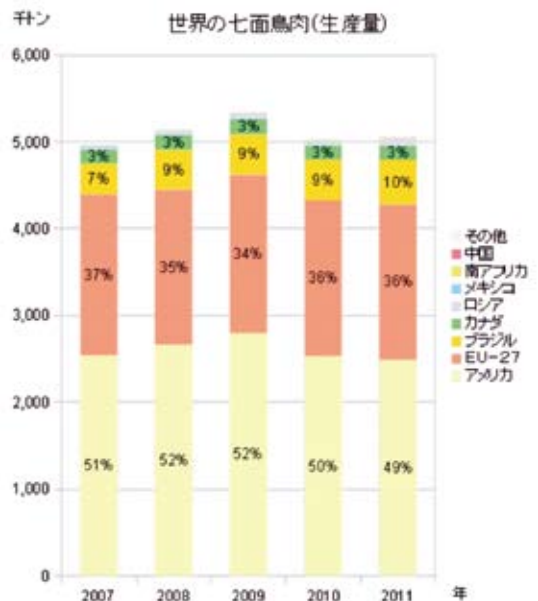
因である。竹矢は矢軸の製法によっても価格が異なるが、ジュラルミンやカーボンではメーカーによる多少の差異はあるものの、矢の値段を大きく左右するのはやはり羽根の種類である。

安価な矢には、七面鳥（ターキー）や水鳥の羽根が使用されている。七面鳥（ターキー）には、白黒（含む茶）文様の羽根をもつ黒みがあった種と全体的に白い部分が多い羽根を持つものなどがある。ブロードブレストッドホワイト種と呼ばれる白系統のものが食肉家禽としてシチメンチョウの中で最も多く飼育されている。矢羽根にも白黒文様のものと純白のものと両方が利用されている。近年、白い羽根に染色やプリント加工を施す技術も向上している。また、黒い羽根を脱色する方法もあり、これらを用いて様々な文様とデザインの矢を作ることが可能になっている。ワシタカ希少種の羽根文様に似せて加工することもできる。また、自然界には存在しないような幾何学文様を加工することももちろん可能で、カラフルな矢羽根の矢も販売されている。

食用に供される七面鳥肉生産量は、世界で年間約500万トンである。アメリカはその約半数の生産国であり、かつ消費国でもある。

食用の観点から育てられる七面鳥は、羽根は廃棄物にあたる。もちろん実際には有効利用が考え

られ、様々なものに加工され利用されているわけであるが、矢羽根もその1つである。日本においては、どれだけの七面鳥が生産・消費されているのかはわからないが、アメリカでは11月第4木曜日を「感謝祭」としていて、別名で「七面鳥の日」である。宗教的な意味合いは薄くなっているようだが、七面鳥を口にするアメリカ人は多く、感謝祭において食卓に上がる七面鳥は約4,500万羽ともいわれている⁴⁾。アメリカをはじめ、世界中では実に多くの七面鳥が消費され、大量の羽根が廃



■表1：世界の七面鳥肉（生産量）³⁾

棄物として生じていることになる。

日本においては、神社などで見られる縁起物としての破魔矢にも白い七面鳥の羽根が使用され、役目を終えたものは神社等の「お焚きあげ」にて処分されている。お札やお守りと同じように1年間で新しいものに取り替える習慣であるが、大量に破魔矢が生産され1年間で処分されるとしても、羽根の供給量としてはまったく問題はない。七面鳥の羽根を弓道の矢羽根として使用するにも需要に対して供給の量はまったく問題はないことは明らかである。

稀少種の羽根と違い、七面鳥の羽根は供給量としては十分すぎるほどあることがわかった。したがって、ワシタカ類の羽根に代えてプラスチック素材の羽根を開発するには及ばない。高額な開発費を投入してまで、ターキーの羽根の性能を上回る素材の開発はあまり意味を持つものではないことは容易に想像がつく。また、ターキー羽根を使用した矢で弓道競技を行うことに不都合は見いだせないことは、現代の弓道競技の現状を見れば理解できるであろう。

このように、家禽として育てられた鳥の羽根を矢羽根として利用することは練習や競技においてまったく問題はなく、自然環境に悪影響を及ぼすようなことはない。弓道が鳥の羽根を使い続けること自体は問題ではなく、問題は希少種のワシタカ類の羽根の使用という点に限られることになる。また、ワシタカ類の羽根の使用を止め、家禽として育てられた鳥類の羽根を矢羽根に使用することに対して障害があるとすれば、それは単に「伝統としての弓具」、そして「精神性」にかかわる問題だけである。弓道家の美しい矢羽根に対するあこがれは強いものがある。「精神性」という観点、また弓道家の「感性」ということをいかに扱うか、このあたりが問題となるわけであるが、これはかなり厄介で、矢羽根を規制する場合には、反発も

予想され最大の障害であろうことが想像できる。

(4) まとめ（弓道界に投げかけられる課題）

伝統や性能など総合的な評価として、ワシタカ類の羽根が弓道の矢に最もふさわしいとしても、時代と共にわかっていくべきことは過たず判断して行かねばならない。弓道界が自主規制していつたり、不法な取引の防止策であるとか、保護活動のための方策を検討したりすることは、弓道界の責務ではなからうか。

伝統文化とその精神性と、現代社会における環境保全を考える上で、総合的に検討していき、何を大切にし、どのように対処すべきなのか考えていくことが、現在、弓道界に投げかけられる課題であろう。密猟された猛禽類の羽根を使用した矢羽の販売という、懸念されていた案件が発生したという事実は、転換すべき時期にあることも意味するに違いない。直ちに対策委員会等を立ち上げて対処すべきことを強く提言する。

4. 空手道

空手道における安全指導

井下佳織

(1) 中学校武道必修化に向けた空手道における対応

平成24年度から中学校保健体育授業における武道の必修化が完全実施される。全日本空手道連盟、日本武道学会空手道専門分科会等では、この武道必修化に向けた対応として、空手道の特性を踏まえた授業計画と指導内容、指導法、評価方法などについて検討されてきている。これまで日本武道館および全日本空手道連盟により中学生や小学生（5、6年生）の参加協力を得て、中学校武道授業としての空手道指導を実施してきた。

全日本空手道連盟では、中学校武道必修化対策委員会を設け、中学校体育授業のための空手道授業指導の手引きおよび動画教材を作成した。この指導の手引きに基づき、平成22年度から全国中学校・高等学校教員・指導者を対象とした空手道指導者研修会を実施している。そして、日本国内においていくつかの中学校・高等学校で、保健体育授業に空手道が実施されている。しかし、実際に空手道授業が実施されている学校は少なく、今後保健体育授業としての空手道指導例を蓄積し、指導上の留意点や指導内容の充実を図る必要がある。保健体育授業としての空手道の授業研究や指導者研修会における指導内容の再検討は急務である。そこで本稿では、中学校教科体育における保健体育授業としての空手道における安全管理に関する課題と対応策を検討する。

(2) 新学習指導要領に対応した空手道の単元計画作成と指導内容の検討

平成21年度から全日本空手道連盟中学校武道必修化対策委員会で保健体育授業のための空手道

学習指導案作成に向け、授業計画と指導内容、評価法等に関する検討が行われた。

全科目で年間の単元計画を作成すると、単元数は実質10時間分を確保することさえ難しいと予測された。そこで1または2学年12時間分、3学年選択12時間分を想定し、空手道未経験の教員でも簡単に教えられ、生徒の評価がしやすい指導内容にするように配慮した。

基本技術の指導については、流派毎に異なる技の呼称を統一した。取り扱う基本技術は、限られた時間数で体得できるように指導する基本技術の種類を絞った。例えば、受け技は上段受け及び中段受けを指導することとし、外受け・内受け等の中段受けは省いて指導する。また複雑な立ち方も前屈立ちと平行立ちの二種類のみとし、簡単な技だけで構成された「基本形」を新たに作成した。一方、空手道固有の動きである蹴り技は、重心のバランスを取って行うためバランス能力、柔軟性などの体力向上にもつながり、特徴的な動作のため指導計画で蹴り技は省かない方がよいなどの意見があった。

空手道における教材としての利点では、①男女共習が可能であること、②武道場など場所の制約が少なく、体育館など一定の空間がある施設であれば指導可能であること、③用具の問題では、防具や畳なしで指導できること、④道着がなくても運動着のまま実施可能のため経済的負担はない等が挙げられてきた。

安全にケガを予防するためには、基本動作および形の上に絞ることも検討された。しかし、空手道は対人競技種目であり、相手との間（タイミング）や間合い（距離）等を取り、相手との攻防を通じて空手道の楽しさや魅力を体験できる。約束組手を導入前に、安全に行えるゲーム性の高い種目を体感しておく意義についても議論された。指導書に応じた動画等補助教材の開発も検討され、平成

22年に作成された指導の手引きの内容に応じたDVDも作成されてきた。

(3) 空手道における外傷・障害

財団法人スポーツ安全協会には、スポーツ活動及び社会教育活動を行う幅広い年代の団体会員や指導者ら約1000万人（平成21年度9,897,483人）が加入している。平成21年度における年間の傷害発生率は、平均1.91%（188,565件）であった。

種目別事故発生状況（表1）は、1位アメリカンフットボール（14.21%）、2位その他球技（8.00%）、3位ドッジボール（5.87%）、4位ラグビー（4.70%）、5位柔道（4.61%）の順に高かった。空手道の傷害発生率は、1.27%であり、上位40種目の中で32番目と全種目の平均値（1.91%）を大きく下回っている。また、他の武道種目（柔道、剣道、弓道、合気道、なぎなた、相撲、少林寺拳法）と比較して、空手道の加入人数は約34万人と最も多かったのに対し、空手道の傷害発生率は、柔道、相撲に次いで3番目となるが、上位2種目のそれぞれの傷害発生率4.61%、2.69%と比べて顕著に低い。武道8種目の平均傷害発生率1.50%と比較しても低い1.27%である。これらの調査結果は、他のスポーツ種目、武道種目と比較して、空手道における外傷・傷害の発生頻度が低いことを示している。

高校空手道選手を対象としたコンディショニング調査による部位別傷害件数をみると、足趾、腰部・下背部、膝関節、手指、足関節の順に多い結果となった。外傷・傷害の種類別では、骨折、打撲、腰痛が多くみられた。足趾の外傷発生要因として、空手道競技用マット上で素足でのストップ、ターン、バックステップなどの多様なフットワークが要求されることから足の指に強いストレスがかかり、マットに足の指を巻き込むケガが多いと考えられる。腰部・下背部では、主に障害が多く

見られ、基本、形練習による低い姿勢を長時間維持することや体幹のひねる動作を繰り返し行うことにより痛みがでるケースがみられる。そして、膝関節のケガは、攻防の際の相手との衝突、フットワークを用いての急な方向転換、逆突きの際に後ろの膝と床面との衝突が原因となり得る。空手道では受け、突き動作で手指を多く用いる。手指のケガは、突き技を繰り出す際の相手との衝突によるものと考えられる。足関節では、素足での強い踏み込み、方向転換を含むフットワーク動作による捻挫などが発生している。本傷害調査は高校生空手道部に所属している選手を対象としていることから、保健体育授業としての空手道の傷害発生状況とは異なる。しかし、空手道におけるケガを予防するためには、保健体育授業としての空手道指導においても大変重要な情報となり得る。

(4) 保健体育授業としての空手道指導における安全管理

次に中学校体育としての空手道の授業における安全の確保に焦点を当てる。空手道における外傷・傷害を予防し、いかに安全に初心者である中学生に指導すればよいのか、指導の手引きにある具体的な方法を示した。安全で、楽しく、簡単かつ効果的な空手道の授業となるよう配慮した。

① 対人で約束組手を学習する際の留意点

空手道では対人で練習の際、相手打突部位の直前で技を止め、コントロールすることが原則となる。約束組手では、あらかじめ決められたタイミングで、決められた技の攻防練習となるが、相手との衝突が無いように細心の注意を払わなくてはならない。初心者の中学生を対象に空手道授業を行う際は、通常の相手との距離よりも更に離れた場所で練習を行わせ、手足の直接の衝突が起きないように学習させることが望ましい。単に危険な状態を示し、禁止するだけでなく、生徒自身に

空手道の攻防の際に生じる危険性をよく理解させることで安全教育にも繋がる。また、技をコントロールするためには、必然的に自己の気持ちを平穩に保った状態で動作が要求される。日本文化として、相手を尊重し、自制心を養うことを空手道の技を通じて学習させることが重要である。

- ・対人で行う前に、一人で十分に練習させ、技術を身につけさせる。
- ・対人で練習を行わせる前に、攻防練習の手順、目的などの要領を十分理解させる。
- ・立位での対人による攻防練習を行う前に、按座（あぐら）の姿勢で向かい合わせ、同様の攻防練習を行わせることで、生徒全員が安全かつ正確に行えているかを確認する。
- ・身長差や筋力差などが生じないように、できるだけ体格や体力の近い人と組ませる。
- ・安全に配慮し、相手の動きに注意を払い、お互いを尊重しながら行わせる。
- ・攻防練習において攻撃側は、防御側の身体からこぶし2個分（約20cm）離れたところを目標とさせ、こぶしが相手に触れない距離まで十分離れさせ、その距離を保たせる。
- ・攻撃側は、防御側に防御の練習をさせることに重点をおき、最初は力を抜いて、ゆっくり技を仕掛けるように指示する。
- ・攻撃側と防御側がどちらであるかを、練習を始める前に必ず確認させる。防御側が間違っただけで攻撃し、お互いが攻撃する状態になると、お互いの手や足が接触してケガをする恐れがある。
- ・空手道では自己の精神および技をコントロールすることが重要であることを生徒に理解させ、対人での練習では、特に技をコントロールできる範囲で力を加減するように指示する。具体的に「攻撃側は全力の6割（あるいは8割）くらいの力で突く」というように指示する。
- ・授業前に、相手と接触した際のケガを防止する

ため手足の爪が切られているか確認する。

② 傷害予防のためのウォーミングアップ

- ・普段はシューズを履いていることから足趾の動きが悪く、急に裸足で様々な動作をする際、足部傷害発生を予防するため、下腿・足部のストレッチや足趾の準備運動を十分行わせる。
- ・蹴り技、前屈立ちの練習では、大きく開脚をする動作や両膝を曲げ低い姿勢を保つことが多い。事前に脚を振上げたり、股関節を回旋させたりする下肢の動的ストレッチを行わせる。また片脚でバランスを取る動作などを取り入れた予備運動を行わせる。
- ・突き、蹴り、受け動作の際、四肢をバラバラに動かし、体を大きく捻る動作が多いため、腰部と体幹のストレッチを十分に行わせる。
- ・突きや受け動作では、肩、肘、手関節の動きを多用するため肩周辺のストレッチを十分に行わせる。
- ・対人練習の前には、相手との攻防に慣れるよう反応動作を含むゲームなどを取り入れる。

③ 寒冷対策

- ・空手道の練習は、空手道着が無くても練習可能である。冬場の寒いなかで授業を行う際は暖かいトレーニングウェアを着用させる。
- ・気温が低い時には、体育館等で裸足で行うと下肢・足趾の機能も低下するため、状況に応じて裸足ではなく、シューズを履いて行うようにする。

④ 施設

- ・裸足で行うため床にゴミや危険物等が落ちていないかどうか事前に確認させる。
- ・出来るだけ武道場（剣道場）で行うことが望ましい。
- ・体育館など広いスペースがあればどこでも授業を行うことができるが、床の表面の素材や固さに配慮が必要である。

- ・体育館の床の金属具（ポールを立てる穴）などはあらかじめテープなどで覆っておくことでケガを予防することができる。
- ・固い床で裸足で行う際は、足・膝関節・腰への衝撃が大きくなるため、強い踏み込み動作を極力避けるなど注意が必要である。空手道の競技用マットを使用するか、あるいはシューズを履かせる等の工夫をする。

⑤ 用具について

対人で約束組手の練習を行う際、接触しないよう十分注意することで衝突を未然に回避する能力をつけさせることができる。事前に用具を準備できれば以下の用具があればより安全で楽しい授業が展開される。

- ・拳サポーター（無い場合は拳にタオルを巻き付けて行う）
- ・胴プロテクター（胸部への衝突を避けるため、胸部と腹部を覆うものが望ましい。）
- ・空手道競技用マット

(5) 安全な空手道授業のための情報提供

平成24年度からの中学校保健体育での武道必修化に向けて、平成21年度から全日本空手道連盟中学校武道必修化対策委員会等で空手道の授業のための教材作成、授業計画、授業内容、指導方法、評価方法の検討を重ねてきた。実際に全国各地で空手道の授業を実施している学校もみられているなかで、今後より安全に、楽しく、効果的な空手道授業を実現するため、安全な空手道授業実施のための情報収集、情報発信を各関係機関と連携して進めていくことが必要である。

【参考文献】

1. 財団法人日本武道館・財団法人全日本手道連盟：「中学校体育実技指導資料 空手道指導の手引き 空手道における単元計画の在り方や効果

的な指導及び評価の方法」。財団法人日本武道館・財団法人全日本空手道連盟、2010。

2. 井下佳織、豊嶋建広、牧野博美、山本利春、松井完太郎、小山正辰：中学校武道必修化に向けた空手道の技術取得過程における映像の効果(2)―前蹴りを対象として―。武道学研究、第43巻2号：p88,2010。
3. 豊嶋建広、井下佳織、牧野博美、森克明、小山正辰：中学校武道必修化に向けた空手道の技術取得過程における映像の効果(1)―中段突きを対象として―。武道学研究、第43巻2号：p87,2010。
4. 井下佳織、牧野博美、山本利春、笠原政志、森実由樹、豊嶋建広：空手道における傷害―国民体育大会におけるトレーナーステーション利用状況から―。武道学研究、第44巻2号：p106, 2011。
5. 牧野博美、笠原政志、山本利春、井下佳織、豊嶋建広：高校生空手道選手のコンディショニングに関する調査。武道学研究、第43巻2号：p28, 2010。
6. 日本武道学会第42回大会空手道専門分科会報告：空手道専門分科会企画 中学校武道必修化に向けた空手道指導事例。武道学研究第42巻第3号：p68-76, 2010。
7. 財団法人スポーツ安全協会：平成21年度スポーツ安全保険の加入者及び各種事故の統計データ。2009。
8. 河野匡宏：中学校武道必修化に向けた地域連携指導実践事業（文部科学省指定事業）報告資料。2011。

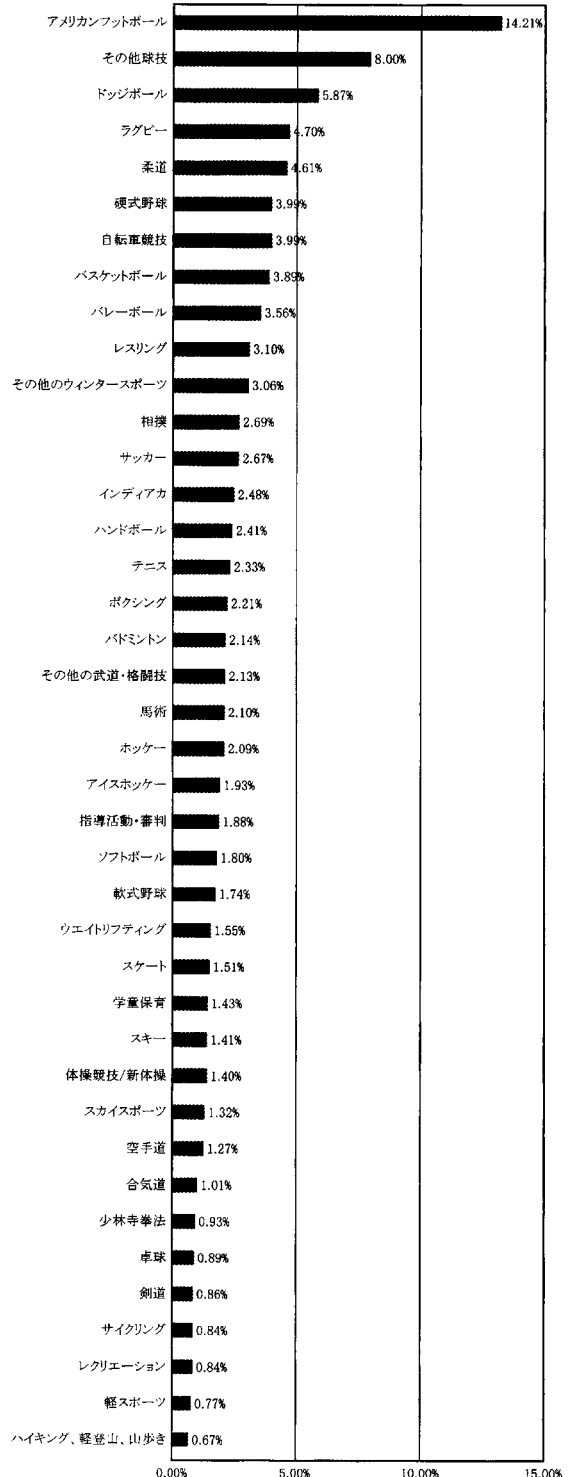
表1. 平成21年度スポーツ安全保険の加入者及び各種事故の統計データ

(財団法人スポーツ安全協会, p20, 2009)

種目別事故発生状況

種目	件数	加入人数	割合
バレーボール	32,881	924,059	3.56%
ソフトボール	9,936	552,049	1.80%
軟式野球	20,490	1,175,220	1.74%
硬式野球	4,993	125,079	3.99%
サッカー	36,754	1,375,897	2.67%
バドミントン	4,915	229,359	2.14%
バスケットボール	18,356	471,750	3.89%
卓球	1,474	164,882	0.89%
テニス	2,007	86,123	2.33%
ドッジボール	2,892	49,297	5.87%
ラグビー	3,120	66,334	4.70%
ソフトテニス	515	128,561	0.40%
ハンドボール	654	27,098	2.41%
アメリカンフットボール	419	2,948	14.21%
ホッケー	153	7,307	2.09%
その他球技	7,476	93,438	8.00%
剣道	2,218	259,378	0.86%
空手道	4,375	344,054	1.27%
柔道	6,135	133,209	4.61%
少林寺拳法	493	52,731	0.93%
合気道	492	48,670	1.01%
弓道	22	16,213	0.14%
なぎなた	35	7,035	0.50%
相撲	184	6,848	2.69%
レスリング	287	9,269	3.10%
ボクシング	230	10,398	2.21%
銃剣道	3	687	0.44%
フェンシング	12	1,881	0.64%
その他の武道・格闘技	1,419	66,616	2.13%
水泳	296	183,857	0.16%
陸上競技	755	125,252	0.60%
体操競技・新体操	2,357	167,763	1.40%
カヌー	9	4,693	0.19%
ヨット	20	6,148	0.33%
サイクリング	38	4,499	0.84%
自転車競技	221	5,544	3.99%
馬術	195	9,291	2.10%
アーチェリー	3	3,444	0.09%
ボート	3	4,497	0.07%
ウエイトリフティング	14	904	1.55%
ライフル射撃	0	1,068	0.00%
クレー射撃	0	261	0.00%
近代五種・バイアスロン	0	0	-
その他の競技スポーツ	25	8,371	0.30%
インディアカ	892	35,969	2.48%
ゲートボール	46	12,950	0.36%
レクリエーション	124	14,837	0.84%
グラウンドゴルフ	368	152,265	0.24%
軽スポーツ	311	40,330	0.77%
その他のレクリエーションスポーツ	238	103,047	0.23%
健康美容体操	116	138,837	0.08%
ストレッチャ	54	21,063	0.26%
エアロビクス・ジャズダンス	200	59,100	0.34%
フォークダンス・社交ダンス	156	140,719	0.11%
その他のフィットネススポーツ	18	43,715	0.04%
ハイキング、軽登山、山歩き	460	68,800	0.67%
山岳登山	4	1,302	0.31%
その他のアウトドアスポーツ	39	59,255	0.07%
スキー	446	31,636	1.41%
スケート	249	16,472	1.51%
アイスホッケー	309	16,001	1.93%
ボブスレー、リュージュ	0	72	0.00%
その他のウィンタースポーツ	63	2,059	3.06%
子ども会(育成会)	310	258,280	0.12%
文化活動	162	343,456	0.05%
学童保育	5,028	351,937	1.43%
ボランティア・社会奉仕活動	31	69,698	0.04%
地域社会活動	131	48,086	0.27%
指導活動・審判	1,284	68,226	1.88%
ボーイスカウト	22	8,161	0.27%
自動車操縦	21	8,978	0.23%
スカイスポーツ	60	4,546	1.32%
マリンスポーツ	33	5,704	0.58%
その他	5,751	810,000	0.71%

傷害発生率上位40種目



※左記表には、往復中の事故の件数は含まれていない。

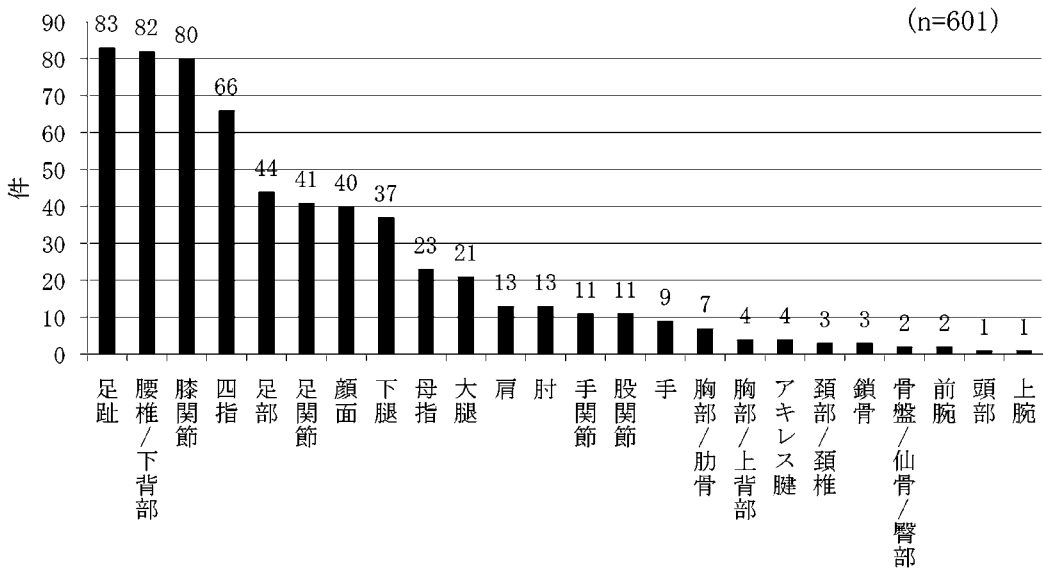


図1. 高校生空手道選手を対象とした外傷・傷害調査による部位別傷害件数

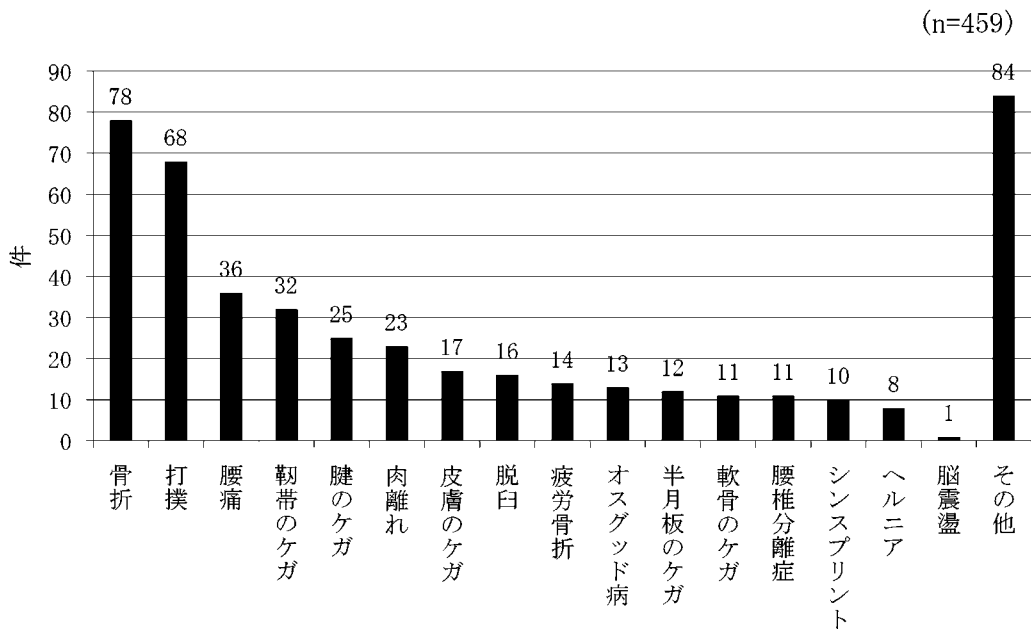


図2. 高校生空手道選手を対象とした外傷・傷害調査による傷害の種類別件数

(図1. 2. 牧野博美、笠原政志、山本利春、井下佳織、豊嶋建広：高校生空手道選手のコンディショニングに関する調査。武道学研究、第43巻2号：p28、2010。)

5. 合気道

合気道の安全指導

立木幸敏

本学では学部対象の講義として、合気道初心者が履修する「基礎合気道指導法Ⅰ・Ⅱ」、武道学科の専門科目として合気道経験者が履修する「合気道理論・実習」が開講されている。筆者は合気道初心者が履修する「基礎合気道指導法Ⅰ・Ⅱ」を担当しており、2012年度から中学校の武道必修化に対応した指導を行っている。

また近年、学校管理下の運動部活動での事故の

問題がクローズアップされており、なかでも柔道の頭部外傷の問題が取り上げられている。

本稿ではそれらを踏まえ、柔道と同じように受身の技術を必要とする合気道において、次の2点において論じる。①安全に配慮した指導に関して、指導者が押さえておきたい頭部外傷の知識、②頭部外傷を発生させない合気道の指導法について。

I. 武道の安全指導

1) 今日における武道の安全指導における問題点

(1) ここ数年、武道に於ける頭部外傷の問題がクローズアップされている。内田¹⁾は学校管理下で行われている部活動の事故の発生率を、スポ

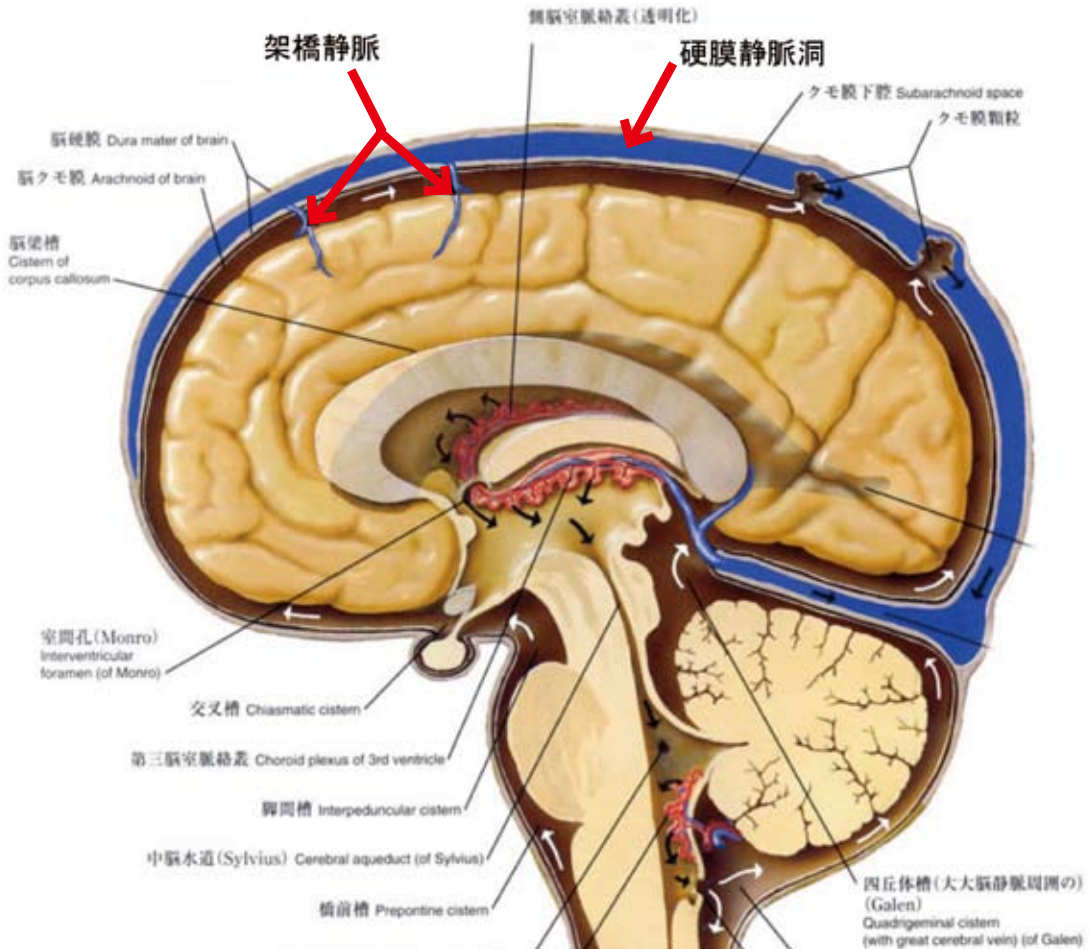


図1 硬膜静脈洞と架橋静脈
(矢印は脳脊髄液の循環を示す)、「ネッター解剖学アトラス第5版(南江堂)より立木改変」

ーツ振興センターの公的なデータを元に解析し、事故が高い確率で起きている柔道部とラグビー部において、安全対策を早急に行うように問題提起を行っている。さらに武道必修化により、生徒の参加数の増加することから、柔道事故の増加を懸念している²⁾。

また野地³⁾は脳外科医の立場から、柔道における頭部外傷の臨床例を詳細に分析している。指導現場の問題点として、脳しんとうの取り扱いの不備、セカンドインパクトシンドローム、「絞め技」の問題点などを上げている。

さらに重症の頭部の損傷としては「加速損傷」が原因である「急性硬膜下血腫」があげられるとしている。これは頭部を畳面に直接強打しなくても、「大外刈り」「背負い投げ」などの頭部に回転

加速がかかる投げ技で、強く投げられたり、投げられる人間が引き手を急激に引くような動作で「加速損傷」が起こることを指摘している。

(2) 武道（コンタクトスポーツ）における頭部外傷を理解するために必要な解剖学的知識

武道における頭部外傷の問題を理解するには以下の人体構造の理解が必要である。

①脳脊髄液

頭蓋骨の中に内包される脳は、3枚の膜に包まれている。外側から「硬膜」「クモ膜」「軟膜」と呼ばれる。「クモ膜」と「軟膜」の間には「脳脊髄液」が循環し、脳は浮いた状態で格納されている。

②硬膜静脈洞

脳に酸素と栄養を供給するのは、心臓から頸部

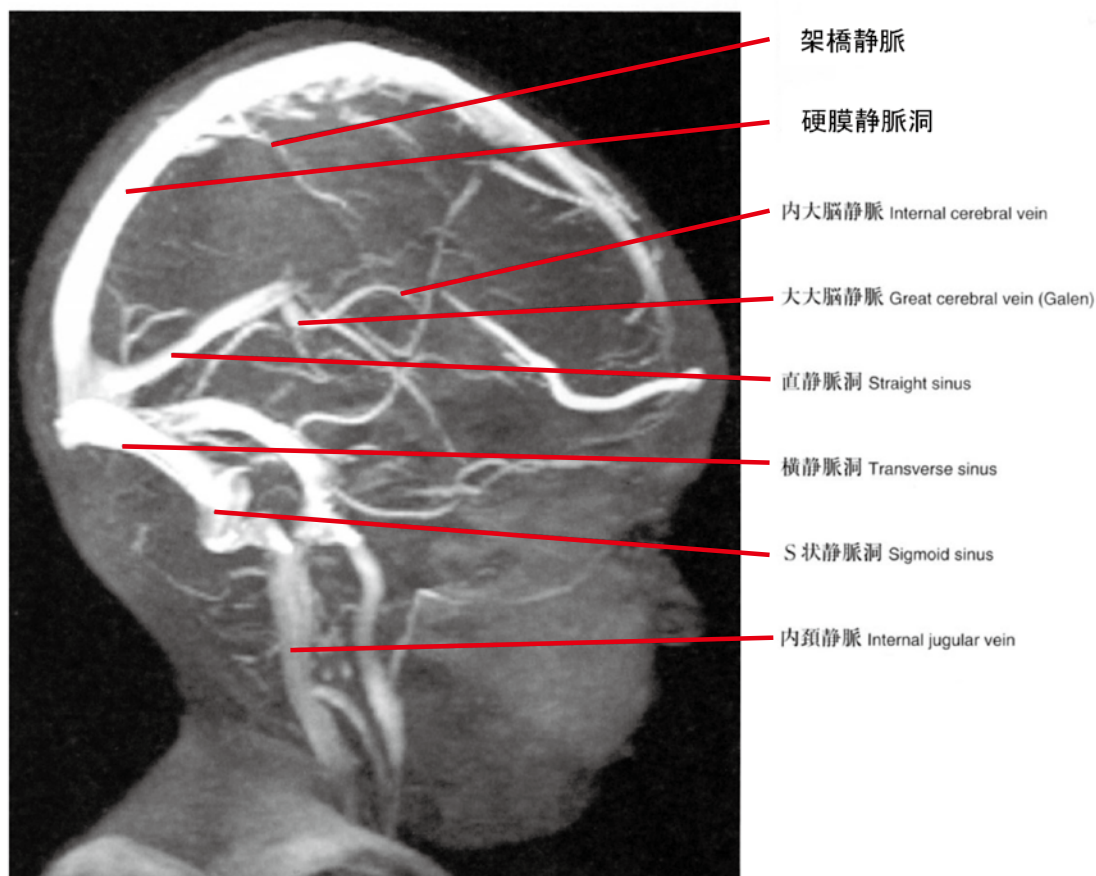


図2 架橋静脈 「ネッター解剖学アトラス第5版（南江堂）より立木改変」

の動脈（内頸動脈、椎骨動脈）を経て流入する血液による。脳を栄養した血液は頸部の静脈（内頸静脈）を経て心臓に戻る。

他の臓器との違いは脳から頸部の静脈を繋ぐ静脈は無く、硬膜の隙間を利用しており硬膜静脈洞と言われている。（図1、2）

③架橋静脈

脳からの静脈血を「硬膜静脈洞」へ流入させる血管を架橋静脈という。（図1、2）

(3) 重症頭部外傷を防ぐための知識

柔道をはじめとしてコンタクトスポーツで起こる頭部外傷の多くは「急性硬膜下血腫」といわれている。このような重症頭部外傷を防ぐためには最低限のスポーツ医科学的知識が必要である。2012年3月に文部科学省から公開された「柔道の授業の安全な実施にむけて⁵⁾」を参考に以下に記載する。

①脳しんとう

脳しんとうは一般的に「頭部に打撲を受け意識

消失（気を失う）がある状態」としか考えられていない。しかしそれは明らかに間違いである。「脳しんとう」とは「頭部打撲直後から出現する神経機能障害であり、かつそれが一過性で完全に受傷前の状態に回復するもの」と定義づけられている。

症状としては、「神経機能障害」であり「意識消失」はその一項目に過ぎない。すなわち、a. 認知機能障害としての健忘（対戦相手、試合の点数などがわからない）や、興奮、意識消失、b. 自覚症状としての頭痛、めまい、吐き気、視力、視野障害、耳鳴り等、c. 他覚症状（医師や他人が見ることができる症状）としての意識内容の変化、ふらつき、多弁、集中力の低下、感情変化など、多種多様であることを十分理解しておく必要がある。

ここで重要なことは意識消失がなくても「脳しんとう」があり得るということである。脳しんとうの定義、重傷度に関しては、1997年のAmerican Academy of Neurology (ANN) の定義では意識消失があるということだけで「重症」に分類される^{3) 4)}。しかし現在のコンセンサスとし

「脳震盪／脳震盪の疑い」簡易判断表

1. 「脳震盪／脳震盪の疑い」の所見
頭部、顔面、頸部、あるいは、ほかの部位への衝撃の後、以下の所見がみられる。

- 意識消失
- ぼんやりする
- 嘔吐
- 不適切なプレーをする
- ふらつく
- 反応が遅い
- 感情の変化（興奮状態、怒りやすい、神経質、不安）

2. 「脳震盪／脳震盪の疑い」の症状

- 頭痛（プレーを続けることができない程度）
- ふらつき
- 霧の中にいる感じ
- 以下の質問に正しく答えられない（見当識障害・記憶障害）

自分のチーム名を言いなさい。
 今日は何月何日ですか？
 ここはどここの競技場ですか？
 今は、前半と後半のどちらですか？


3. バランステスト

「利き足でないほうの足を後ろにして、そのつま先に反対側の足の踵をつけて一直線上に立ってください。

両足に体重を均等にかけ、手を腰にして、眼を閉じて20秒間じっと立っててください。もしバランスを崩したら、眼を開けて元の姿勢にもどして、また、眼を閉じて続けてください。

20秒間で、6回以上バランスを崩したら（下記のようなことがおこったら）、退場

- 手が腰から離れる
- 眼をあける
- よろめく
- 5秒以上、元の姿勢にもどれない



注 脳しんとうの判断については、近々にコンタクトスポーツ全体に使用できる統一された基準が示されると考えられるが（SCAT2、Pocket SCAT2など）、現在では以下のものが現場で使用するのに適していると思われる。日本ラグビーフットボール協会「「脳振盪／脳振盪疑い」簡易判断表、2011」

て脳しんとうに関連する症状の持続は、重症度を定める因子として最も重要であるとしている。つまり受傷当初には重症度の判定はされ得ず、症候や所見注が消失した時点で初めて判定される⁴⁾。

よって発生時に「軽い脳しんとう」などという表現は好ましくなく、万が一、発生したときには適切な処置をしなければならない。

②加速損傷

頭部や顔面打撲によって頭部が激しく揺さぶられることにより、頭蓋骨と脳とに大きなずれを生じることが原因となる。このずれは、通常は問題を生じないが、ずれが強くなり、ある値を超えると、頭蓋骨と脳をつなぐ橋渡しの静脈（架橋静脈）が伸展破綻し、出血し、「急性硬膜下血腫」となる。

血腫が脳を急激に圧迫して「脳ヘルニア」を生じると、生命の危機に陥ることがあり、緊急手術で血腫を速やかに除去することが必要になる。

これらの症状については、前述のように、頭部への直接の打撲がなくても、頭部を激しく揺さぶられることにより生じるため、「加速損傷」と呼ばれる。

③セカンドインパクトシンドローム

脳に同じような外傷が二度以上加わった場合、一度目の外傷による症状は軽微であっても、二度

目の外傷による症状は、はるかに重篤になることがある事を意味している。

2) 「頭を打たない、打たせない」

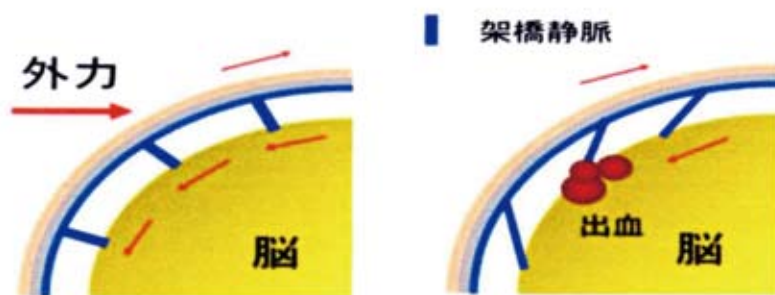
近年の知見では、重症頭部外傷の予防には、脳しんとうの予防が大変重要であり、アメリカンフットボールで取り組みが行われ、成果が報告されている。

ラグビーでも2011年に脳しんとうのガイドラインが改定をおこなった⁶⁾。

谷ら⁴⁾は脳しんとう後の復帰に関して「脳しんとう受傷直後には十分な休息を指示することが重要である（same day return to playの禁止）。その後の経過で、脳しんとうに関連した臨床状態がある間はセカンドインパクトシンドロームが発生する可能性があるため、その間は休息を取ることが薦められている。通常は2週間以内に消失すると思われる。」さらに「復帰に際しては、症状がないことを確認のうえに運動を開始するが、その内容は段階的なものが好ましい。」としている。

脳しんとうを起こした選手においては、そのまま放置することなく、受診を念頭に経過を注意深く観察する必要があり、競技復帰（練習復帰）まで1～2週間以上の経過観察が必要となっている。

加速損傷



架橋静脈が強く伸展され破断し、出血する

図3 加速損傷（「柔道の授業の安全な実施にむけて」文部科学省2012⁵⁾より）

また、脳外科が使用する、日本脳神経外傷学会による「重症頭部外傷の治療と管理のガイドライン」は2000年に初版が刊行され、現在第3版が作成作業中であるとのことだが、近年問題となっているスポーツにおける頭部外傷が補遺として追加の予定である⁷⁾。

よって2012年3月現在、脳外科の間でもスポーツ特にコンタクトスポーツに於ける脳しんとうについて、競技(練習)の継続をしないように指示をすることがまだ十分に浸透していないことも考えられる。指導者は練習者に脳しんとうの症状が診断または観察された次点で、練習中断を指示する必要がある。

このことは指導者がチームドクター、学校医、またはアスレティックトレーナーなどと連携して、事前に申し合わせておく必要がある。

3) 前述の文科省の資料⁵⁾では武道の指導に於いて「頭を打たない、打たせない」と表記され、“安全な受身が取れること”“受身が取れるような安全な投げができること”を重要としている。

特に、部活動において初心者、下級生の取り扱いには慎重さが求められ、夏合宿での脱水状態や疲労困憊時に練習を継続させ、重傷事故が多発していることから指導者、管理者の責任に於いて事故を予防することを注意喚起している。

II. 合気道の安全指導

1) 合気道の競技特性

合気道は形稽古による練習であり。乱取りや競技に相当するものが無い。

よって年齢、性別、習熟度が異なっても、同時に稽古を行うことも可能である。しかし、突発的な事故、不安全行為による怪我などは他の武道と同じであるため、学校武道での取り扱いも注意すべき点がある。

2) 合気道における重傷事故

合気道における重傷事故については、公式なデータが見当たらないが、合気道専門誌のAIKI NEWS (No80)の統計によると、昭和47年から昭和60年にかけての11件が報告されている。事故の状況と経過は簡単にしか記載されていないが、すべて後方に倒れる技の後、脳しんとうの症状から急性硬膜下血腫と考えられる。

(事故者の内訳は大学1年8人、大学2年1名、高校1年1名、高校2年1名。全員の活動中(内合宿中9名))

3) 合気道授業における安全指導

(1) 受け身の重要性

合気道でも他の武道でみられる「受け身」がある。合気会テキストによると、「後ろ受け身」「後ろ回り受け身」「前回り受け身」があり、後ろ受身については「合気道指導の手引き」では以下のように説明されている。『合気道の受身では、膝を折り、殿部から背中まで体を丸めて後ろに転がることで衝撃を分散させ、その後起き上がり、相手との間合いを取ります』(図4)。

(1)膝を着く (2)あごを引く (3)殿部を着け背中を丸め (4)後方に受身を取る。

受身に入る直前に「アゴを引かせる」事が重要である。首を前屈させる筋は胸鎖乳突筋が行い、この筋はその特性として頸部を強く屈曲させるにはあらかじめ、屈曲位に取る必要があり、頸部が伸展位ではむしろ伸展側に後屈として強く収縮する筋である(図5)。

(2) 投げ技の注意点

合気道において、来期から始まる武道必修可において合気道が採用した、受けが後方に受身をとらなければならない投げ技(及び練習内容)は以下の通りである(図6、7、8)。

合気道は形稽古なので、競技的に投げつけるこ

a. 後ろ受身（座り姿勢から）



① ② ③

背中を丸め、アゴを引く①。頭を畳に打たないように転がり②、背中を丸めたまま起き上がる③、頭を畳にうたないように転がることに慣れることが重要。

b. 後ろ受身（片ひざ立ちから）



① ② ③ ④ ⑤

片膝をつき①、殿部を畳におろし、背中を丸め、アゴを引く②。畳に頭を打たないようにアゴを引いたまま（自分の帯の結び目を見よう）に転がる③。背中を丸めたまま起き上がり④、立ち上がる⑤。

c. 後ろ受身（立ち位置から）



① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧

片足を後方へ一歩下がり②、片膝をつき③、殿部を畳におろし、背中を丸め、アゴを引く④。畳を叩き（両手もしくは片手）、腹筋と頸部の筋をより強く収縮させ頭部を畳にうたないようにする⑤。背中を丸めたまま起き上がり⑥、片ひざ立ちになり⑦、立ち上がる⑧。

図4 後ろ受身

後ろ受身では頭部を畳にうたないように、また頭部が後方に振られないように a.b.c. の順で習熟をさせることが必要

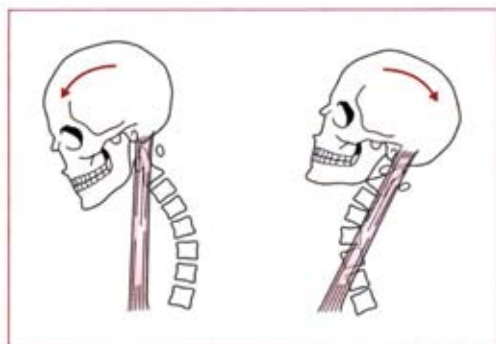


図5 胸鎖乳突筋の働き

（アスレティックトレーナー専門科目テキスト2、運動器の解剖と機能、日体協2010より）

頸椎屈曲位では屈曲力を、伸展位では進展力を発揮する。



図6 逆半身片手取り角落し

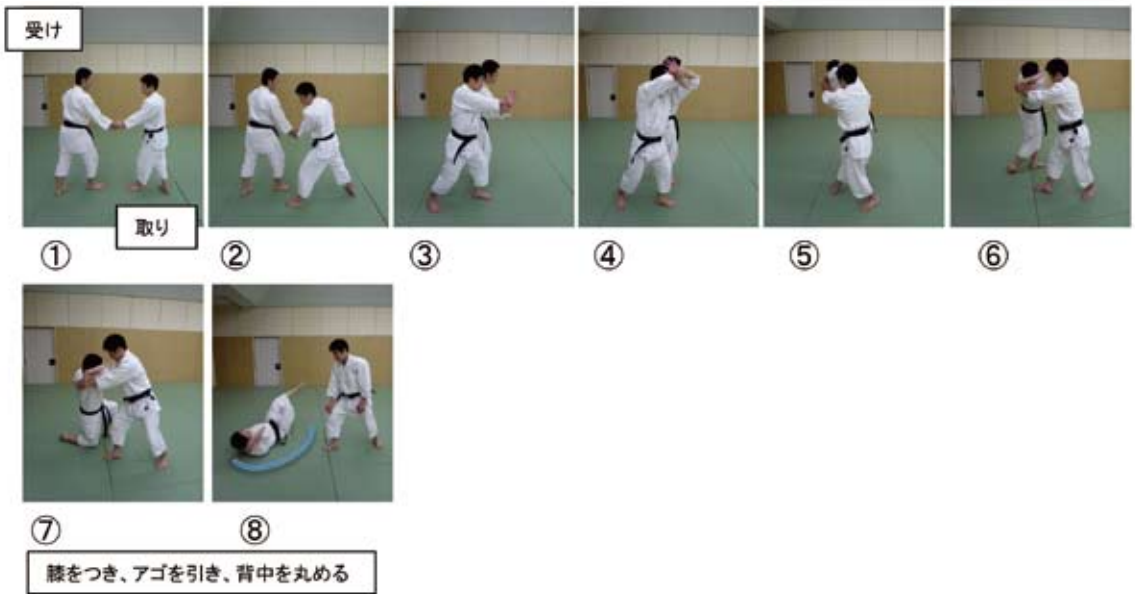


図7 逆半身片手取り四方投げ(裏)

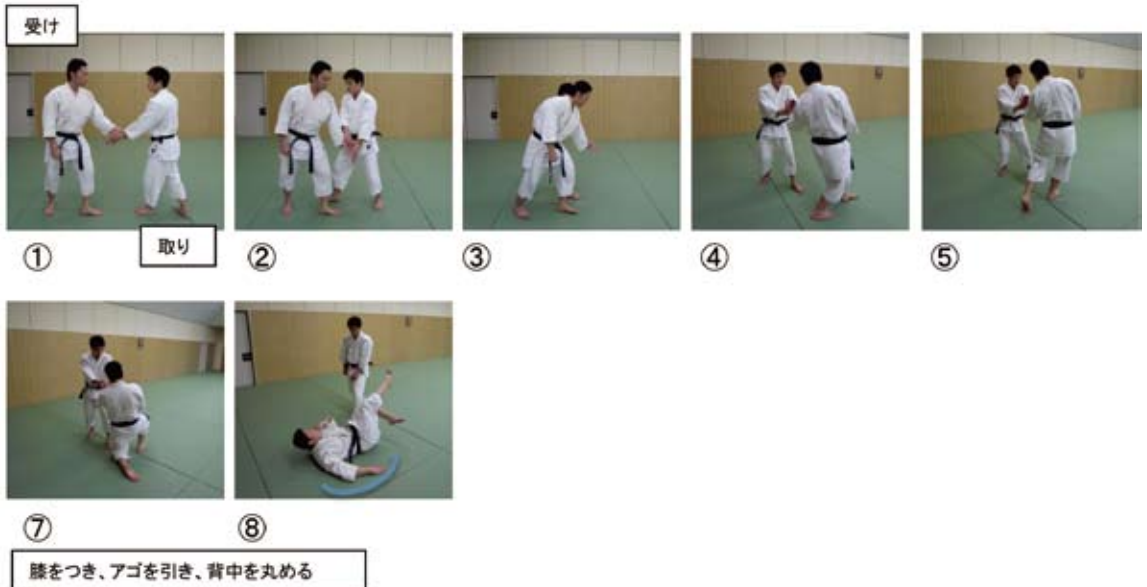


図8 相半身片手取り小手返し

とは無いが、初心者同士の稽古で、弾みで強く投げられることも考えられる。

よって後方への受け身の指導は重要である。

最初に学習する技である「逆半身片手取り角落し」(図6)を例にとると、「取り(投げ手)」が「受け(受け手)」を後方に投げる技であり、「受け」は(1)膝を着く(2)あごを引く(3)殿部を着け背中を丸め(4)後方に受身を取る(転がる)。よって背中から畳面に落ちるような技にはならない。また指導者の号令のかけ方で投げの速度をコントロールすることが重要なポイントである。

また、逆半身片手取り四方投げ(図7)、相半身片手取り小手返し(図8)も同様の方法で安全な指導が行える。

4) 部活動に於ける注意点

柔道に於ける頭部外傷の問題は、授業時より部活時に事故の多くが発生しており、発生機序も分析されていることから。授業においては取り組み方⁵⁾次第で、事故を防ぐことが可能と思われる。このことは内田¹⁾も「柔道の死亡事故というのはその発生状況・発生機序が特異的であると同時に限定的である。限定的であるということは、そこに焦点を絞って、安全対策を模索することができる」としている。

一方で部活動の方は前述の方法で解決を期待するところであるが、2010年度に4名⁷⁾、2011年度も3名(大外刈りを受けて頭部外傷で2名、熱中症で1名)の死亡事故が発生している⁸⁾。

合気道においても件数は少ないながらも事故が発生していることから、初心者指導を重点的に見直し、脳しんとうの予防、対応方法を備えることが重要である。

運動部活動の指導における留意点の詳細については文科省から近々発表される「体育活動中の事故防止に関する調査研究協力者会議」の報告書に

詳しい。

III. おわりに

合気道では(財)合気会のプログラムにおいて2011年度は関西、2012年度は関東の指導者講習会にて頭部外傷の予防のための講習会を行っている。

2012年度からの武道必修化においては合気道を採用する中学校は僅かであるが、今まで述べた知見を踏まえながら、慎重に授業を計画、実行することにより、重傷事故の発生を予防できると考えられる。

【参考文献】

- 1) 内田良、体育科的部活動時における死亡・負傷事故数の二次分析試論、愛知教育大学教育実践総合センター紀要、第13号、pp.203-201, 2010
- 2) 内田良、柔道事故—武道必修化は何をもたらすのか—、愛知教育大学研究報告、59、pp.131-141,2010
- 3) 野地雅人、柔道による脳損傷の現状：最近27年間で110名以上の柔道死亡事故、神経外傷、Vol.34、pp.70-79,2011
- 4) 谷論ら、スポーツにおける脳振盪—脳振盪の評価と現場への復帰—、脳外誌、18巻、9号、pp.674-678,2009
- 5) 「柔道の授業の安全な実施にむけて」、文部科学省、2012
- 6) IRB 脳振盪ガイドライン、2011年5月24日発行
- 7) 島克司、重症頭部外傷の治療と管理のガイドライン第3版刊行とその意義、第35回日本脳神経外傷学会抄録集、P42,2012
- 8) 内田良、柔道事故と頭部外傷—学校管理科の死亡事例110件からのフィードバック—、愛知教育大学教育創造開発機構紀要、vol.1,pp.95-103
- 9) 時事通信、2012年3月16日、(<http://www.jiji.com/jc/zc?k=201203/2012031600913>)

6. なぎなた

なぎなたの用具に関する問題

木村恭子

はじめに

平成24年度から完全実施される中学校武道必修化に向けて「なぎなた」もあらゆる面に対応しているが、今回は「用具」を取り上げたいと思う。昭和30年に（財）全日本なぎなた連盟が発足して約60年になる。競技としては国民体育大会、全国高等学校総合体育大会の女子の正式種目になり、各都道府県や高等学校において「なぎなた」が普及していった。より広く「なぎなた」を普及していきたいという連盟の方針を受け30年前、（財）全日本なぎなた連盟は（財）日本武道館とミズノの3者で新防具検討プロジェクトを立ち上げ、より広くなぎなたを普及奨励するため、機能的にしかも安全で安価な新しい防具の作成に取り組むこ

とになった。当時、スポーツに関わる子供達は格好よいスポーツバッグに必要な物を入れ、ジムや体育館に通っていた。大きく、重い防具ではなく、コンパクトな格好よい防具に改良出来ないか検討した過程と結果について、委員の一員であった立場からまとめてみる事にした。

(1) なぎなた用具について

① なぎなた

「なぎなた」は武道の名称も用具も「なぎなた」という。

柄は檜の木で、竹を二枚合わせて出来ている刃部を白いビニールテープでつないでいる。長さは210cm から225cm、重さは650g 以上と競技規定に定められている。柄の形は楕円で2.8×2.2cm、なぎなたの先（切先）ともち手の柄の端（石突）には皮で出来たタンポをつけ、刃部には2.2cmの反りがある。

用具なぎなたの基本的問題は柄も刃部も自然素材の木材である。檜には白檜と赤檜があり、白檜は重みがあり上級者が好むものとされているが、残念なことに柄部の白檜は170cm 近い長さが必要であり、その長さの取れる白檜が少なくなり、軽めの赤檜が多いのが現状である。また自然素材であるので、季節の変化や使用劣化によって「曲がり」が生じ、縦に横に曲がる。正しい技術を求められる「なぎなた」であるから、曲がっていない用具を使うことが必要である。なぎなたは価格が5千円から1万円程するので曲がっていても使用している人を多く見かける。また、竹で出来ている刃部は日本で育った素材が少なくなり、輸入品に頼っている現状である。刃部の竹を曲げる（反りを作る）には高い技術が必要であり、柔らかく腰が弱い素材はすぐ折れるという事もよく見かける。刃部だけで1,500円する物で、課題が多い用具である。海外に出かける際も、長さ、重さ、素



材で問題になり、出国の際、高い費用を払ったり、持ち出しが困難など普及に大きな影を投げかけている。海外では柄部をネジ式でつないだり、カラクリのようにつないだりしているのを見たことがある。なぎなたは自然素材なので湿度にも敏感で管理が難しいところが難点である。また、折れない強いなぎなたを製作したら、打たれると体がもたないのではないかという考えもある。新防具検討プロジェクトではカーボン等の新素材で、新しい「なぎなた」を作れないかという検討もしたが、頭の打突部位である「面」、足の打突部位である「すね」他の打突部位を持つ「なぎなた」の特性から

自然素材である木や竹を使った現状のなぎなたでなくては危険であるという結論になり、試作品は完成しなかった。

「なぎなた」という長い用具を使う事が大きな特徴である「なぎなた」、それ自体に多くの課題を持っているという事を理解していかなければならないと思う。

② 面

面は剣道とほぼ同じ物を使うが、剣道の正対している動きと違い、「なぎなた」は半身になり、左右からの技があるので面紐が長いと動きづらいため剣道の垂より少し短くする。面紐は上からついているのと、下からのがあり、「なぎなた」は半身になるため、上からの紐の方が一回り多く巻き、顎もしっかりしますので好ましいという事が指摘されている。

女性が多い武道のため、化粧がついたり、汗くさくなるのも嫌われ、「洗える面」に期待を持つ人もいる。面金は昔の鉄製の重い物と違い、現在では軽いチタンの素材になり、高齢の人も楽しく試合を行えるようになった。

授業で同じ防具を使用する場合は、細菌感染の恐れから面下という直接顔に当たる所に布を当てる商品を使用する事が薦められる。

新防具のプロジェクトで「素敵な、かわいい顔が見えないのは残念」という意見で面金の検討がされた。透明の面金や、現在空手道で使われている透明で前面の視野がよいポリカーボネート製の面が試作された。結論は、黒い面金にすると顔が浮き出て要望通りの面になるという事で製作されて実際に販売されたが、試合者としては、相手に顔がよく見えるのは不利であり、そういった理由からか新しい面は普及しないという結果になった。

③ 胴・垂

胴・垂は剣道と同じ用具を使うが、女性は胸を守るために小胸がついた物を使用するように指導



している。垂には個人名のゼッケンをつける。現在は胴に樹脂素材を使い、価格を安く出来るようになってきた。

新防具のプロジェクトではコンパクトな胴にする検討がなされた。折りたためてスポーツバッグに入る形態にするという事で、かつて剣道の「竹刀競技」で使用された防具に良く似た胴が試作された。低学年用には紐で胴の上と下まで背中で締められるようにした。空気が痛さのショック止めになると研究開発過程で知ったことは今では思い出である。最近ベストのように体に密着した胴をつけているのを見かけるが、安全面であれば骨に響くのではないかと心配する。試作発表された胴は重みがない、貫禄がないという事で不評に終

わった。

④ 小手

「なぎなた」の小手は指が3本になっている。すなわち、親指、人差し指、そして中指から小指までの3本を一つにしている。握ったままでなく、持ち替えがある「なぎなた」は指を個別に使う必要がある。指先の微妙な感触を「手の内」といい、防具をつけていなくても大切にされる。指が3本という事は制作段階に細かな仕事が必要になり、値段が高くなる。汗により皮が傷みやすく、大切に扱っても長持ちさせるのが難しいのが現状である。従来は鹿皮で出来ていたが、現在は合成皮革で安価になり、修理には補修布にアイロンをあてて修理できるようになっている。

新防具のプロジェクトでは小手打ちで打たれる手首の痛さが問題になった。自衛隊や警察官が盾や小手をはめているものを参考に手首の強化を考え布団だけでなく、新素材で手首をガードした小手を製作したが、何度も使って時間が経つと手首のカーブが平らになって小手としてうまく使えなくなった。



⑤ すね当

「なぎなた」で一番の特徴とされている「すね」打ち（膝とくるぶしの中間の部位）からすねを守る防具である。藍で染めた布団に竹を5本から7本つけてある。竹は競技規定で黒色でなくてはならない事になっているので、染めたり、塗ったりしてある。長いなぎなたで細い足を打たれるのをを守る「すね当」は重要である。薄い布団と竹だけの「すね当」は安全面での問題点も多くあり、いろいろ検討された。

新防具のプロジェクトでは竹に代わるものはないか、紐結びが苦手な子供達が「履くようなすね当」は出来ないかと検討し、野球のキャッチャーのプロテクターやサッカーの靴下の下に履いているサポーター等を参考にして製作した。新防具の中で一番評判がよかったのがすね当であった。竹を新素材に変えた商品は、軽くて痛くないと多くの人に好評で使用された。



布の台（ふとん）
竹とじ皮紐の部分が
多く打突部位回数
が多く修理箇所
が多くなる。強
くしてもバランス
が悪くなり修理
不能になる

以上がなぎなた防具改良についての新防具検討プロジェクトの大きな流れである。この4月から中学校武道必修化を迎えるわけであるが、大きな問題はなぎなた防具・用具に関わる費用である。「なぎなた」にとって防具・用具はなくてはならない必需品で、前述したように、なぎなたの防具・用具は、長い歴史の中で使用され、改良されてきたので新防具のプロジェクトは自然素材に勝るものはないという結論になった。

それでも、普及、費用、安全性と課題は多くあり、防具・用具について、よりよいものはないか、広い視野や構想で考えていく必要がある。

(2) 防具・用具の安全性について

なぎなたの安全性を分類すると、外的な安全性一床のクッション性や抵抗性（摩擦）、気温や湿度、暑熱環境など、内的な安全性一般関節、首などの可動域不足や筋力不足が傷害に関係することなどが考えられる。また、心理面でも注意力が散漫になると集中力が低下したり、感情のコントロールが不安定となり、意欲が低下するなど心理的な諸問題へつながっていくのである。

① 防具の意味と歴史的变化

防具は体を守るものであって、体にあったサイズでなければならないし、管理を怠らないようにしなければならない。半世紀前の防具は重い物が多い状況であったが、職人の中に名人がいて体にフィットした防具も見かけることがあった。現在は量産、安価が主な目的であり、細やかな気配りをした防具が中々見つけにくい現状である。

② 防具の形状と外傷（打撲）の関係

手の込んでいたなぎなた（現在刃部と柄部を白いビニールテープでつないでいるが、以前は麻糸で巻いて留めてあった）は刃部の強度もあり、折れるという事が想定されていなかったことが考えられる。しかし、基本重視より勝敗に重きが置かれるようになり、打突の有り様が変わってきて、防具の上から打たれても「あざ」が出来るという声が聞かれる。打突というより「叩く」という傾向が考えられる。

③ 防具素材の違いが身体に及ぼす影響

なぎなたの防具は旧態依然の感もあるが、軽く、動きやすく、安価なものになってきている。しかし、そのために破けやすかったり、色落ちが激しかったりしている傾向が見られる。

④ 他競技と比較する防具の将来性

物によって10キロ近い重さの防具、最近では防具専用の袋でなく、選手は格好よいバッグに収納しているのを見かける。持ち運びがたいへんな防具・用具が必要ななぎなたは、バスやタクシーの乗車拒否に出会う事もある。他競技の用具が格好よく見えたり、移動が楽そうに見えることがあるので、なぎなたをより普及をさせるには用具への配慮も必要ではないかと考えられる。

⑤ 防具の管理意識と感染問題

試合前の防具や用具の点検の意識が薄く、試合中に、なぎなたの柄や刃部が折れたり、防具の紐が切れたり、すね当の竹が折れたりするのをよく

見かける。また汗をかくために、顔に密着している面や、手にはめている小手、足の肌に密着しているすね当など、稽古の後の管理が大切であり、感染にも気をつけなくてはならない。

⑥ 日本選手と外国選手の防具に対する安全性の依存度

日本では防具は安易に手に入るため、管理や大切にしている意識が薄く、体を守っている防具であるという意識が薄いように見られる。海外では「E・防具」といってインターネットで購入する方法もあるが、なかなか手に入らないので、大切にして、傷が小さいうちに自分で修理したりしている姿をよく見かける。

⑦ 防具が影響するなぎなた競技のルールと技

長物であるなぎなたなのに、近間で打ち合う最近の競技会に於いて、防具で守られていない箇所を打たれる場面をよく見かける。高校生は「突き」「柄部でのすね打ち」は禁止され、危険であるため競技者全て「柄部での面打ちと突き」は反則行為になる。なぎなたは剣道と違い、二枚の竹を合わせて作った刃部で打突を行うが、刃部が柔らかいので弱く見えて、手打ち（前手で打突する）で打突すると痛い。なぎなたは動きが多様なため動き易い防具になっているので、防御できるような工夫が必要でないかと考えられる。

⑧ 防具と暑熱環境問題について

顔、体、手、足を守る防具は夏には暑く、冬でも動くとき汗をかき、息苦しい時もあり、「暑い、臭い」と言われる。ただ暑くない防具を作るとは安全性から考えると難しいので、暑い海外の国々への普及には支障になっている。

⑨ その他

床面についてはどの競技も床の硬度や畳の摩擦係数など当たり前の安全課題として抽出される。体育館、道場などによって足の裏にまめが出来、或いは滑る道場もある。戦前、京都にあった武道

専門学校では豆をまいて稽古をしたと話をしてくださった剣道の先生もいられる。「ニス」が塗ってある体育館は滑らず好む選手もいるが、床の硬度によって足が疲れたり、腰に響いたりする。足に優しい道場は最近少なくなってきているが、木の暖かさ、柔らかさを感じられるような足捌きが出来るとなればと願っている。

おわりに

今から約30年前の、1984年8月12日、日本武道館で行われた全国少年武道錬成大会の場で新防具の発表があった。スポーツバッグに入ったコンパクトな防具である。体にフィットしやすい防具であったので子供たちには広く使用されたが、格調がない、防具姿にあこがれたという人たちからは不評で、いつの間にか市場から姿を消していった。

怪我が少ない武道である「なぎなた」は現在使われている伝統の防具が一番適切だと考えられるが、学校や海外普及には費用などが大きなネックになっているのは事実である。

形を競う「演技競技」、防具をつけて競う「試合競技」、音楽に合わせて行う「リズムなぎなた」となぎなたには多くの可能性がある。全身を左右均等に使う上に、それぞれの環境で工夫すれば保育園児から高齢の方まで、健康に楽しく稽古ができる。また指先を使うのでばげない、いつまでも姿勢よく健康でいられる特性がある。防具・用具の改良については、今後も継続して努力をしつつ、これからの普及発展に努めていきたいと思う。

「武道健康論」研究

—健康生成論と伝統的身体論を手掛かりに—

代表研究者 小林啓三（国際武道大学）
共同研究者 田邊信太郎、石塚正一（国際武道大学）
小林正佳（天理大学）
阿久津洋巳（岩手大学）

【はじめに】

世界保健機関（WHO）は、健康の定義に関して「霊的（spiritual）」という要素も考慮しようとした健康定義の改訂の経緯を持っている。つまり、このような動きは、新たな視点から健康を捉えながら、多くの事象を再検討することの必要性が生じていることを意味している。

武道と健康の関わりについて「武道健康論」と称した本研究は、この健康を新たな視点から再検討するという考えから出発した。つまり、武道と健康の直接的関連事項の追求を主目的とした研究とそれらの研究から得られた結果をどのように解釈すべきかなど、「健康」そのものに対する考え方や捉え方の研究も並行して行おうとするものであった。

武道と健康の直接的関連事項の追求としては、武道と養生（武道と健康づくり）、武道と身体技法（呼吸法や身体技法など）、武道と健康（武道と身体・精神）等々であり、「健康」そのものに対する考え方や捉え方の研究としては、武道に特有な身体観、多様な身体観（身体をどのように捉えるか、国や地域間での健康の捉えかた）等々である。

一昨々年度の研究では、武道と健康との関連性を単にスポーツ医科学的効果を実験・測定するだ

けでよいのか、また、身体以外の心や「気」等の側面を養生（健康）との関係でどのように捉えたらよいのかについて言及した。また、「豊かな人間関係を支える身体」というテーマで、健やかに生きていくには、出来事としてのコミュニケーションを可能にする「解かれたからだ」がなければならないとして、論を展開した。さらに、健康保持能力の指標として評価できるSOC得点が身体運動の実践で増加すると報告した。一昨年度の研究では、伝統的健康論の立場から、社会的関係と健康に関する諸側面（社会・精神・身体）との関連性についての概観と課題について言及した。宗教学（舞踊論）の立場からは、民俗舞踊の踊ること「健やかさ」について述べながら武道が生んできた独自の運動にあり方に対する探求の必要性について論じた。また、また、健康生成論に立場からは、高段位の武道家の分析による結果として、武道に求めているもの（修業・日本文化・健康・礼など）が健康指標の一つであるSOC得点を高める方向に作用していると考察された。さらに、心理学の立場から、スポーツ傷害や障害によって生じる心の健康について論じ、練習や試合に関連した疎外感がネガティブな感情を生む可能性を示唆し、指導者の対応の重要性について提言した。さらに昨年度は、宗教学（舞踊論）の立場か

ら、健康教育と武道の関わりには単なるスポーツとしての武道に動きではなく、武道が持っている独特な練習方法である形稽古や「武道的身体」を育てるという観点から武道教育の営みに必要性など、広く「教育」全体を見直すことに通じていくかもしれない「武道」の可能性を十分生かすことの重要性を論じた。健康生成論立場からは、武道の実践が健康生成論のSOC得点の向上に寄与していることをより詳細な分析によって再確認すると共に武道実践の取り組み方によってSOC得点の向上に差異があることをあらためて確認した。そして、本プロジェクトの中間的総括として、心理学的分析を伴った健康生成論を手掛かりとした武道と健康の関連性の追及と、宗教学や伝統的身体論などの立場からの「武道健康論」の展開といった、次年度の本プロジェクトが果たすべき2つの課題を提示した。

これらの結果を受けて、また、本プロジェクトの共同研究者の諸事情により、本年度はこれまで行ってきた本プロジェクトとの総括と今後の課題などについて、それぞれの研究分野の視点から言及することによって一応の区切りとすることにした。そのため、本年度の本報告書では、参加した分野の担当者による総括的討論と各分野別の小括を記すことにした。

I. 総括的討論

(田邊信太郎・小林正佳・小林啓三)

II. 各分野からの小括

1. 伝統的健康論 (田邊信太郎)
2. 舞踊論(宗教学) (小林正佳)
3. 健康生成論
 - 1). 自然科学的立場からの解釈と課題 (小林啓三)
 - 2). 心理学的立場からの解釈と課題 (石塚正一・阿久津洋巳)

I. 総括的討論

田邊信太郎・小林正佳・小林啓三
(2011年10月15日 国際武道大学にて)

はじめに

田邊 お忙しい中お集まりいただき、ありがとうございます。

本日の研究会では、現在までの各人の研究成果を振り返りながら、プロジェクト全体としての成果や課題、今後のプロジェクト研究の方向性などを話しあおうと思います。

それでは、研究代表の小林(啓)さんから、今日の研究会の狙いについてお話し頂きたい。

小林(啓) 今日のこの討論を、今年度の報告書に反映させたいと思っています。同時に、この話し合いの内容を受けた形で互いの研究分野からの意見をまとめながら、今後「武道と健康」といったテーマで研究を進めていく方向性のようなものをだしていければいいなあと思います。

田邊 このプロジェクト研究を開始した当初の方向性や見込みから見て、現在までの経緯をどう感じていますか？

小林(啓) 田邊さんからは、思想を考える上で、さまざまな点を指摘していただきました。小林(正)さんのペーパーからは、より広い問題への展開を見ていくことができたと思います。

私と石塚さん、近藤さんらは、統計調査を使って「健康生成論」から議論してきました、その結果は、これまでの報告書にある通りです。学会の場などでも報告してきましたが、そこで得られたひとつの結論、「武道実践によってSOC(健康保持能力)が上昇する」という点は、従来漠然と言われてきたことではあったけれど、「精神性といったことが健康に対する強さに関わってくる」ことを具体的数字で示した、ひとつの興味ある結果

だったと思います。この結果に対して、伝統的健康論の分野や宗教学の分野からも考察を加え、補充し、裏付けるような意見など出していただければと、期待しています。

田邊 このプロジェクトは、多くの研究分野の研究者によって構成されていることがユニークです。しかも、各人が個別のテーマやアプローチを追究しながら、全体としての一定のまとまりを維持してきた。そうした中で、個々の分野では気がつかない結果を提示してもらったり、他分野の論考に興味ある発見をしたこともありますね。

また、本年度、わたしたちが日本武道学会で発表をした際、今先生が触れた調査の結果に関し、自分たちとは別の角度から武道を見つめる新しい気づきを与えてくれたとの感想を、実際に武道を実践している先生からいただきました。こうした研究の成果がそういう方々にも関心をもっていただけなのかという、うれしい驚きでした。

このプロジェクト自体ひと区切りの時期を迎えましたが、そうしたさまざまな研究の芽を伸ばす形で、新しい顔ぶれの方々に引き継いでいけたらいいと思います。

私自身が行なってきたことに関していうなら、実際はかなり苦しい作業の中で、武道というキーワードと健康論を結び付けてきた、という思いです。また、武道といっても、抽象的な武道を論じてきたという感じです。現実の、特定の競技を行う武道等については、さまざまな要因から、なかなか踏み込んで論じることが難しい面があります。また、もっと古文書等に目を通したりできる機会があれば、武道そのものの身体観・身体技法、あるいは、健康観・健康術などに切り込めたかもしれません。

そこで、途中から少々裾野を広げ、観点を変えて論じることになりました。それは、武道と伝統的健康論の背景としてある程度両者に共通する概念

を設定すること、すなわち、伝統的身体論という観点でした。

こうした手探りを続けながら他分野の研究成果に目を向けた時、「健康生成論」による統計学的分析による結果は、ある程度は予想もされたことではあるけれど、はっきりした傾向が明らかとなった点で、今後に期待をもてるものでした。また、小林正佳さんの一連の論考は、従来の健康や身体への一般的視点やアプローチとは異なるもので、新たな気づきを与えてくれるものとして毎回期待をもって読ませてもらいました。特に、「健康教育」という観点から見ると、現在までの傾向として、海外から WHO などの見方やそれに基づくプログラムを日本に紹介するという方向、あるいは、数量化した上での論が主流であると思います。これは、「役立つツール」に対する現場からの要請に応えるという、という事情もあるからです。それに対し、小林（正）さんの論は、まったく違う分野から「健康教育」に迫っていただいたという意味で、さらなる論の展開を期待したいところです。

健康生成論については、統計的結果の他にも、従来の健康をテーマとした調査研究とは異なる観点・パラダイムに基づいている点で、新しい可能性を感じさせます。つまり、健康を考えると、現状では、病気への対処を基本として、病気発生の生活上の要因を探り、それを予防するためにライフスタイルを改善するという発想です。それに対し健康生成論は、いわゆる病気の状態であっても、個人の中に健康を保持し回復する能力や要因があるのではないか、それを探ろうとする発想だと思います。アントノフスキーの論では、健康と健康破綻の連続性を「疾病」という形ではなく「イーズ (ease) とディスイーズ (dis-ease)」の連続体のどこにいるのかという風に捉える。そこから出てきたのが、「理解可能性、処理可能性、有意

味性」という三条件で、「健康教育」というのは本来そういう発想がもとになっていいはずです。病気予防というより、健康保持・回復が基本にあります。

統計の結果では、武道といっても、「取り組み方」の違いによって違った結果が生み出されている。その意味で、「健康」という観点から、実際の競技を中心にした武道のあり方を再評価してみることも必要だろうと思います。

わたし自身の今後としては、方法として異なる立場からの探究を視野に入れながら、健康に基盤をおいた武道の貢献可能性や、特に、身体自体を問い直す新たな「健康教育」への期待を理論付けていきたい、というところです。

武道の何を教えるか

小林(啓) その点に関連し、小林(正)さんの文章にいつもあったのは、「武道教育」という場合、「武道」の何を教えるようとしているのか、という点に対する問いであったと思います。その問いは、わたしたちの統計調査の中から出て来る問い、武道の何がどんな結果に結びついているのかという問題関心と共通しています。その点で、小林(正)さんの論文の延長線上にどんな「教育」のプログラムがくるのか。武道教育、特に、公教育における武道の必修化がいわれているけれど、そこで期待されているのは何なのか？ これは、わたしたちにとっても重要な問いかけで、その点について、武道大学のような立場からも発信していかなければならない。こうした研究を系統立てて行くことで武道と健康との関連性をよりよく見ることができると思われるし、「武道」とか「健康」とかをどのように捉えていくか、武道大学における研究としての意味もあると考えています。

田邊 たとえば、身体教育というと、普通は身体についての教育と考えられますが、身体、あるいは

身体活動を通しての教育、とも捉えられる。武道教育という場合も、両者が考えられわけです。武道の必修化については、学習指導要領の中の保健体育において触れられており、実際には教科教育に謳われた「投げ」とか「受け」とかを身につけさせるとか、あるいは「礼儀」的なことになっているわけですが、我々が武道教育というときの関心はそのような中に納まるものだろうか、また、学校教育の中でどのように展開できるだろうか、という検討課題がありますね。

小林(啓) 武道家の多くは、よく、武道は体験をしなければ理解できないというけれど、伝統芸能の場合はどうだろうか？ 経験・体験しければ理解できないのだろうか？

小林(正) 「実践」というのが何をさすのか、「何々踊り」といった個々の具体的な踊りを踊らなければ分からない」というのなら、そうではありません。逆に、「この踊りとあの踊りを教えれば何か分かる」とかいうと、まったくそういうことはない。実際に踊らない人、からだ動かさない人でも、からだについて深く理解している人は確かにいます。

小林(啓) 私がそのことを質問したのは、体験しなければ分からないというけれど、実際わたしたちのデータでも、長く武道をしている人のSOCが高いという結果でした。つまり、長くしなければ得られないものがある、と言えそうで、とすれば、民俗芸能のように子どもの時から長く行ない続けることによって得られるものは何なのか、それを学術的に押さえておくことが必要だと思えます。「繰り返し行うこと」の中にどのような意味があるのだろうか。武道には、長時間の経験が必要だということが言えるのだろうか、という問いがあったからです。

小林(正) 「踊ってみなければ分からない」という場合でも、大事なのは、「踊ってみなければ分からない部分はどこか」を考えることで、「踊ら

なくてもわかる」ことだってあります。武道の場合でも「武道を十年、二十年やって初めて分かること」というのは確かにあるはずです。しかしなお、「武道をやらなければ分かりません」と言う場合の、「分かる中身」を聞いてみなければ、すなおに「そうですね」とはいえない、という感想です。

小林(啓) 何が分かって、何が分からないのか、ということですね。

小林(正) 「食べ物は食べてみなければ分からない」というのだから、食べてみなければ味は分からない、でも、「栄養」の中身は食べたって分からない。「やってみなければ分からない」という言い方が、しばしば議論を拒否する形での「体験主義」でしかないということが気になるからです。

小林(啓) 栄養士さんと調理師さんの議論のようなものですね。

小林(正) 実際、からだの動かない人に分かることが、スポーツを三十年もやっている人には分からないということだってあります。むしろ、わたしは、「筋肉パンパンになったからだ」には、やればやるほど分からなくなることというのが確実にあるだろうと感じています。

小林(啓) その点は後でも議論するとして、これまでの成果全体について、どんな感想をもっていますか。

数量化できないもの

小林(正) わたし自身、ほかの方々の文章を読んで学んだ点は多々ありました。田邊さんの文章からは、とてもたくさん情報を得ることができた。また、統計というのはそれなりに面白いと思いました。これまでの統計結果からいえそうなことは、ほかにもいくつかあると思います。それを確かめるための調査というのが、これから必要なのでしょう。ただし、数量化できるファクターは、どう

しても数量化できないファクターを無視していくことになりがちで、その点をどう自覚し、カバーしていくか。数量化という確かな手がかりを窓口、しかしなおその中に数量化できない要素を読み取ること、さらにはその読み取りを確かめる次の調査項目を考えていくことが、課題になると感じています。

わたしがここでの研究を通してやってきたことは、基本的には、「数量化になじまない」事柄といえます。しかし、「数値で測れない世界があるんだ」といっただけでは、説得力がない。その点調査というのはいろいろな点を明らかにしてくれる力を持っていて、とすれば、自分がいたいことを浮かび上がらせていくような質問をどうやってつけ加えていけるか、あるいは、どういう角度から対象を分類して分析していくか、今後は、調査の前段階で参加してみたいと感じました。

たとえば、「武道をやっている人間には一般的にこういう傾向が見られる」といっても、一方では、大学の中で武道をやっている人たちは基本的に競技を目指していて、統計の結果から見ると、「動機付け」という面で一番成績が悪いグループに属している。その意味では、大学での武道教育は必ずしも「健康」に役立っていない、といっているかもしれない。にもかかわらず、実際には、きちんとやっていけている人間もいるし、そうでない人間もいる。その場合、概して、大学のシステムに適応している人間は問題がないし、からだも心も元気に暮らせる。一方、競技を目的とし、その意味で勝つことを重要視する中から漏れ落ちていく人間はどうだろう。選手としてやっていくことから漏れ落ちる、端的には、レギュラーになれないことがはっきりしている人間が直面する問題というのは小さくないという感じがします。その点から、たとえば大学の中で、公式戦の選手として活動したことがある者とそうでない者、といった

分類で統計調査したらどうなるのか、などと考えたりしました。高い目標を掲げられているグループと「どうせ俺は」と考えているグループでは、この調査の場合でも、何か違いが出るのではないのでしょうか。

「踊りを踊っている人たち」のすべてが、「踊り」を通して実現したいと自分で思っていることを実現しているとはいえないのと同じく、武道をしている人たちのすべてが、必ずしも、自分が「武道」に期待しているものを実現しているとはいえない。武道を通して「健康」を実現している人たちがいればこそ、そういう人たちとそうではない人たちの違いを見ていくことは大切なのだと思います。

これはとても原則的な点ですが、わたし自身考えようとしてきた、「踊り」を通して変わっていく身体、同じ意味で、「武道」を通して変わっていく身体、というのが、こうした調査の中でどのように主題化できるのか、その点がむずかしいという印象は受けました。わたしにとって何より重要なのはその点で、「からだのあり方」という視点を抜きにして、教えるとか習うとかいう営みを考えていくことはできないはずで、とすれば、そこで考えているようなことが「学校制度」の中で可能なのだろうか、という点については、幾分悲観的な思いも抱いています。

わざの伝承

小林(啓) 今おっしゃったような、いわば数量化できない要素というのを学校制度といった体制の中で教えるのはむずかしいとすると、武道や民俗芸能など限られた分野では、どのような特殊な関係の中でわざの伝承が成立するということになるのでしょうか？

小林(正) 体系化されたシステムの中では、一人の先生がたくさんの生徒を指導しなければならない。そうしたシステムの中では伝わりにくいこと

というのが、確かにあります。ひとりひとりのからだの状態を見てはいられない。数の限界というのか。たとえば、このところ、学校プログラムの中に「民俗舞踊」が取り入れられてきていますが、たまたまそうなのか、必然的にそうならざるを得ないのか、結果として、わたしが考えるような「柔らかいからだ」を生み出す契機にはなっていません。

統計調査において、数量化が難しいファクターを数量化を通して間接的に浮かび上がらせるように、学校という場の中で、学校というシステムになじみにくい成果を間接的に生み出していけるプログラムを考えていかなければダメなのだろうなあ、と思います。

小林(啓) 小林(正)さんがいっているような教育のシステムというのは、昔の武道のように、師匠がいて弟子がいて、一対一で習うとか、集落の中で少数の年長者が少数の若者に踊りを教える、といったシステムがあったからこそできた、ということだろうか。

小林(正) 何かを伝えようとするとき、それぞれの目的に適うシステムが生み出されてくるはずで、その結果、何らかの成果が生み出される。しかし、そうした教育の効果を確かめる場合、今の学校なら、ペーパーテストで測れることしか確かめられない。昔の学習でも生徒の達成度を確かめる何かの方法があって、それに応じて「免許皆伝」とかが行なわれていたのでしょうか。それには、成果を確認できる大きさというのがあったはずで、それに応じて、一対一とか、街道場の大きさとか、それを実現できる大きさのシステムが生まれてきた。その点、千葉周作ぐらいの大道場では、どうだったのでしょうかね。おそらく武道でも、教育の場の変質というのがどこかにあったのだらうと思います。多分、近代教育とか、近代体育とか、そうした営みの変質というのが、江戸時代のどこか

にあったのだろうと予想するのです、明治よりずっと前に。

小林(啓) それは、嘉納治五郎による近代柔道の出発、というよりもっと前ということですか。

からだ観の転換点

小林(正) 踊りのことを考えると、江戸時代の踊りはすでに随分「モダン」で、からだの使い方からいったら、いわゆる「邦舞」というのはモダンダンスと考えるべきだと、わたしは思っています。踊りの世界だけが近代になったわけではなく、そもそも経済だってそうだから、からだの使い方だって、江戸時代にどこかに近代への転換点があったと考えるべきです。もちろん、その後の学校体育の導入という、システムとして確立された決定的な契機というのはあったのだけれど。

田邊さん、からだの状態とか、からだのあり方といったものについての記述の仕方が変わる、そういう転換点がどこかに見当たりますか。

田邊 江戸時代は、今日の健康論に相当する養生論が多く著された時代です。それ以前は、中国伝来の不老長生論のようなものが主流で、江戸時代になると、当時支配的だった儒学を背景に貝原益軒などが養生訓として説いた。それに加え、徐々に蘭学・洋学を背景とした西洋医学が導入されてきます。

18世紀初頭の益軒の時代の養生訓では、散歩や自己マッサージのような健康法とか丹田を意識した腹式呼吸法などが説かれました。「まめ」という言葉に表わされるように、それぞれがそれぞれの場合で「まめに働く、まめにからだを動かす」ということが奨励されている。しかし、時代が下るにつれて、すなわち明治期に近づくにつれて、静的なものから動的なものへと、推奨される運動・活動が変化していっています。寛政の改革で有名な松平定信は、剣術稽古をいわゆる健康法として

も勧めています。文化文政、1800年頃になると、洋学系の情報が入って来るし、動的なもの、馬術とか剣道の素振りとか、ダイナミックな動きのあるものが奨励されるようになる。伊勢参りなど、旅が盛んになることとも平行していますし、大きな背景には、政治経済状況や文化の興隆などがあったでしょう。性のあり方にしても、益軒の時代の「節欲慎身」といった「房中術」から化政期には適度な性の許容といった方向へ変化します。

我々のプロジェクトの初期に協力していただいた本学の林先生も述べていますが、「健康」という用語自体もともと中国語にあったわけではなく、19世紀前後に、英語のヘルスに相当するオランダ語の訳語として造語されたようです。だから、「健康」は、もともとは西洋医学的認識に彩られた用語です。小林(正)さんのいう転換点に当たるかどうかはともかく、化政期のその辺りに、人体への認識という点で、中国医学から、西洋医学の解剖学・生理学を通したまなざしへのパラダイムシフトが生じたものと思われます。「衛生」とか「栄養」へのまなざしも生まれてきます。こうして振り返ってみると、身体へのまなざしの変化は、江戸期の半ば以降、徐々に生じたのかもしれない。小林(正) 身体をまったく独立したのものとして論じる論じ方自体、昔から当たり前だったわけではありませんね。それは、「精神主義」の出現と、実は重なっているのじゃないでしょうか。いわゆる「精神主義」は、からだを論じない、からだの無視ですが、その裏返しで、からだだけがそれだけ切り離して論じられる。

田邊 解剖の始まりが、日本では1750年代です。山脇東洋らが初めて官許を得て、京都で人体解剖に立ち会います。それに基づく『臓誌』といった本を残しています。東洋は実証性を重んずる古医方という学派に属していましたが、西洋の医書を通して学んでいたのでしょうか、実際にはからだを見

たかった。その結果、西洋医学の認識の正確さを確かめました。中国の五臓六腑図とは随分違う。その後、1774年に杉田玄白たちの『解体新書』の訳書が成り、西洋医学的人体認識が影響力を強めていったと思われまふ。解剖といったことが突きつけるインパクトがあって、身体というものが浮き上がってきた、ということがあるかもしれませんね。時代は、急速に近代に向かっていた。

小林(正) その意味で、わたしたちが知っている「武道」を支えている理論が実は近代的で、必ずしも伝統的ではないとだいたいいえるわけですね。明治を分岐点に考えるから、邦舞も「伝統的」といわれるけれど、わたしの見方では「モダンダンス」。武道も同じじゃないでしょうか。「古武術」というのが、かろうじて「伝統的」といえるのかもしれない。その意味では、明治時代の近代スポーツへの移行も、割とスーッといったのじゃないか。「生きるか死ぬか」を抜きにしたら、後はスポーツ的な意味での「勝つか負けるか」に近いわけですし。

田邊 京大にいらした社会学者の井上俊氏が『武道の誕生』という著作で、我々が現在身近にイメージするような武道が近代の産物であることを論じています。また、近代体育史の大家であった今村嘉雄氏も、武道といった運動が近代体育の下地を用意した、というふうに述べていらっしゃいます。そうした中で養生にも触れ、「運動の効果を説く」という点に注目なさっている。たとえば、白川藩主の松平定信が『老いの教え』という本を書き、そこで武道を健康法として勧めている、といった点です。その点に江戸期の後半、養生論での身体運動の内容がダイナミックなものに変化していったことが明治期に確立する近代体育への地ならしとなったというのは確かなようで、これらの点も踏まえて、身体観・身体のあり方が江戸期にどのように変化していったかを見定める作業は、

改めて課題となるでしょう。

小林(正) それは田邊さんのお仕事です。ところで、断っておきたいのは、だからダメだって、わたしは知っているわけではないのです。わたし自身は、ラジオ体操はやらない。でも、やっている人がいたって、ちっとも構わない。いいたいのは、あまりに武道を伝統的なものとして強調すると、それ以前と自分たちとの違いが見えなくなってしまうということ。「それ以前」の人から見たら「違い」がはっきりしていたとしても、「後」の方、つまり自分たちの方からは「違い」が見えなくなってしまう。「からだのあり方の違い」といったことが、関心にもあがってこなくなる。それは怖いと思う。

武道史の中の養生・精神性

小林(啓) 「武道と健康」を結びつけた、というのは、今お話にあった『老いの教え』という、その時代くらいからなんですか？

田邊 養生、健康のための手段として武道、武術を「運動」として捉える流れは、先ほどの松平定信の頃から見られるものだと思います。それ以前、江戸期に入り戦がなくなって以降、武道が「修行」的な意味合いを濃くしてきます。思想としては、心を練る方に主眼があったようです。その中から養生と武道を結びつける考えも出てくるのですが、以前のプロジェクト研究で論じたように、最初はむしろ、武道の方が養生の術を取り入れるということがあったと思います。益軒のいうようないわゆる丹田呼吸法を取り入れるとか、また、禅修行から出たものですが、白隠が著書『夜船閑話』で述べている、仙人から授かったという一種の呼吸法やイメージ療法を、武道の側が取り入れるとか。他方、武道自身の中で必要とされ、開発された医術があると思います。活法、すなわち蘇生術や整骨術のようなものです。少し言いすぎで

すが、養生術、医術も自らに取り込んだ総合武道は、忍術かもしれません。いわゆる、サバイバル術を身につけていたはずですから。

こうした流れの中にも西洋医学の影響があったかもしれませんが、中国医学的身体認識は、柔術の中にははっきり取り入れられています。人体図におけるツボや経絡のような考え方で、養生術からすればツボは活点、生かす点ですが、武術から見れば当て身の急所、殺点、つまり殺す点になるわけです。こうした柔術の流れは、嘉納治五郎による柔道への統合の中にも流れ込んでいます。同じツボが、呼吸の要素も加わるのでしょうが、手指を当てる加減によって人を活かす点にもなるし殺傷する点にもなる、対照的な効果を発揮するというのは興味深いですね。解剖学が明かすような近代的身体とは異なる、生きた身体の不可思議さを感じさせます。

小林(啓) そうした中に、このプロジェクトの関心とも関わる「精神性」といったものは、どのように入っているのでしょうか。そもそも、いつ頃から、武道と精神性が結びついてきたのですか？

小林(正) もともと武道は極めてプラクティカルなもので、それが、直接殺すこととは結びつかなくなった。そのことと関連があるはずですが、同じような経緯を辿れば、鉄砲だってピストルだって、実用性を失えば、精神性をいうようになるかもしれない。精神性云々というのだって、「殺す」面よりも「生かす」面を強調する、武道の生き残り戦略という面が確かにあったのでしょうか。中には、逆に、最後まで実践面だけに賭けてきたみたいな小さな流れが生き残ってきている。

田邊 その意味で、今は、「スポーツ」との対比からか、むしろ精神性ということが強いられるようになってきていますね。

小林(正) 大学で武道をしている現実の学生を見ると、ことさら彼らの生活が「礼で始まり礼で終

わっている」か、そんなことはない。とすれば、「精神性」という言葉で何が意味されているのか。その点は、検討に値します。たとえば、ここでの統計調査では、「精神性」を重視している人のSOCが高いという結果が出ています。この場合それは、「適応能力」といったものと深くかかわります。「適応度が高い」というのはどういうことなのか。それが、「精神」とどのように結びつくのか。

「困難にであったとき問題を捉えることができる」というとき、きちんと深く考えられる人と、ものすごく単純に問題を捉えることができる人とは、両方とも悩みやストレスをもたないで答えを出し、問題に対処していけるかもしれない、という面があることを考慮しなければならないはずですが。精神的な安定は、深い精神性を備えるか、あるいは、極めて鈍感になるか、正反対の方向から達成され得るからです。その意味で、鈍感な人間は、ものすごく元気に暮らしていけるかもしれない。実は、わたしは、あの統計結果を、そのようにも読みました。それをもし「健康」というのなら、それこそ兵隊さんの健康と同じです。そこでは、こんなひどい世の中、頭が変になる人の方がまともなのかもしれない、といった議論は百パーセント通用しない。単なる「適応」とは違う、その両者の違いを見ていくファクターは何なのか、それを探っていくにはどこに注目するのがよいのだろうと考えたとき思いついたのが、さっき少し触れたグループ分けでした。

SOC と年齢

小林(啓) 一般に、SOCが高くなるのは、年齢と相関的ですね。この場合、年齢が持っている要素は、何を変化させているのでしょうか。

小林(正) 年齢は経験の積み重ねを意味するわけで、年齢を重ねた人は、現実挫折しないで生きてきた人といえる。当然、それまでの、問題解決

のパターンをいっぱいもっている。一般論として、年を取るに従って、世の中との摩擦は少なくなってきた。

しかし、こうした論を見ていくと、SOCの理論には一種の堂々巡りがあるのじゃないだろうか、という気がしますね。前向きに考えている人は前向きだ、「適応度が高い人」はより適応している、といっているみたいな。

いずれにせよ、ここで論じられているのは、常に心の問題で、からだの問題ではない。どんなからだをもっている人がどうなのか、といった議論はまったく出てこない、という強い印象があります。仮りに、武道をやっている人と通常のスポーツをやっている人に何らかの違いがあつて、それが何らかの「からだの置き方」の違いだとしたら、それこそ重要だと思うのですが。

小林(啓) そういう意味で、武道とスポーツには違いがあり、武道にはそれなりの可能性がある、というふうに考えていますか？

小林(正) あることを期待したい、というのがわたしの論です。でも、武道の世界でも「筋トレ」などというのが盛んになっているわけで、現状で見ると、両者のあいだに違いがあるかどうかはわからない。

その点で、柔道の営みが大きく転換したひとつのきっかけは、制限時間の中でポイントを争うという形式ができたことだと思います。元来「近代スポーツ」の仕組み自体、筋力トレーニングをすれば成績が上がるように出来上がっている。だからこそ、方法は問わない、たとえステロイドの効果でも、筋力が高まれば成績があがるように、たとえば野球というスポーツは作られている。相撲でさえ、輪島のあたりから筋力トレーニングが始まった。それまでの横綱は、ぼつたりとした体つきだったじゃないですか。

武道教育と伝統文化

小林(啓) 話はちょっとそれますが、武道とスポーツの違いを話されましたが、現在、武道が学校教育で重視されています。このとき、学校教育が武道に期待するものとは何なのでしょう？ また、文部科学省が期待するものと武道の本質は、共通するのでしょうか？

小林(正) ひとつの期待は「精神性」なんだろうけれど……。実際のところ、わたしは、どうせ学校で習うなら剣道がいいと思っています。剣道というのは、素人が玄人にまったくかなわない世界だそうですね。練習している人としていない人とが全然違うという意味で、「わざ」の世界により深く入り込んでいる。道具を使う分、道具の操作を媒介に、からだを道具化する次元が高くなるといってもいい。学校で教えるのは、本当は匏をかけてノコギリを挽く、という方が好みですが、武道なら、剣道がいいと思う。

小林(啓) 田邊さんの立場からするなら、武道を学校で教える時、武道の何に期待しますか。

田邊 武道が学校教育で必修化された背景には、教育基本法の中に「伝統文化の尊重」が位置づけられたことがあるのでしょうか。

小林(正) 「伝統に触れさせる」ということなのでしょうね。でも、「和太鼓」が必ずしも伝統的ではないように、何が「伝統」なのか、その点を押さえておくことは必要です。今では「よさこいソーラン」でさえ、「伝統」と思っているくらいです。よさこいソーランを伝統だと思う感覚は、育った方がいいのか、育たない方がいいのか。ほとんどの日本人が「和太鼓」を伝統と信じて疑わなくなっている、というのは、ちょっと怖い。

小林(啓) 今では、日本が好きだという外国人で、太鼓をしている人がたくさんいますけれどね。

小林(正) そう、あれが日本の伝統的な太鼓だと

思われたら困るんで。わたしが最初に太鼓を習ったのは、八十四歳のおばあさんでした。七十、八十歳のおじいさん、おばあさんが、みごとな太鼓を打つ。それは、今の和太鼓の世界とはまったく違います。

小林(啓) 今の鼓童、昔の鬼太鼓座の太鼓とは違う？

小林(正) 実際、かれらの影響はとても大きかった。その彼らでさえ、体力の衰えをどうカバーしていくかが大きな課題になっていて、体力の衰えが即パフォーマンスの衰え、というのでは困るわけです。武道だって、民俗舞踊だって、実力のピークは決して体力のピークと同じではないはず。今のスポーツで、成績のピークが体力のピークよりうんと後ろに来るスポーツって、何なのでしょう。

小林(啓) アーチェリーなどはそうですね。

小林(正) そう。道具が関わって来ればくるほど、否応なく「わざ」の要素が深く関わって来る。一方、選手の年齢がどんどん低くなってきているスポーツ、例えば水泳などでは、まさしく筋肉機械みたいになればなるほど成績が上がるのだろうか、という印象を受けます。一般的にいて、体力がものをいうスポーツでは、年を取るに従い、「スポーツのレベルを下げる」しか残されていない。しかし、武道では、年寄りが行なう武道は決してレベルが下がった武道ではなく、より高度な武道であるという面があります。若先生は、多分、塚原ト伝みたいな人にはかなわない、ということが本当にあったのでしょうか。つまり、実力のピークが、体力のピークよりうんと後ろにあったということ。です。

小林(啓) となると、武道そのものが持っている精神性の高揚というものを、学校教育の中で行われている武道によって得ることはできるかどうか、

という点はどうですか？

小林(正) 期待する「精神性」の中身によります。しかし、いずれにしても、元来、スポーツでも武道でも、教育の中に取り入れるというのであれば、スポーツや武道をやること自体による直接的な成果が意味を持つべきで、そこから派生的に生まれる別の効果に期待するのであれば、わざわざそれらを取り入れる必要などなくなってしまいます。

わざ・型とからだ

小林(啓) 小林(正)さんなりに本当の意味での「精神性」というものを考えたとき、武道はそれを育てるものになり得る、と考えているのでしょうか？

小林(正) 「わざを身につける」ということはどういうことなのか、「からだは自由に動く」ということはどういうことなのか、ということを実際に経験の中でまなぶということは貴重だと思います。そうした「からだ」の自由さと、わたしの考える「心」は重なり合っている。武道には、そうしたことを教える要素があると思います。「体力」で克服するのではなく「わざ」で克服する、という人間のからだの可能性、「腕力の強い方が勝つ」というのとは違う世界を経験することは、大切です。二十歳の人間が七十、八十の先生に目の前でバシッとやられてしまう世界、そんな世界を若者に見せるのはいいことです。

今の大学生、柔道をやっている学生でも、三船久三の「隅落とし」つまり「空気投げ」のような技を、ただの作り物だと思っているらしい。武道を教えるなら、そんな世界に繋がること、たとえば「型練習」のようなことを徹底して行なう、といったことが手がかりになるかもしれません。あるいは、プラクティカルな面というなら「護身術」とか。

小林(啓) 今「型」ということが出たけれど、田

邊さん、ひとつの型を繰り返す、身体技法を身につけるということが伝統的に「健康」と結びつけて考えられたということがありますか。

田邊 伝統的健康論に関係する範囲でも、型ということが重要な要素として存在する身体技法のようなものはあると思います。修養的な面も含めると、たとえば座禅がそうですね。明治期に流行した静坐や類似の正坐法もそうです。型をとることにより、自分が一種の器となり、そこに込められてきた身体感覚が蘇るということがあるのかもしれない。

剣道についてですが、かつて名だたる競技実績のある方からこんなお話を伺いました。本学の初期に赴任された最高段位の方は、ご高齢で、普段は一般の高齢者のように歩いていらっしゃったそうです。ところが、道場に入って袴を着けると、自然体ですと立っていらっしゃる。若者のように生気みなぎってというのではなかったけれど、当時の体力で勝っていたその先生は、何とも言えない迫力に気圧されて攻められなかったということです。この場合、競技実績があり、年齢的にも若い先生の方が、体力的には劣る相手の先生に気圧されてしまって攻められなかったということで、確かに剣道の世界には、七十、八十でも、体力とは異なる世界をもっている、何かの強さを身につけた人が比較的たくさん見いだされるというのは、確かにあるかもしれませんね。

小林(正) その剣道も、今は、制限時間を決めてポイント制で争うようになってきました。その意味では、体力が問われるスポーツ化の道を辿っている。

小林(啓) それでも、どちらかという、選手生命が長いようですね。

小林(正) 体力勝負、というのとは違う要素が、まだまだたくさんあるのでしょう。本当の真剣なら、力ではなく、触っただけでも切れるわけでは

し。

田邊 確かに「小手」などという、スポーツらしからぬ決まり手でも、実際にはそれで戦えなくなってしまいますからね。

小林(正) 実際の場面では、手首を切られると戦えませんし、まっすぐ当たらなければポイントにならないということもない。

武道の境地

田邊 ごく普通の高齢者にしか見えない方でも勝ってしまうという世界で思い浮かぶのは、武道の古典としてよく出てくる、18世紀初頭に著された佚斎樗山の『猫之妙術』という書物です。早業の猫とか、強力猫とか、気を練った猫とか、いろいろなタイプの猫が登場して、剣術家の家に棲みついたネズミを捕まえようとするのですが、なかなか手ごわくて捕まえられない。最後に、期待もされていなかった古猫がよぼよぼしながらスツと行くと、ネズミがすくんで捕えられてしまう。その秘訣を他の猫たちが聞き出そうとする、その問答の過程で、猫の話に仮託して、剣術修行の極意とか境地が描かれています。老荘思想の影響を受けたもので、無とか無心ということに行き着くわけですね。

その古猫にしたって、もっと強い猫がいて、それはもっと何もしない、もっと古い猫だった。ところが、いつも寝ているその猫の場合、回りに敵がいなかったという。戦わずして、最初から平和を実現してしまっている、という話です。

小林(正) 武道の世界をきっかけに戦わないで和す人間が育つのだとしたら、それこそ、教育の中に武道を取り入れる最高の効果といえますね。「強い奴」を育てるより、遥かに優れている。

田邊 かつて名横綱といわれた双葉山が目指したのは、「木鶏の境地」でした。69連勝後の取り組みで敗れた時、知人に「我いまだ木鶏たりえず」

と打電したと伝えられています。これは荘子に収められている話で、最強の闘鶏は、木で彫った鶏のように、何事にもまったく動じない境地となったものであることを示している。今も、武道家のひとつの理想として語られています。

今日の武道家の中にも、こうした老荘的境地を目指して修行する人がいるようです。今回の我々のプロジェクト研究で実施した高段位武道家への調査でも、自由記述回答を読んでいくと、無とか無心のような目標を回答された方たちがいらっしやいました。

小林(正) そんな話を教えるだけでもいいかもしれない。「型」練習の場合、教え方如何では容易に「形だけの練習」になってしまうかもしれない。しかしなお「型」に秘められた何かがかすかに伝わるかもしれないという、そんな期待が、わたしにはある。少なくとも、それほど害にはならない。それと同じで、「法螺話」にも、何かの知恵が隠されているかもしれないし。

民俗舞踊と型

小林(啓) 民俗舞踊の稽古は「型」の練習の繰り返しですか？

小林(正) 民俗舞踊には、いわば動きが抽象化されたようなものとしての「型」はまったくありません。具体的な踊りを踊ることの繰り返しで、外から見ると、「型」の練習からは一番遠いように見える。武道のように、実践から切り離された「型」練習があるわけではないということです。にもかかわらず、それを「型の練習」というように私が捉えるとき、そこでは「眼に見える形」のことをいっているわけではありません。動きを作り上げている原理のようなもの。

小林(啓) 民俗舞踊はそれぞれ地方により違うけれど、それぞれの場所では、最初から最後まで同じ踊りをそのまま演じますね。一方武道にはいつ

も相手があって、臨機応変に変わらなければならない。いつも同じという意味で、民俗舞踊には「臨機応変」ということがないといえるのでしょうか。その意味で、相手がいる「武道」と違うといえるのかどうか。

小林(正) 先回の「人体科学会」での議論の中で、古武術家の黒田鉄山さんへの質問に、同じ実力の人間が勝負したらどうなりますかというのがありましたね。この場合、現実の試合というのは決して「型の応用」というのではないという点が重要です。「型」の稽古によって訓練された人の動きは、身に付いた「型」の軌跡を辿る。「同じ実力」という場合、理論的には「最も理にかなった動き」の応酬ですが、しかしなお、現実には「型の崩れ」というのがあって、常に、型を崩してしまう要素が介入し、勝負がついてしまう。

小林(啓) まったく違う要素、という意味ですか？

小林(正) 「型の練習」というのはあくまで抽象的な位相における営みで、黒田さんがいっていたように、実力通り戦っていたのでは練習にならない。強い人は必ず勝つ。にもかかわらず、わざと勝ったり負けたりしているからこそ、からだがあるべき軌跡を辿る」練習が成り立つ。それが稽古の位相で、実戦は、違う位相で成立する。

小林(啓) 実際の勝負では、先に仕掛けた方が勝つのだろうか？

小林(正) 理屈の上では、どんな攻撃に対しても最も理にかなった受けというのがあり、受けの方が弱いということは決してない。理論的に「同じ」実力者の場合、双方が最も理にかなった対応を繰り返すはずだけど、しかしなお勝負は、現実には潜むその時その場でのさまざまな条件によって、そうした「型」が否応なく崩れることで決着する。それは練習と実践の位相の違いであって、「応用」

といってしまうと違う。

小林(啓) 同じ動作を繰り返していると生理学的には神経回路が単純化する、という事情がありますが……。

小林(正) 何にせよ、こういう場合はこう対処する式のマニュアルで習った人は、それこそ応用が利かない。実戦はいつも想定を越えていて、想定上の状況に対処するというやり方は、いくら想定の種類を多くしても、たとえば、百の状況を想定しても、百一番目の状況には対処できなくなる。「型の練習」は「原理」の位相での練習であって、「原理」であるからこそ、どんな状況にも対応できる。それを固定的な対処の形の練習と捉えたと、それこそ「形だけの練習」になってしまう。だからこそ、「型」の練習は、基本的に「一人練習」としても成立するわけです。

師匠の伝えるもの

小林(啓) とすれば、師匠と弟子との関係でいうなら、師匠が弟子に伝えるものは何なんだということになるのだろうか。

小林(正) まったく理想的に軌跡を辿ることができからだをつくる、ということでしょう。そのために、徹底的に「型」という形を辿らせる。これこそ、「やってみなければ分からない世界」という意味で。

小林(啓) 師匠は、言葉で教える？ あるいは、身をもって教える？

小林(正) 誰かが身をもって示すことは欠かせない。しかし、この場合、示し方はいろいろあると思います。老人の先生には、老人の先生らしい示し方とか。

たとえば、外側から見たら、何も知らない古猫に見えるかもしれない。でも、古猫だって、最初から何もしなかったわけではなく、何も知らないみたいな境地に辿り着いたのだろうし。

分からなかったものの確認

小林(啓) さて、今後のプロジェクトについて考えていきたいのだけれど。

さっきの話に出た、数字には表わしにくい要素をどう探っていくか、という点はどうですか。

小林(正) 統計調査でも、分かった部分を確認してみるとということ、何かがいえそうな場合、本当にそのことが最も重要なファクターなのかどうか確かめることは必要です。と共に、何は分からなかったのか、分からなかった部分を確認していくことも大切だと思います。しかも、千人といった単位で統計を集めることができた、こうしたことが可能だというのは、それ自体貴重なわけです。小林(啓) 実際、タテマエとは別に普段わたしたちが実際に感じていることを、ひとつひとつ確認しておく、確かめておくということはやってみたいし、必要なことだと思います。

からだの状態の記述

小林(正) これは田邊さんの論などから学んだ印象ですが、古い文献でも、からだの状態そのものの記述、というのは必ずしも多くないですね。「いい状態、健やかな状態」というのを、明らかなものとして前提するのではなく、そのこと自体をからだのあり方として記述するような。

小林(啓) 「からだの状態の記述」というのは、例えば？

小林(正) 自分なりに、稽古が目指す方向を「筋肉の緊張を解いていく方向」と「筋肉の緊張に向かう方向」というように分けてきました。その基準から見ると、それぞれの文献はどちらの方向で「いい状態」というのを語っているのだろう、というのが分明ではありません。「古典」の中では、「いい状態」というのが具体的にからだのどういう状態のことをいっているのか。「気が充実している」といわれても、我々凡人にはなかなか具体

的に読み取れないわけで、「気が充実しているか、していないか」を外から見極めている先生たちの眼のつけどころを、直接先生から学ぶ以外、具体的に読み取ることができるような文献というのがあるものなのでしょうか。

田邊 伝統的健康論や関連領域において、とりあえず文献資料から窺える健康や身体の記述はないだろうかという点についてですが、「整体」といった分野には、具体的にからだのあり方を記述した文章があるようですが、わたしたちはなかなか目にすることができません。

貝原益軒の『養生訓』に、こんな記述があります。多分中国的な身体についての見方なのでしょう。「健康」という言葉は使っていませんが、健康観として現代の考え方とひとつ違うなと思ったのは、伝統的に、健康とは保つものだ、というふうに考えられている点です。益軒の場合、健康を保つ秘訣は、気を循環させて巡らせること。まさに「元気を保つ」ということで、「元気」とは「生まれたときにいただいた気」のことです。すなわち、健康はすでに与えられている、と考えられている。一方、今の考え方は、ヘルスのプロモーションで、健康は増進していくものです。健康づくり、作っていくもの。そうした行く先の遥か彼方に、WHOのような健康の理想がある。ところが、「完全に良好な状態」、完璧な基準というのは分からない。つまり、悪いところを除去する、という形でしか近づけない。しかし「異常の除去」には切りがありませんから、永遠に追いつかない、例えば手のない人には届かない世界になってしまう。このような事態に接してみると、改めて健康観という次元での検討をしっかりと加えておかなければならない、ということに思い至ります。からだの状態についての記述がない分、あるときには「医学的健康観」「健康診断的健康観」が暗黙の前

提に話しがなされ、あるときは別のことが前提になってしまっている。

それでも、伝統的な色彩を帯びた健康論、あるいは伝統医療とか代替医療（非西洋医療）の中には、具体的に健康状態とか身体状態を診る手段・指標が見られます。たとえば、身体状態を、丹田の充実度を指標とし、熟達した手指の感覚から感じ取るとか。たとえば、「整体」の場合は、ツボのようなところに手を当て、呼吸を見ます。その際、丹田に勢いがあり呼吸に応じて盛り上がっている。一点だけ見るとしたら、そこが焦点になります。体感しなければ分からない。しかし、具体的に、それが技術として残されている。あるいは、「臍天」というものもあります。昔の呼吸法の指導者は、ダルマさんみたいな腹で、練れた腹は、臍が天を向いていて、見ることができます。これが、健康の見極め点になっている。とって、これらが文献に出ているかということ、そういうことはありません。しかし、伝承として伝わっているわけです。どこかに残ってはいるのでしょうか。

その他、中国医学、漢方医学などの伝統医学にも、歴史的に確立されてきた身体の診断法がありますので、たしかに我々の参考とすべき健康や身体のあり方について、これも改めて検討しておかなければなりませんね。

武道のからだ

小林(正) 武道という営みを通して実現される前向きな要素を、もっと具体的な形ではっきりさせておく必要はありますね。特に、近代スポーツとは違うからだのあり方としていえる点は何なのか。「筋トレ」では実現できないものがあるとしたら、それは貴重ですし。

武道をしている人と一般のスポーツをしている人のからだの違い、からだの能力の違い、というのを明らかにした研究というのはあるのですか。

小林(啓) どうでしょう。何らかのデータはあるかもしれませんね。競技ごとの選手の特性の違いとか。

小林(正) そうした違いが、いわば本来的な武道のあり方に基づく違いなのかどうかの検討はあくとして、現実には、今武道に携わっている人たちの身体特性、というものを確かめておきたいですね。

小林(啓) 確かに、スポーツ競技それぞれによって、随分体つきは違っていますからね。

体つきという点でいうと、江戸末期から明治の初めに撮られた飛脚の脚の写真を見て、びっくりしたことがあります。今の長距離の選手の脚とは随分違う。立派な脚です。長距離選手たちの能力と比較して、どういう点が違うのか。

田邊 走り方の違い、といったことが話題になったりしますしね。

小林(啓) 今でも、空手や合気道をやっている人たちには、筋肉モリモリという人はいないですね。

小林(正) 武道の選手にはあまり縁のないスポーツ障害、というものはあるのですか？

小林(啓) 現在の筋肉中心のトレーニングに近づいているという意味では、相当共通するでしょうね。

小林(正) なおかつ、傾向として少ないのは？

小林(啓) 捻挫などスポーツ障害は、かえって多いかもしれません。

田邊 違いというと、古武術の人たちの場合、必ずしも、通常の身体能力テストに表われるような能力が優れているわけではない、ということがあられるようですね。

小林(正) 黒田さんも、ボール投げは不得意だったってっていましたね。

小林(啓) 器械体操の選手などでは、そうした能力の特異性というのが明確にありますけれど。

小林(正) 器械体操は必ずしも「健康」にいいとはいえないわけで、器械体操などとは違う、「健康」

に結びつくような武道の特異性というのがないのでしょうか。

小林(啓) そうなると、武道の種目ごとに考える必要がありますね。剣道と柔道の違いとか。たとえば、弓道と柔道は一緒にならない。

小林(正) 柔道選手と剣道選手では、確かに体型が違う。

小林(啓) 他のスポーツとの違い、ということを考えてとき、さしあたり、計測できる要素、あるいは、生理学的に記述できる要素というのが前面に出てきて、そこでは必ずしも武道の積極的な特性といったものがさっと浮かび上がってこない。いわば、そうして考えられた生理学的な要素とは違うものを求めて、心理学的な要素が強調されたということがあるのでしょうか。

小林(正) 生理的なものも含めて、挙げられる点は全部挙げる、ということから、武道の特性を押さえておくのは意味がありそうです。

生理学的に、あるいは、「認知科学」のような手法でいえることは全部いってみる。なおかつ、わたしたちの研究関心からいうなら、いえることは全部いった上で、それでも「生理学」や「認知科学」などではいえないことというのがあはずだ、という点が大切なんじゃないか。

小林(啓) その意味では、さまざまな分野から武道を捉えて、いえることは全部出し合う、ということが必要ですね。

上達の見分け方

小林(正) たとえば、それぞれの分野で、指導者は必ず「上達」の度合いというのを確認しています。「うまくなった」「強くなった」というのが指導者の眼には分かるのだけれど、しかし、多くの場合それは計測できるような要素ではありません。その基準がどこにあるのか。眼のつけどころはどこなのか。直感的に分かっているはずの判断の基

準が、必ずしも、指導者本人にも説明できるわけではない。でも、分かる。その基準が知りたいと、いつも思っています。踊りでも、職人の世界でも、何でも「見りゃ分かる」という世界なのだけれど、その中身を知りたい。ある指導者は、「立ち姿」ということをいっていましたが、その場合でも、「見ればすぐに分かる」、その時、何が、どんな物差しになっているのか。

小林(啓) その点では、スポーツの指導者と武道の指導者に違いが出て来るだろうか。

小林(正) 違うかもしれませんね。しかし、いずれにせよ選手もコーチも、選手の能力や上達度をきちんと見極めているという事実はある。といって、その説明が必ずしも正しいわけではない。そうした「実際にやっていること」と「自分たち自身の理解」とのズレを、現場の人々の周りにいる我々研究者が解き明かすべき課題だと思います。

田邊 その違いを見極める眼を持った研究者の登場が期待されますね。現場の人たちは、かえって、逆の意味での「科学指向」で、いざ対象を分析しようとする、どうしても計測できる部分に向かってしまう。自分たちさえ意識していないところ、あるいは、「経験」ということですませてしまっている点を引き出していく、その点で、確かに周辺にいる人間にできることがあります。

これまで話題となった関心事項についても、たとえば調査に基づいて高度な統計解析を行なうにしても、基は数十の質問文であり、それらは研究者の関心や理解度などに応じて決まってくるでしょう。つまり、研究者の関心や知識、ものの見方などの枠外にあるものは、いくら分析しても出てこないわけです。ですから、小林(正)さんのような方が、調査設計や質問文作成の段階で加わって、いろいろと意見を言ってもらうことは有益だと思います。

小林(正) 新しいファクターを見つけ出していく

質問項目を考えるのはむずかしいけれど、こういう解釈は成り立たない、ということを確認していくような質問というのは比較的容易に見つけれられると思います。たとえば、年齢が重要なファクターになっているけれど、年を重ねることの何がファクターなのか、何がファクターではないのか。加齢ということだけでは、何の説明にもならないわけですし。

小林(啓) 過去のどんな研究でも「年齢」が重要なファクターであるとされてきたけれど、年齢とともに変わるのは何なのか、それがはっきりしないまま、切り口としては随分大ざっぱなものにとどまってしまっています。

SOC と文化性

小林(正) それにしても、あの結果の中で、日本の学生のSOCが極端に低いというのは驚きでした。

小林(啓) そうでした。日本の学生全体に当てはまるのかどうか。

小林(正) あの調査での、あのSOCの違いは、調査の中で示された他のさまざまな違いを問題にさせなくするような桁違いの違いだったから。

小林(啓) あの調査の場合、アントノフスキーが作った元々の質問を日本語に訳した、その結果、質問の中身が違ってしまっているということがあられるかもしれません。あるいは、質問の内容自体、日本の社会の中では普段問われるような事柄なのか、大切なことだと思われているのかどうか。そうでなければ、当然成績は悪くなってしまいます。社会・文化の違いを考えると、中立的な比較ができるものかどうか再検討が必要だという気はします。

小林(正) 「sense of coherence」という鍵概念自体、「首尾一貫感覚」あるいは「健康保持能力」という日本語訳がふさわしいのかどうか。それによっては、SOCということではいわれている事柄も、

「首尾一貫感覚」ということとは違って来るかもしれない。

小林(啓) そうかもしれない。

しかし、それにしても、従来「武道によって育てられる精神性」といったことが盛んにいわれながら、それを裏付けるようなデータがこれまであまりにもなかった。その意味では、初めてとさえいえるかもしれないデータだった、という自負があります。

小林(正) 「精神性」の中身の検証は必要だけれど、もしも前向きに捉えられる要素があるとするなら、それははっきりさせていくことで、教育に生かす道筋が見えて来るかもしれない。

小林(啓) そこからいえることとともに、そこから期待できること、については言及しておくことができる。

今後への期待

小林(正) そんな自分自身の期待に沿うものとして考えるとすれば、さっきもいったけれど、やはり剣道と、それに忍術かな。手裏剣みたいな。あれは随分むずかしい。あれを学生にやらせたら、普段のスポーツとはまったく違ったからだ使いを体験できるかもしれない。武道大学の卒業生はみんな手裏剣が使える、ということにでもなったらおもしろい。

小林(啓) 武道に秘められた世界という点でいうと、武術の世界でいう「免許皆伝」の中身なんて、どうやら「生水を飲むな」とか、そういうことであるらしいですね。とすれば、要は、いかに自分のからだを健やかに維持するか、直接「健康」に関わるような。

小林(正) それこそ、「技の崩れ」の局面に直接関わる心得ですね。勝負の分かれ目になるのは結局「節制」といったことで、下痢していちゃ勝てない、いつもいいものを食べて最高のコンディシ

ョンを整えておかなければならないという、まさしく「健康」に関わる、感動的な指摘といえる。

小林(啓) 勝つか負けるかという最終的な局面で、武道の究極が、「健康」という形で表われてきている。

小林(正) 「精神論」に向かうのではなく、ね。

小林(啓) いろいろ話してきましたが、いずれにせよ、わたしたちの研究プロジェクトはひと区切りということになります。最終報告では、改めて「武道」の営みを念頭に、今までの議論から分かるもの、武道の実践に期待するもの、あるいは、これだけはこのことをそれぞれに書いて、それらを次に引継ぐことにしましょう。

長時間ありがとうございました。

田邊 ご苦労さまでした。

II. 各分野からの小括

1. 伝統的健康論

田邊信太郎

はじめに

本稿では、総括的討論を踏まえて、伝統的健康論（及び伝統医療）の観点から、改めて「健康」について、いくつかの論点にまとめながら考察してみようと思う。ただし本プロジェクト研究についての私的総括は、すでに前年度報告にて行っているため、今回は、確定した知見を積み重ねることではなく、総括的討論で話題となった事項の補足とか、総括的討論で提起された話題の再考により、今後の取り組みに向けての関連課題を提示することに重点を置きたい。したがって、総括的討論の流れを受けての、やや事例的・体験的で探索的な考察となる点をお断りしておきたい。

主に取り上げたいのは、「健康」の具体的状態や確認手段、また「健康」でない場合の対処法といった事項を巡っての具体的諸事例であり、それらの根底にある生命観・身体観である。

本論に入る前に、あらかじめ述べておきたいのは、すでに本プロジェクト研究でも触れているが、「健康」という用語自体は西洋医学の翻訳時に造られた訳語であり、そもそも伝統社会や非西洋医学の社会に「健康」なる概念が存在し、積極的に用いられてきたのか否かは、十分に検討を要する課題であるということである。かつて1980年代、我が国に医療人類学が本格的に紹介された頃、私も末席で米国の代表的テキストの一つを勉強したが、その後も含めて振り返ってみると、病い（病気）や医療文化の人類学文献は多く見出されたが、伝統社会で用いられている「健康」の人類学という文献を見た覚えがほとんどない。災いや災厄と

いったネガティブな事象についての概念やカテゴリー等は、詳細な記述報告が見られたのに対して、いささか奇異であった。当時、このことを勉強の折に話題にした記憶があるが、結論はとも、「異常」事象に対しては各文化で大いに関心をもたれ、概念や対処が数多く見られるものの、「健康」は生活を送るうえで「当たり前」の状態であり、日常的に特にそれ自体が意識されることはなく、ゆえに意識されない事象に対して特別の用語はないのではないか、というものであった。

であるから、伝統的「健康」概念というものを改めて問い直すと、実はなかなか難しい検討を要することになるが、ここではまずあらかじめ代表的な伝統医学の考え方から、いささか強引に伝統的「健康」概念の特徴をまとめておく。しかし上述のように、歴史や伝統社会の中では、「健康」よりも病いや災いへの対処が大きな関心事（西洋医学も含めて）であった。そこで、病いについての概念を手掛かりに、「健康」をあぶり出してみよう。三大伝統医学と呼ばれるアーユルヴェーダ、中国伝統医学、ユナニ（ギリシャ・アラブ）医学は、それぞれ独特の概念とシステムから構成されている千年単位の歴史を有する医学であるが、強いて共通項を求めると、病いとは、調和・バランスを欠いた状態であり、それへの対処（治療）は、調和・バランスの回復ということである。貝原益軒の『養生訓』では、元気を保つこと、気を体内に巡らすこと、また中を守ること（過不足のないこと）等と説かれている（貝原 1982）。体内とか、環境との関係等、調和やバランスが求められる対象はいろいろとあるが、いずれも調和・バランスを重視した医学ということである。したがって、病いでなく、日常生活を問題なく送れる状態としての「健康」は調和・バランスのとれた状態と考えられる。それに対して、WHOに見られる現代的健康観は、より理想主義のような価値観を含んだ

ものと見なせる。我々は現状に留まらず、より努力を継続して健康度を高めたり、理想の健康に到達しようという価値観の中で、健康づくりに励んでいる。

「健康」についての総論は以上に留めて、以下に、今回の総括的討論の流れを受けての考察課題を挙げておこう。それは、上述のように、一般的な考え方についてはある程度概念的な理解ができるものの、具体的なからだや人間に対処する場合、伝統的健康論では、はたしてどのように「健康」を判断し、それに対処するのかという点である。また、そのように判断・対処できるようになるために、どのような修業・訓練があるのかという点も課題となる。このような課題に関して、事例的・体験的で探索的な若干の考察を行うこととする。

「健康」の「語り」

米国の医療人類学者アーサー・クライマンの著書に『病いの語り―慢性の病いをめぐる臨床人類学』（誠信書房、1988）がある。慢性の病いをかかえた患者や家族が、肉声で語る物語で構成されている。「病い (illness)」とは医学上の「疾病 (disease)」とは異なり、個人の経験する症状やわずらいである。医学的異常の有無にかかわらず、病いは経験される。本書は、今後の医療やケアの世界で、医療者からの客観的な評価や診断だけでなく、患者にとっての「病い」の「語り (ナラティブ)」に耳を傾けることの重要性を説いている。

初めにこのような著書に触れたのは、我々がここで対象とする「健康」をどのように記述したらよいかについて、いささか思案したからである。総括的討論でも話題になったが、質的なものとか数量化になじまないもの、さらには体験しないと分からないものについて、どのような言葉を用いることが相応しいのだろうか。百聞は一見に如かず、であるが、このような論文ではまず言葉の表

現に依拠するしかない。だが、第三者が読者の理解の便に配慮し、いきなり一般的用語や学術的用語に置き換えて表現することには慎重でなければならない。問題は、数量化になじまない、数値で測れない世界の事象に係わるものだからである。それならば、第三者の解釈を経た言葉よりも、実践者・体験者の発する言葉・表現をまずはそのまますくい取ることがベターな方略であろう。そこには、そのままでは我々の一般的理解や学術的理解の困難な言葉・表現が見られるかもしれないが、後日の検討の素材としても、第一に記述すべきは、当事者による「健康」の「語り」である。以下に、いくつかの事例を引用していく。

明治期から大正期にかけて社会的にも話題となった岡田式静坐法の創始者岡田虎二郎の言葉や行動を採録した『静坐―岡田虎二郎 その言葉と生涯』という書籍がある（笹村編 1974）。岡田式静坐法は当時の健康法が紹介される時に、必ずと言ってよいほど取り上げられるものだが、興味深いことに、本人はその命名者でなく、健康法として紹介したわけでもない。また、自ら書物を著したこともない。ほとんどは賛同者が書物を著したり命名したもので、そこから虎二郎の考え方を窺うしかないのである。下宿生活をして毎日、都内を中心とした静坐会を巡り、まず坐ってごらんさいと一緒に坐り、ひたすら行を重ねたのが、虎二郎の後半生であった。没後も、その実践や思想に共感する著名・無名を問わない人々が、多くの関連書物を著してきた。本書には、多くの虎二郎の言葉が、参坐者のノート等から採録されている。その一項に、静坐会に参坐した弓の名人に語った言葉の事例がある。

「あなたの弓は、よくあたりますか（といいながら、名人の胸をちょいと衝かれた。名人は不意をくって、仰ぬけに倒れてしまった。

名人は汗だくだくになって起きあがり、坐り直した。先生は続いて)あなたのような態度で、本当に弓が射れるのですか。的にはあたるかもしれぬが、戦場に出ていざという時になると、駄目だろうと思う。丹田に力が入っていないから、体の垂直線がとれていない。こんなことで胆力も何もあったものではない。(と説き懇切に坐り方を教えられた。その後で先生は名人の胸をお衝きになる。こんどは上体だけぐらんと動く。まるで不倒翁の如^まだ^く。)これでよい本物の名人になられた。(と先生は喜ぶ。つづいて)昔、心ある弓の師匠は弟子の臍をしらべて、臍が天をむくようだと、免許を与えた。丹田に力が入り、臍天になれば、体の垂直線も心の垂直線もとれるからだ(といわれた。)](笹村編 1974 67～68頁)

また、若い士官学校教官に、静坐の要領を指導した時に、相手の肩を軽くついて、以下のように語った。

「肩をいからしてはいけません。肩の力をぬいて、もっと抜いて。軍人の姿勢は、まちがっています。肩をいからし、胸を張り、上体に力をいれて重心を上にあげる。これは最も不安定な姿勢であって、決して不動の姿勢ではありません。(中略)胸や肩の力を抜き、重心を下腹にさげ、そこに力を充実させねばいけません。」(笹村編 1974 89頁)

これらは数多ある虎二郎の言葉のわずか2例にすぎない。ここでは、姿勢に関する言葉を紹介したが、目の前の参坐者には、具体的で懇切に静坐を指導した様子が窺える。また、これらの指導の言葉を読むと、虎二郎は姿勢や身体についての一定の基準や原理をもっていたことも理解できる。そのような基準・原理はまた、我が国古来の中に準拠モデルがあったように受け取れる。その具体

的解明は未だ緒に就いたばかりだが、少なくとも、明治期から大正期にかけて、伝統的なものが民間の身体実践に継承されていたということは言えよう。それは昭和戦前期まで形を変えながらも、いろいろな身体実践において継承されていったと思われる。そして、このような時期の伝統的な身体実践を探っていくことは、明治期に明確な形として取り入れられ普及した近代化の一つである西洋的身体観の基準化に対して、伝統的身体観がどのように継承されていったのかを明らかにする作業にもなる。それはまた、今日の我々が、潜在化・消滅したもう一つの身体実践を見直す時の貴重な資料ともなるであろう。

スジとツボ

古典の鍼灸にヒントを得た「経絡指圧」を提唱した増永静人は、昭和戦後期に活躍した指圧師である。彼は経絡・経穴について、古典の見出していた本当の姿で理解しようという意図で、あえて日本語のスジとツボという概念を用いて、その実態と検証法を説いている(増永 1994)。増永によると、古典における経絡・経穴は実におおざっぱな模式図にすぎない。しかし、だから学問が未発達だったためであると解するのは間違っている。古人はむしろ、経穴の場所を詳しく描かなくとも、ありありと実感できたのではないか。古典には按じる(手でじっと押さえる)という言葉がよく出てくるが、これは漢方四診(望聞問切)の切診のことである。経穴はすべて按じて決められたのであり、経絡図で教えられたのではない。最近の経絡図はますます正確に描かれるようになったが、逆にますます経穴の実態から遠ざかっている。そこで、古人が実感していたものが何であったかを見ていきたい。

ここで増永は、一つの例えを示す。ここに一枚の絵があるとす。絵があることは万人が一様に

認め得ることだが、絵の美しさということは、その絵がわかる人にしか存在しない。その絵に感動できる心をもたないと見えない。同様に、ツボがヒビクということは、それがその病人の施術に必要な場所であり、これをヒビカせる技術をもった者でないと存在するとは言えないのである。

ではツボは、どうしたら感じ取れるのか。増永はまず、「もの」と「いのち」へのアプローチの仕方を例に挙げる。「もの」に対しては判別性感覚が用いられる。自然科学のように、「自分から切り離された対象として、そこにあるもの、またかなたにあるものを見分ける」（増永 1994 36頁）感覚である。一方、「いのち」は「内外の交流と内部の流動がありながら同じ姿を保っているところに」（増永 1994 同上頁）あり、「もの」のように周囲から切り取っては存在しない。古人は一木一草や石に「いのち」を感じてきた。「それは自分とそのものが切離された存在でなく、一体であると感じたとき、生きて感じられた」のである（増永 1994 同上頁）。基本的な生命活動と緊密に結びついている感覚は原始感覚と呼ばれるが、そのものと自分が一つになった時に感じる感覚がそれである。そして、スジやツボは生命の基本的な働きであるから、「もの」を見るように判別性感覚で捉えることはできない。「患者と一体になって、原始感覚により患者の病気を共感するときに、病気を治すツボやスジが自分の体と同様に実感される」（増永 1994 37頁）のである。そもそもスジやツボは、そこにあるここにあるという現象ではなく、生命体の統一に歪みが生じて病的になった時に現れてくる現象である。また「いのち」の流れであるから、気の滞りのない時には、ほとんど自覚されない。そして歪みが出てきた時に、その滞りをツボによっておさえると、正常の流れを取り戻すヒビキが起こる。

そこで、スジやツボを捉えるには、施術者は副

交感神経優位の状態でなければならない。ツボを捉える指先に意識を集中してはいけない。おおまかでゆったりとした身体全体と協調した動作で、相手の皮膚に密着し、やわらかく内部にもたれていくような状態になる。「ツボはさぐるのではなく、自らツボにはまっていくような気持ちで、相手にまかせるように指をもっていくと、ツボも安心して受け入れてくれ」（増永 1994 62頁）る。増永は、このような基本認識から、さらに具体的な方法を説いていく。

ここでは、増永の事例を通して、生命観・身体観の一端を見てきた。また、施術者に要求される態度・感覚についても見てきた。それらは伝統的なものを実際に体得する時に、現代人・研究者たる我々のもつ「構え」の「リセット」も求めている。

生命バランス

江戸後期の鍼医師、石坂宗哲（1770～1842）の石坂流鍼術を継承しているとされる町田栄治は、長年の鍼師の経験も踏まえて、伝統的なもう一つの生命観・身体観を示している（町田編 1985）。まず、石坂流鍼術の基本は、人間の身体全体、つまり生命全体を見ながら鍼を打っていくという点にある。だから西洋医学的に、悪い箇所にも外科的手法を施すということはない。このような考え方は、現代の鍼医術の世界では、実は少数派のようだ。しかし、以下に挙げるように、町田を通して紹介される鍼医術の世界は、我々が生命観・身体観を見直す時に、一定の示唆を与えてくれると思われるので、ここで取り上げたい。

ところで、具体的内容紹介の前に、対談形式で収められた章の中で町田は、自らの修業体験について述べている。子どもの頃から修業を始めた。その「語り」のいくつかを記しておこう。

「子供の頃の修業というのは一切なかったのですよ。石坂流を継承させていくというとき、

そのいちばんの修業というのは、親が実際に鍼治療をやってみせるということなのですね。それを子供が遠くのほうからみている。余り近づくとよくみえませんから。(中略)生活のなかで教えるということなんですね。鍼を実際にもつなっていくのはどうでもいいことなんだ、と。そんなことはどうでもよくて、その前の生活態度が問題なのです。(中略)鍼を具体的にもつのはいつでもいい。だからこそ伝統をまた新しくできるわけです。伝統を新しいものにするには、技術ではなく、それ以前のものなのですね。それ以前のものが力にならなければ崩れてしまうものですね。」(町田編 1985 16~17頁)

鍼を初めてもったのは14~15歳だという。まずは自分の身体に刺してみるとか、兄弟同士で刺してみた。技術的なことは教わらなかった。見ていて自分で工夫した。鍼の心構えがきちんと体得できさえすれば、あとは自分でできる。

「そう、それ以外にないのですね。何故ならば、対象が変われば(患者さんの状態が変われば)変わったようにやらなければならないのですから、基本は別にして、あれこれもってもらいたいことを教わったって何の役にもたないのですね。」(町田編 1985 18頁)

ここには、伝統的なものを修業するとはどういうことか、何を身につけることが要であるのかが示されている。おそらく、師弟関係を伴う他の伝統の継承と共通する要であろう。だが現実には、弟子を育てて継承するということが、そう簡単なことではない。町田も一時期、弟子の養成を試みたが、中断したという。技術以前に必要な考え方を分かってもらえなかった。

「いくら教えても治療の形式、マニュアルのようなものをつくろうとする人がいたり、科学的に理解しようとする人がいたり。」(町田

編 1985 145頁)

鍼を打つ時にもっとも肝要なことは、自分の精神状態だという。何かわだかまりがあってはいけない。「空に徹する心構え」が肝要で、それができれば、あとは患者の身体の状態に応じて鍼を打つ。

このように困難な中で、町田により継承されてきた石坂流鍼術においては、治療の目標として、人間が最高質の生命力をもって生きられる状態をつくり出すことが掲げられている。具体的な治療においては、その時点で最高の身体のバランスがとれている状態に戻すことが目指される。通常の鍼治療のように、ただ個々の症状がある悪い場所のツボに鍼を打つというのではなく、本人の生命力を高めていくということが基本である。一時楽になるという治療法は、表面しか見ておらず、深さを見ていないという。身体のバランスが崩れると、身体の中に「硬結」と呼ばれるかたまりが生まれてくる。初めは身体の表面に近いところに、小さくできるが、しだいに大きくなり、数も増えながら深くなっていく。さらに崩れると、身体の一部に「空洞化」した場所が発生する。「空洞症」と呼ばれる。それは硬結の上にすり鉢状にできる。鍼を刺してみると、抵抗なくずるずると入り、患者も深く刺されているのに、痛みも何も感じない。病気症状とは、硬結や空洞症が身体の中に出来た結果、生じたものと捉えられる。したがって、治療実践は、第一に空洞症を治し、第二に硬結を取り除きながら、生命バランスをしだいに質の高いものにしていく方向でなされる。町田の観点からは、人間の生命力の低下が病気を生じさせていることになる。

町田は、自分は単なる職人であり、労働者と言われると、なぜかうれしいという。権威のようなものをもつべきでなく、組織や団体とも関係したくないと考えている。そして、一人ひとりの患者と関係を持ち、人間の生命と接し続けることを理

想としている。

石坂流鍼術自体の内容や、町田の具体的治療については、とうてい書き尽くすことはできないが、ここで取り上げたかったのは、具体的技術はもちろんおろそかにできないが、それ以前の心構え、生命観・身体観の重要性、そして伝統を継承するというこの本質は何か、ということの一例を示すことであった。「硬結」も「空洞」も、そのような事柄を体得した感性からは、ありありと感じられるのであろう。

息一つ

明治期から昭和戦前期にかけ、制度化され普及する西洋医学に対して、それに対抗するかのごとく民間で提唱・実践された数多くの健康法・治療法が存在する。伝統的なものや海外の民間のもの、それらから創成されたもの等、数値的把握は困難なもの、数百という単位は下らなかつたと思われる。多くはその後、栄枯盛衰を繰り返し、衰退・消滅に至ったが、今日でも当時の名称のまま存在するもの、変化をとげながら継承されているもの、あるいは国際化しているものも存在する。西洋の代替医療関係の文献を読んでいくと、Shiatsu（指圧）、Macrobiotic（マクロビオティック）、Reiki（レイキ）等、いずれも戦前の我が国にルーツを求めることができる健康法・治療法を見出すことができる。そうした諸実践の中で我が国の戦時下、多くの専門的実践家が結集し、独特の生命観・身体観のもとでまとめあげられた手技療術の体系があった。それは整体療法と名付けられた。ここではその特徴を見ていきたいが、まず、その概要・沿革を簡単に述べておこう（野口 1947b）。

戦前に、自らの法的地位の確立を目指して集った民間治療家の組織があった。彼らは「治療師」法の制定運動を進め、当時の厚生省関係者とも交渉した。公称では数千名が参加した全国組織であ

り、各地に支部があった。その中で、大きな勢力であったのが東京治療師会であった。この組織や運動は一時分裂したり幹部の脱会等の紆余曲折があったが、戦後から今日まで、その精神を引き継いだ組織と運動が存続している。そして、東京治療師会の手技療術を行う人々を中心に、より人間が丈夫になっていくこと、また技術交流を通してよき技術を追究することを目指して、委員会が組織され、手技療術の標準型が制定された。組織されたのは整体療法制定委員会であり、制定されたのは整体療法であった。委員長となったのは、精神療法家の野口晴哉であった。なお、野口は戦後になり治療を捨て、新たに独特の視点から体育を普及する社団法人整体協会を創設した。ここで取り上げるのは、治療家時代の野口である。

制定経過の報告を読むと、人間の身体とその変化に対して、彼らがどのような認識をもち、議論がどのようにまとめられていったかが窺われる。各委員は当時の手技療術の大家であり、議論百出であったが、やがて表現は異なるものの、共通点のあることが明らかとなった。それは「身体外部から触知し得る体のある場所に、体内の異常に対して触知し得る如き反応が現れるといふ事実の指摘」（野口 1947b 巻一 38頁）（旧漢字は特殊用語を除き変換。以下同様）であった。それらは硬結、弛緩、圧痛、過敏、硬直、転位等の反応であった。それらに対する理屈は各人各様であったが、体に現れる触知できる異常の解除を目指している点は、共通していると思われた。そして、この反応は、いつも体の状況に応じて動いているものであり、「生命の報告」と言ってもよい。また、その異常を知らせる報告点は、押圧その他の手技を加えられると「快」に感じる。「快」は体の要求の「適」の総合感覚であるから、手技療術とは、生命の報告によってその要求に基づいて操法する手指の技術と言える。そしてある治療家は頭、あ

る治療家は足、あるいは脊椎、腹等に行う操法により、全身の「異和」を除く。これらの操法は病氣そのものを対象にして行われるのではなく、「自然癒能力」の誘発発動を目的としてなされると言える。また、操法は身体外部から行われるのであるから、それは感受性によって一つの刺激として働くのであると言える。したがって、手技療術は、人の感受性を利用して自然良能を促進せしむる手指の技術とも言える。

このようにまとめられると、一つの原理のあることが判明するが、議論がまとまるまでに主張・信念がぶつかり合い、何か月もの月日が費やされた。そしてこうした経過を通し、意見の相違はあっても、各人が人体を一つの全体と感じ、その全体としての体に操法していることが分かった。「それは決して分解分析による解剖的人体観では無い。生きて動いて絶えず変化してゐる人体そのものを観てゐる」(野口 1947b 巻一 41頁)。

こうした身体観をもとにし、またしても議論百出を経て、技術面としてまとめたのが「處」と「型」であった。處と型ともに、その詳細は割愛せざるを得ないが、それぞれの考え方について、簡単に紹介しておこう。以下、野口の説明である。

「處は解剖的構造より、寧ろ感受性の側よりその構造を支配する要所を求めた。たとへば手の第四圧点はこの部を強打すれば半身痺れ、時には氣を失つてしまふ急所であるが、解剖的構造によれば肘の横紋筋の末端であるに過ぎ無い。腹部第三整圧点は仮死せる者を一瞬に活かす要所であるが、解剖的には腸がその下にあるだけでさう重要な場所では無い。生きた体を観てゐる人で無ければ、この要処の要処であることは判らない。生きた体を観てゐればこの部に氣が充ちておれば人は生き生きし、この部に息が入らず、胸や肩で呼吸してゐる人の丈夫でないことは誰にでも感ず

る。」(野口 1947b 巻一 42~43頁)

「「型」は指を鋭敏に使つて處を読み乍ら操法する為に、体の力学的合理的な用ひ方によつて指に力を入れないで、指の力で指を使はない為組織した。(中略)操法の原理は手指の機械作用にあるのでは無く、その度の問題であり、度は相手の感受性に求めねば適は得られない。感受性は一定不変では無い。一合の酒で踊る人もある。一升呑んでも酔はぬ人もある。しかも執達吏の督促状でも懐中にあれば、一合の酒に酔ふ人でも五合呑んでも酔はない。(中略)機に依つて度を得るには、息一つにならねばなし得ない。」(野口 1947b 巻一 43~44頁)

機・度・息というのは、整体操法を行う者に与えた心得(教授書)に説かれている(野口 1947a)。技術の根底にあるものと言えるかもしれない。中伝に「手指の技術つきつめれば機を捉へ氣を制するの術也」(野口 1947a 10頁)とある。同じく中伝には、「度の適を得る」(野口 1947a 15頁)ことが説かれている。そして奥伝で説かれるのは息である。相手が他人に触ってもらっているように感じているうちは、息が合っていない。自分の痒いところを感じるように相手の異常を感じ、自分の痒いところを搔くように操法するには、「息一つになること」(野口 1947a 19頁)である。

また、上記の引用で、第四とか第三とかの處に言及されているが、これらは具体的に触知し得るものとされている。例えば、腹部の第三整圧点は、以下のように説明されている。

「臍の下二三寸のところに之又指で探ると凹んだ部がある。之が第三整圧点である。昔から丹田と言われてゐるのはこの部のこと」(野口 1947b 巻二 20頁)である。

整体操法での健康とは、「刺激と反応の平衡状

態を保つてゐること」(野口 1947b 巻一 72頁)とされる。また、以下のような表現もある。

「どんな息をしてゐれば健康であるかといへば、深く静かで調つてゐる息である。腹部第三整圧点に於て息してゐることが健康といふのである」(野口 1947b 巻三 1頁)。

もう一つの生命観

以上、いささか断片的であつたが、近代科学の身体・生命・健康観とは異なる地平から成り立つ、いくつかの身体実践を見てきた。それぞれが程度の差はあれ、「伝統」に彩られたものであつた。それらは戦前から今日までに行われた実践であるが、必ずしも、伝統そのままというのではなく、その時点の实情や知見を取り込んで、新たな適応や貢献の仕方を模索してきたとも言える。

それぞれを詳細に比較していくと、さまざまに相違する点が浮かび上がると思われるが、ここではむしろ近代の見方との比較のために、共通する点に焦点を当て、まとめとしていきたい。一つは、人間のからだを見る視点である。例えば、人間の中心に腹・丹田を据えること、人体にツボ・スジを見出し感じ取ること、あるいは異変の指標としての硬結・空洞・弛緩等を感知すること。これらはいずれも、死体解剖から得られたものではなく、生きた人間を感じ取ることから得られたものと言えよう。今日の我々の知識・思考からは導き出せない。そのような生活感覚とも教育とも無縁だからである。

また、そのようなからだについて、「健康」であるか否か、彼らはそれを具体的に評価・判断する手立てを有しており、調整する指導力や異変に対処する技術も有している。それらはたゆまぬ実践・修業の中で体得してきたものであろう。これらの実践・修業の方法もまた、今日の我々の教育・訓練システムとは無縁である。

そして、からだや「健康」を見る根底には、「いのち」を見る独特の視点があると思われる。治療という観点でも、それは個々の症状に対処するのではなく、その背後に全体としてのいのち(生命)を見ていると言えるのではないか。整体操法では型があることを述べたが、「操法の型の第一は礼である。操法といふこと礼に始まつて礼に終る」(野口 1947b 巻二 61頁)と記されている。これはいのちへの礼とも受け取れる。これらの観点・感覚も、モノ的に対象化して人体を理解することに慣れた今日の我々とは無縁である。

今日の複雑で変化の激しい社会において、伝統的なものが往時そのままに尊重され復活されることは困難であり、ふさわしいとも思えないが、近代化の中で反省することも少なくないはずである。我々の探究してきた「健康」も、国際的な再検討の中にあり、伝統の見直しもされるようになった。今回紹介してきた「健康」論はその中のわずかの例であるが、からだや健康について、我々に再考を促しているように思われる。また根底にあるのは、どのようにいのち・生命を見ることから出発するかということではないだろうか。たしかに我々はたった一つの細胞である受精卵からのいのちの船出をしてきた。だから、本来は丸ごと一つかもしれない。しかし、知識が複雑化するにしたがつて、我々は人体も人間も、対象化して複雑に見るようになってきた。これは知識の進歩かもしれないが、生きた人体や人間を全体として丸ごと見る(感じる)能力や、近代的知識以外のものを見る(感じる)能力は隠されてしまったのかもしれない。伝統は、現代に欠けたものを写す鏡でもあり、その中身をはっきりと見るにはまず、今かけている「現代」を見るメガネをはずして、メガネを通して得てきた我々の知識や構えのあり方を問うことから始めることが要請されよう。すなわち、知識や構えをいったんリセットすることである。

振り返ると本稿では、総括的討論に触発されて、特に武道にこだわらず、伝統的健康論における関心課題から、関連する補足ややや詳しい紹介を行った。しかし述べていくうちに、健康論の分野においても、まだまだ掘り下げていくべき対象は広く深いものであることに、改めて思い至った。また、我々のあまり好ましくない習慣であるが、どうしても近代的知識に置き換えて理解しようとしたり、対象化して捉えることから抜けきることが難しいことも再認識した。これは学術研究上のジレンマとも言える。いまだ隔靴搔痒の感があることは否めない。したがって、本論でも触れたが、多くは当事者の「語り」に委ねることとなった。このような領域の研究手法の探究も、並行した課題となる。

以上、いろいろと課題を挙げることとなったが、本研究プロジェクトや総括的討論を通して、さまざまな新たな知見に触れたり、気づきを得ることができた。本学ならではの武道健康論が、今後により確かな実を結ぶことを願いたい。

(文献)

- 貝原益軒(伊藤友信訳) 1982(原著1713) 養生訓 講談社
 笹村草家人編 1974 静坐—岡田虎二郎 その言葉と生涯 無名会
 野口晴哉 1947a 整躰操法教授書 東京治療師會
 野口晴哉 1947b 整躰操法読本(巻一〜三) 整躰操法協會
 増永静人 1994(原著1975) スジとツボの健康法(新装版) 潮文社
 町田栄治編 1985 石坂流鍼術の世界 三一書房

2. 舞踊論(宗教学)

「健康教育」と「武道」

小林正佳

「健やかさ」の回復

共同研究報告で重ねてきたこれまでの議論を受け、今回収録された討論でも言及された「武道」の教育課程への取り込みについて、いくつか基本的な論点を確かめておきたい。また、討論の中で「剣道」と「手裏剣」に言及したが、「わざ」の修得と確認、身体への気づきへの手掛かりという点から、改めて両者の特質を補足しておきたい。

「健康」を視野に「武道」を教育プログラムに取り入れていこうとするなら、そこではどんな原則が維持されていなければならないのか。その点の確認は不可欠だろう。といっても、この稿は、そうした論点の確認だけで、それに続く「武道的身体」の具体的な中身について論じるものではない。これからの研究の課題を改めて確かめておくための、中間的な準備作業としてお読みいただくとありがたい。

前回の論考⁽¹⁾で述べたように、わたしは、「健やかさ」とは何より人と人との繋がりの中で論じられるものであると終始論じてきた。しかも、「人との繋がり」は決して気持ちの問題や社会的仕組みというだけではなく、何より、狭い意味での肉体的、生理的側面を含んだ「身体のあり方」と直接結びついているものであることを主張してきた。そうした視点からわたしたちの周囲の学生を眺めてみると、かれらからは急速に、他者に関わるコミュニケーション能力が失われてきているのではないだろうか、しかもそのことが、自らの身体を感じる能力、さらには、他者の身体のあり方を読み取りそれに共感していく能力の低下として表われてきているのではないかというのが、前回の論点だった。

こうした点を踏まえて、教育、特に健康教育を考え、さらには体育の中での武道教育を構想していくとき、いったい、教育の場に武道を持ち込むことは何を指しているといえるのだろうか。

端的にわたしは、基本的な意味での「健やかさ」を回復することは、何にも増して教育上の最も重要な課題になるだろうと考えている。先に述べたような観点から「健康」を考え、それを実現していく方策を練ることは、単に「体育」という個別の分野だけではなく、広く「教育」全体を見直すことに通じているだろう。特に今、さまざまに異なる文化と異なる生きざまが交差する社会の中で相互に理解し合い、共鳴し合うコミュニケーション能力を身につけさせることは、教育が目すべき最優先の達成目標といってよい。そのことが、語学力や知識といった情報の形としてではなく、最も基本的なからだのありようとして実現されていかなければならない。とすれば、狭い意味での「体育」は、広い意味での教育全体の重要な一翼を担っている、あるいは、その最も基本的な部分を担っていることになる。

武道教育の目的

学生たちが異質な身体のありようや異質な心のありようを受け止め、自らをそれに向かって開いていくことを妨げている条件を、何よりわたしは、彼らの身体的なあり方自体がしなやかさを失っている点に求めた。とするなら、「健やかさ」を育てる教育は、実際にかねががしなやかな身体に出会う機会を提供し、しかも、そのしなやかな身体とその動きに自ら共振していく準備を整えさせることを目指さなければならない。そのとき、具体的種目として、ほかならぬ「武道」を教育課程にとり込んでいけるのではないかというのが、ここでの構想だった。何故「武道」なのか。「武道」の何が伝えられなければならないのか。

実際のところ、すでに公教育をはじめとする学校の教科課程の中に武道が取り入れられて久しい。また、大学体育の中で武道が実践されている例も珍しくない。しかしなお、実際にそうした営みはどんな成果をもたらしているのか。あくまでそれは、それらに期待される効果、目指すべき目的との相関で評価されなければならない。その点で、武道を通して何が実現されようとしているのかについての議論や具体的中身についての認識は、決して十分とはいえないような気がする。汗水たらしてからだを動かし、筋肉を強化し体力をつけるためなら、ことさら柔道や剣道である必要はないからだ。

たとえば、教育課程の中に武道を取り入れる目的として、からだを動かし身体を鍛えるといった一般の体育種目と同じ狙いのほか、精神性を養う、伝統文化に触れさせるといった項目が掲げられている。しかし、討論の中でも論じられたように、武道の実践がどのように精神性の涵養に繋がるのか、そもそもそこでいわれる精神性とは何を意味しているのか、その点は必ずしも明らかではない。さらに、現実の柔道や剣道といった種目の実践を考えるなら、伝統文化とは武道のどのようなありようを指しているのか、伝統に触れるとはどんなことなのか、その点の検討もほとんどなされていない。実際の柔道や剣道と近代スポーツとの違い、特に、身体操作の原理やからだのあり方の違いが明白でない限り、「伝統」とは何をさすのか、その点は不明なままになってしまう。しかも、近代柔道や近代剣道と通常の近代スポーツの違いがますます曖昧になってくるに従って、「伝統」という言葉も、単なる謳い文句に過ぎなくなってきた。

武道の特異性

こうした点が明らかになっていないことは、精

神性を養うとか、伝統文化に触れさせるといった一般的な武道教育の目的が、必ずしも、「武道」そのものの特性から直接生み出される効果として把握されているわけではないことも結びついている。精神性や伝統という要素は、柔道や剣道を行う場や稽古の雰囲気、端的には衣服や道場の古めかしさ、従来のスポーツとは幾分違う活動の進め方から派生する副次的な効果として捉えられているだけなのが実態ではなかろうか。少なくとも、武道を行なう人間に特異的な身体条件、近代スポーツとは違う身体操作の特殊性というもの自体と精神性や伝統が結びつけて論じられることは、通常極めて少ない。これも討論の中で述べたように、武道の精神性とは何なのか、武道のどこが伝統的なのかという点が身体のあり方や身体操作の仕組みに沿って理解されていない限り、「効果」もまた概して印象的なものだけだし、あるいは、既成の理解にそのまま寄りかかった単なる思い込みで陥ってしまう。さらに、そのことにも増して、柔道や剣道をすることから派生的に生まれる副次的効果に期待するのであれば、ことさら不便を押しつけてまで武道を教育に取り入れる意味がなくなってしまうだろう。サッカーやテニスならぬ武道を取って実施するからには、柔道や剣道を構成している身体的な条件や運動の仕組みを身につけることで直接獲得される効果や成果が意味を持つべきで、そうでない限り、武道ならぬ通常のスポーツ活動と大差ない、単に目先が変わっただけのものに終わってしまう。

「武道的身体」

結論的に、武道の導入は、「武道的身体」を育てるという観点からなされなければならない。その意味でわたしは、武道には、近代スポーツとは違った運動へのまなざし、それに支えられた違った身体のあり方があると感じている。だからこそ

「武道」に触れることが、新しい身体のあり方に気づききっかけにもなるし、最初に述べた「健やかさ」を育てる手だてにもなると考えているのだ。

と、どの点がそうなのか。実のところ、肝腎のところに来て、今のわたしには明確な答えがない。おおまかな見通しとしては、これまで民俗舞踊を通して捉えてきた動きの柔軟性やしなやかさと同じ方向で捉えられる身体運動の原則は、武道にも当てはまると感じている。これまでの分け方というなら、筋肉の緊張に向かう方向ではない、筋肉を解放していく方向に向かうからだ違い。その点で、本来武道のあり方は、近代スポーツの基本的あり方と違ってはいるのではあるまいか。そのことを、誰にでも分かる形で解き明かしていくことが、これからの議論の出発点とも、ひとつの到達点ともなるだろう。

実証的というよりさしあたり三段論法的に考えてみるなら、討論で触れた体力のピークとわざのピークの大きなズレが、この点を解き明かす糸口になりそうな気がする。このズレは、民俗舞踊の世界におけるわざのピークが体力のピークの遥か後にあるという事実と重なり合っている。「腕力の強いものが勝つ」というのは逆の意味で、「体力」で克服するのではなく「わざ」で克服する要素の大きさが武道にあるとすれば、そのことは、近代スポーツといった形では明らかにならない人間のからだの可能性を示しているような気がする。筋肉の力、それに伴う瞬発力や持久力では埋めていけない体力と実力のズレに注目することから、直接体力に支えられているのとは違う身体運動のあり方を探っていきたい。

と、このように書いてくると、わたしがどんな武道を念頭に描いてこうしているのか、疑問に感じられる方もいらっしゃるだろう。少なくとも、わたしたちが普段接する柔道や剣道には、こうした見直しはそのまま当てはまらない。体重別とい

う競技の仕組みが端的に示しているように、現在の柔道では、まさしく体力的な違いがそのまま「実力」の違いに反映されるからだ。その意味で、実力のピークと体力のピークとのズレは相対的に少ない。とすれば、こうした競技を目指す現在の柔道や剣道はどこに位置づけられるのか。

その点でわたしは、武道の身体や動きというとき、いわゆる古武術と、現在の武道と、近代スポーツの三者を並列させて比較していくことが重要だろうと考えている。その三者のどこに基本的な分類線を引くことができるのか。古武術と近代武道のあいだに根本的な違いがあるようにも思えるし、しかしなお武道には、基本的な点で近代スポーツとは異なる要素がありそうな気もする。討論の中でも述べたように、その意味では、武道を実践する人たちの身体条件を調査検討することが当面の手掛かりになるだろう。

「剣道」と「手裏剣」

幾分具体的に「武道教育」の中身を考えてみよう。

討論の中では特に剣道と手裏剣に言及したけれど、それらに触れたのは、そこでも述べたように、道具を介在させる分、柔道などに較べ個々の体力差が直接勝負に反映される要素が少ないという特徴があるからだ。この点は、「武道的身体」を実際に経験していく上でも、あるいは、特に教育の場で実践していく上でも、「わざ」の位相を探っていく際の大きな利点となるだろう。

柔道や相撲のように直接からだだけで勝負する場合、勝ち負けといった結果からわざの熟達度を推測することが必ずしも容易ではない。ところが、道具を使って作業したり剣道のように闘ったりする場合、道具操作の未熟さや熟達度は、比較的外側からでも見える形で結果に反映されやすい。うまく作品ができあがるのは、道具をうまく使っているからだ。あるいは、からだ遣いに熟達するこ

とで、試合に勝つこともできる。わたし自身の職人世界での学習経験からいって、道具遣いを習うことのいい点は、あくまで相対的にはあるけれど、習えば習っただけの成果があるということだ。その意味で、訓練を重ね、成果を確かめていけるということは、ペーパーテストで図られる能力に一喜一憂するより遥かに客観的だし、健康的ではなかろうか。例えば剣道なら、わざの獲得に応じた護身の術ともなるだろう。

「わざ」が身につくとは、「わざ」として発現される身体の動きが身につくことにほかならない。その動きが、筋肉の強度や大きさといった体力差を越えて、それに応じた効果をもたらす。その意味で、剣道の場合、柔道など道具を使わず直接身体を使って闘う種目とは「わざ」が発現される次元が違っている。といっても、改めて断るまでもなく、だから高級であるとか、よりむずかしいとかいっているのではない。わざが発現してくる次元が違うということは、身体の動きと営みの結果が結びつく位相が違うといってもいいし、抽象度が違うといってもよい。いずれにせよ、直接の動作が成果を生み出す陶芸職人とノミや道具を操る彫物師を較べ、どちらが高級だとかむずかしいだとか議論してもはじまらないのと事情は同じだろう。

もうひとつ「手裏剣」にも触れたけれど、これも決して、単なる思いつきではない。異なる動きの仕組みに触れ、それを学ぶといっても、大勢の人間が熟達者に直接教えを乞うといった機会を用意することはむずかしい。そうである限り、教育プログラムとしては、誰にでも試みることができ、しかも、特殊な眼力を備えた指導者なしにもある程度実施可能な運動種目を選ばなければならない。ところが、いざそうした条件に当てはまる種目は何かというと、決して多くない。というより、実のところ、ほとんど見当たらない。唯一、近代ス

ポーツと伝統的身体操作の違いを具体的に知る手がかりとなるような運動としてわたしに思い浮かぶのは、今のところ、唯一手裏剣だけだといってよい。

十字手裏剣ではなく一本の棒の形の手裏剣について知ったのは、古武術家甲野善紀氏の本の中でのことだった。手を離れ四分の一回転だけで目標を射抜く直打法は、普段のキャッチボールのように手首のスナップを利かせ反動で投げる通常の投法とまったく違っている。一方わたしたちのからだは、ラジオ体操や体育授業での経験を経て、通常のスポーツに適した運動の形を身につけてきている。その分、手裏剣を正しく使うことはむずかしい。わたしたちが通常身につけてきた、いわば近代スポーツや体操に通じる身体技法とは違う身体操作とはどのようなものであるのか。実際手裏剣は、試してみるとなかなか手に負えない。何が違うのか、自分で分析するのはむずかしい。しかし、途中の説明は抜きにして、結果だけからでも、自分の身体操作が手裏剣に求められる運動と違っていることは推し量れる。おそらく動きの質的転換は、手裏剣の正しい飛行と平行に実現され、確かめられていくだろう。自分で試し、自分で動きを判断することができるという意味で、手裏剣は、「武道的身体」を探る教材として最適かもしれない。

うちの学校の卒業生はみんな一輪車に乗れます、という形で話題になった小学校があったけれど、うちの大学の卒業生はみんな手裏剣を使えますというのだから、面白いではないかと思うし、事実その時には、みんなのからだのあり方がどこか基本的な点で従来の運動と違ってきているに違いない。わたしが抱くのは、おそらくその時にはこれらの身体感覚がそれなりに変わっているはずで、少なくとも、そうした身体のあり方に目を向ける、これまでとは違った眼差しが育てられているのではないかという期待にはかならない。

註

- (1) 小林正佳『「健やかさ」を育む教育』（『武道・スポーツ科学研究所年報』第16号、国際武道大学、2010）を参照。

3. 健康生成論

1) 自然科学的立場からの解釈と課題

小林啓三

アントノフスキー (Aaron Antonovsky 1923-1995) が提唱した「salute genesis」(“salus”「健康」, “genesis”「発生」; 「健康生成論」と呼ばれる) は、1980年代から注目されてきた生活の質 (QOL) に続く健康観を理解するうえでより注目されてきた考えである。これは、それまでの健康観の中核を形成してきた「健康を阻害する要因」ではなく、「健康を生成する要因」に着目するようになったものである。具体的には、論の柱となるのが sense of coherence (SOC; 健康保持能力) とよばれるものである。山崎喜比古氏によると、SOC はストレス対処能力あるいは健康保持能力と呼ばれているが本当にそのように呼んでいいような影響あるいは効果を持っているのだろうか、また、SOC が独立変数として存在する中で多くの心身にかかわる健康が従属変数として存在するのか、あるいは、さまざまな健康にかかわる説明要因や形成要因を説明変数として取り上げた中で SOC が従属変数として存在するのか、等々と述べている。このように、SOC については、その見解や解釈は研究により異なっており、未だ十分な見解や解釈がなされていない論である。

しかし、「健康生成論」それ自体には、解決すべき課題が多く存在しているが、本プロジェクトでは、これらの課題の存在を理解したうえで、武道と健康との関わりについて「健康生成論」の SOC 得点を基盤として研究を行なってきた。ここでは、これまでのプロジェクト研究で得られた結果を再度見直し、それらの結果に潜在している課題を抽出して、これからの解決すべき方向性を見出すことにした。

SOC 得点からみると「武道」と「スポーツ」に違いは見出されるのだろうか？

SOC 得点に対する運動実践の効果についての研究 (2007年) では、1214名の大学生を対象に調査した。その結果、何かしらの運動部に所属して継続的に運動を実践している者 (運動実践群) と運動部に所属しない者 (運動非実践群) とでは、SOC 得点に統計学的に有意な差異の存在が確認された。具体的には、運動実践群の SOC 得点は、運動非実践群よりも高かった。つまり、何かしらの積極的な身体活動は、SOC 得点の向上に有効に作用していた。しかし、運動実践群を「武道実践群」と「スポーツ実践群」の2群に分け分析したところ、両群間に有意差は確認されなかった。

これまでの武道種目に関する生理学的研究では、「剣道の稽古は運動強度の高い無酸素性運動に属する」、「少林寺拳法を1日80分、週4日の稽古をすると、最大酸素摂取量が増加」、「弓道などの等尺性筋運動で、しかも止息を伴う運動では、血圧の上昇が顕著」等の記載が散見される。しかし、これらの記述は、武道に限定される身体運動に伴う生体反応とは言えない。したがって、運動の実践によって SOC 得点が増す要因が、運動により引き起こされる骨格筋の収縮に必要なエネルギー源 (ATP) 産生を支える呼吸循環系と代謝系、運動の目的に合った関節の動きと力の発揮を調節する運動神経系、生体の恒常性維持のための自律神経系と内分泌系などの身体諸機能の活性化が直接関与しているものではないと考えられ、武道とスポーツに違いを生理学的視点からは論じ得ない。

しかしながら、昨年度 (2010年度) の報告では、それまでに蓄積した2000を超える調査件数の資料を見返して重回帰分析を行なった。その結果、年齢・武道の実施・性別 (男性) の3つの説明変数を用いることによって SOC 得点の27%を説明できることを見出した。つまり、「武道」は

「スポーツ」とは異なり、SOC 得点の向上に影響していることを確認した。

このように、統計学的手法を用いて「武道」と「スポーツ」の違いや、武道の健康（ここではSOC 得点）に及ぼす影響を観察すると、調査対象の属性によって分析結果が違い、その解釈も異なってくる。これらの成績から、武道と健康とのかかわりについて結論付けるには多くの解決すべき課題が山積しており、その解決が今後の研究課題として残されたものと思われた。

つまり、養老猛氏が論じている「日本古来の武道は自然の身体にはるかに近づいており、オリンピックの種目は人工身体に近づこうとしている」とする記述と、多くの研究者たちが指摘しているように近代科学の手法を用いて身体や健康にアプローチした場合であっても、そこには精神や心、つまり数値で表すことの困難な部分が常に欠落していることを前提として、健康を考えなければならないことを改めて強く再確認させられた。

本当に「武道」の実践経験年数がSOC 得点の向上に影響を及ぼしているのだろうか？

大学生を対象とした調査（2007年度）では、武道やスポーツ等の身体的運動を実践している学生のSOC 得点は、運動を行っていない学生のそれよりも高値であった。しかも、運動実践経験とSOC 得点の関係では、統計的有意性は認められなかったものの5年未満の実践経験でも増加する傾向を示し、10年以上の継続的実践経験を持つ者では統計的に有意な増加として確認できた。このような、身体活動の継続年数とSOC 得点との関係は、外国人武道家を対象とした調査（2008年度）でも確認することができた。具体的には、運動経験年数が1年～5年未満の群と5～10年未満の群との比較ではSOC 得点に差異はみられなかったものの、10年以上の群ではSOC 得

点が5～10年未満の群よりも有意に増加していたというものである。しかし、身体活動の継続年数の延長がSOC 得点を向上させると認めることへの疑問を提示した結果が、高段位武道家への調査（2009年）によって示された。それは、武道の経験年数別を便宜的に経験年数区分の母数に極端な違いが生じないように4つの群（20～39年、40～44年、45～49年、50年以上）に分けて検討した。その結果、いずれの群とともにSOC 得点は63点台から65点台（20～39年；64.33点、40～44年；63.81点、45～49年；65.43点、50年以上；63.48点）であり、各群間に統計学的有意差は認められなかった。

このような結果に対して、私達は、武道を含めた身体活動の継続的な実施がSOC 得点を向上させるのであり、しかもその向上のためには5年～10年の継続が必要であると述べた。しかし、SOC 得点は少なくとも20年以上の長期間の実践継続によっても得点が向上し続けるものではないことも確認した。

しかし、上記のような解釈に対しては以下のような要因をも考慮しなければならない。つまり、運動の実践継続は「時」の流れであり、時の流れは年齢として万民に共通する。この年齢とSOC 得点に関しては、昨年度（2010年）の報告で、過去3年間に蓄積した調査結果を分析（共分散分析）し、運動の実践継続年数（経験年数）よりも年齢がSOC 得点に深くかかわっていることを示した。

加齢に伴う生体の変化の特徴は、中枢よりも末梢に生じることが知られている。中でも、末梢に存在する受容器の感受性の低下が顕著で、骨格筋の収縮力や分泌器官から分泌される各種物質の量などの現在量を正確に中枢へフィードバックできなくなる状況が発生することなどが生じる。このように考えるならば、武道を行なう基盤となる骨

格筋や分泌腺などの効果器への出力すべき情報を出している中枢そのもの影響によるものなのか、末梢効果器での出力状況の情報を中枢に伝えている受容器や求心性神経を含めた感覚器等の末梢からの影響によるものなのかなどについて検討することも必要となる。具体的には、一般に武道種目の動きには骨格筋の持続的収縮があり、この動きの特徴と末梢受容器での感受性と変化との関連が、中枢神経系にフィードバックされる情報量に違いを生じさせているとも考えられる仮説が成立するからである。これらの分析が、武道実践経験とSOC得点との関連性を、生理学的観点から分析することの可能性としても考えられた。

武道を実施する目的の違いがSOC得点の向上に、何故違いを生じさせているのだろうか？

武道を実践する目的の違いがSOC得点の向上に影響を及ぼしているか否かの疑問は、2007年度に行った調査結果に対する考察の中で生じた。また、これには、前述したアントノフスキーの著書にある「SOCはどのように発達するか」や「今後解明されるべき問題」と記された章にそのヒントがあった。

身体活動が健康におよぼす影響は数多く、しかもその影響は「好ましいもの」として受け入れられている。このような身体活動の効果を肯定して、運動を手段として健康の維持・増進を求めている。健康の維持・増進のための身体活動には、多くの動作や種目が存在するが、武道種目もその一つと言える。

外国人武道家を対象とした調査(2008年度)では、武道実施の目的は「人間形成を求める」「健康を求める」「日本文化の理解を求める」と「礼儀作法の修得」の4つが肯定的な意見が強く、逆に武道を「競技スポーツとして…」あるいは「護身術として…」との意見は低いものであった。さ

らに、武道の高段者への調査(2009年度)でも、「修行として人間形成を求める」、「手本として礼儀作法の修得を求める」、「手段として健康を求める」の考えを肯定する意見が多く、「競技スポーツとして勝敗を求める」や、「格闘技として強さを求める」の考えには否定的な意見が多かった。このように、武道の実践者が武道に求めているものが、いわゆる身体的な強さではなく精神的な強さと表現できるものとして捉えることができた。

このような武道を実践する目的によってSOC得点に影響されるのか否かについては、外国人武道家の場合は、武道を競技スポーツとしてとらえている傾向が強い場合にはSOC得点が低くなり、これとは逆に、武道を健康獲得のために行っていると考える強い場合はSOC得点が高くなるという結果であった。しかしながら、武道の高段者への調査では、「護身術として安全を求める」とする考えがSOC得点に影響を及ぼしてはいるものの、その影響度はSOC得点の変化に対しては約2%程度しか説明できないとする結果であった。

以上の結果から、武道実践の目的が直接的にSOC得点の向上に影響しているとは断言できる調査結果ではないものの、少なくとも武道が持っている文化的な特徴と言える精神的な強さを得るための実践活動が、健康生成論の柱となっているSOCの向上に強く作用している可能性を示唆するものと捉えることができることから、脳を中心とした神経学的解析によるアプローチの可能性も考えられる。

ただ、このような考えをより強固なものとするためには、武道実践も目的のどのような要素がSOC得点の向上に作用しているのかについて確認したうえで、多面的な分析が必要であることは論をまたない。

2) 心理学的立場からの解釈と課題

石塚正一、阿久津洋巳

これまでの4度にわたる調査は、それぞれ学生、高段者武道家、外国人武道家、一般回答者を対象にしたもので、年齢は18歳から80歳以上まで、合計2,074人に及んでいる。これらデータの統計的分析から、①SOCが加齢にもなって増加すること、②武道の実践がSOCに寄与することが明らかにされた。

SOCの加齢ともなう上昇は、これまでの調査対象の中で、学生のSOCが低いことを示している。SOCは把握可能感、処理可能感、有意味感の3つの下位カテゴリから構成されているのだが、そのいずれも学生群の値が低い。学生のSOC値は他のグループと比較して最も低い。このことに関して精気溢れる若者のSOCがなぜ低いのかと疑問が浮かぶかも知れない。しかしSOCは心身の健康を測るものさしではなく、健康を維持し、健康を損なった時には健康を回復させる能力を計るものさしである。

そもそもアトノフスキーは人生の健康のあり方を、綱渡り（しかもかなり下手な）のメタファーで説明する。いわく「われわれは、バランスを崩しかけてはもちなおす、足を滑らせてはロープにつかまって元の位置に立つ、ロープからネットに落ちては再びロープの上に戻る、落ちてひどい怪我をしたりあるいは慢性的な障害を負う、あるいは死んだりする。何人かは行きつ戻りつしながらも綱渡りを上手くやり遂げる。それが終わってしまったという寂しさがどんなものであれ、それはなんとすばらしく爽快な経験であることか」と。この比喩からアトノフスキーは健康を維持し、健康と不健康のバランスが崩れた時には回復させる能力としてSOCをとらえていることが理解出来

よう。一般に青年期の若者は心身の活力に溢れているが、いまだ完成に至っておらず、綱渡りのようにバランスを崩しやすい。風が吹けば右に左に揺れる。時には自ら綱を揺らすこともある。このように青年期の学生たちは、SOCもまた未熟で完成されていないゆえにSOCのスコアが低いのだと了解できる。

またアトノフスキーはSOCを発達するものと明言する。彼はSOC発達の要因に生まれ育った社会の文化や歴史、制度、ライフスタイルや人生経験をあげ、それらから培われるSOCの源泉を汎抵抗資源（GRRs）と呼んでいる。そして彼は乳幼児から思春期の若者、成人期まで精緻な分析を行って、SOCの発達を論じている。筆者の専門とする心理学の立場からは、SOC（首尾一貫感覚）を健康有能感と書き換えると実に理解しやすい。それはさておき、SOCの発達に関してアトノフスキーは成人期にSOCが固定すると予想している。しかし、成人期を越えてSOCが発達し続けることを我々の研究は示すことができた。サンプルにハンガリーの武道家が含まれているけれども、平均寿命世界第一位（WHO、2011年世界保健統計）の我が国ならばこそその発見であろう。

我々の研究は武道実践がSOCに寄与することも明らかにした。武道を実践している者のSOC値が高いのである。サンプルの偏りが少ない成人期（ここでは40歳台から50歳台）だけを取り出して分析すると、武道を実践する者のSOC平均は62.83、スポーツをする者57.80、特になし56.87であった。SOC値は武道を実践する者の得点が他の群の人々よりも5点以上高い。明らかSOCの形成において武道実践が寄与していると思わせる。だが一体どのようにして武道実践がSOC形成に寄与するのかはまだ明らかにされていない。これを明らかにすることが残された今後の課題である。

武道を実践しているだけでSOC値は高くなるのだろうか。どうもそれはあてはまらないようである。小林啓三ら(2009)の調査で、武道を競技スポーツとしてとらえている傾向が強い場合にはSOC値が低くなり、武道を健康獲得のために行っているという考えの強い場合にはSOC値が高くなることを明らかにしている。武道の目的をどう認識しているかによってSOC値が変わるのである。健康生成論においてこの問題に関連すると思われるのが、意志決定参加の重要性である。アトノフスキーはSOC形成においては意志決定への参加が重要な要因であるとして「自分たちの前に設定された課題を快く受け入れること、自分たちがその遂行にかなり責任を負っていること、そして自分たちが何をするか、あるいは何をしないかが、経験の結果に影響を及ぼす」と述べている。私たちはただ漫然とやるよりは、あるいは他の誰かからやらせられるよりは、自らの意志で自ら決定して行動する方が、その経験が深まるようなのである。

これを健康獲得のために武道を行っている人に当てはめてみよう。健康になるために習慣的に武道実践することが彼らの課題である。彼らはその課題を快く受け入れただろう。武道が健康獲得に役立つと考え、実践している人達なのだから。彼らはその課題遂行に責任を持ち、予定を練り合わせたり、武具を準備したり、練習場を確保したり、その他課題遂行のために責任を果たしたはずである。そして武道実践によって健康になったという経験を積んだに違いない。こうした経験から自己の行為と結果にあるルールを感じ取る。こうすればこうなるというルールである。そのルールは、内的で経験を積み重ねることで確固としたものになる。このルールは経験の一貫性であって把握可能感を形成する。

したがって今後の課題として、①武道を何のた

めに行っているのか、健康のためか健康以外の目的で行っているのか、②武道の実践は自己決定によってなすのか、あるいは他者の強制か、③目的の達成のためにその責任をどの程度はたしているのか、同様のことが武道以外の活動(特にスポーツ、瞑想や健康法などがSOCに寄与すると予想されるが)にもあてはまるのかを明らかにしたい。こうした心理的、認知的要因によるSOCの変化を明らかにすることは健康研究にとって重要と考える。

引用参考文献

- アロン・アトノフスキー(山崎喜比古・吉井清子監訳)「健康の謎を解く―ストレス対処と健康保持のメカニズム―」、有信堂、2001。
- 小林啓三他 武道健康論研究―健康生成論と伝統的身体論を手掛かりに―武道スポーツ科学研究所年報、第16号、29-51、2011。

明代における武術の諸現象に関する研究

— 剣法・雑多な兵器・少林武術・武術著書・武科挙を中心に —

代表研究者 林 伯原（国際武道大学）

共同研究者 周 佩芳（静岡大学）

野田昭彦（国際交流基金）

原田直之（前橋赤十字病院） 林 一周（JAL ホテルズ）

はじめに

今年度のプロジェクトの内容を要約すると以下の通りである。

1. 「明代剣術の実態及び遺失剣訣・剣法の収集」では次の三点に関して考察した。①民間における剣術の流行とその実態。明代、軍隊において剣は完全に廃れたが、民間では護身や健康、娯楽のために剣が用いられ続け、また各地で尚武の気風が高まるにつれて民間人が盛んに剣術を稽古するようになったという実態を明らかにした。ただし、民間においても剣法流派は少なく、また高度な技術を会得している者の数は必ずしも多くなかった点が指摘されている。②嘉靖以前に遺失した剣訣・剣法の収集については、「剣訣」及び「剣法図譜」を題材に考察を行った。まず唐順之の『武編』と茅元儀の『武備志』に収録されている「剣訣」と呼ばれる作品について、その刊行時期及び特徴を検討し、次に「剣法図譜」の成立時期と各種勢法の特徴について考察した。③呉叟の『手臂録』に記されている「剣訣」と「後剣訣」を解釈した。
2. 「雑式兵器と十八般武藝に見る民間武術の変遷」では、主として次の二点を考察した。①多様な雑式兵器の発達とその変遷。②十八般武藝の定義に見る民間武術の変遷。明代にな

ると「十八般武藝」の中心が明らかに民間武術に移行し、特に「綿繩套索」と「白打」が取り入れられたことは、取りも直さず民間武術が飛躍的な発展を遂げ、且つその内容が時代と共に絶えず変化していったことを反映している。

3. 「少林武術の興隆と民間武術への影響」では、明の時代に少林僧が訓練した武術の種類及びその特徴を明らかにし、また、当時、民間武術が大きく発展しつつあった状況下で、少林寺と一般社会の間で武術交流が頻繁に行われていた事実を指摘している。さらに、少林寺の僧が江南沿海で倭寇と勇敢に戦った歴史的事実を特に取り上げて紹介した。
4. 「代表的な武術家及び武術著書」では『武編』『剣経』『紀效新書』『陣紀』『耕余剩技』『射史』『武備志』『手臂録』『太極連環刀法』といった代表的作品を選択して紹介し、その作品の成立時期、内容及び刊行や収録の状況などを示した。
5. 「明代における武科挙と武学の発展」では、明代の武科挙制度の変遷、試験内容の変化及び合格者の任官方式について明らかにし、また、武学における学生の資格、学習科目、執教礼儀、廩饌（食料の配給）、試験、送操（操練）、昇格、黜退（退学）、賞罰等について検討した。

（林 伯原）

明代における武術の諸現象に関する研究 — 剣法・雑多な兵器・少林武術・武術著書・武科学を中心に —

林 伯原

1. 明代剣術の実態及び遺失剣訣・剣法の 収集

1. 1 民間における剣術の流行とその実態

後漢以降、軍隊において剣はほとんど用いられなくなっていたが、民間では護身や身体強健を目的に剣術を練習する他、娯楽の演目としても歓迎され、特に宋代の都市では剣の演武がよく見られた。また、モンゴル軍が刀・剣・斧等の柄の短い武器を重視したため、元代になると軍隊でも再び剣が用いられるようになった。このような状況の中から元末には剣を用いて戦う武将も現れた。

例えば、元末明初の武将花雲もその一人であるが、彼は人並み外れて勇敢であった。『明史・花雲伝』には「至正十三年（1353）癸巳、剣を持って臨濠で太祖に謁した。（中略）太祖は滁洲を攻略せんと数人の騎兵を率いて大軍に先んじて出発した。花雲も太祖に同行した。にわかにな数千の敵に遭遇したが、雲は鉞（両刃の剣の一種）を挙げて太祖を庇い、剣を抜いて馬を走らせ、敵陣に突入した。敵は驚き、『この将は勇ましく強そうだから避けた方がよい』と口々に言った。（後発の）大軍が到着し、遂に滁洲を奪い取った」¹とある。

また、『罪惟録』列伝の巻八「華雲龍伝」には次のような記事がある。

「華雲龍は定遠の人で才知と勇猛を備え、剣術に優れていた。（中略）千夫長（官名）として太祖に従って南征し、金陵を攻め落とした。さらに廣徳を攻めたが、敵の周湯元帥は槩（長い矛）を

得意としており、馬を疾駆させながら雲龍に向かって突き下ろした。雲龍はおもむろに剣の柄に手をかけると一挙にその槩を断ち斬り、たちまちこれを捕えた。こうして右副元帥に昇格した。」²

以上のように、元末には武将の中にも剣を用いる者が現れたが、あくまで例外的な存在であり、その数は決して多くなかった。やがて元が滅亡すると、再び軍隊において剣は装備されなくなった。明の將軍戚繼光の『練兵実紀雑集』巻五「軍器解」で取り上げられた短柄武器の中に剣はなく、実戦に用いられたのは腰刀だけであるという³。また、同じ明代の將軍何良臣は「軍中諸技のうち、刀術と剣術は伝承が少ない」⁴と明確に指摘している。さらに『武備志』の著者茅元儀も「古来、兵について言う場合は必ず剣に言及したが、今は陣中に用いられず、（中略）その伝承はすでに失われてしまった」⁵と述べている。

上述のように明代の軍隊において剣は完全に廃れたが、民間では護身や健康、娯楽のために剣が用いられ続けた。民間武術を徹底して弾圧した元朝の滅亡により、民間における武術活動が息を吹き返したことも注目し得る。明代には各地で尚武の気風が高まり、その結果、民間人が盛んに剣術を稽古するという様相が現れてきたのである。

一方、中国の文人士の間には撃剣と読書を尊ぶ習慣が古代より連綿と存在していた。当時、文士が剣術を嗜むことは一種の流行となっていたのである。明代には民間武術の急速な発展を背景に、文士たちの余技であった剣術もますます盛んに行われるようになった。明初、すでに書と剣を愛好

する士が少なくなかったことを『明史』の記載からも知ることができる。

『明史・鄭定伝』には「(鄭定は) 撃剣を好み、陳友定の記室(秘書)を務め、(中略) 洪武年間の末には官を重ねて国士助教となった」⁶とある。

また、『明史・何真伝』にも次のような記述がある。「何真是字を邦佐と言ひ、広東の東莞の人である。若くして英偉(堂々として風格がある様子)であり、書と剣を好んだ。(中略) 官にあって頗る名声が高かった。」⁷

また、当時の撃剣は往々にして走馬・博戯・蹴鞠などの娯楽と併せて行われていたようである。黄暉の『篷窗類記』には次のような記事がある。「(宋克は) 若い頃から義侠心があり、撃剣や走馬、飲酒、博奕といった遊戯を好み、その侠気によって人々を敬服させていた。(中略) 洪武年間の初め、鳳翔府同知になった。」⁸

また、明初の詩人である徐舫も撃剣を好み、『明史・徐舫伝』には「徐舫は字を方舟と言ひ、桐廬の人である。若い頃から侠気を尚び、撃剣、走馬、蹴鞠を好んだ。(中略) 彼には『瑤林』と『滄江』二つの詩集がある」⁹との記述が残されている。

明代中後期にも剣を好んだ士人の記録が残っている。『明史・劉宇亮伝』には万曆四十七年(1619)の進士劉宇亮について次のように記されている。「(劉宇亮は) 短軀であったが精悍で撃剣を得意とし、(詔勅を起草する役所の) 翰林(院)に居ても日頃から家僮と角逐を楽しんでいた。」¹⁰また、『明史・沈有容伝』にも「(沈有容は) 幼い頃から走馬と撃剣を嗜み、兵書を好んだ。万曆七年(1579)の武郷試に合格した」¹¹とある。

当時、剣は戦争にこそ用いられなかったが、依然として民間の主要な武術技能の一つであった。明の穆宗、神宗の頃、武科挙において技勇(武術のこと)を重視すべしという意見が官吏から相次いだことから、万曆末期に科挙担当大臣が

将才武科(武将の選抜試験)のために特設すべき科目を申請したが、その際、剣と馬箭(騎射)・歩箭(歩射)・槍・刀・戟・拳搏(徒手での格闘)・撃刺などが初場(実技)の科目として取り上げられている。この提案は実際には採用されなかったのであるが、このような事実からも当時の民間において剣術が武術の一種として稽古されていたことがわかる。

また、明末の著名な民間武術家である呉爰は、五十歳頃に漁陽老人から剣法を学んだ。彼は漁陽老人から授かった「剣訣」及び自分が会得した「後剣訣」を『手臂録』に記している。

しかしながら、民間で剣を学ぶ者は多かったものの、優れた技術を伝承している者は稀であった。これについては何良臣が『陣紀』巻二「技用」で次のように述べている。

「剣を用いるには術がある。その方法は『剣経』に記載されているとは言え、具体的な技術は剣侠が身につけていたものであるから、(現在その技術の詳細を) 知り得ないものは十数氏を数える。ただ、卞莊の紛絞法、王聚の起落法、劉先主の顧応法、馬明王の内電法、馬超の出手法、これら五家の剣は民間において今でも伝承があるかもしれない(原文「庸或有伝」)。これらは学ぶ者が心を尽くして求めたら、その秘訣を得ることができるであろう。」¹²

鄭若曾の『江南経略』巻八では、上述の五家の剣法に「辺掣厚脊短身」一家を加えて使剣の六家と称しており、当時この六家の剣法が民間で流行していたことが考えられる。しかし、何良臣の「庸或有伝」という言葉からもわかるように、民間において高い技術を会得している者の数は必ずしも多くなかったのである。

1. 2 嘉靖以前に遺失した剣訣・剣法の 収集

剣術の真伝を会得している者の絶対数が少ないという状況下で、一部の武術家は明の嘉靖以前に遺失した剣法の要訣及び剣法に関する研究に注目するようになった。

唐順之（1507-1560）の『武編』前集卷五『剣』には以下に挙げる不完全な「剣訣歌」十五句が記されている。「電掣昆吾晃太陽、一昇一降把身藏、搖頭進歩風雷響、滾手連環上下防。左進青龍双探爪、右行单鳳独朝陽、撒花蓋頂遮前後、双豎劍、馬歩之中用此方。蝴蝶双飛射太陽、梨花舞袖把身藏、鳳凰浪趺乾坤少、掠膝連肩劈兩旁。進歩滿空飛白雪、回身野馬去思鄉、鎧卸曾入千軍隊（以降は欠落していると思われる）。¹³

この剣訣の各句には「注」が附されており、読者がこの剣法を理解するために便宜が図られている（図1）。また、茅元儀の『武備志』卷八十六にも同じ「剣訣歌」が収録されているが、「双豎劍」の三文字と最後の一句が欠けた十四句となっている。

武術における「訣歌」とは武術の技の変化を反映させた文句である。一句が5文字或いは7文字からなり、音韻が踏まれ、リズムを伴っている。

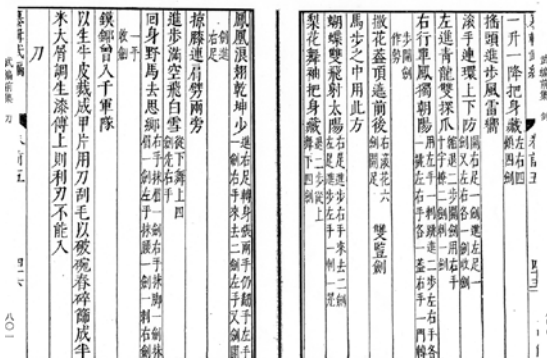


図1. 明の嘉靖以前の剣訣、『武編』前集卷五『剣』より

口ずさむことで動作の順序や要領を記憶することに役立てられたことから「歌」と呼ばれた。こうした「訣歌」は明代になって武術教育の手段として広く民間に普及したが、上述の「剣訣歌」は唐順之の『武編』に収録されたのが初出であるため、少なくとも明の嘉靖以前の作品と考えられる。

この「剣訣歌」は内容に欠落があるものの、古代中国の剣法に関する非常に貴重な資料であり、その語句と解釈を通して当時の一剣法の特徴を窺い知ることができる。

まず、この「剣訣」は双剣の使い方を述べたものと考えられる。なぜなら、この「剣訣」は左右の手に持った一対の剣の動きを描写しているからである。例えば「右行单鳳独朝陽」という句への「注」には「(原文) 用左手一刺、跳進兩歩、左右手各一挑、左右手各一蓋、右手一門轉歩開劍作勢。(訳文) 左手の剣で前方を刺突、跳躍して二歩前進。左右の剣をそれぞれ振り上げ、振り下ろす。さらに右手で剣を横に振り、身体を回転させ、剣を開いて構える」とある。また、「蝴蝶双飛射太陽」の「蝴蝶双飛」は左右一対の剣を蝶の羽のように動かす様子を描写しているとされ、その「注」には「(原文) 右是進歩、右手来去二劍、左是進歩、左手一刺一晃。(訳文) 右足を進め、右剣で刺突した後に防御、次いで左足を進め、左剣で刺突した後に回転させる」とある。

以上のように、この剣法は左右の手にそれぞれ剣を持って攻防を行うものであることがわかる。

実のところ、明以前には双剣に関する資料が極めて少ない。唐代の杜甫（712-770）と同時期の詩人である蘇渙の『懷素上人草書歌』には「忽なること裴旻の双剣を舞うが如し、七星乱れ落ち蛟龍を縛れ¹⁴」という語句があり、唐代の將軍裴旻が「双剣」を用いて演武した様子を描写する詩句であるが、これは唐代にはすでに「双剣」の技があったことを反映している。また、茅元儀は「古

代、剣は戦闘に用いられるものであり、唐の太宗（598～649、唐の第二代皇帝）の頃は千人もの剣士がいたが、その剣法は伝えられていない。わずかな断片的資料の中にその秘訣を歌にしたものが残されているが、その具体的な内容は詳らかではない¹⁵と述べている。茅元儀の言う「剣訣」が唐代のものを指しているか否かは史料に不足があるため特定するに至らないが、少なくとも蘇渙の詩は明の嘉靖以前に双剣を用いる剣法があった証拠と言えらるだろう。

第二に、この「剣訣歌」は「套路」のように攻防動作をいくつも連続させたものではなく、複数の独立した攻防動作を基礎に構成されている。次に挙げる語句がその根拠となる。

「滾手連環上下防」という句の「注」として次のような解釈が紹介されている。

「(原文) 開右足一剣、進左足一剣、又左右各一剣、収剣。(訳文) まず右足を踏み出して剣で刺突し、次に左足を進めて剣で刺突、さらに左右にそれぞれ一回ずつ刺突したら剣を収める。」また、「回身野馬去思郷」の「注」にも最後に「収剣」の二文字がある。この「収剣」(剣を収める)という言葉は一連の剣法の動作が完了し、次の動作につながることを示す用語である。したがって、この「剣訣」が示す剣法は各句の動作を接続して一連の動作として完成させるものではなく、あくまで一句ごとに独立した攻防の動作として別々に稽古するものであったと考えることができる。

また、上述の剣訣以外にも明代以前に中国から朝鮮に伝わった剣術が茅元儀によって収集されている。茅元儀は『武備志』巻百四「器械・剣」でこれについて次のように述べている。

「古来、兵(武事・軍事)について言う場合は必ず剣に言及したが、今は陣中に用いられず、その伝承はすでに失われてしまった。余は広く海外にこれを捜し、ようやく得ることができた。」

また、彼は巻八十六「教藝・剣」で次のように述べている。

「最近、ある好事者(謙遜語、茅元儀自身を指す)が朝鮮にてこの剣法を得た。勢法が備わっており、これは中国で失われた方法を四方に求めてきたものである。」

こうした文脈から考えれば、茅元儀の収集した剣術は明代以前に朝鮮に伝えられたものであったと判断すべきであろう。

この剣法は「朝鮮勢法」と呼ばれ、初習の内容及び各勢法の名称を紹介する篇(以下「勢法篇」と称する)と、二十四種類の剣の攻防応用を解説する篇(以下「二十四剣法図勢」と称する)から成り立っている。

「勢法篇」には「初習」の他、撃法・刺法・格法・洗法に関してそれぞれの「勢法」(技の構えとその変化)の名称が記されている。具体的な内容は次の通りである。

- (1) 「初習」。すなわち剣法で最初に学ぶべき内容であり、この中には眼法・撃法・洗法・刺法(この後に「格法」の二字が抜け落ちているが、補うべきである)が含まれる。
- (2) 五種の撃法、すなわち豹頭撃、跨左撃、跨右撃、翼左撃、翼右撃。
- (3) 五種の刺法、すなわち逆鱗刺、坦腹刺、双明刺、左夾刺、右夾刺。
- (4) 三種の格法、すなわち拳鼎格、旋風格、御車格。
- (5) 三種の洗法、すなわち鳳頭洗、虎穴洗、騰蛟洗。

「勢法篇」の後に「二十四剣法図勢」(図2)が附されている¹⁶。これはこれまでに発見された最も整った剣法図譜である。以下、この「剣法図譜」について検討してゆく。

第一に、この「剣法図譜」にある勢法であるが、描かれた図絵は主として両手で剣を持ち、かつ長

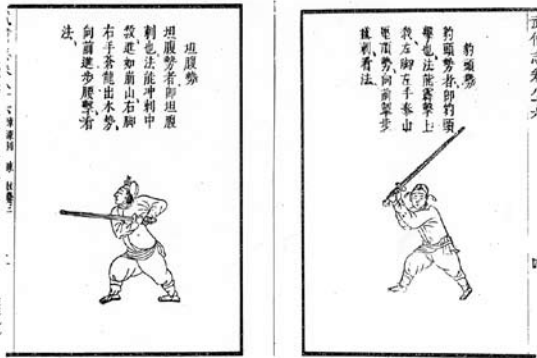


図2. 古代の剣法図. 『武備志』巻86『劍』より

めの剣を使用しており、両手の力を用いて各種の技法を行っていることが見て取れる。このことは古代中国に両手を用いた剣の技術、すなわち双手剣技の歴史が長く存在し、また非常に早くから隣国に影響を与えていたことを表わしている。

第二に、古代の剣法に関する技術的な資料の希少性、重要性を指摘したい。明代以前の古典にも「剣術」について記されている文書が存在していないわけではない。例えば、『呉越春秋』『莊子・説劍』では剣理が説かれ、曹丕の『典論・自叙』では撃剣の様子が描写されている。しかしながら、剣法の具体的な技術に関する記録や著作は存在していないのである。この「剣法図譜」では初めて剣法の術理が眼法・撃法・刺法・格法・洗法の五種に分類され、各法の「勢法」の用法が挿絵入りで具体的に解説されたのである。つまり、この「剣法図譜」は数多ある古典軍事・武術著書の中で最も詳細に古代剣法を紹介した著作であり、古代中国における双手剣法の有り様を理解するために大変重要な意義を持っていると言える。

第三は、この「剣法図譜」の成立時期についてである。「二十四劍法図勢」では剣の勢法を説明する際に「撥草尋蛇勢」「裙攔勢」「直符送書勢」「泰山壓頂勢」「蒼龍出水勢」「長蛟分水勢」「白猿出洞勢」「獸頭勢」「朝天勢」「探海勢」「白蛇弄風勢」といった特徴的な「勢名」が用いられている。し

かし、このような「勢名」が武術の用語として用いられるようになった時期は宋代なのである。宋元の話本（語り物の底本）及び小説の中にはすでに武術の「勢名」に関する記述が見られる。例えば、上述の「撥草尋蛇勢」は元末明初の『水滸伝』第九回「林冲棒もて洪教頭を打つ」にも見ることができる。また、このような「勢名」は明代に入ってから多くの文献に登場するようになる。上述の勢名のうち「撥草尋蛇勢」「探海勢」は明代の槍法の技法名として現れ（『紀效新書』巻十）、「直符送書勢」（『紀效新書』巻十二）「裙攔勢」「朝天勢」（『少林棍法闡宗』）は棍法、「獸頭勢」は拳法の技法名（『紀效新書』巻十四）として登場している。このような勢法の名称が使用されていることから考えて、「二十四劍法図勢」という作品は少なくとも宋代以降に成立した作品と考えることができる。

最後に、「勢法篇」にある目録との差異について検討したい。前述の通り、「勢法篇」の目録では五種の撃法、五種の刺法、三種の格法、三種の洗法が紹介されているが、「二十四劍法図勢」にはこれらに当たらないものが含まれている。例えば、撃法には目録にある五種に加えて「腰撃勢」「横撃勢」「鑽撃勢」「展旗撃」「看守撃」「展翅撃」「掲撃勢」「掀撃勢」「横冲撃」「斂翅撃」といった撃法が記されており、合わせて十五種が紹介されている。また、刺法では目録で紹介された五種のうち「双明刺」が取り上げられていない反面、「点劍刺」という刺法が追加されている。また、格法の三種のうち「旋風格」が見られず、代わりに「撩掠格」と「銀鱗格」が加えられている。さらに、三種あるはずの洗法には「虎穴洗」と「騰蛟洗」が見られない。本来であれば「勢法篇」にある目録と「剣法図譜」の内容は完全に一致して然るべきであるが、何故この作品では「勢法篇」と「二十四劍法図勢」の内容がこれほど懸け離れている

のか？これは次のように考えることができる。すなわち、「勢法篇」と「二十四剣法図勢」が本来は二つの別の作品であった可能性である。つまり、後世の人がこれら二つの作品を合わせて「朝鮮勢法」と名付け、一つの作品として出版したと考えるのが自然なのである。

また、上述した双剣法と双手剣法以外にも、この時期の民間武術には片手による剣の技術、すなわち現在「单手剣技」と呼ばれる剣法が存在していたことがわかっている。「单手剣技」は中国の伝統的な剣法の中でも重要な技である。しかし、明代以前に「单手剣技」の『剣訣』は見られず、明代末期に至ってようやく世に現れる。

明末の著名な民間武術家である呉叟は、五十歳頃に漁陽老人から剣法を学んだ。彼は「只手独運（片手で剣を運用すること）稲妻よりも敏捷」¹⁷と自讃したほどで、その单手剣技は非常に高水準であったようである。彼は漁陽老人から授かった『剣訣』について次のように述べている。

「漁陽老人は余に剣を伝授した際、『この技は世に絶えて既に久しいが、君はこの技を得たからといって、みだりに人に伝えてはならない』と言った。余はこの技がついに伝承されなくなるのを恐れるが、老人に言いつけられた言葉を思えば剣法そのものを書き記すことはできない。それ故、剣訣だけを著す。」¹⁸

彼が著した『剣訣』には『剣訣』（以下『前剣訣』と称する）と『後剣訣』の二つが含まれる。

『前剣訣』は次の通りである。

「長兵柄以木、短兵柄以臂。長兵進退手已神、短兵進退須足利。足如鼯兔身如風、三尺坐使八丈廢。余擅梨花三十年、五十衰遲遇劍仙。劍術三門左右中、右虎中蛇左曰龍。手前身後現刀勢、側身左進龍門亟。身前身後隱刀勢、側身右進虎門易。二勢用手身誘之、彼取我身手出奇、黠者奇正亦能識。舍身取手主擊客、我退我手進我身、左翻右躍

如獅擲、虎躍不入龍、龍翻不入虎、龍翻虎躍皆蛇行、直進當胸不可阻。左右進退有虛實、六法相生百奇出、彼退我乃進、彼退有奇伏、彼進我亦進、彼進乃窮蹙。撲身槍尖迫使斃、死里得生坐鉄屋、嘗以我矛陷我劍、矛多虛奇劍實戰。當其決命爭首時、劍短矛長皆不見、自笑學兵已白頭、初識囊中三尺練。」

呉叟の書き残した『前剣訣』にある剣の使い方をまとめると以下ようになる。

①剣を短兵として用いる場合には臂（腕の力）を柄（根本）とし、その進退は須く足さばきによるべしとしている。対戦の際、足は脱兎の如く、身体は風の如くすれば、三尺の剣によってたやすく一丈八尺の槍を廢（敗）せしむる。すなわち、三尺しかない剣を用いても足さばきの利と身法の変化によれば一丈八尺の長兵（長柄武器）に勝利し得るという主張である。

②剣には左、右、中の三門（門とは防御のための構え）があると言い、比喩的にこれを龍（左）、虎（右）、蛇（中）と述べている。さらに左・右・中の構えを基礎に、身体の位置と手の構えの配合により生じる剣法の様々な変化を説いている。

③剣法は左右並びに前後への足運びに虚実の変化があり、これによって各種の剣法を用いて敵に打ち勝つとされる。『前剣訣』では「相手が退いたら我は進んで打ち込むが、相手には隠された意図がある（かもしれないので注意すべし）。相手が攻め来れば我も進んで対応し、相手を不利な状態に陥れる。特に槍と対戦する場合には、相手を動かすために先に剣を用いて打ち込む必要があり、このようにすれば死中に活を得る」とあるように、剣を用いる際には足運びによる虚実変化によって攻防することが大切であると強調されている。

また、呉叟は『前剣訣』の後に『後剣訣』を公開している。その理由について彼は次のように述べている。

「剣という武器は軽清（軽くて鋭い）であり、その使い方は刀とは大きく異なる。上述した剣訣（『前剣訣』を指す）には実は隠されたところがあり、余は古人たちが心血を注ぎ尽くした剣術の成果が失われてしまうことを恐れ、もう一度『後剣訣』を作ってその要領を多少公開したい。」

彼が公開した『後剣訣』は次の通りである。

「剣術真伝不易伝、直行直用是幽元。若唯砍斫如刀法、笑殺漁陽老劍仙。」¹⁹

呉爰は『後剣訣』の中で次のように強調している。「(剣を用いるに) 直行直用（真っすぐ進んで真っ直ぐ刺突すること）こそが要領であり、決して刀のように切りつけてはならない。」これを見る限り、呉爰は確かに撃剣の要点をよく心得ていたと言することができるであろう。

ちなみに、当時の剣の形状であるが、茅元儀は「剣は古今を問わず、その形状が変わらなかったため『武経総要』に記されている二種類の剣を挿絵として取り上げる」と述べている（図3）²⁰。このことから明代に使用された剣は宋代以来その形状が変わらなかったことがわかる。

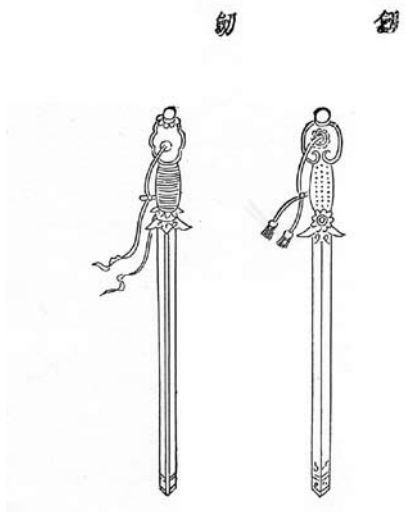


図3. 明代の剣. 『武備志』巻104『器械』より

2. 雑式兵器と十八般武藝に見る民間武術の変遷

2. 1 多様な雑式兵器の発達とその変遷

明代には宋元以来の雑式兵器（様々な形状の雑多な武器）の影響を受けて様々な兵器が現れた。鄭若曾（1503-1570）の『江南経略』（1568年刊行）の巻八上「兵器総論」には、明代の槍・刀・劍・弓弩・棍の他に「雑器」十種、「鈚」五種、「馬上器械」十六種が記されている。その内容は次の通りである。

「雑器」としては鉄鞭・夾棒・单手燥鉄鏈子・蒺藜蒜頭・金剛圈・鋤掌鉄尺・呂公拐子・鋼叉・狼筈・鑿の十家が掲載されている。「鈚」は雄牛出陣鈚・山門七埋伏鈚・番王倒角鈚・直行虎鈚・稍攔跟進鈚の五家である。「馬上器械」（馬上で使う武器）は鞭・鍊・鑿・槌・流星・鎮虎口・馬叉上帶使流星鞭・双舞劍・双馬・馬叉・天平鏟・天方基・槍・関刀・斬馬刀・月槍の十六家である²¹。

鄭若曾は「これらの武器術にはそれぞれ専門家がおり、その秘法は四方に散し、教師相伝え、各々妙際に臻（いた）る」と記している。このように当時は軍隊、民間を問わず雑式兵器を用いる者が数多く存在したが、特に民間では非常に広範に用いられていた。

また、上述した雑器以外にも、茅元儀の『武備志』巻百四「軍資乗戦器械篇」には、明代以前にあまり見られなかった双飛槌、双鈎、飛鎚という三種の兵器が次のように記載されている。

「双飛槌」の形状は鷹の爪に似せて五指を握った（人の手）であり、（各部の）釘は固定されておらず、穴を穿って長い縄を取りつけてある。人馬を攻撃する際には力一杯これを投げつけ、命中すれば尖端部分が絡み付いて敵を拘束した。「飛鈎」は一名を鉄鷓脚鈎と言ひ、鋒（切っ先）が長

く鋭利で鉤状に湾曲した四つの刃を持ち、鉄の鎖が付属して、さらに麻縄をこれに繋いである。用いる時は鉤を敵の集団に投げ込み、急速に麻縄を手繰り寄せる。一度放り込む度に二人までの敵を引っ掛けて拿捕することができた。「飛錘」とはすなわち現在「流星錘」と呼ばれる武器である。二つの錘が縄の両端に付属しており、敵に投げつけて攻撃する側の錘を「正錘」、手で持つ側にある錘を「救命錘」（身を守る錘の意）と呼ぶ（図4）²²

上述した明代の雑式兵器各種は『武経総要』など宋代の文献資料で紹介された雑式兵器と比較すると、その内容にかなり異同が見られる。例えば、単手燥鉄鏈子・金剛圈・鋤掌鉄尺・呂公拐子・狼筈・鑿・流星・鎮虎口・馬叉上帶使流星鞭・天平鏟・天方基などの兵器、雄牛出陣鉞・山門七埋伏鉞・番王倒角鉞・直行虎鉞・稍攔跟進鉞といった鉞類の兵器は明以前には見られない（図5）。このことから雑式兵器は時代によってその内容が絶えず入れ替わり、変化していったことがわかる。

明代に雑式兵器が使用されていた実態は『明史』などの記載から窺うことができる。『明史・沈迅伝』には「(明末) 萊陽の沈迅は弟の沈迓と共に砦を

作って守っていたが、沈迓は背が低く精悍で馬上で百斤の鉄椎を舞わせた」²³との記述がある。また、『明史・黃得功伝』には「武將の黃得功は鉄鞭を使って戦うのが得意であった」²⁴とある。さらに万暦年間の劉鋹という人は「袖箭」の絶技を身につけていた。ある人が劉鋹を宴に招いた時のこと、宴もたけなわになった頃、彼はその腕前を披露したが、『天香閣隨筆』にはその時の様子が次のように記されている。「劉鋹は軒先に移動して座り、銅環を自分の座っている場所から数十歩離れた後方に掛けさせた。劉は左手に杯を持ったまま、右手で後方に矢を発した。矢は次々と銅環を通り、十度発して一度も失敗しなかった。」²⁵ このように彼の「袖箭」の技術は神業の域にまで達していた。

この時期の雑式兵器武術の発展には目覚ましいものがある。明代以降、民間武術の内容は非常に多様化し、煩雑なまでに豊富な内容を備えるに至

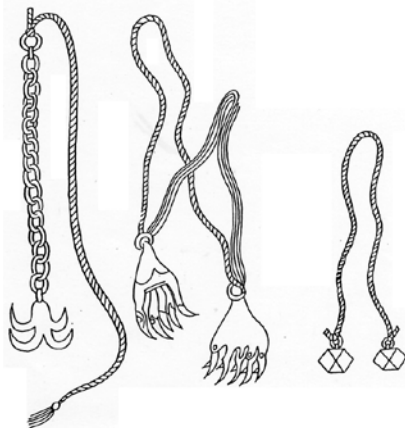


図4. 明代の飛鉤・双飛撻・飛錘
『武備志』巻104『器械』より

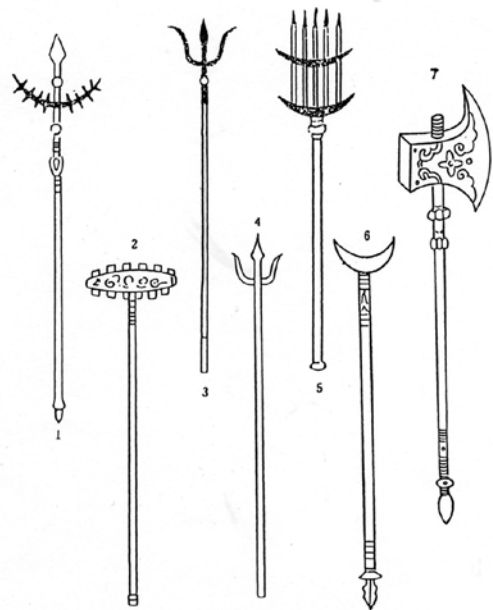


図5. 1. 鑿 2. 扒 3. 馬叉 4. 鎮虎口
5. 易把 6. 鏟 7. 大斧
『武備志』巻104『器械』より

るが、雑式兵器武術の発展はこうした民間武術の多様化に非常に大きな影響を与えていると言える。

2. 2 十八般武藝の定義に見る民間武術の変遷

「十八般武藝」という呼称はすでに宋代の文献に見られるが、そこではまだ何をもって「十八般武藝」と数えるかについての説明がなされていない。元曲の中にも「十八般武藝」という言い方は登場するが、実際には十二種の武術が挙げられているのみであった。元末から明初の人物とされる施耐庵の著作『水滸伝』の第二回「王教頭私に延安府にのがれ、九紋龍大いに史家村を鬧がす」の中でようやく「十八般武藝」の内容が具体的に記された。その内容は矛・錘・弓・弩・銃・鞭・簡・劍・鏈・擗・斧・鉞・戈・戟・牌・棒・槍・杈となっている²⁶。

明代になると「十八般武藝」は様々な武術を総括する用語として広く使われるようになった。「十八般武藝」に含まれる武技については次に挙げる文献資料に見ることができる。

朱国禎の『湧幢小品』巻十二の記載では「武藝十八事、一弓、二弩、三槍、四刃（即ち刀）、五劍、六矛、七盾、八斧、九鉞、十戟、十一鞭、十二簡、十三擗、十四戈、十五叉、十六爬頭、十七綿繩套索、十八白打」²⁷となっている。

謝肇淛の『五雜俎』巻五には次のような記載がある。「正統（明の英宗の年号）己巳（十四年、1449年）の事変に天下の勇士を募った際のこと。山西の李通という者が都で武術を教えていた。彼の技芸を試みたところ、十八般（種類）いずれにも通じており、これに敵う人がなく、首位に選ばれた。しかし、李通がその後ついに勲功を挙げて名を顕わすことがなかったのは何故であろうか。その十八般は次の通りである。一弓、二弩、三槍、

四刀、五劍、六矛、七盾、八斧、九鉞、十戟、十一鞭、十二簡、十三槁、十四叉、十五叉、十六杷頭、十七綿繩套索、十八白打」²⁸

また、徐応秋の『玉芝堂談薈』巻三十一「白打錢」には「白打は徒手で格闘することであり、武藝は全部で十八般、一弓、二弩、三槍、四刀、五劍、六矛、七盾、八斧、九鉞、十戟、十一鞭、十二簡、十三槁、十四叉、十五叉、十六杷頭、十七綿繩套索、十八白打」²⁹とある。

実際には、当時の民間武術の多様性はわずか十八般（十八種類）のうちに収まる程度のもものではなかったが、「十八般武藝」に含まれる武技の変遷は民間武術の発展変化をある程度反映したものであると考えることができよう。

例えば、元末明初の『水滸伝』に登場する「十八般武藝」はあくまで武器のみである。また、宋元時代によく用いられた棒・錘・鏈は明代の「十八般武藝」には含まれていない。宋代の『武経総要』にはただ棒があるのみで他の様々な武器は見られず、棒からの派生として鉄鏈枷棒・柯藜棒・鈎棒・桿棒・杵棒・白棒・爪子棒・狼牙棒の八種が取り上げられている。また、錘の一種である蒜頭（「骨朶」とも呼ばれた）は当時よく用いられた格闘戦用武器であった。さらに宋代の文献に散見される「鉄連枷」とは実は鏈の一種である。要するに、明代以前には異民族との戦争を通じて中原の武術が異民族の武術の影響を受け、棒・錘・鏈及び斧・簡・劍など様々な形状を持った長短の武器が数多く出現して戦闘に使用されたのである。明代に入って廃れた武器もあったが、民間において受け継がれたものも多かった。それらの中には原形のまま使われた武器もあれば、明人の手で改良が施されたり、新たに案出された武器もあったのである。このような武器の変遷は、上述の『江南経略』に取り上げられた「雑器」「鈚」「馬上器械」からも見て取ることができる。

また、注目に値するのは、明代になると「十八般武藝」の中心が明らかに民間武術に移行したことである。いわゆる「十八般武藝」として定義された十八種類の武芸のうち、弓・弩・槍（矛は槍の前身）・刀・盾を除くと当時の軍隊には採用されていなかった武器ばかりが取り上げられている。例えば、剣・鉞・戟・笏などは兵器とは名ばかりで漢代以降長らく軍隊には装備されていなかった。また、古来、武器には属さない「綿繩套索」と「白打」が「十八般武藝」に加えられていることも民間武術を中心とした定義が行われたことの現れであると言えるだろう。

「綿繩套索」は単に套索とも呼ばれ、「綿繩」は綿で作った縄のことで、「套索」は縄を結んだ輪である。「綿繩套索」とはいわゆる「投げ縄」のことであり、縄を結んだ輪を敵に向かって投げつけ、引っ掛けて生け捕るための武具である。『晋書・呂光伝』の記載によれば、庫車（クチャ）以西に位置する獯胡（北匈奴の末裔）は「皮索（皮で作った縄）を以て羈（罾すなわち輪のこと）と為し、馬に乗りながら人に投げつけた。命中率が高く、皆これを恐れ憚った」という³⁰。この羈とはすなわち套索のことであり、もともとは匈奴人が遊牧に用いていた道具が交戦に応用され、敵の肢体を絡めて捕虜とするために用いられたものである。このような套索は古くから遊牧民族によって使われていたが、兵器として歴代の軍隊に装備されることはなかった。茅元儀の軍事著書である『武備志』には套索と用法が似た双飛撻、双鈎という武器が取り上げられているものの「綿繩套索」は記載されていない。したがって「綿繩套索」とは完全に民間人が用いる武器と見なされていたことになる。

また、「白打」は「手搏」「使拳」とも呼ばれる徒手格闘技であり、またその中に「擒拿」（関節技）も含まれている。すなわち現在の拳法のことであ

り、宋の時代に民間武術の一分野として確立された。明代になると拳法は武術における基礎訓練項目と見なされて大いに発達し、「白打」は各武術流派における中心的な技術となっていた。戚繼光の『紀效新書』巻14「拳経捷要篇」と鄭若曾の『江南経略』巻8上「兵器総論」には、当時、流行していた宋太祖三十二勢長拳、六歩拳、猴拳、囚拳、温家七十二行拳、三十六合鎖、二十四棄探馬、八閃翻、十二短、呂紅八下、綿張短打、南拳、北拳、西家拳、孫家披掛拳、張飛神拳、霸王拳、童子拝観音神拳、九滾十八跌打撻拿、綿張短打破法、九内紅八下等破法、三十六拿法、三十六解法、七十二跌法、七十二解法などが取り上げられている。特に注目されるのは、『彙編威將軍武備全書』（『増定武備新書』ともいう）巻5「手足篇」に「秘伝短打法」が記されている（図6）。

朱国楨は『湧幢小品』の中で「白打」について次のように記している。

「白打はすなわち手搏のことであり、（後）唐の莊宗が地方官職を賭けて手搏を競わせ、勝者にそれを与えたことがある。また、歴史上、張敬児は手搏によって功を立てたことがある。これを俗語で打拳と言う。蘇州の人はこれを『打手』と言う。打たれた人の死が速やかなるか緩やかなるかは全て技法にあり、また日月を以て計ることができ



図6. 秘伝短打法 『増定武備新書』より

る。]

すなわち、「白打」が「十八般武藝」の一つとして数えられた理由は、当時の民間において「白打」が高度な発展を遂げ、重要視されるべき武術として認知されたことによる。

以上のように、明の時代の「十八般武藝」に「綿繩套索」と「白打」が取り入れられたことは、取りも直さず民間武術の飛躍的な発展とその内容が時代と共に絶えず変化していったことを反映していると言えるだろう。

3. 少林武術の興隆と民間武術への影響

明代には各地で武術が盛んに行われると共に、少林武術も空前の活況を呈した。明人の詩文の中には少林寺僧が武術を修練する様子を歌ったものが非常に多い。次に挙げる資料からも少林武術の隆盛を窺い知ることができる。

焦宏祚の『少林寺詩』には「僧、古殿に閑あれば乃ち武芸を談じ、鳥は階に行んで詩に答えるに似たり。処処の楼台、皆随いて喜ぶ、いかなる縁により経文を覓（もと）める」とある。

また、徐学謨の『少林雜詩』には「名香、古殿に自ずから氤氳たり、剣を舞い戈を揮いて落日を送る。僧徒、偏（ひとえ）に武を好むも怪しむを得ず、曇宗は曾て大將軍に拝す」とある。

このように少林寺の武僧は武術訓練の伝統を維持しており、その伝統は明代に至っても衰えることがなかったのである。

当時、少林寺の武僧は、その優れた武芸を旅行者のために演じて見せることがあった。明の万暦年間の進士であった文翔鳳の『嵩高游記』には次のように記されている。

「帰って（少林寺の）六十人の僧による掌搏、剣、鞭、戟を見て輿を西に進めた。」

また、王世性の『嵩游記』には「……下山して

再び宿をとる。武僧がまたやって来て（武）技を献じる。拳、棒、搏撃はまさに飛ぶようで、師範らしい人物は手を束ねて見守っている。それらの中に猴撃（猿の動作を真似て作った武技）をする者がおり、ぐるぐると回ったり飛び跳ねたりする様子はそっくりそのまま一匹の猿のようであった」とある。

万暦の進士袁宏道は嵩山を訪れた際、少林寺に宿泊した。その『崇游記』には次のような記述がある。

「曉（朝）に門を出る。童（少林寺の若い僧）が棚を分かれて立ち、手搏を観ることを乞う。主者が『山中の故事です』と言う。試して見ると絶技が多かった。」³¹

ここに現れた「手搏」とは徒手の格闘技のことであり、「山中の故事」という言葉はそれが古来より続く慣習であったことを示唆している。こうした記述からも少林寺において徒手の格闘技が古くから受け継がれてきたことがわかる。

また、以上からわかるように明の時代に少林僧の訓練していた武術は主として二種類であった。そのうち一つは拳・棒・剣・鞭・戟等を一人で練習する単練であり、もう一つは掌搏（拳搏あるいは手搏とも、徒手格闘のこと）、棒の搏撃（棒で対戦すること）等の対戦技能であった。これらの内容に関しては明以前の史籍には見られないため、少林僧が行う武術の内容が明代になって非常に豊富になったと考えることができる。

少林寺武術において主要な内容の一つである少林拳もまた明代に大きな発展を遂げている。この時期、少林寺武術に「拳勢歌」が現われた上、前述のように拳法と手搏（徒手での対戦）が盛んに行われた。また、朱国楨の『湧幢小品』巻二十八「拳棒僧」によれば、少林武僧は見かけだけ華やかな「花拳」に対して批判的であり、拳法の練習においては実戦的な徒手格闘技術である手搏が中

心であったことがわかる。さらに謝肇淛の『五雜組』巻五には次のような記事がある。

「河南の少林寺の拳法は天下に例のないもので、その僧で四方に修行した者は皆（一人で）数十人を相手にできる。流賊の乱（明末の農民反乱）の時、厚く賞を与えて募集するよう建議した者があり、精鋭の壮士五百余人を集めることができた。」³²

また、少林僧は拳法と手搏の他にも特殊な技術を伝承していた。『罪惟録』列伝卷三十一「孔布伝」に次のような記載がある。

「孔布は曲阜の人と言われ、（中略）身の丈七尺余、両手を垂らすと膝より長かった。十七歳で少林僧である存老に師事して武術を学び、『黒夜釘身』『鳥鴉瓦飛』という術を授けられた。三年が過ぎて師から離れて去った。（中略）彼は凳（椅子）を（踏み台に用いて）飛び越して部屋の壁を横に走ることができ、また、二枚の屋根瓦を掴んだまま垣根を飛び越えることができた。」³³

この記載からわかる通り、孔布が少林僧から授けられた「黒夜釘身」及び「鳥鴉瓦飛」なる術は器物を利用した跳躍法の一つであった。こうした術は当時の少林僧が行った武術の訓練法の一つであると考えられる。

ところで、当時の少林僧は盛んに拳法を練習していたが、世間一般には拳法よりもその卓越した棍棒の技術によって知られていた。『紀效新書』『陣記』『江南経略』『武備志』等に列挙された諸家の拳法や器械の名称の中にはいずれも「少林棍」の名前はあるが「少林拳」の名前はない。唐順之は「浮屠（少林僧）幻（不思議な術）を善くし、技能多し（といえども）少林拳法世に希に有り」³⁴と述べており、当時、実際に少林拳を目にする機会は少なかったことがわかる。

少林寺で十余年にわたって武藝を学んだ程宗猷は『少林棍法闡宗・問答篇』でこの問題に対して次のように答えている。

「或る人が尋ねて言う。『棍は少林を尚ぶと言われるのに、今の少林寺の僧は拳を練習する者が多く、棍棒を練習していませんが何故でしょうか。』余、答えて言う。『少林棍は名を夜叉と言う。乃ち緊那羅王の聖伝で、今は無上菩提と呼ばれている。一方、拳法は未だ海内において盛んに伝え行われていない。今、専ら拳を練習するのは拳法が棍棒と共に彼岸（技の神髄を悟る境地）に達することができるように望んでいるのである。』」³⁵

ここで程宗猷が「未だ海内において盛んに伝え行われていない」と述べているのは、少林拳が明末に至っても未だ完成に到っておらず、少林寺の僧侶は拳法の神髄を悟る境地に達するために専らそれを修練していたということである。おそらくこのような理由から当時の少林拳は少林棍ほど知名度が高くなかったのであろう。

他方、少林棍は明代にはすでにその名を広く知られていた。茅元儀が「諸芸は棍を宗（本源）とするが、棍は少林を宗とする。少林寺の棍法について最も詳しいものは近世の程宗猷による『少林棍法闡宗』である」³⁶と述べていることから、当時の人々が少林寺の棍術を非常に高く評価していたことがわかる。

程宗猷の『少林棍法闡宗』の記載によれば、少林寺の棍法には勢・路・譜があり、当時の棍術としては比較的完備されたものであったことがわかる。この他に「邵陵（少林）棍法歌」二首が作られているが、七言句からなるその歌では少林棍勢の攻防変化が具体的に表現されている（詳細は明の趙先裕の『新鐫武経標題正義注釈』附属『陣法馬歩射棍法』の巻を参照）。棍法歌は少林僧が棍術の要領を把握し、正誤を分別し、偏向が生じるのを防止するために役立つものであり、少林寺の僧たちが棍術を重視していた事実と、彼らの棍術に対する研究の深さを反映したものである。

しかし、このような少林棍法もまた、かつて倭

寇と戦った名将である俞大猷に学んだことがある。俞大猷の『正氣堂集』には次のように記されている。

「嘉靖四十年(1561)福建総兵官に抜擢された際、道に寄って少林寺に到った。僧侶の中からその技に通じていると自負する者たちが皆出てきて技を披露した。俞はこれらを見た後、この寺は劍技(棍術のこと)で天下に名を知られているが、伝わること久しくして訛伝し、その要訣は全て失われてしまったと評価した。寺の主持である小山上人が俞大猷に棍術の真諦を伝授してほしいと言った。俞大猷が一朝一夕で伝授し、その真諦を理解させる得るものではないと答えると、少林寺では年少で勇敢かつ力のある者を二名選んで付き従わせた。この二人、一人は名を宗撃、一人は名を普従と言ったが、俞大猷に従って南征した。三年の間、丁寧な教え示すと、兩名共その真諦を会得した。二人は俞の許を離れる際、寺の者たちに伝え、永く伝承するつもりであると述べ、その後、衆僧でその真諦を会得する者おおよそ百人にまで達したという。」³⁷

また、明末期の武術家である呉叟は『手臂録』巻四「大棒説」の中で、自分の見た少林寺棍法について次のように記している。

「少林寺に一家の棍法有り、名を五虎欄と言ひ、ただ一打一掲するのみである。打てば必ず地に到り、掲すれば必ず腦を過ぎる。単純な技法にして奇を銜うことなく、ほとんど農夫が土を耕すかのようである。しかし、時間を重ねて稽古すれば功を生じ、他の武技を圧倒する勢いを得られ、少林寺の諸武技(を修めた者)であっても甚だこれを畏れる。したがって(五虎欄の)棍法が単純だからといってこれを軽視してはならない。」³⁸

一方、俞大猷の『劍経・総訣歌』に「(原文)一打一掲、遍身着力、歩歩進前、天下無敵。(訳文)一打一掲、遍く身体の力を用い、歩歩前進して天下無敵なり」とあるので、呉叟が目にした少林寺棍

法はまさに俞大猷が少林僧に伝えたものであろうと考えられる。

また、当時、民間武術が大きく発展しつつあった状況下で、少林寺と一般社会の間の武術交流も頻繁に行われるようになり、少林僧が寺を出て武藝を求めたり、民間人と交流を行ったりする事例が絶えなかった。例えば、呉叟の『手臂録』に記されている少林寺の僧劉徳長、洪記、広按などは自らの武藝の腕前が未熟なのを嫌って天下を周遊し、その技術を多いに向上させたが、これは少林僧が広い世間に出て武技を磨いた好例である。

また、民間人が少林寺に入門して武術を学んだ例も少なくなかった。曹秉仁の著した『寧波府志』には、明の正徳年間に浙江慈溪の辺澄という者が少林寺に入って武術を学んだことが記されている。

「明の辺澄は慈溪(現在の浙江慈溪)の人で、(中略)少林寺の僧が拳勇を以て天下にその名を知られていると聞くと、彼は少林寺に炊夫となって入り込み、三年間武芸を覗き見てその格闘の神髓を悟った。(中略)その後、彼は各地を巡ったがその技に敵う者がなかった。(中略)正徳年間、貢ぎ物を持ってきた倭寇があり、その中の槍術に優れた人が辺澄の名を耳にして技比べを求めた。太守(府の知事)であった張津がこれを許可した。まず槍を持った倭寇数十人が辺澄に向かって一度に攻めて来たが、辺澄が扒を振り回すと倭寇の槍は全て撃ち落とされた。また、次の倭寇が長槍で辺澄を囲んだが、辺澄は一声発して倭寇の包囲網から抜け出ると、その扒で倭寇を一人二人打ち殺す素振りのみ表して自分の武芸の巧みさを示した。」³⁹

また、安徽休寧の人程宗猷、程雲水、程君信、程涵初らも少林寺に入門して武術を学んでいる。その他にも少林寺の僧侶から武術を学んだという事例は史籍に多く見られ、清の趙翼の『陔餘叢考』巻十四「少林寺僧兵」には次の記事がある。「明

の崇禎年間に、陳州の知州である史記言は流賊が多くなったため兵士を集め、少室（嵩山の少室山、ここで少林寺を指す）の僧を招聘して訓練させた。」⁴⁰

注目に値するのは、倭寇との戦闘において愛国心に燃える少林僧たちが次々と戦場に赴き、倭寇と戦ったことである。鄭若曾の『江南経略』巻八下「僧兵首捷記」は諸僧兵が倭寇との戦闘状況を詳しく記したものであり、その中には少林寺僧の記事もある。それらの記事をまとめると次のように要約することができる。

「倭寇が杭城（現在の浙江杭州）に来襲した。杭城が城門を閉じたので倭寇は鮐山に屯した。三司が僧兵四十人にこれを討たせた際、天真と天池の二人を将に任じたが、天池は少林僧であった。彼らは大いに倭奴を打ち破った。また、都督の萬鹿園が少林僧の天員を將軍に任命し、募兵に応じた八十四名を率いさせた。彼らは杭州の僧兵十八名を合わせ、先鋒として倭寇に立ち向かい、鉄棒・鈎槍・長槍・大刀等を用いて次々と敵陣を陥落させた。さらに残敵を追撃し、非常に多くの倭寇を殺傷した⁴¹。」

明の張鼐の『吳淞甲乙倭変志』巻上「僧兵」には少林寺僧と倭寇の戦いが次のように記されている。

「僧兵は山東（函谷関より東の地方）から募集に応じた者であり、彼らは幼い頃から武術を習っていたという。名を大造化、月空、天池、一舟、玉田、太虚空、東明、古泉、大用、碧溪などと言い、合わせて四十名であった。彼らは皆、自身を少林寺の僧侶であると称し、いずれも長さ七尺（約222cm）、重さ三十斤（約17.7kg）の鉄棍（鉄製の棒）を持っていたが、まるで竹の杖を弄ぶようにそれを振り回すことができた。頗る勇敢で猛々しい者たちだったので、官軍はいつも彼ら先頭に配置して出陣させた⁴²。」

また、同書には参戦した少林寺僧について次のような記述も見られる。

嘉靖癸丑（1553年）六月、南匯（浙江の嘉興）で四人が戦死した。その後、白沙灣（浙江の平湖）で倭寇と接戦した際に了心、徹堂、一峯、真元という者が戦死し、また、甲寅（1554年）二月、葉謝（上海の松江）の馬家浜などで行われた戦闘では僧が官軍の先陣に立って非常に多くの倭寇を殺傷したが、援軍による加勢が得られず、かつ地理に不案内であったため倭寇の包囲に陥って大有、西堂、天移、古峯など二十一名が戦死した。さらに、乙卯（1555年）十月、陶宅の役で僧兵は棒を手に思い切り敵中深く進撃して多数の倭寇を撃ち殺したが、結局、敵の詭計によって全員が戦死した。その後、朝廷は佘山（上海の松江県の西北から12.5km）に石塔を立てて僧兵たちの戦功を記念した⁴³。

また、顧炎武の『日知録』巻二十九「少林僧兵」によれば「嘉靖年間、少林僧月空は都督万表の檄に応じて松江で倭と戦った。その弟子の三十余名は進んで隊伍に加わり、鉄棒を用いて多くの倭人を撃ち殺したが皆戦死した」という⁴⁴。

さらに、清の査佐『罪惟録』志巻二十「郷兵苗兵」には次のようにある。

「嘉靖年間に倭が乱を起こした。各地から募集された郷兵が六千人いたが、その中から少林僧の大造化、月空、水心など四十名の最も勇敢な者を選抜した。彼らはいずれも長さ七尺の鉄桿（鉄棒）を持ち、それを竹の杖を弄ぶように振り回したが、多くが先陣を切って飛び出して戦死した。そこで朝廷は佘山に塔を立ててこれを記念した。」⁴⁵

以上の記載はいずれも少林寺の僧が江南沿海で勇敢に倭寇と戦ったことを記している。このことは少林僧たちがその身を佛門に置きながら、社会の政治的現実から目を背けることができなかつたこと、また、彼らにとって武術が古来より一貫し

て俗世との関係を保つための重要な属性の一つであったことを表している。

当時、僧衆が武術を訓練することはごく一般的な社会現象であった。嵩山の少林寺以外にも伏牛山、五台山など各地の僧衆はいずれも武術を学んでおり、これらは当時の民間武術の構成要素の一つとして、その発展に一定の影響を与えた。

4. 代表的な武術家及び武術著書

明代には多くの武術家が活躍した。彼らの一方は軍事武術家であり、他方は民間武術家である。

中国の軍事史から見ると、明代は中国の伝統的軍事文明が最も発展した時期であり、軍隊の編制、訓練、武器の改良と開発等、各方面においていずれも顕著な変化が生じた時代であった。特に十六世紀半ば以降、対倭戦争が全面的に展開されると、唐順之、俞大猷、戚継光といった名将たちが実戦上の必要から伝統的な武術の技法や訓練方法を再検討して洗練の極致に至らしめ、さらに各種武器の改良・革新を行った上、敵の倭刀術さえも導入したことによって非常に効果的な戦闘体系が完成した。そして、彼らは長年にわたる戦場での経験を総括してそれぞれ著作を執筆した。これらの著作は募兵・束伍・節制・教練・攻守・行陣・器用・軍需といった軍事に関する内容に加え、様々な武術の技法や訓練法を具体的に記しており、大変実用性に富んでいた。また、何良臣、鄭若曾、王鳴鶴、茅元儀といった武将たちもまた各々軍事専門著作を刊行したが、それらの中にも当時の武術や武器に関する情報が豊富に含まれている。

一方、民間武術家には個々に独特な伝承があり、ある者は一芸に秀で、またある者は幾つかの武術を併せて行う等の違いはあったが、それぞれに高い技術水準に到達して天下に勇名を轟かせていた。彼らの武術著書は当時の民間武術諸流派が急速に

発展し始めた状況及び各流派の個性を反映したものとなっている。

これらの著作からは、当時の武術家が武術の技法及び訓練法を真剣に検討・総括し、また絶えず新しいものを取り入れながら創意工夫を凝らした様子とその精神を窺い知ることができる。以下に代表的な作品を選んで紹介する。

(1)【武編】 明の唐順之(1507-1560)撰。唐順之は字を應徳と言ひ、江蘇省武進(現在の常州)の人で、嘉靖八年(1529)の会試で一位となった。江蘇崇明で明軍を率いて倭寇と戦い、戦功によって右僉都禦史に昇任、代鳳陽巡撫となった。天文・地理・兵略・文学・楽律等に精通しており、武術にもまた優れていた。

『武編』は軍事著書であり、前後二集に分かれている。前集六巻では将・士・制・練・令など95項目が取り上げられ、束伍・節制・教練・攻守・行陣・器用・軍需・雑術といった問題を巡って論述されている。後集六巻では古代の戦争に例を取り、料敵・撫士・信・勇・嚴・賞などの134項目にわたって記述されている。

前集巻五には拳法・牌(腰刀)・射・弓・弩・甲・槍・劍・刀・錘・扒・攏・簡などが取り上げられ、その用い方が述べられている(図7)。拳法の項には「温家拳譜」(拳勢・拳訣・手技・足技・応用)



図7. 腰刀を藤牌、鏢槍と組み合わせる戦闘法
『武編』前集巻五より

が収録されているが、この拳譜はこれまでに中国で発見された中で最古のものである。槍の項には六合槍法及び槍の各種応用方法が詳しく説明されている。劍の項には断簡殘篇の中から見つかったとされる「古佚劍訣」十五句が記されている。刀の項では各種武器に対し双刀を用いて対処する方法が述べられているが、これらを総括すると「片手で監手し、もう一方の手で抹刀する」ということに他ならない。ここで言う「監」とは刀を用いて相手の攻撃を打ち遮り、あるいは防ぎ止め、払い除けることであり、「抹」は切り裂くという意味で、いずれも双刀の最も基本的な用法である。

本書は作者の生前には刊行されていない。唐氏の没後、著名な学者である秣陵の焦竑が原稿を入手したが、万曆末に後金が挙兵して明を攻めた際、その原稿は焦氏から武林の出版家である徐象樞の手に渡り、徐氏の曼山館から刊行された。

(2)【劍経】 明代の俞大猷(1504-1580)撰。俞大猷は字を志輔、虚江と号し、福建省晋江(現在の泉州)の出身である。幼少より読書を好み、王宣、林福学を師として『易経』を学んだ。その後、趙本学が『易経』に基づいて兵法を解釈できると聞くと趙の下で兵法を学んだ。父の死後、百戸という官職を受け継ぎ、騎射を学び始めたが、その腕前は優れているのを外すことがなかった。また、荆楚長劍法に精通した李良欽について学んだ。術が完成した後に李と手合わせをした際、李が突進して大猷の手を打とうとした刹那、大猷は避けてその隙に斬りつけた。師の李良欽は「公は今から必ず天下無敵となろう」と断言した。嘉靖十四年(1535)武科会試に合格し、千戸(官職名)となった。倭寇が東南各省にわたって略奪を行った際、俞大猷は参将、後に総兵官に任じられて倭寇と戦い、大いに戦功を立てた。

『劍経』は主に棍術について論述した著書であり、「総訣歌」「習步法」など200余の要点から述べら

れている(図8)。俞大猷は棍の武術としての重要性について次のように述べている。「棍を用いるのは四書を読むようなものであり、鈎・刀・槍・鈚等はそれぞれ一経を習うようなものである。四書が明らかであれば、六経の理もまた明らかになる。もし、棍に通じていれば、他の武器の法もまたここから得ることができる。」

当時、『劍経』は棍法の代表作として軍事家や武術家たちの間で大いに尊重された。例えば、何良臣は「俞大猷の『劍経』にある通り『その旧力のやや過ぎ、新力の未だ発せざる(時機)を待ち、急ぎこれに乗じて攻撃する』ことができれば用棍の秘訣を得たと言えよう。棍術の妙はまた全て俞大猷の『劍経』に述べられており、学習者は心を尽くしてこれを研究し、世に伝えられている武術の短所を捨てて長所を汲み、虚飾の部分を棄て去って精微な部分だけを取れば、久しくして自ら無敵と称することができるであろう」と述べている(『陣記』巻二「技用」)。また、戚繼光の『紀效新書』にも「総戎俞公(俞大猷)は棍を以て私に示した。その妙なるところはすでに『劍経』に記載されており、(中略)棍法だけではなく長槍や各種の武器は共にこの方法が当てはまる。最近、この方法に則って長槍を教えたところ、その効果は明らかであった。真に妙の極みである」とある(『紀效

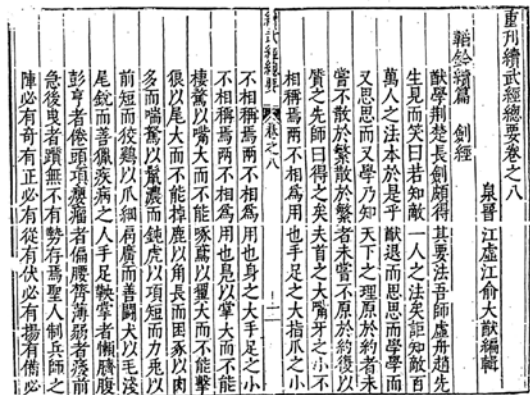


図8.『劍経』『續修四庫全書』より

新書』巻十二「短兵長用説」)。『剣経』に示された方法を尊重したのは上記のような軍事武術家だけに止まらず、民間武術家の著述にも愈大猷の棍法に言及しているものが多く残っている。例えば、程宗猷は『少林棍法闡宗』巻下「問答篇」において『剣経』は千古に発せられることのなかった秘訣である」とまで評価しており、『剣経』が当時の民間武術家にも大きな影響を与えていたことが窺える。

本書は著者の『正気堂集』余集巻四、及び趙本学・愈大猷の『重刊續武経総要』巻八に収録されている。また、戚継光の『紀效新書』巻十二、茅元儀の『武備志』巻九十一、王鳴鶴の『登壇必究』巻三十などにも収められている。

(3)【紀效新書】 明朝の将軍である戚継光(1528-1587)の著した軍事名著である。本書には将士の選抜・編成・訓練、武器の研究・開発・製造、陣営の改造・創新・応用などが詳細に叙述され、特に軍人として実際に数多の戦争を体験した著者の独創的な見解が随所に記されている(図9)。

戚継光の子、戚祚国の『戚少保年譜著編』によれば、最初に書き上げられた『紀效新書』は嘉靖三十九年(1560年)の十四巻であった。しかし、この十四巻本が実際に刊行されたかは明記されて

おらず、刊本の現物はこれまで発見されていない。一方、戚継光と同時代の王世貞(1526-1590)の『紀效新書・序』によれば『紀效新書』は嘉靖四十五年(1566)に刊行されており、合わせて十八巻とある。各巻の構成は次の通りである。自序、巻首、巻一「束伍」、巻二「緊要操敵號令簡明條欵」、巻三「臨陣連坐軍法」、巻四「諭兵緊要禁令」、巻五「教官兵法令禁約」、巻六「比較武藝賞罰」、巻七「行營野營軍令禁約」、巻八「操練營陣旗鼓」、巻九「出征起程在途行營」、巻十「長兵短用説」、巻十一「藤牌総説」、巻十二「短兵長用説」、巻十三「射法」、巻十四「拳経捷要」、巻十五「布城諸器圖説」、巻十六「旌旗金鼓圖説」、巻十七「守哨」、巻十八「治水兵」。これまで発見された『紀效新書』の十八巻本は、ほとんどがこの嘉靖四十五年の版本を元に復刻されたものである。また、万曆十六年(1588)に李承勳が浙江で刊行した十四巻本(李本)があり、その構成は次の通りである。自序、巻一「束伍」、巻二「耳目」、巻三「手足篇・銃砲火箭弓弩等」、巻四「手足篇・藤牌長刀長鎗等」、巻五「手足篇・大棒等」、巻六「比較」、巻七「營陣」、巻八「行營」、巻九「野營」、巻十「実戦」、巻十一「膽氣」、巻十二「舟師」、巻十三「守哨」、巻十四「練将」。この李本は万曆年間に戚継光自身が十八巻本に基づいて加筆・編纂したものと見なされている。

十八巻本の巻十から巻十四には長槍・藤牌・狼筈・大棒・射法・拳法に関する解説がある。李本の巻三から巻五には射法・長刀・鑢鈔・藤牌・狼筈・長槍・大棒などの用い方が記されており、特筆すべき点として嘉靖四十年(1561)に戚継光が倭寇との戦闘で得た日本の影流刀法が収録されている。また、李本では十八巻本の内容から拳経捷要篇が削除されている。

この二つの版本はいずれも戚継光が長年にわたって浙江沿海で倭寇と戦った経験を反映し、大変



図9.『紀效新書』『中国兵書集成』より

実用性に富んだ内容であったため、当時の朝鮮と日本の両国からも重要視された。万暦二十二年(1594年)、朝鮮で訓練都監が設立され、その提調指揮であった韓嶠は『紀效新書』の翻訳を命じられた。韓嶠は『紀效新書』の十四巻本に記載されている棍棒・藤牌・狼筈・長槍・鑱鉞・長刀の六つの武術を元に1598年に『武藝諸譜』を完成させた。また、明万暦三十八年(1610年)、朝鮮春秋館編修官であった崔起南は『紀效新書』十八巻本の「拳法」と十四巻本の「長刀」等を参照して『武藝諸譜翻譯續集』を編集している。日本にも寛政九年(1798)刊など複数の刻本がある。

現存する最も古い『紀效新書』の刊本としては、明の隆慶三年(1569)に刊行された十八巻本(アメリカ国会図書館所蔵)と明の万暦年間に刊行された十八巻本(北京図書館所蔵)、また、万歴十六年(1588年)に李承勳が浙江で刊行した十四巻本、万歴二十一年(1588)の周世選の十八巻本(周本、拳法の項に「八勢」が欠落)などがある。清代には多くの復刻版が刊行されているが、ほとんどが周本を元としている。

(4)【江南経略】 明代の鄭若曾(1503-1570)著。鄭若曾は字を伯魯、開陽と号し、蘇州昆山(江蘇省の昆山)出身である。嘉靖十五年(1536)に貢生(国子監の学生)となり、魏校、王守仁について学んだ後、総督胡宗賢の幕僚となって倭寇討伐に参加した。江南の倭寇が平定されると、鄭若曾もその功績により「錦衣世襲」の名誉を授けられることになったが辞退した。後に国史編集に推薦されたが、それも固辞し、故郷に帰って著述に専念した。『江南経略』の他に『籌海図編』『江防圖考』『日本圖纂』などの著書がある。

『江南経略』は倭寇の長江侵入を防ぐことを目的とした河川防衛に関する著作である。全八巻。各巻の内容は上下篇に分かれて記述されており、図絵185点が添付されている。巻八上の「兵器総論」

には槍術十七家(流派)、刀術十五家、劍術六家、弓弩十四家、棍術三十一家、雑兵器十家、鉞五家、馬上兵器十六家、拳法十一家の名称が列記されており、さらに一部の武術には解説が加えられているため、当時の武術流派の実態を解明する上で重要な価値を持っている。また、巻八下の「僧兵首捷記」には倭寇との戦役に赴いた少林寺の僧たちの活躍が詳述されており、明代における少林寺の武術及び倭寇武術の研究に欠かすことのできない史料となっている。

本書は隆慶二年(1568)に初めて印刷され、万暦四十二年(1614)に重版された。清代の康熙年間にも彼の曾孫である鄭起泓と鄭定遠によって重版され、乾隆年間には『四庫全書』に収録された(図10)。

(5)【陣紀】 明代の何良臣(嘉靖・万歴期に生存)著。何良臣は字を際明、惟聖と号し、浙江省餘姚の出身である。二十歳頃から従軍し、嘉靖年間に薊鎮遊撃(官名)となった。何良臣は募兵・教練・歩戦・水戦・火戦・夜戦などの武備や戦略を検討した上で『陣記』を完成させた(図11)。

『陣記』は四巻六十六篇からなり、その巻二「技用」には弓・弩・劍・刀・槍・棍棒・狼筈などの武芸が解釈されている。何氏は武術に関して優れた見識を持っており、例えば巻二には「武藝を学ぶに

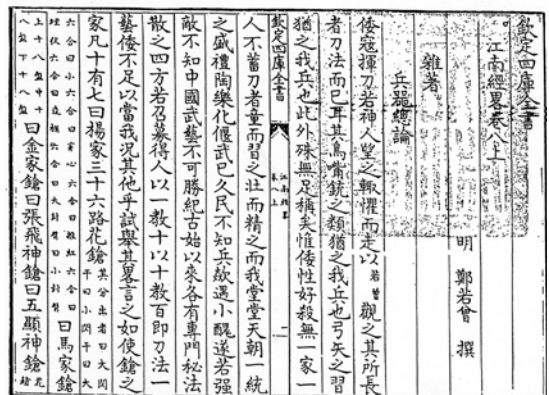


図10.『江南経略』『欽定四庫全書』より

は先ず拳を学び、次に棍を学ぶ。拳術と棍術の法が明らかになったならば刀槍諸技も容易に習得できる。したがって拳棍は諸藝の本源である」とある。また、刀・棍・射に対しても卓越した洞察が見受けられる。当時、軍中諸技のうち刀と剣に関しては伝承が少なく、また見せかけだけの華麗で非実用的な技がよく見られたが、何氏は「花套手法（見せかけだけの修飾的手法）を取り除きさえすれば、その時、初めて用刀の実質を得ることができるだろう」と指摘し、さらに日本刀術について次のように述べている。「日本刀は二つ三つ打ち下ろされるに過ぎないが往々にして防ぎきれない。用刀の巧妙さというものを推して知るべきであろう。」このことから何氏が倭刀及びその技術をよく理解していたことがわかる。本書は万暦十九年(1591)に成立した。清代に李錫齡の『惜陰軒叢書』に収録された。

(6)【登壇必究】 明代の王鳴鶴撰。王鳴鶴は字を羽卿といい、江蘇山陽の人である。彼は万暦十四年(1586年)に武進士に合格、淮安衛の指揮同知に任命され、後に湖廣鄖襄守備の職に就任して鄖襄の武力政変を鎮めたことから湖廣行都司僉事に昇進した。また、兵部から将才を認められて陝西遊撃となり、その後、五軍營左副将、廣西総兵、驃騎將軍、南京右府都督僉事などの官職を

歴任した。武将として多くの実戦経験を積んだ王鳴鶴は、貴重な軍事的資料を長年にわたって記録・蓄積し、また『武経総要』『剣経』『紀效新書』『籌海図編』等の兵書の成果を豊富に引用して、万暦二十六年(1598)の冬に『登壇必究』を完成させた(図12)。

本書は四十巻からなり、その巻一から巻十では天文・玉曆・太乙・奇門・六壬・各地の地理について述べられ、また巻十一から巻二十では将帥・賞罰・選兵・訓練・軍制・馬政・号令・戦地など37項目に関して論述されている。巻二十一から巻二十四では攘夷・外夷の地理や言語などについて述べ、特に北虜南倭の事情が詳細に記されている。巻二十五から巻四十には江防・水戦・攻城・守城・器械・火器・陣圖・奏疏など27項目があるが、特に巻二十九の「器械」「器圖」の項には当時の兵器の種類及びその使用法が記載され、また巻三十には『剣経』及び『武経総要』の「教弩法」「射法」、『紀效新書』の「射法」「長槍総説」「藤牌総説」「狼筈総説」が収録されている。これらの引用は王鳴鶴が武術の実用性を重視したことを反映している。

現存する最古の『登壇必究』は明の万暦年間の刊本である。1988年、解放軍出版社・遼瀋書社がこの万暦年間の刊本から復刻し『中国兵書集成』に収録している。

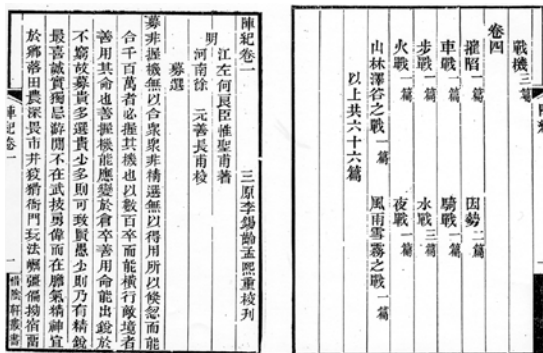


図11.『陣記』『中国兵書集成』より

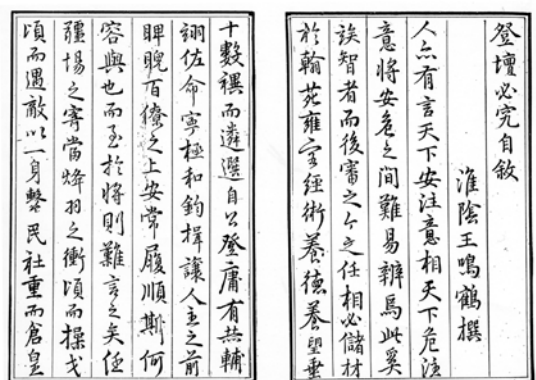


図12.『登壇必究』『中国兵書集成』より

(7)【武備志】 明代の茅元儀（1594-1630）が天啓元年（1621）に刊行した。茅元儀は字を止生、石民と号し、東海波臣、夢閣主人とも称した。明の帰安（今の浙江興）の人である。幼少より兵書を好み、明末の動乱期に王朝の腐敗、官僚階層の狼狽と無策を見て武備の振興を志す。金陵に住み、十五年にわたって古今の兵書二千種類を引用整理して万歴四十七年（1619年）に『武備志』を完成させた（図13）。

本書は全二百四十巻、二百万字以上、七百余の図片からなり、「兵訣評」「戦略考」「陣練制」「軍資乘」「占度載」の五大項目に分類されている。「兵訣評」十八巻は『武経七書』『太白陰経』『虎鈴経』等から内容を精選し、論評を加えつつ各兵書の要旨を解説しており、いわば本書の軍事理論篇と言うべき項である。「戦略考」三十三巻は春秋から元代に至る主要な戦例を厳選して収録し、謀計や戦略の観点からその得失に対して考究・評論を加えている。「陣練制」四十一巻は「陣」と「練」の二部に分けて論述されている。「陣」の項では西周から明代までに用いられた各種の陣法を取り上げて図絵319点を添え、異同の説を挙げて比較・論考している。「練」の項では兵士の選抜や軍事技能の訓練法に関して詳細に論述している。「軍資乘」五十三巻は營・戦・攻・守・水・火・餉・

馬の八大項目からなり、さらに65細目に分けて解説しているが、内容的には軍事技術に関する記述が最も多く、各種の軍事装備・陣形攻防・補給運送・火薬調和・兵器製造・軍事築城・人馬医療など多方面にわたる軍事資料を収録している。「占度載」九十三巻は「占」と「度」の二部に分かれており、「占」の項では天文気象知識と用兵の関係が論述され、「度」の項には明の方輿・鎮戍・海防・江防・四夷・航海に関わる兵要地誌が記述されている。

本書の「陣練制」の「教藝」巻八十四から巻九十二にかけて弓・弩・劍・刀・槍・鑱鉞・牌・狼筈・棍・拳法及び比較技芸（対戦形式の訓練法）が解釈されており、特に巻八十六「劍」において茅元儀は「古来、兵について言う場合は必ず劍に言及したが、今は陣中に用いられず、その伝承はすでに失われてしまった。余は広く海外にこれを捜し、ようやく得ることができた」と述べている。彼はその劍法について「朝鮮にて之を得た」と記している。その劍の勢法としては眼法・撃法・洗法・刺法・格法があり、また二十四劍法の図絵が附されているが、これはかつて発見された中で最も整った古典劍法図譜である。また、同巻の「刀」には戚継光が辛酉（嘉靖四十年、1561年）に戦場で入手した日本の影流刀法及びその練習法が転載されている。巻八十七には戚継光の『紀效新書』の槍・鑱鉞・牌・狼筈の練習法が、また巻八十八から巻九十一には少林寺棍法と俞大猷棍法に加え『紀效新書』の「拳経捷要篇」にある三十二拳法が収録されている。さらに巻百二から巻百四では弓・矢・弩・刀・槍・棍棒・牌・腰刀・標槍・梭槍・劍・鞭・蒺藜・蒜頭・鉄鏈夾棒・飛槌・飛鈎・飛錘・鑱鉞・槍・扒・鑱・大斧・鎗・狼筈などの武器の類型及び使用法が紹介され、その図絵が添えられている。

茅元儀が長期にわたり後金を敵として戦ったことから、清代に至って『武備志』は禁書とされた。

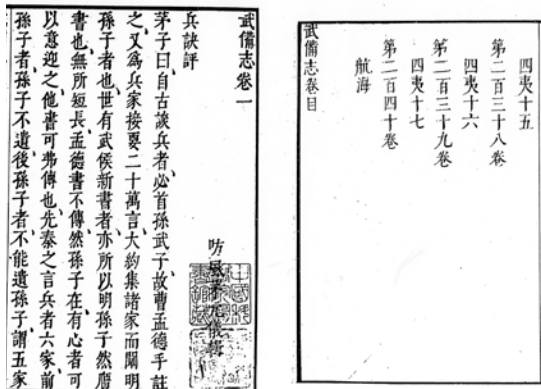


図13. 『武備志』 『中国兵書集成』より

このため、『武備志』の刊本には改竄・削除された部分も多かった。明の天啓元年（1621年）に刊行された『武備志』は現存している刊本の中で最良のものである。また、日本では寛文四年（1664年）に須原屋茂兵衛によって原版からの復刻版が刊行されている。

（8）【耕余剩技】 明代の程宗猷撰。程宗猷（1561～未詳）は字を衝門と言い、安徽休寧の人である。少年の頃から戦場を志し、名師の名を聞くと遠方を厭わず訪れては教を乞うた。後に多額の布施と引き替えに少林寺に入門を許され、その武藝を学ぶこと十余年に及んだ。その間、少林僧である洪記、洪軫等に棍法を学び、また広按師と共に外遊した。年月を経てその技術が熟練の域に達すると独自に一門を成した。程は弓・馬・刀・槍の武藝に関する造詣が深かったが、刀術は浙江の劉雲峰、槍法は河南の李克復から学んだと言い、また弩法は寿春を訪れた際に洞窟で古い銅弩機を見つけたことを契機に自ら編み出したと言う。

万曆四十二年（1614）『少林棍法闡宗』三巻を著し、その後、『蹶張心法』一卷（図14）、『長槍法選』一卷、『単刀法選』一卷をも著したが、天啓元年（1621）、これらの著書が合わせて用いられることを望み、『耕余剩技』と名付けて改めて刊行した。



図14. 『蹶張心法』 『耕余剩技』 より

程宗猷による少林棍法、倭刀法、槍法、弩法等に関する記述はいずれも後世の人々から貴重な武術文献として重要視されている。特に清代から民国期にかけて幾度となく出版され、多方面に計り知れない影響を与えた。

（9）【射史】 明代の程宗猷撰。八巻からなる。『儀礼』の「郷射礼」「大射儀」などに対する注解を始めとして、射に関する遺訓や歴代の善射などが広範囲に集められている。巻七の「射器圖」では古代中国で使用された各種の侯（的）とその取り扱い、士の用弓、軍隊の用弓、通用弓、矢や箭の種類について詳述されている。

巻八の「射法」は三つの内容に分かれて論述されている。第一に、射の立法（立ち方）・身法（身体の態勢）・搭箭勢式（矢を番える）・立射勢式圖・中平射勢式圖・騎馬射勢式圖・手法・審固・中平引弓滿勢式圖・撒放（矢を放つ）・過的（的に中てるのみならず、的を貫く意識）が解説される。第二は弓矢の選択・調整の要点、歩射の練習法などであり、第三は騎射について、武科挙の騎射法と戦場の騎射法に分けて紹介し、馬の養育法が付されている。崇禎二年（1626）に刊行された（図15）。

（10）【手臂録】 明末の呉爰撰。呉爰（1611～1695）は民末清初の武術家である。またの名を喬、

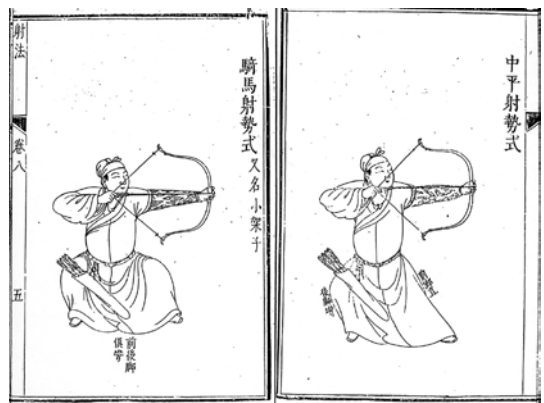


図15. 中平射勢式・騎馬射勢式 『射史』より

字を修齡と言ひ、号を滄塵子と稱した。江蘇太倉の人で、始め書生であった。幼い頃、世の中に戦争が絶えないのを見て兵事を学ばなければならないと考えた。そこで同郷の少年たちと郊外で騎馬射箭を練習すると共に『孫子兵法』や戚繼光の『紀效新書』といった兵書を読み、その奥妙を理解せんと研究を重ねていた。

明の崇禎六年（1633）、常熟の武術の名人である石敬岩が婁（江蘇太倉）を訪れて報国寺に寄居した。呉爰はその消息を得ると同郷の夏君宜、夏玉如、陸桴亭と共に石を師として槍法を学んだ。三年の間、呉爰は明け方から晩まで練習し、槍法の精微を理解したと言う。その後、彼は一心に槍術の研究に打ち込み、広くこれを求め、程衝門（宗猷）の書から棍法、洪軫の書から少林槍法、鄭華子から馬家槍法、倪近楼から楊家槍法と沙家槍法、聊城（今の山東聊城）で石敬岩もかつて学んだ淄川（現在の山東淄博に含まれる）韓氏槍法を得、最後に程真如の峨嵋槍法を得た。三十年にわたって撃刺を心に留め研究し、各地の槍師と戯（腕比べ）をすることを好んだので、その技術は非常に熟練しており、たびたび槍師を打ち負かし、その名声は非常に高かった。

清の康熙元年（1662）、鹿城（現在の河南鹿邑）の人、盛辛五が呉爰を子弟の教師として招聘した際、呉は盛の友人である朱熊占と知り合うことになった。朱は弓馬の扱いが非常に優れており、また峨嵋槍法の名師程真如から槍法を学んでいた。呉は朱に教を乞ひ、自らが忘失した部分を取り戻すことができた。また、呉爰は「槍法元神空中鳥跡圖又説」一篇、「槍法圓機説」二篇を著して槍法に対する自己の見解を述べ、同年さらに「単刀図説」（単刀とは倭刀を指す）一卷を完成させた。

康熙十七年（1678）八月、呉爰の武術著書『手臂録』が刊行された。この著作は四巻と附録二巻の全六巻からなり、刀・劍等の諸武器に関する記

述もあるが、主に槍法について論じている。

呉爰は槍法について深い研究成果があっただけでなく、狼筈・藤牌腰刀といった諸武器についても理解があった。また、彼は漁洋老人から劍術、天都の若き侠客であった項元池から双刀を学んでおり、「臨陣兵槍説」「諸器編説」「又説」「狼筈説」「藤牌腰刀説」「大棒説」「筈槍説」「劍訣」「双刀歌」「後劍訣」等の著述を残している。

『手臂録』には峨嵋僧普恩、程真如等の著した『峨嵋槍法』と少林寺僧洪軫の著した『夢録堂槍法』等が収録されているが、これらはいずれも古代中国の武術に関する貴重な資料である。

『手臂録』は『清史稿・藝文志』の「兵家類」に取り上げられ、また『借月山房匯鈔』『澤古齋叢鈔』『指海』『瓶華書屋所刊書』『掃月山房叢書』『麗樓叢書』『叢書集成初編本』にも収録されている。

(11) 【太極連環刀法】（『十三刀法』ともいう）

明末の王余佑撰。王余佑（1615-1684）は字を申之、また介祺とも言った。直隸は新城（現在の河北、新城の一部）の人である。著名な学者である鹿善繼、孫奇逢に相次いで学んだ。彼は天下に事件が多いことから、孫呉の兵法を究め、技撃にも親しんでいた。崇禎十七年（1644年）、李自成率いる農民軍が北京を占領した。その時、彼は易州（今の河北易県）で科挙に参加していたが、知らせを聞いて直ちに郷里に返ると、父の延善、兄余恪等と共に千人余の民衆を糾合して農民軍と戦い、雄県、新城、容城の三つの県城を農民軍の手から奪回した。彼はその成果に満足し、さらに北上しようと考えたが、時を同じくして清兵が入関、李自成一の軍隊を打ち破った。情勢の変化により王父子は武装を解かざるを得なくなった。まもなく仇家の誣陥によって父と兄は北京で殺され、彼自身もまた危うく命を落としそうになった。その後、易州五公山双峰に隠居し、「五公山人」と

呼ばれた。康熙十一年（1672）には猷県に移住し、猷陵書院にて講義を担当した。

王余佑の著作の中には兵法の書と文集の他に『拳術』『十三刀法』という武術関連の作品が二点ある。前者は未だ発見されていないが、後者は1916年に写本からの復刻版が刊行された。さらに1931年、上海蟬隱廬が旧鈔本（古写本）を元にした石印本（石版刷り本）を『太極連環刀法』と題して刊行している。

5. 明代における武科挙と武学の発展

1367年、明朝の祖である朱元璋がまだ統一戦争を行っている最中、早くも文武の二科の試験を設けて士人を登用すべしとの命令が下った⁴⁶。これは天下の智勇の士を自陣営に招き寄せて味方とし、広く将才を集めようとしたものである。

しかし、明王朝が成立した後は長らく朝廷で武科挙の制度について議論されることはなかった。洪武二十年（1387）、礼部の建議によって武学を設立し、武科挙の制度を整えて、武臣の子弟を各直轄省にて試験に応じさせることにはなったものの、結局それらは実施されなかった。

天順八年（1646）、明の英宗が各地の文武官員に対して、兵法に通曉し謀勇が人に優れた者を推薦し、試験を行うよう命じたことにより、ようやく武科挙の制度が創設された。当時、各地で推薦された者には各省撫・按・三司・直隸巡按御史による試験が課せられた。さらに試験の合格者に対しては兵部同総兵官が帥府にて策略を、教場にて弓馬を試験した。策二道に解答でき、騎射にて四矢、歩射にて二矢以上を命中させた者を中式（合格の意味）、騎射にて二矢、歩射にて一矢以上を命中させた者を次点とした⁴⁷。

成化十四年（1478）、明の憲宗は太監の汪直による建議を批准して、武科挙に郷試（各省で行う

試験）、会試（舉人と呼ばれた郷試の合格者を都に集めて行う試験）、殿試（会試の合格者に対して天子が宮中で行う試験）を設け、文科の例に悉く倣うこととした⁴⁸。

弘治六年（1493）、再び武科挙の試験について定め、六年に一度行うこととした。また、試験の順序として、最初に策略の試験、続けて弓馬の試験を行うこととし、策略の試験で不合格の者は弓馬の試験の受験資格を失った。これは受験者の兵法知識及び思慮・質疑応答といった知的才能を重んじたことを反映している。同十七年（1504）には武科挙の会試をそれまでの六年に一度に代えて三年に一度実施することになった。初場（最初の試験）では騎射、第二場では歩射、第三場では策と論の試験が課せられ、また合格発表日には朝廷で祝宴を催すことが定められた。正徳二年（1507年）四月には武科挙の合格者を祝う初めての祝宴が中府で催された⁴⁹。

正徳三年（1508）正月、明の武宗は兵部によって提出された武科挙の実施条例を批准した。この条例により、武科挙において三場の試験を課す形式が固定された。同年四月に行われた会試の具体的な内容は次の通りである。4月9日の初場は馬上箭（騎射）の試験であり、九矢を放ち三矢以上を命中させた者が合格とされた。4月12日の第二場は歩下箭（歩射）の試験で、九矢を放ち一矢以上を命中させた者が合格とされた。4月15日の第三場では「策」二道、「論」一道の試験が課された。策に関する解答は韜略に深く通じていることが求められ、論は義理（正しい論理の筋道）に従って述べられていることが要求された。策論の試験に対する解答が優れ、加えて弓馬も優秀であった者を上等とし、策論の解答が優秀でも弓馬がやや落ちる者は中等の前、弓馬が頗る優秀であるが策論があまり良くない者を中等の後、策論は優秀であるが弓馬が及第しない者、あるいは弓馬

に長じていても策論がまとまらない者は不合格として退けられた。同十四年（1519）には初場の馬上箭での的までの距離を三十五歩、第二場の歩下箭では八十歩を規定とすること、また第三場では策一道を試験として課すことが改めて定められた。さらに武科挙の郷試は子・午・卯・酉年に実施すると決められた⁵⁰。

嘉靖元年（1522）に定められた制度では、各省から武郷試に応じる人々に対しては巡按御史（官名、朝廷から派遣されて各省を巡視監察する官吏）が十月に各地で試験を行い、南北兩京（北京・南京）の武学の学生は兵部による選考を経て選抜された。翌年四月に会試を行うが、その際、翰林の官吏二名を試験監督とし、また給事中及び部曹の計四名の官吏が同試験監督官を務めるとされた。郷試・会試は共に月の九日、十二日、十五日に行うこととされた。これらは概ね文科の郷試・会試に倣ったものである⁵¹。同年七月、再び武科挙の実技における合格基準が定められて、騎射の試験では四矢以上を、歩射の試験では二矢以上を命中させた者が合格とされた⁵²。

嘉靖以前、武科挙による選抜は特に地域を分けずに行われていた。しかし、嘉靖二十二年（1543）、辺地（辺境）と腹地（内地）での採用人数枠が定められ、全体での採用五十人のうち、辺三十名、腹二十名のように配分されることになった。

万曆三十八年（1610）には会試での採用人数が百人に変更された。万曆末年（1620年）、大臣の建議によって将才武科を特設すること及び第一場では馬上箭、歩下箭及び槍・刀・劍・戟・拳搏・擊刺等を試験、第二場では營陣・地雷・火薬・戰車等を試験、第三場では兵法・天文・地理のうち、各々が熟知しているものについて論述するという方式が提案され、皇帝にも批准されたが、結局それらは実施されなかった。

天啓二年（1622）、給事中であった甄淑は武科

挙の殿試について次のように上奏した。「望日（十五日）、皇上には（殿試の）試験場に臨んで自ら策問を出していただきます。内閣大臣及び兵部尚書がその場に侍立いたします。皇上は受験者の成績によって一甲（優等）の三名を決めて都司僉事の官職を与え、二甲（二等）の三十名には守備を、また三甲（三等）の百名余には武進士出身の身分を授けます。また、兵事関係の役所は武官の職に欠員がある場合、武進士の出身者から選んでそれを補い、三年以内に全員を任命しなければなりません。」天啓皇帝はこの上奏を認可した⁵³。

崇禎四年（1631）、武科の会試において事件が起こった。武拳人の中で重さ百斤の大刀を使用することができたのは王来聘と徐彦琦の二人だけであつたにも関わらず、何故か徐は採用されず、これに対して世論が大いにざわめいた。崇禎帝は大いに怒って監督官吏と監視御史を投獄し、また兵部の郎官二十二人を貶謫して、中允の方逢年と詞臣の倪元璐を監督として再試験を命じた。結局、翁英ら百二十人を採用すると共に、王来聘らを「進士及第」或いは「進士出身」とした。王来聘は殿試でも一位を獲得して武状元となり、副総兵に任命された⁵⁴。この王来聘は明末の戦乱の中で戦死している⁵⁵。明の末期、各地の民衆蜂起が明朝政府に大きな打撃を与え、明朝政府を滅亡の危機に追い込んだ。このため、崇禎十四年（1641）、崇禎帝は各部大臣に命じて「奇謀異勇科」を設置させたが、詔を出してもそれに応じる者はいなかった。三年後の崇禎十七年（1644）、北京を李自成の軍に包囲された崇禎帝の自殺により明朝は実質的に滅亡した。

当時、武科挙の制度が仕官を果たすために有効な手段の一つとして当時の民間の「武藝人」から重視されていたことは間違いない。文献に記載されているところによれば、明代に倭寇と戦った名将俞大猷は嘉靖十四年の武会試で登用され、千戸

の官位を授けられている。また、最終的に倭寇を壊滅させた民族英雄である戚繼光もまた嘉靖三十一年に山東の郷試に参加し、武科挙で登用された人物である。このように明代の將軍の中には武科挙に合格することで立身出世を果たした者が少なくなかったのである。

また、明代における武学の歴史は英宗の即位後に始まる。宣徳十年（1435）、英宗が即位し、詔して天下の衛所（明の軍隊編制の一種で、各地に配置され、その土地を守りながら普段は農業に従事する軍事組織）すべてに武学を設置させた。正統六年（1441）には京衛武学を設けて「武学規制」を定め、教授一名、訓導六名を置いて功臣の子弟を教えさせた。同七年（1442）四月には南京にも武学を設けている⁵⁶。

正統初年（1436）、上奏によって定められた武学教条の規定では、年少の官吏（幼官）及び武職子弟の読書について『小学』『論語』『孟子』『大学』の中から一つと、さらに『武経七節』か『百将伝』のどちらかを選んで読まなければならないと定められた。さらに、学生を管理統率するために領隊（監督）と管隊（コーチ）が置かれ、操練時は学生を二班に分け、交代で訓練場に出て指導することになっていた。また、学生の給食は月に一人当たり30斗という基準で支給されることが決められていた⁵⁷。

成化初年（1465）、再び武学の学則十五条が定められた。この学則の規定によれば、毎月二日と十六日に教官は幼官子弟を伴って城外の空地で弓馬の演習を行った。また、幼官武生は兵書の学習に加えて五日ごとに弓馬を訓練し、各營総兵官及び兵部堂上官は毎月各一名が武学を訪れて学習成果を視察するように定められていた。武庫司もまた毎年の終わりには学生の実技試験に参加した。試験において、策一道に対する回答が文章、文理（文章の筋道）共に見るべきところがあり、馬

上箭（騎射）、歩下箭（歩射）で五、六矢を命中させた者には賞鈔百貫が、三、四矢を命中させた者には賞鈔五十貫が与えられ、また専門訓練を重ねた結果すでに一定の水準に達していると認定された者は將軍或いは坐營把総、守備として昇格規定に関係なく拔擢された。一方、十年以上進学できなかつた者は操練から排除された。成化十五年（1479）には令が下され、射を教えて功労があった者に対し、鈔五十貫を報奨として与えることになった⁵⁸。

嘉靖六年（1527）、皇帝の批准を経て、武学の学生が文官登用試験に参加できるようになった。また、武科挙の行われる年には、すでに守備以上の官職に推薦登用された者を除き、歳貢（毎年、地方長官が才能のある人物を天子に推薦すること）生員事例に照らして、兵部及び各兵營の提督官の共同による武学生の厳密な考査を経て試験に参加することができるものとされた⁵⁹。

万暦年間、兵部は武庫司に主司一名を特に設置し、武学の管理に当たらせることとした⁶⁰。

崇禎十年（1637）には天下の府、州、県学すべてに武学生員を設け、提学官によって試験を行うこととされた⁶¹。

以上のような武学の歴史から、明代の武学制度が宋代のそれと比較すると相当に整備されていることがわかる。これは当時の武学に関する教育条例の内容が非常に詳細にわたっており、入学する学生の資格、学習する科目、執教礼儀、廩饌（食料の配給）、試験、送操（操練）、昇格、黜退（退学）、賞罰等が厳密に定められていたということである。さらに、明代の武学は北京と南京の兩京だけではなく各地に設けられていた点でも宋代と較べて格段に発達していたと言える。

注：

- 1 清・張廷玉：『明史』卷289, 「花雲伝」, 北京中華書局, 1974年復刻版, pp.7408-7409。
- 2 清・查繼佐：『罪惟録』, 列伝の巻8, 「華雲龍伝」, 『中国野史集成』編委会, 四川大学図書館：『中国野史集成』, 第16冊, 1993年, 巴蜀書社, p.202。
- 3 明・戚繼光：『練兵實紀雜集』巻5, 「軍器解」, 中華書局, 叢書集成初編本によって, 1985年復刻版, pp.220-221。
- 4 明・何良臣：『陣紀』, 巻2, 「技用」, 中国人民解放军出版社, 遼沈書社：『中国兵書集成』, 第25冊, 1989年復刻版, p.726。
- 5 明・茅元儀：『武備志』, 巻104, 「器械三・劍」, 中国人民解放军出版社, 遼沈書社：『中国兵書集成』, 第31冊, 1989年復刻版, p.4322。
- 6 清・張廷玉：『明史』, 巻124, 「鄭定伝」, 北京中華書局, 1974年復刻版, p.3717。
- 7 清・張廷玉：『明史』, 巻130, 「何真伝」, 北京中華書局, 1974年復刻版, pp.3834-3835。
- 8 黄暉の『蓬窗類記』, 巻3, 『中国野史集成』編委会, 四川大学図書館：『中国野史集成』, 第37冊, 1993年, 巴蜀書社, p.169。
- 9 清・張廷玉：『明史』, 巻298, 「徐舫伝」, 北京中華書局, 1974年復刻版, p.7625。
- 10 清・張廷玉：『明史』, 巻253, 「劉宇亮伝」, 北京中華書局, 1974年復刻版, p.6536。
- 11 清・張廷玉：『明史』, 巻270, 「沈有容伝」, 北京中華書局, 1974年復刻版, p.6938。
- 12 明・何良臣：『陣紀』, 巻2, 「技用」, 中国人民解放军出版社, 遼沈書社：『中国兵書集成』, 第25冊, 1989年復刻版, pp.726-727。
- 13 明・唐順之：『武編』前集巻5, 「劍」, 中国人民解放军出版社, 遼沈書社：『中国兵書集成』, 第13冊, 1989年復刻版, pp.799-801。
- 14 唐・蘇渙：『懷素上人草書歌』, 『全唐詩』巻255(第4冊)より, 中華書局, 1960年復刻版, p.2867。
- 15 明・茅元儀：『武備志』, 巻86, 陣練志「教藝三・劍」, 中国人民解放军出版社, 遼沈書社：『中国兵書集成』, 第30冊, 1989年復刻版, p.3391。
- 16 明・茅元儀：前掲書, pp.3395-3418。
- 17 吳爰：『手臂録』巻4, 「双刀歌」, 中華書局, 叢書集成初編本によって復刻版, 1985年, p.90。
- 18 吳爰：前掲書, 巻4「劍訣」, p.89。
- 19 吳爰：前掲書, 巻4「劍訣」, p.91。
- 20 明・茅元儀：『武備志』, 巻104, 「器械三・劍」, 中国人民解放军出版社, 遼沈書社：『中国兵書集成』, 第31冊, 1989年復刻版, p.4323。
- 21 明・鄭若曾：『江南經略』巻8上「兵器総論」, 文淵閣四庫全書, 子部。第728冊, 台湾商務印書館, 1988年復刻版, pp.426-427。
- 22 明・茅元儀：『武備志』, 巻104「軍資乘戰器械篇」, 中国人民解放军出版社, 遼沈書社：『中国兵書集成』, 第31冊, 1989年復刻版, pp.4332-4334。
- 23 清・張廷玉：『明史』, 巻267, 「沈迅伝」, 北京中華書局, 1974年復刻版, p.6881。
- 24 清・張廷玉：『明史』, 巻268, 「黃得功伝」, 北京中華書局, 1974年復刻版, p.6903。
- 25 明・李介：『天香閣隨筆』巻1, 『中国野史集成』編委会, 四川大学図書館：『中国野史集成』, 第37冊, 1993年, 巴蜀書社, p.562。
- 26 施耐庵・羅貫中：『水滸伝』(上册), 上海古籍出版社, 1997年復刻版, p.25。
- 27 明・朱国禎：『湧幢小品』巻12, 中華書局上海編輯所：『明清筆記叢刊』中華書局出版, 1959年復刻版, p.263。
- 28 明・謝肇淛：『五雜俎』巻5, 周光培：『歷代筆記小説集成』, 「明代筆記小説」第23冊より, 河北教育出版社, 1994年, p.416。
- 29 明・徐応秋：『玉芝堂談薈』巻31「白打錢」, 清刊(荷園藏板), 『國立國會圖書館』所蔵。
- 30 唐・房玄齡等：『晋書』巻122, 「呂光伝」, 北京中華書局, 1974年復刻版, p.3055。
- 31 唐・唐豪：『少林武當考』より, 南京中央国術館, 1930年, pp.43-45。
- 32 明・謝肇淛：『五雜俎』巻5, 周光培：『歷代筆記小説集成』, 「明代筆記小説」第23冊より, 河北教育出版社, 1994年, p.415-416。
- 33 清・查佐：『罪惟録』列伝巻31, 『孔布伝』, 『中国野史集成』編委会, 四川大学図書館：『中国野史集成』, 第17冊, 1993年復刻版, 巴蜀書社, p.463。
- 34 明・唐順之：『荊川集』巻3「峩峩道人拳歌」, 『四庫全書』(1276冊)・集部, 上海古籍出版社, 1987年復刻版。p.225。

- 35 明・程宗猷：『少林棍法闡宗』下巻，「問答篇」上海千頃堂書局，民国五年（1916年）復刻版，p.7，早稲田大学図書館所蔵。
- 36 明・茅元儀：『武備志』，巻88，中国人民解放军出版社，遼沈書社：『中国兵書集成』，第30冊，1989年復刻版，p.3503。
- 37 明・俞大猷：『正氣堂集』の「新建十方禅院碑」「詩送少林寺僧宗擎有序」無谷，劉志学編：『少林寺資料集』（上編），北京書目文獻出版社，1982年，pp.105-106。
- 38 吳爰：前掲書，巻4「大棒説」，pp.88-89。
- 39 清・曹秉仁：『寧波府志』巻31「芸術」，清雍正十一年修，乾隆六年補刊本。中国方志叢書（華中地方第198号）台湾成文出版社，1988年復刻版，p.2370。
- 40 清・趙翼：『陔餘叢考』巻14，「少林寺僧兵」，『統修四庫全書』（1151冊）・子部・雜家類，上海古籍出版社，2002年復刻版，p.115。
- 41 明・鄭若曾：『江南經略』巻8下，『僧兵首捷記』，文淵閣四庫全書，子部。第728冊，台湾商務印書館，1988年1月復刻版，pp.460-463。
- 42 明・張鼐：『吳淞甲乙倭變志』，巻上，「僧兵」，中国野史集成編委会，四川大学図書館編：『中国野史集成』（第25冊），巴蜀書社，1993年，p.19。
- 43 明・張鼐：前掲書，巻上，「僧兵」，p.19-20。
- 44 清・顧炎武：『日知録』巻29，「少林僧兵」，『統修四庫全書』（1144冊）・子部・雜家類，上海古籍出版社，2002年復刻版，p.472。
- 45 清・查佐：『罪惟録』志巻20，「鄉兵苗兵」，『中国野史集成』編委会，四川大学図書館：『中国野史集成』，第15冊，1993年復刻版，巴蜀書社，p.567。
- 46 清・張廷玉：『明史』巻70，「選舉二」，北京中華書局，1974年復刻版，p.1695。
- 47 清・張廷玉：前掲書 巻70，「選舉二」，p.1708。
- 48 清・龍文彬：『明会要』（下冊），巻47，選舉一，「武科目」，『昭代典則』から，中華書局，1956年復刻版，p.878。
- 49 清・龍文彬：前掲書，巻47，選舉一，「武科目」，『明臣奏議』から，p.879。
- 50 清高宗：『續文獻通考』（第1冊），巻39，「選舉考六」「武舉」，王雲五：『萬有文庫』（第2集），商務印書館，1936年，p.3179。また，張廷玉：『明史』巻70，「選舉二」，北京中華書局，1974年復刻版，p.1708。
- 51 清高宗：『續文獻通考』（第1冊），巻39，「選舉考六」「武舉」，王雲五：『萬有文庫』（第2集），商務印書館，1936年，p.3179。
- 52 清・龍文彬：前掲書，巻47，選舉一，「武科目」，『昭代典則』から，p.879。
- 53 清・龍文彬：前掲書，巻47，選舉一，「武科目」，『春明夢餘録』から，p.879-880。
- 54 清・龍文彬：『明会要』（下冊），巻47，選舉一，「武科目」，『姜名武伝』から，中華書局，1956年復刻版，p.880。また，張廷玉：『明史』巻70，「選舉二」，北京中華書局，1974年復刻版，p.1708-1709。
- 55 清・阮葵生：『茶余客話』，巻2，「武状元」，『清代筆記小説大觀』，上海古籍出版社，2007年，p.2485。
- 56 明・朱国禎：『皇明大政記』巻14，正統七年四月，『中国野史集成』編委会，四川大学図書館：『中国野史集成統編』，第7冊，1993年，巴蜀書社，p.209。
- 57 明・李東陽等撰，申明行等重修：『大明會典』，「兵部三十九」「武学」，台北東南書報社，1963年p.2181。
- 58 明・李東陽等撰，申明行等重修：前掲書，p.2182-2183。
- 59 明・李東陽等撰，申明行等重修：前掲書，p.2183。
- 60 清・龍文彬：『明会要』（下冊），巻25，学校上，「武学」，『春明夢餘録』から，中華書局，1956年復刻版，p.414。
- 61 清・張廷玉：『明史』巻69，選舉一，「武学之設」北京中華書局，1974年復刻版，p.1690。

づけられた（学校教育法施行規則18条の2）。保護者が中学校への入学を希望する場合、必要とする医療的ケアの整備が物理的に困難な場合など特別な場合を除いて保護者の意見は尊重されるようになってきている。かつての養護学校は特別支援学校と名称を変え、いわゆる普通の中学校における特別支援教育も推進されて、障害がある生徒への教育充実が更に図られた。サマランカ声明（ユネスコ 1994年）を背景に、教育の包括化を実質的に進めるものだ。

ゴールは、単に障害ある生徒が普通学級で教育を受けること（単純な統合教育）ではなく、一人ひとりの教育ニーズを捉えて教育していくインクルーシブ教育（包括教育）の実現にある。

障害を持つ生徒は一人ひとり状況が異なる。たとえば、同じ脳性麻痺であっても車椅子を利用する場合もあれば自立歩行が可能な場合もある。現状では実際の指導事例が少なく、個別事例の紹介は可能でも、さらに汎用性のある指導書の策定は難しいことは前述の通りである。

しかし、そもそも同じ障害に分類されても障害を持つ生徒は一人ひとり状況が異なっているのだから、指導法はオーダーメイドが基本である。下手に一つひとつの障害名称に対応しているかのような指導法を提示するよりも、障害名称に伴う思い込みを捨ててこそ、一人ひとりのニーズを捉えた包括教育を実現させる最前線となるだろう。そして、障害ある生徒も無い生徒も一人ひとりが世界で唯一、世界で初めての事例であることは変わらないとすれば、今回の調査対象である特別支援学校の事例は障害者のみならず、健常者への指導にも活かされるはずである。

3. 富山の事例

3-1 6年経過したM君

太田熊野教諭（富山県立富山総合支援学校）が

指導するM君（ライ症候群による片麻痺 車椅子利用 知的障害 17歳）の事例は、2006年度のプロジェクト研究でも調査対象の一つとした。今回、M君が空手道稽古を始めて6年間が経過し再度調査を行った。

2007年度のプロジェクト研究（動画情報共有方法に関する調査）でも使用許可を頂いた動画と合わせて、今回の調査時に撮影した稽古の様子はYouTubeで公開共有化する許可を頂いた¹。

6年前の前回調査時には小学生であったM君と比べると、まず身体運動面では、ほぼ動かなかった左側の動きが加わり、車椅子の背もたれを倒しても身体を支持できるようになった（写真1参照）。

稽古中、指導者からの注意に「押忍！」と返事をし、緊張が解けると笑顔も出る。空手道稽古に積極的に参加している様子がうかがわれた。

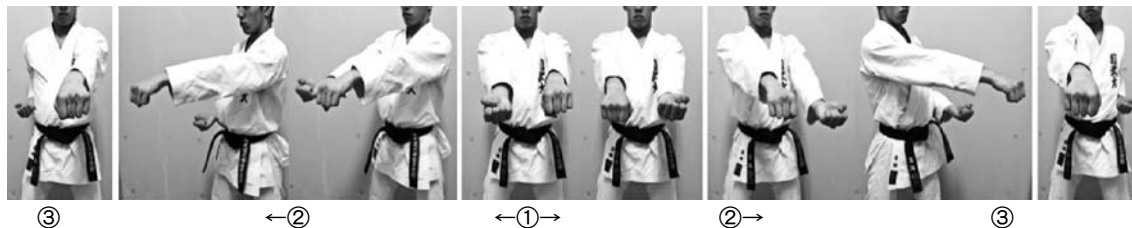
見学者が稽古に来ていることの影響を否定できないが、ほぼ毎年、全日本空手道連盟が主催する実際に全日本障害者空手道競技大会に参加し、2011年度は男子形第1部-2-1で優勝している。2012年度には茶帯に昇級し、再来年度は初段に挑戦するレベルまできている。返事応答も的確にこなし、稽古中に数を数えるときには、正確に1から10を動作と共に声を出して数え、例えば7を抜かしてしまうようなことは無くなっていた。



写真1

以前から稼働領域が大きかった右腕が円を描く掛け受けもできるようになった（写真3参照）。

写真2



健康児・者における6年間の成長と比較すれば、変化が少ないかもしれない。また、確かに、武道における身体運動にはリハビリテーションで利用される身体運動と共通する動きが含まれ、これら身体動作内容の比較検証も重要であろう。しかし、この空手道稽古に代えて同時間に実施可能であった他のリハビリテーショントレーニングによる効果を比較検証することはできない。

むしろ、ここで考えるべきは6年間も稽古が継続した事実にあると考える。特に効果がなかなか出にくい運動療法を長期間続けるには、目的をリハビリテーション・リハビリテーション効果から少しずつして他に設定する（例えば、昇級・帯の色が変わる、大会に出場する、技ができるようになる、道着に着替える、空手道の稽古をする等）ことが継続のカギになりそうだ。裸の事実を記述する意義は2008年度、2009年度に実施したプロジェクト研究で確認している。今回の調査では指導者が取った手法に着目して報告したい。

3-2 大きな動き・小さな動き

M君を指導した富山県立富山総合支援学校の太田熊野教諭は、「大きな動きをさせたければ小さなことから指示する、小さな動きをさせたければ大きな動きから指示する」という指針から新たな指導法を編み出している。太田教諭が、最初に障害ある生徒達に空手指導をしたのは、空手動作をつかった演武で、運動会時に空手道の動きをつかって「三三七拍子」応援を生徒にさせた時だっ

た。知的障害や身体障害がある生徒達に、空手の正拳突きにおける腕の回旋を教えるのは難しい。

そこで太田教諭は、以下の3段階を踏ませる指導をした。

- 1, 左右の腕を交互に回旋させる練習をしながら(写真2の①)
- 2, 徐々に身体を左右に揺らすように振らせ(写真2の②)
- 3, 拳が上を向いている側の肘を曲げて引きの状態を作らせる

長時間の練習は集中力が持たない。太田教諭の場合は15分程度の練習を5回ぐらいで自然に正拳突きの形が(写真2の③)になるようにした。そして最終的には三三七拍子の七拍子目に上段蹴りをさせ姿勢を反転させ、三三七拍子が続けるといふ集団演武に成功させている。

身体を揺らすことで出来るようになる工夫はM君への指導でも応用されている。M君の腕の動きは直線的になる。腕を上直線的に上げる「上げ受け」はできても、腕に円を描かせ相手からの突きを受ける「掛け受け」の動作が出来なかった。

しかし準備体操中に身体を旋回する運動を取り入れると腕が回る。上半身の旋回から、肩の旋回を練習させ、前述のように「掛け受け」動作が出来ようになった(写真3参照)。

この「掛け受け」動作ができるようになるまでに4年かかっている。その後、「掛け受け」の後に腕を引いて突きを出す動作に2年。現在は、突

きが掛け受けの時のまま掌が開いたままになるのを握らせる練習中である。

逆に、「小さな動きをさせなければ大きな動きを指示する」という指針で指導している例として、太田教諭は目の前の目標物を手でつまませる動作を通じて、上半身を起こさせる練習をする。

メンホー（フェースガード）を目の間にだして、メンホー装着用のテープ部分を「つまんでごらん」と指示する。「できるな」と褒めながら目標物を徐々に上方に上げていく。最終的には十分に上半身が起きる。「姿勢がよくなった。これでメンホーをつけられる」と褒めて選手のようにメンホーをつける体験をさせて次の稽古に移る。

小さいものをつまむことに集中すると自然に上体を起こすという大きな動きが出来る。そして練習中も達成後も集中力を切らさない工夫がなされている。

「大きな動きが小さな動きに繋がり、小さな動きが大きな動きに繋がる」というイメージで個別の指導法を編み出しているが、太田教諭がイメージとしている「大きな動き」と「小さな動き」とは何かという議論は有効ではない。

この「大きな動きが小さな動きに繋がり、小さな動きが大きな動きに繋がる」というイメージで個別の指導法を編み出す手法が持つ有用性の根源は、本来の目標を少しずらすことにありと捉えられる。すなわち、ここで「大きな動きが小さな動きに繋がり、小さな動きが大きな動きに繋がる」イメージとは、身体各部位ごとの小さな身体運動の積み重ねから同時進行で大きな身体運動が成り立つという理解ではない。練習する者が集中しやすい目標を別に定めて、最終的に本来の到達目標を達成するという試みであると捉えることができる。

3-3 叱る指導

6年前の調査時には太田教諭は「M君に叱らない」という方針をもっていた。しかし、今回調査時には厳しい語調で注意することが何度かあった。小学部の生徒であったM君に空手道指導を始めたときから3年間は「M君に叱らない」という方針を維持して指導した。しかし、M君が中学部2年になり、太田教諭がクラス担任として日常からM君と接するようになったことを契機に、やってはいけないことを「やってはダメ」と

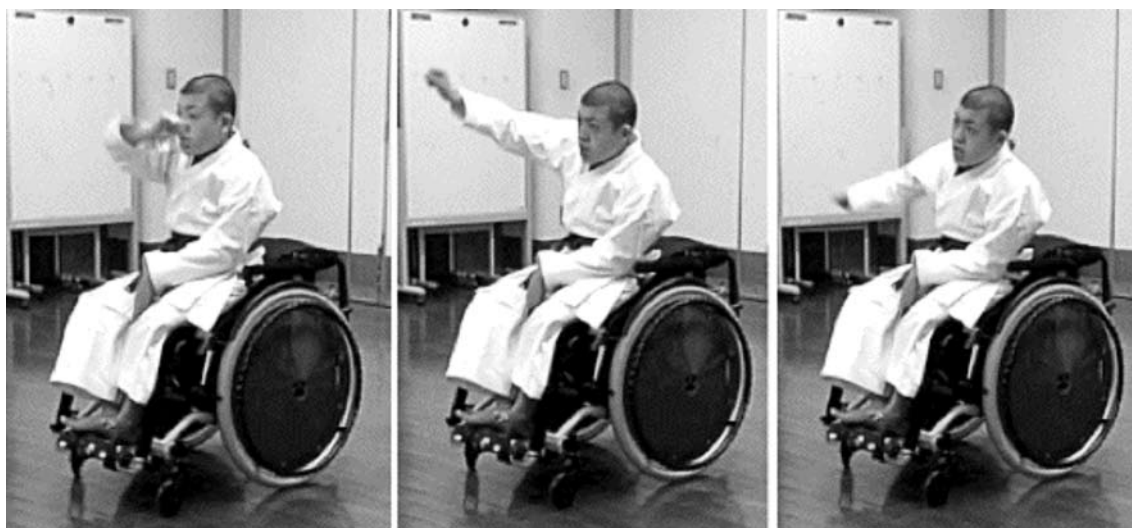


写真3

注意し、彼がふざけてやってはいけないことを続けたときは叱るということをはじめた。そして高等部に入ったときに真面目に稽古に取り組みなかつたM君に厳しく叱り、その日は稽古途中で自宅に帰した。

「帰りなさい」

「やりたい」

「ダメです。もう空手道はやらなくていい。帰りなさい」

この事件のあと、M君から「もう一度、空手道をやらせて下さい」という意思表示があり、以降も稽古が続いている。太田教諭はタイミングを見計らって叱る指導をしている。

どうしても一緒に稽古している他の生徒から、「どうしてM君を叱らないのか」問われたこともあったそうだ。「出来ないのであれば、ゆっくり学ぶしかない。ゆっくり時間がかかるから、叱るのもゆっくりするんだよ」と太田教諭は説明している。

一方で、太田教諭はしっかりと褒める。短く実施し、できたら褒めて、生徒が喜んだら、別の稽古に移る。M君は当初30分も持たなかったが、6年経過した現在では、全体で1時間から1時間30分の稽古を行っている。

「待つ・時間をかける」ことが大切だと指摘するのは簡単だ。しかし「待つ・時間をかける」を実現するのは難しい。太田教諭のように、短く指導し、小さく達成させ、褒めて、すぐ次へ移るといった基本姿勢を最初に決めていると、どのように短く指導するか工夫に集中でき、指導者側のモチベーションも維持できるように想像する。

3-4 呼吸法の指導

太田教諭は呼吸法の指導を初期から意識的に行っている。「ゆっくり吐く」と「速く吐く」の2種類の指示を使う。

身体がこわばって力が入っている時は身体を柔軟性にするために「ゆっくり吐いて」と指導をする。例えば、腕を引いたときに肩が同時に上がるようであれば、肩が上がっていることをM君に認識させ、「ゆっくり吐いて」という指示でゆっくり深く排気させ、排気するにしたがって肩が下がる。その過程で、力が抜けることを体感させる。

また逆に、身体に力を入れて動きを止めさせるときには「速く吐いて」と指導する。例えば、突きで出した腕が安定しない時は、「速く吐く」という指示で腕に力を入れて動きを止めさせる指導をしている。

3-5 車椅子への工夫

M君は体幹が弱く、姿勢を支持することができなかった。可動領域が大きい側（M君の場合は右側）だけを稽古すると更に身体のバランスが取り難くなる。そこで太田教諭は、稽古を開始した時から稽古中はM君をシートベルトで車椅子に身体を固定しないで、空手道稽古を通じてM君自身の力で姿勢を支持するための体幹を鍛えることを意識した。そのためにM君の保護者がシートベルトをしなくても身体がずり落ちないように、座面クッションの前部（股が当たる部分）に円柱状のクッションを設置する改造をしている（写真4参照）。

また、麻痺側である左側は足先が内股に傾斜し踏ん張りがきかなくなる。そこで足受けの傾斜を利用して足で踏ん張りが効くような工夫をしている。

腕を突きのために引いたときなど肘が背面板に当たらないように外側に逃げる姿勢になってしまうため、近時は背面がリクライニングするタイプの車椅子を使用している。



写真4

4. まとめ

6年前に調査したM君の事例を再度調査するため、富山県立富山総合支援学校での稽古を尋ね、様子を記録し、面接調査した。その過程で、6年ぶりに会うM君の変化に驚いた。一方で今回の報告書で中心的に扱わなければならないのは、6年間の稽古を継続させ、変化をもたらした太田教諭の指導手法であると確信した。

M君が6年間にわたって空手道稽古を継続し、大会に出場し、来年には初段審査に挑戦しようとしている。その間にゆっくり時間をかけ、少しずつ歩んできた。少しずつ歩むにも、少しずつであるにもかかわらず継続させる仕掛けが必要である。指導者としての思考法として、目的を少しずつにして達成させる（太田教諭の場合は「大きな動きから小さな動きへ、小さな動きから大きな動きへ」というアプローチ）という手法が、指導をうけるM君の達成感とモチベーションを高めてきたと考える。

また、長年にわたり一人の道場生の個別のニーズを観察し対応してきた中で得た経験値には様々な大きな示唆が含まれている。しかし、この示唆

は、障害者指導にのみ向けられたものではなく、健常者への指導にも活かされるはずである。中学校武道必修化がスタートするが、限られた授業時間内で多くが初心者である生徒に対して成果を出す手法として応用ができよう。

注

- 1 調査動画はYouTube上に「kantaro55」のアカウントでアップされている。今後の状況によっては再編集して再度アップロードする。閲覧はアカウント名と「富山・ライ症候群・空手道」で検索すれば閲覧が可能となる。
- 2 全日本空手道連盟剛柔会富山県支部で試験を実施している。

参考文献

- (財)日本障害者スポーツ協会：「障害者のスポーツ 障害の手引き」、ぎょうせい、1997
下司昌一 他：「現場で役立つ特別支援教育ハンドブック」、日本文化科学社、2005
(文責 松井完太郎)

日本の武道文化の成立基盤―新陰流と一刀流剣術の研究を通じて

研究代表者 魚住孝至

共同研究者 立木幸敏（学外）大保木輝雄

研究協力者 吉田鞆男 仙土克博 朴周鳳 中嶋哲也

長南信之

* 埼玉大学 ** 古流剣術研究会

*** 早稲田大学 **** 国際武道大学大学院

I. 二〇二一年度のプロジェクト研究の概要

本研究の目的は、江戸時代の武道文化の形成に主導的な役割を果たした新陰流と一刀流剣術の元来の形の仕様とその思想を明らかにすることを通じて、日本の武道文化の成立基盤を解明することである。

本年度は、科学研究費補助金（基盤研究(C)）の最終年度であったので、これまでの研究を総括するとともに、課題として浮かび上がったきた事柄を究明することに努めた。

一、研究の展開

六月までは、一刀流剣術の組太刀について、小野宗家の四代・五代が本目録に書き込んだ注釈と津軽家伝書にある小野家三代・四代の弟子の仕様の叙述を合わせ解釈することで、一七〇〇年前後の組太刀の仕様を具体的に推定・復元する作業に取り組んで、長南・立木・魚住著「小野家伝書から見る一刀流剣術」（年報十六号掲載）を仕上げた。

八月末には立木氏が、この論文の概要を「一七〇〇年前後の小野家の刀法について」として第44回日本武道学会で発表した。動画も入れたの発表で、論文抜き刷りは六〇部がすべて無くなり、好評であった。また日本武道学会同大会の特別講演では、魚住が「武道の比較文化論的考察」と題して、本研究の成果を踏まえた講演をした。すなわち近世初期の流派剣術の成立過程をまとめるとともに、中国・朝鮮武術と比較して日本の武道の独自性を示し、さらに近世後期、近代、現代へどのように展開したのかを概括的に論じた。

九月には、共同研究会で、本研究の基になった二〇〇三年度の研究所プロジェクトからの過去10年間にわたる新陰流、一刀流の研究成果を一覧表にまとめるとともに、二天一流も合わせて近世初期の流派剣術の成立について考察する研究報告書をまとめた。武術が実戦的な意味を越えて、武士の人間形成に資するものという意味づけは、近世社会が形成される中で、新陰流が主導する形で他流もさまざまに影響し合いながら、三世代から四世代かけて確立してきたものである。

こうした近世初期の流派剣術は、十八世紀から十九世紀に進行した社会の大きな変動を背景にして変容していく。竹刀で打ち合う撃剣が登場して一般化していく中で、武術全体も再編成されていく過程を論じた魚住の論文が刊行された。

さらに二月には『武道論集』第3集「グローバル時代の武道」の中で、魚住は、近世武術文化が、近代的に作り換えられるとともに、大日本武徳会によって組織化され、また学校教育に導入され、さらに競

技化される中で段階的に再編成されたこと、戦後は占領軍による武道禁止時代を経て、競技化・スポーツ化を進め、また国際化も図られて大いに変容しつつある状況を論じた。

こうした現代に至るまでの大きな流れを視野に持ちながら、改めて「日本の武道文化の成立基盤」を考えなければならぬ。流派剣術の中で展開した意義づけを基にして、現代、「剣の理法の修練による人間形成の道」という「剣道の理念」が掲げられているが、理念だけではなく、技を通して受け継がれているものは何かを問わなければならぬ。

新陰流と一刀流の研究会は、吉田氏を中心として毎月開催、仙土氏、立木氏らが参加して技術の検証を深めた。共同研究会は、四度開催した。今年度は、前から課題となっていた新陰流の「砕き」に関して、流儀の勢法全体との関係を改めて問題にして、流派剣術の元来のあり様を考えた。この研究結果は、吉田氏が「新陰流の砕きについての続報」「二十七箇条截合」と「試合勢法」として、論文にまとめた。

二、新陰流流祖・上泉武蔵守信綱関係調査

今年度の調査としては、三月に魚住が立木氏とともに、群馬県前橋市上泉にある西林寺を訪れ、大山誠一住職に話を聞き、案内していただいた。同寺には「開基禅室玄参庵主」という墓碑があり、過去帳にも同名で「天正五年正月 大胡伊賀守息男」とある。墓碑は上泉の息子秀胤のものとされているが、それが確認できる史料はなく、「大胡伊賀守」を「伊勢守」の誤記とする解釈によるものである。同名の位牌があつて裏に俗名秀胤と記されているが、これは昭和になってから上述の解釈に基づき作られたものである。本堂に十六弁の菊の御紋が入った大きな経机があり、上泉が天覧の時に賜った物と伝えられてい

るが、これを証する資料はない。信綱関係資料は何も残っていないが、「西林寺開発之覚」があり、天正五年（一五七七）二月に大胡伊賀守の寄進により、創建されたのは確かである。同寺は上泉城内で、前橋の臨濟宗橋林寺の住持を招いて開山したという。実は同寺を含めて桃木川とその支流に囲まれた一角が上泉城の跡で、上泉氏の菩提寺・上泉寺があつたという。住職の少年時まで西林寺の西北には空堀の一部が残っていたという。西林寺も安永四年と寛政六年に焼失したが再建され、最近にも建替えられた。同寺は戦前から上泉所縁の寺として、剣道関係の人が多く訪れたといい、中山博道の書も額装されていた。昭和三十四年の記念行事には柳生厳長氏ほかに参加された写真も残っていた。今も新陰流関係者が演武を奉納しているという。平成二〇年の「上泉伊勢守信綱生誕五〇〇年記念誌」をいただいた。その後、上泉城跡、大胡城跡、厩橋城跡（前橋市群馬県庁）とその周辺を見て、前橋市立図書館で『前橋市史』の上泉関係部分の資料を収集した。

翌日は、末裔になる米沢の上泉家を訪れた。上泉家は信綱の孫にあたる泰綱が上杉家に入って慶長七年（一六〇二）に米沢に移って以降、代々この地に住んでいる。現在の当主一治氏と実弟・泰氏から、同家に伝わる資料を開示していただいた。上州時代のものはなく、米沢に移住以後でも古いものは火事で焼かれ、実際に残っている伝来資料は信綱から十代目となる秀易が天明六年（一七八六）に書いたと表書きがある「上泉家系図」と、成立年次不明で「明治十八年上泉徳弥写之」（現本はこれの写本）とある「上泉泰綱傳」が主な資料であつた。両文献とも信綱に関する記載は比較的簡単で、しかもこの文書自体、信綱からは二百年以上後のものであるので、その記述内容は慎重に見極める必要がある。一治氏は、上泉家に関する上杉家関係の資料も集めてお

られたので、その資料も合わせていただいた。

今回の調査を通じて、上泉の地にも末裔の上泉家にも信綱に直接関係する確実な資料は伝わっていないことが確認された。現在の通説は後代の資料により、それも解釈の仕方により見方が変わるものなので、改めて史料批判をして、根拠を確かめるとともに、確実に言えることと推定によるものを明確に区別して見直す必要がある。これについては、拙稿「上泉武蔵守信綱研究覚書」で詳しく論じることとする。

三、二〇一一年度研究成果一覧

本年度の研究成果としては、以下のものがある。

- ① 長南信之・立木幸敏・魚住孝至「小野家伝書に見る一刀流剣術」(本年報十六号九八～一三四頁)
- ② 立木幸敏「二七〇〇年前後の小野家の刀法について―小野家・津軽家伝書に基づく研究」(日本武道学会第44回大会発表)
- ③ 魚住孝至「武道の比較文化論的考察―武道に学ぶポストモダンの人間理解の可能性―」(日本武道学会第44回大会特別講演。『武道学研究』第44巻3号一二二～一三四頁)
- ④ 魚住孝至「一八世紀における武術文化の再編成―その社会的背景と意味―」(一八世紀における日本の文化状況と国際環境) (思文閣出版) 三六七～三九二頁)
- ⑤ 魚住孝至「日本の武道文化の比較文化論的考察」(『武道論集』第3集「グローバル時代の武道」一二～五〇頁)
- ⑥ 魚住孝至「日本の武道文化の成立基盤―新陰流と一刀流剣術の研究を通じて」(『国際武道大学研究紀要』第27号九一～一〇三頁)
- ⑦ 魚住孝至「上泉武蔵守信綱研究覚書」(本号掲載)

- ⑧ 吉田鞆男「新陰流の碎きについての続報」(二十七箇条截合と「試合勢法」について) (本号掲載)

この内、⑦、⑧に関しては、それぞれの論文を読んでいただきたいが、それらの内容を本研究テーマ全体から見ても、これまでの研究成果とも関連づけながら簡単に解説しておくことにする。

II. 「上泉武蔵守信綱研究覚書」について

上泉については、新陰流の流祖だけにこれまでもさまざまに語られているが、上述のように出身地の上州にも、末裔の上泉家にも信綱当時の資料は何もなかった。依拠する史料の信憑性を厳密に吟味して、時代状況を押えて、実像を説明するとともに、その思想に迫ることが重要である。

信綱の生年は不明だが、十六世紀初頭に生まれ、山内上杉家の支配圏だったが各地に土豪が割拠していた上州において、上泉の地で家臣も持つ国人層として独立していたらしい。信綱は少年期から念流や新当流の剣術をし、また小笠原流の軍敗術も身に付けていたが、やがて陰流の太刀をヒントに新陰流を工夫した。永禄三年(一五六〇)以来、上州には小田原の北条氏の関東制覇を阻止しようとする越後の上杉謙信が進出し、対抗的に武田信玄も信濃から追ってきたので、上州の土豪たちはこれら戦国大名のいずれかに属さなければならなくなる。永禄四年の時点で上泉家は箕輪衆ではなく、家督も息子秀胤に譲られていた。信綱は永禄六年の箕輪落城後に武田信玄に暇乞いをして上洛したという通説は、箕輪落城が永禄九年と判明したので、訂正されなければならない。信綱は国人層の城主として独立の気概を強く持っていたよう

で、永祿七年までには塚原卜伝の後を追って上洛、將軍足利義輝の台覧を受け「天下一」の称号を得、また柳生宗厳を始め畿内に多くの弟子を持って弘流した。その他、軍配術を貴族の山科言継や將軍義昭に伝授した、「從四位下」に叙されたのは、將軍の奉公衆となったからか、没年は叙任名簿の傍注にある天正元年（一五七三）と見られるなど、新しい上泉論を提出している。

新陰流は、関東の主流二流と西日本の陰流を合わせて「^{まほし}轉」を原理として、形を整備し、目録に思想も表明した。剣は梵（インド）・漢（中国）・和（日本）の三国にわたって太古より今日につながるが、自分は諸流の奥源を究めて、そのエッセンスを取ったとする。「龍を誅する劍、蛇に揮はず」として、実戦的な切り合い術ではなく、武士として独立した矜持を象徴する「英傑」の太刀として修行的性格を持つものとして位置づけようとした。この意識は、上泉の後、柳生宗厳に受け継がれ、さらに柳生宗矩の工夫も経て、家康から家光の將軍家の意向にも合致して、幕藩体制の下で支配階級となった武士が自らを磨く劍として、新陰流は広まっていくことになる。上泉は、そうした近世の流派剣術の成立をまさに宣言した人物であった。

III. 「新陰流の碎きについての統報

「二十七箇条截合」と「試合勢法」について

新陰流の勢法かたあひの中でも、「二十七箇条截合」は柳生宗厳の目録に記載されているが、その使い方はよく分からない。宗厳の『新陰流兵法目録事』（一六〇一）に各勢法の仕様を書き込んだ宗矩の弟子・松平信定もこれには説明を加えず（一七〇四）、また尾張柳生の使い方

を書いた柳生利方の『新陰流表討太刀目録』（一六八五）にもない。これまで本プロジェクト研究では、古伝の仕様の叙述を厳密に解釈しながら、尾張伝承の術伝を検証して元来の使い方を推定・復元してきたが、その方法は「二十七箇条截合」には適用できない。

前回の年報十五号の報告では、十九世紀初期に尾張柳生を中興したとされる長岡房成が、当時の江戸柳生家の「二十七箇条截合」の使い方を実際に見ての評と、目録に付けられた宗厳の傍注を解釈しながら「二十七箇条截合」の元来の形を推定した論を書いた手記を翻刻し、これを基に「二十七箇条」が実は房成が制定した尾張柳生の「試合勢法」と同様に、「三学」などの「表の勢法」の使い方をさまざまに変化させて実際にどのように使うかを吟味する「碎き」であることを論じた。確かに「表の勢法」の「碎き」とすると、柳生十兵衛が『月之抄』（一六四二）で、「二十七箇条」の「序」の「上段三つの仕様は、斬釘截鉄、大詰、無二劍これ三つ也。中段三つの仕様は、右旋、左転、臥切これ三つ也。下段のつかいやうは、小詰、半開半向、獅子奮迅これ三つ也」と書いていたことも理解できる。「臥切」を除いて、他は「表の勢法」の名称だからである（表1カコミ部）。

「表1. 新陰流 勢法の構成

燕飛*	燕飛	猿回	山陰	月影	浦波	浮舟	獅子奮迅	山霞
三学	一刀兩段	斬釘截鉄	半開半向	右旋	左転	長短一味		
九箇	必勝	逆風	十太刀	和卜	捷徑	小詰	大詰	八重
垣	村雲							
天狗抄	乱甲	乘太刀	小村雲	切詰	虎乱留	虎乱打留	切先	

詰 陰の霞

極意 添截乱截 無二劍 活人刀 高上 極意 神妙劍

八箇必勝
二十七箇条截合

序 上段三 中段三 下段三

破 切甲二 刀棒三 打合四

急 上段三 中段三 下段三

(柳生宗厳発給『新陰流兵法目録事』に基づく。*は書伝しない)
.....

ただ、この「碎き」が実際にいかなるものかについてはまだ具体的には論じていなかった。今回の報告は、まず「表の勢法」の代表的な「三学」の「二刀両段」の「碎き」を、尾張柳生での碎きの実例と「試合勢法」も含めて示している。次いで、宗矩の弟子であった鍋島家に伝わる十七世紀半ばの古い伝書の仕様に見られる「一刀両段」の仕様をみると、実は「九箇」の「十太刀」の使い方に通じていることを示す。勢法、形という、つい段階的に分けられて仕様が決まったものと思いがちであるが、「表の勢法」でも伝系によってかなり変化するのであり、これも「碎き」という発想があれば当然そうした違いが生じることになる。勢法は、典型的な使い方方を示す「範例」(モデル)であり、決して決まったものではないのである。

実際に相手との截合での勝口を考えれば、同じ使い方であっても、相手との間合やタイミングにより変わるのには当たり前である。勢法、形では、打太刀に対して仕太刀が勝つ形になっているが、実際には打太刀が勝つ場合もある。尾張の「試合勢法」には勝ち・負けの両方の勢法がある。「討太刀目録」が「表の勢法」の説明の後、「積・身・位、悪ければ、すなわち当る」という表現で繰り返し注意していたのも、

その為である。

尾張の「試合勢法」は、江戸後期に長岡房成が実際の截合での勝口を吟味するために、勢法の「碎き」をまとめて制定したものである。

以上を論じた後、「二十七箇条截合」に即して論じる。二十七本の内でも「序」「破」の十八本はまさに上述の意味の「截合」太刀である。実際に使える、相手に勝てるものか各自が工夫すべきものである。そうになると、勝ちを目指してあまりに変化することもある。特に新陰流では袋撓しなを使う故、撓での打ち合いになってしまいう危険性もある。それに対する注意が「太刀をつかふ也」という言葉だと言う。これは十兵衛が『月之抄』に書いており、房成もまったく同様に書いている。剣術で「太刀をつかふ」というのが当たり前であるが、この言葉が撓での打ち合いとならないための歯止めになったと評価されると言う。

「二十七箇条截合」の内、最後の「急」の九本は、宗厳が「急はかまへに付而一調子也」(『新陰流兵法目録事』)と書いていた。これは打太刀が九通りのいずれの太刀筋から打ち掛ろうが、ただ一本の太刀筋で応じる。まっすぐに下に打ち下ろす太刀であり、それは「試合勢法」で最初に習う「合っし打ち」の太刀筋と同じである。単純にみえるこの打ちの中に、相手の太刀の下へと身を進める、太刀より身を先に進ませる、相手の中心なかずの中墨を直に打つなど、新陰流の全体を貫くものがある。それは実は「印可の太刀」とされる「八箇必勝」と同じである。かくて最初に学ぶものから、最後までが一貫してものが見て取れると論じられる。

「二十七箇条截合」では、最初の十八本で実際の截合の勝口が取れるように勢法の「碎き」を各自がさまざまに工夫する。しかも最後の「急」では相手がどんな風に打ってこようが、芯を真っ直ぐに打つ一

刀に集約される。これこそ新陰流の原理的なものであり、「務めて英雄の心を知る是極一刀」を表現するものである。

本論文では詳しく具体的に論じられるが、議論の筋だけを示せばこのようなものと言えよう。勢法、形の稽古は常に「碎き」で実戦的に吟味されていたことは重要である。しかも截合を超越して、武士の覚悟を示す「人間学的な」志向を表現するものであったことが大事である。ここからいろいろなことが考えられるが、改めて勢法と「碎き」の関係についてだけ、論じておきたい。

上泉の発給目録には、「極意」、「八箇必勝」、「二十七箇条截合」は見えない。柳生宗厳の慶長六年（一六〇一）発給目録に初めてまとまって見えるので、宗厳が付け加えたものと考えられる。この内、「極意」は六本だが、打太刀が前に勝った仕太刀の構えを取って、次々と展開するものなので、太刀遣いを検証し、体系化したものと考えられる。「八箇必勝」は「印可の太刀」とするものである。宗厳はこのように「表」の勢法をまとめたが故に、あらためて「碎き」として「二十七箇条截合」を付け加えたのではないか。上泉では元々実戦の太刀の中から原理的なものを抽出して新陰流を樹立した故に、その面を強調していた。けれども宗厳は「表の勢法」を勢法として体系化した故に、実戦的な「碎き」も同時に制定する必要があったのではないか。

実は江戸後期の長岡房成も同様であった。房成は、一方で宗厳の目録と口伝書類を整理し、連也の『兵法口伝書』、利方の『討太刀目録』について詳しく注解を書きつつ、古伝の「本伝」を整理した。その過程で実戦的に吟味する「碎き」の勢法も明確に伝えておく必要を感じて、「試合勢法」を制定したのであろう。房成が制定したとはいっても、別に彼がすべて作ったのではなく、以前から各自が稽古の中で工夫し

ていたものをはっきりと勢法としてまとめたとと言えるだろう。

この勢法と「碎き」との関係は、新陰流だけでなく、一刀流など他の流も合わせて研究する必要がある。

今年度の研究成果を時代順にまとめると、上泉信綱研究で流派剣術の成立事情が明らかになった。戦国の動乱ゆえにかえって実戦的な剣術から武士の独立心に基づいて身心の修行的な性格を持つ剣の道に昇華させようとした。以前の流派の太刀をまとめるとともに、原理に基づいた太刀を構成して流派が成立した。流派の形（勢法・組太刀）は実際に截合に有効か否かを多様に「碎き」変化させて稽古されていた。しかも「碎き」から撓での打ち合いにならぬように「太刀をつかふ」と注意されていた。一刀流でも同様に形が作られたが、江戸後期から撃剣が導入されると、元来の形の精神を崩すことが危惧されていた。流派の形は武士の身心の鍛錬のためだったからである。

これまでの研究を通じて考えると「日本の武道文化の成立基盤」は、実戦武術というより、独立した武士の精神を持ち、武術稽古を通じて身心を深めていく武の道のあると言えそうである。

（文責 魚住孝至）

上泉武蔵守信綱研究覚書

魚住孝至

上泉信綱は新陰流の流祖であるので、新陰流で語られる上に、剣術史や武道史でも必ず触れられる。けれども信綱に関する確実な史料は少なく、後代の資料で解釈によってさまざまなのが言われている。それ故、史料・資料の記述はどこまで信憑性があるのか、史料批判を厳密にし、根拠を明確にして、確かと言えらるることと推定されることを明確に分けて論じる必要がある。剣術面だけでなく、その時代において本人がいかに生きたかを追求しなければならぬ。信綱が生きた時代は社会がめまぐるしく変化する時期であるので、時代背景を十分に考慮する必要がある。剣術についても、弟子たちに伝承と比較して、信綱に遡るものを解明する必要がある。現時点での研究成果を覚書としてまとめて記しておきたい。

一、先行研究

信綱については、日夏繁高著『本朝武芸小伝』（一七一九年刊）に「上泉伊勢守」として記載されて以来、近代になって山田次朗吉著『日本剣道史』（一九二五）、下川潮著『剣道の発達』（一九二五）、堀正平『大日本剣道史』（一九三四）などでも、二頁程の簡単な叙述ながら論じられる。

現在の通説の基を作ったのは柳生厳長著『正伝新陰流』（講談社・一九五七）で、柳生家に伝わる上泉発給伝書四点（後述資料I. 1. 2）を翻刻・解説するとともに、それと柳生家伝承と自身の研究によって年号も確定した伝記を六十頁近く書いている。柳生家伝来文書に基づ

くので、この本の影響は大きい。

これ以後、今村嘉雄『図説日本剣豪史』（新人物往来社・一九七二）、『日本武道大系』第一巻解説（一九八二）、綿谷雪『図説・古武道史』（一九六九）、増訂武芸流派大事典（一九七八）、岡田一男『剣豪史談』（一九八四）など、十頁内外の論が出されている。

また、諸田政治著『劍聖上泉信綱詳伝』（煥乎堂・一九八四）は、末裔の上泉家文書を基にして、柳生家資料や群馬の郷土史的な資料も駆使されて六百十八頁（別巻補遺を除く）もの大冊を書いている。この書は、資料を引用しながら、独自の解釈や推測を交えたところや、時に主人公になりきった形で書かれた記述も混じっている。年号も確定した詳しい年譜が載せられているが、個々の根拠が不明である。最近では、この本に依拠する小説も出されており、通説化しつつある。

こうした中で、中世古祥道著『上泉武蔵守信綱私考』（南勢町教育委員会・一九九八）は、上記の公刊本について、個々の叙述を検証しながら、生没年など伝記の基礎的な事柄を十四項目に分けて論述している（八十八頁）。

本稿は、改めて典拠となる史料の信憑性を考慮して、確かと言える点に絞って論じることにする。

二、研究方法―関係資料の分類

先行研究では、史料の等級を十分に吟味することなく、また時代背景や判明した歴史的事実との照合もせずに論じられていた。

そこでまず関係資料を、成立年代と資料の性格により、以下のよう

に分類して考えることにする。

I. 根本史料 本人発給のもの、同時代資料で本人に言及あるもの。

II. 2次資料 同時代で関係人物に関する資料。

III. 3次資料 1. 末裔、2. 新陰流伝承、3. 上泉流兵法伝承。

IV. 関連編纂物 1. 軍記(箕輪城攻防関係)、2. 剣術史関係他。

I. を核にして考察する。II. では、本人との関係についての解釈が必要となる。III. IV. は、時代が下り、それぞれの文脈で記述されるので、何に基づき、どう書かれたのか、史実で検証して、個々の記述の信憑性を吟味しなければならない。

なお、I. には、上泉の名乗りを確かめるため、各文献の名乗りを書き出す。またI. II. は所蔵者を、III. には公刊書を記載する。

I. 根本資料

本人の発給文書

1. 柳生宗庵宛「二国一人状」永禄八年(一五六五)四月(柳生家蔵)

「上泉伊勢守藤原秀綱」

2. 宝蔵院胤栄宛 免許状 永禄八年八月(柳生家蔵)

「上州之住 三泉伊勢守藤原秀綱」

3. 「影目録」四卷 永禄九年五月(柳生家蔵)

「上州之住人 上泉伊勢守藤原信綱」

4. 丸目藏人佐宛 免許状 永禄十年二月(丸目家蔵)

「上泉伊勢守藤原信綱」

同時代資料

5. 將軍足利義輝感状(永禄七年)六月十八日(丸目家蔵)

「上泉伊勢守」

6. 山科言繼「言繼卿記」永禄十二年(一五六九)〜元亀二年(一五七二)まで計三十二箇所(『前橋市史』第1巻に翻刻)

7. 山科言繼・言経編「歴名土代」元亀元年の条
「大胡武蔵守」、「上泉武蔵守」の両方記載
「從四位下 上野国上泉住 大胡武蔵守藤原信綱」

1. 4. は、上泉発給の目録・免許類である。これらが本物であるか現物にあたって慎重に吟味する必要があるが、所蔵者が異なってもほぼ同じ書体・用墨と認められるので、本物と判断される。5. 7. は同時代資料である。6. は、上泉と交流があった貴族の日記。7. はその貴族がまとめた朝廷からの四位、五位の叙任名簿で、上泉の項には傍注で没年の記載がある。

II. 2次資料(同時代の関係人物資料)

1. 「関東幕注文」永禄四年(一五六二)上杉謙信に提出された関

東城主の名簿「上泉大炊介」(上杉家蔵)

2. 西林寺過去帳「当寺開基禅室玄參庵主 大胡伊賀守息男」天正

五年(一五七七)一月(西林寺蔵)

3. 西林寺「開発之覚」天正五年二月二日「大胡伊賀守」の寄進記

録(西林寺蔵)

4. 上泉常陸介秀胤発給「軍敗相伝書」慶長六年(一六〇二)九月

岡本半介宛(井伊家蔵)

5. 上泉主水発給 吉田新左衛門宛 書状(慶長三年?)五月十

九日(元配下の上杉家へ幹旋)(上泉家蔵)

6. 直江兼統発給感状「連状被見」慶長五年七月二十九日「上泉主

水佐」等宛(上杉家蔵)

1. と4. は、信綱の息子・秀胤に関するものだが、2. と

3. の「大胡伊賀守」は誰か解釈が必要になる。5. と6. は、

信綱の孫・泰綱に関するものである。

III. 3次資料(末裔・後流による資料)

1. 「藤原姓上泉系図」 天明六年(一七八六) 上泉秀易記(上泉家蔵)(『前橋市史』第2巻に一部翻刻)
2. 「上泉泰綱傳」 成立年次・著者不明 明治十八年上泉徳弥筆写(上泉家蔵)
3. 疋田豊五郎発給「新陰流絵目録」(一六一七年発給)(『図説日本剣豪史』所収)

4. 柳生十兵衛『月之抄』(一六三九)(『史料柳生新陰流』下巻所収)
5. 柳生利方『新陰流表討太刀目録』奥書(一六八五)、尾張柳生家伝承で一番古いもの(年報第9号に翻刻)
6. 柳生厳延(利方嫡男)『兵法覚之記』(『前橋市史』第1巻に翻刻)
7. 『玉栄拾遺』(江戸柳生家記録・一七五三成立)(『史料柳生新陰流』上巻所収)
8. 岡本半介『当家軍配正脈相承序』(正徳四年写本)(石岡久夫著『日本兵法史』「雄山閣」上巻所収)
9. 『訓閲集』十二巻(疋田流7代目・宝暦六年(一七五六)写本)(『上泉信綱伝新陰流軍学』「訓閲集」[「スキージャーナル社」に翻刻])

1. 2. が上泉家文書、3. は弟子の疋田伝書、4. 5. 7. が柳生家で上泉と宗厳との出会いの伝承。7. 8. は上泉流軍配術の伝承、奥書で上泉からの系譜を書く。

IV. 関連資料・編纂物(III. にも影響)

1. 箕輪城関連軍記類

① 『甲陽軍鑑』(品第三十三「箕輪城攻ノ事」「上泉伊勢兵法修行事」)(史料叢書『甲陽軍鑑』[「新人物往来社」中巻])

② 『関八州古戦録』(一七二六成立)(巻七「信玄西上野仕置付上泉伊勢守、小幡泉斎事」)(『戦国史料叢書』15)

③ 『箕輪軍記』(上下巻)(『群書類徒』第21輯所収)

①は、永禄六年二月武田信玄が箕輪城を落とし、箕輪勢二百騎を信玄下、内藤修理勢としたが、信綱は信玄の招きを断り、父子で上洛とする。『甲陽軍鑑』は元和年間(一六一五〜二四)には成立し、明暦年間(一六五〇年代)以降は何度も刊行され広く読まれたので、②、③、および2. 3. IIIの各文献にもその記述の影響が大きく、通説となっている。けれども、最近の研究では箕輪落城は永禄九年九月であることが明らかになってきた。

2. 『本朝武芸小伝』(一七一六刊)(巻六刀術「上泉伊勢守」の項、他に「神後伊豆守」「疋田文五郎」「柳生但馬守宗厳」、巻一兵法「岡本半助宣就」、巻二諸礼「小笠原氏隆」の項で言及)

① 『甲陽軍鑑』を引用し、箕輪落城後、神後と疋田等を伴い諸州に行き、柳生を弟子とする。また兵法(軍敗)では、小笠原氏隆から伝を受け、息子の秀胤を介して岡本半助(石上宣就)へと伝承したとする。武術史・剣術史ではこの書の影響が大きい。

3. 『撃剣叢談』(一七九〇成立)(巻一「新影流(新陰、神影、疋田陰流)」の項、他に「柳生流」、「心貫流」「タイ捨流」の項で言及)

2の記事に、流儀の勢法の名を記す。疋田、柳生、丸目蔵人(心貫流、タイ捨流)などに伝わるとする。

以上に加えて、新陰流の伝承のものを、柳生系統だけでなく他の弟子たちが伝えるものを相互に比較しながら、上泉に遡るものを解明する必要がある。袋撓の使用は弟子たちを通じて見られるので、上泉による発明と認められる。弟子たちが伝える勢力にはかなり異同がある。そしてそれ以前の諸流と比較して、上泉が新たに創始したものを見極めることが重要である。

三、上泉信綱の基礎的事項

1. 名乗り

上泉発給文書では、永禄八年までは「上泉伊勢守秀綱」だったが、九年に「信綱」となり、同十二年には「武蔵守」を称したようである。

『言継卿記』には、永禄十二年には「大胡武蔵守」だが、翌年から「上泉武蔵守」と「大胡武蔵守」の両方が出、最後の紹介状には「上泉武蔵守」とある。『歴名土代』では「大胡武蔵守藤原信綱」である。信綱は言継には「大胡」を名乗ったが、その一族で詳しくは「上泉」としたのであろう。「上泉系図」での諱は「信綱」である。したがって最終的に確認できる名乗りは「上泉武蔵守信綱」だと見られる。

ただし、柳生新陰流では「上泉武蔵守秀綱」とする（宗厳発給目録、宗矩『兵法家伝書』など）が、柳生家蔵の伝書が「秀綱」であったことによる。「上泉伊勢守」が通り名になっているのは、『甲陽軍鑑』、および『本朝武芸小伝』による影響であろう。

2. 出身地

本人が「上州之住人」と冠し、『歴名土代』は「上野国上泉住」と傍注に書く。上野国上泉を本貫の地とするのは確かであろう。上野国は榛名山と赤城山麓の間を利根川が流れて関東平野が広がる一帯にあ

る。この辺りの要衝の地は利根川に面した厩橋（前橋）である。戦国期には、この辺り一帯には多くの城砦が造られていたが、厩橋から西に二十数キロメートル程度で長尾氏の箕輪城があり、東に約十キロ離れて上泉城、さらに十二キロ程離れて大胡城があった。その先二十数キロ程で桐生城、さらに東に新田、足利とつながり、下野国となる。南は武蔵国である。上泉の地には桃木川とその支流に挟まれた一角に上泉城（館であろう）があったとされる。敷地内に菩提寺・上泉寺があったというが今はなく、西林寺が天正五年（一六七七）以来、今も敷地内にある。西林寺を創建した「大胡伊賀守」は上泉一族と見られるが、信綱は「伊賀守」を名乗ったことはないので、別人と思われる。上泉城跡は東西六〇メートル、南北四〇〇メートルに及ぶもので、上野国各地に残る城砦の中でも面積が大きなものである（『前橋市史』第1巻第十章参照）。戦国末期には大きな勢力を持った土豪・国人領主であったと考えられる。

3. 上泉家の系譜

米沢の上泉家に伝わる「藤原姓上泉系図」（以下、「上泉系図」と略す）は、信綱から十代後になる上泉秀易が天明六年（一七八六）六月に書いたものである。信綱の時代から二百年以上後である。しかも信綱関連資料は、これを基にした「上泉泰綱傳」しかない。上泉家は信綱の晩年以降、戦乱に巻き込まれ、孫・泰綱の代には上州を去って越後の上杉藩に入り、慶長二年（一五九七）以降は米沢に定住した。上泉家は米沢でも火災に罹災し、しかも秀易は本家筋ではなく、五代目秀富の三男秀泰の家系（現当主の一治氏もこの系統）なので、余計に資料がなかったようである。

「上泉系図」は、「大織冠鎌足―六代略―俵藤太秀郷―四代略―」か

ら始まり、大胡氏五代を書き、「是より義秀まで暦代未分明」とするが、大胡より「上泉城に移る」という「義秀」をつなぎ、「義秀―時秀―信綱―信綱―秀胤―泰綱―秀綱―秀富……」とする（傍線引用者）。大胡氏は上州大胡郷にあつて平治の乱にもその名が見え、鎌倉では御家人となる名門で、『尊卑分脈』にも五代の名は載せられている。「上泉」を名乗ったのは、上泉に移った義秀の次の時秀からとする。

「上泉系図」で、詳しい事績が書かれるのは、義秀と信綱、秀胤、そして泰綱以降である。この系図は、義秀は「実は一色五郎（後左京大夫）義春ノ男」で、応仁の乱で「一色左京大夫義直（義春父）」が細川勝元によつて伐たれたが、義秀は勝元に従つて勇戦したが戦死したと書いている。たしかに室町幕府の四職の名門丹後一色家には「義直―義春―義秀」の三代があり、義秀は「一色五郎」が通称で、応仁の乱では義直が勝元に敗れている。けれども史実は義秀は義春の弟で、明応七年（一四九八）没なので、「上泉系図」のこの部分はそのまゝ信じることは出来ない。次の時秀・秀綱の二代には何も書かれていない。

信綱の項も没年、享年、戒名などの記載はなく、記事の内容は「甲陽記」と記す『甲陽軍鑑』の叙述を踏まえた事項と新陰流のよく知られた事績がほとんどである。秀胤についても『甲陽軍鑑』の記事を除けば、永禄七年一月の国府台の合戦で北条方で戦死、享年「三十五歳（或三十三歳トモ）」という記事だけである。ただ秀胤の戦死の記事は『北条記』などの当合戦についての記事の中には出ておらず、確認が取れない。しかも慶長六年（一六〇一）の岡本半介宛の「軍敗―免許（II. 4）が本物だとすれば、秀胤はこの時点まで生きていたことになる。「上泉系図」でも、上州の在地領主であつた秀胤までのことは詳しい伝承はなく、よく分からなかつたようである。上泉家が米沢に移つて定着

するのは、孫の泰綱以降なので、それ以前と以後では情報の質に違いがあるのは、上泉家の変転を考えると当然であろう。

孫・泰綱は、北条家に属していたが、北条家は天正二十年（一五九〇）に豊臣秀吉に滅ぼされたので、泰綱は牢人し、元関東管領上杉配下にいた旧縁により越後の上杉家に入った。上杉家は慶長二年に越後から会津二十万石に移されたが、三年後の関ヶ原の戦いの時には西軍側だったので慶長七年には米沢三十万石に大減封された。泰綱は関ヶ原の戦いと同時に生じた山形の最上氏との長谷堂の戦いで戦死した。子の秀綱は千七百石の家督を継いだ。藩の大減封に伴つて三百石に減らされた。秀綱は慶長十九年の大坂冬の陣で重傷を負つて翌年死亡、その娘の婿となつた秀富が継いだ。上杉藩は、寛文四年（一六六四）に藩主の急逝により十五万石に半減されたので、上泉家も二百五十石になつたが、上士の「侍組」であつた。以後、代々継がれて明治になつた。「上泉系図」でも確実な情報があるのは、米沢の上杉家（藩）に入つた泰綱以降の歴史である。

改めて信綱の時代の上泉家を考えて、『言継卿記』が「大胡武蔵守」とするのは、名門・大胡の一族であり、信綱自身がそう名乗つたからであろう。「上泉系図」でも、信綱の四代前が十五世紀後期に大胡から上泉の地に移つたとしていた。上泉城跡を見ても、この地域の大きな城主だつたと見られる。記録上に現れるのは、永禄四年（一五六一）に上杉謙信の下に参陣をした上野・下野を中心とした在地の国人層の名簿である「関東幕注文」で、上州「白井衆」の中に「上泉大炊助」の名が見える。「上泉系図」によればこの名乗りは秀胤と同一されるので、上泉に城を持つ土豪であつたことと、信綱がこの時点までに家督を秀胤に譲つていたことが確認される。

この時代、北条氏康が上州を侵略しつつあるのに対抗して、元の管領上杉憲政を伴って越後の上杉謙信が永禄三年以来毎年上州に進出していった。さらに信濃を押えた武田信玄も上州に進出する機会を窺っており、上州の土豪たちはいずれに帰属するか大いに揺れた時期である。秀胤は城主で配下を束ねる武将であった。後のことだが、慶長二年の上杉家「分限帳」では、泰綱の「上泉源五郎組」はべて九十六人となっている。かつての配下であった吉田新左衛門に上杉家への就職を幹旋する旨の書状を書いている。上泉家は牢人した後も寄親よおやとなる武将であったのである。

信綱時代の上泉家は、上泉の地周辺を支配し、配下にかんりの部下も持つ国人層であったと推定される。上泉城という言い方だが、おそらくは中世的な館で、菩提寺も持つ有力武士であった。

四、上州時代の信綱

1. 生年

信綱の生年の確かな記録はない。「上泉系図」にも記載がない。生年を永正五年（一五〇八）とする通説は、柳生厳長氏『正伝新陰流』によるものである。しかし厳長氏は「流史に伝わる伊勢守が柳生の庄へ来訪のときの大よその年齢と、著者多年の研究による推定」によるというだけで明確な根拠が示されていない。おそらく松本備前守に師事したとされるので、その没年に修学に相応しい年を比定しようである。諸田氏もこれに拠る。けれども確かな資料がない以上、決定出来ない。

ただ嫡孫の泰綱が慶長五年（一六〇〇）に四十九歳で戦死ということから逆算すれば、永禄四年（一五六一）の「関東幕注文」の時点での

秀胤は三十歳以上であろう。その時までには信綱は家督を譲っており、五十歳以後に比定されるとすれば、生年は永正五年前後が相応しい。そうだと、柳生来訪は五十代半ばになる。言継との交流した時期には六十歳前後となり、それぞれの叙述にも相応しい年齢と考えられる。それ故、ここでは永正五年前後の生まれとして考えることにする。

2. 上州時代の信綱—剣術の修行

上州時代の信綱について確かな資料はない。けれども本人の発給文書の中で次のように述べる（原文は漢文だが、書き下して引用する。『正伝新陰流』に拠る。以下同様）。

「某それがし、幼少より兵法兵術に志有るに依つて、諸流の奥源を極め、日夜工夫鍛錬を致すに依つて、尊天之感応を蒙り、新陰流を号す」（I. 1. 柳生宗厳宛「一国一人状」）。

「上古の流有り。中古、念流、新当流、亦また陰流有り。其の外は計るにたえず。予は諸流の奥源を究め、陰流において別に奇妙を抽出して新陰流と号す」（I. 3. 「影目録」）。

ここに揚げられた念流、新当流、陰流は、剣術流派の源流となるものであるが、それらを学んだというのである。念流は、念阿弥慈恩に始まる。慈恩の俗名は相馬四郎で、新田義貞の配下だった父が殺害されたために少年時に仏門に入れられたが、剣術修行に励んで一流を創始したといわれる。関東に広がり、後に一刀流の源流となる流派である。新当流は、鹿島の塚原卜伝に始まるが、飯笹長威斎や松本備前守などの伝統を受け継ぎ、当時隆盛していた流派である。卜伝は信綱より二十歳近く年上であった。厩橋から利根川を下ると鹿島に容易に行くことが出来る。新陰流の勢法の中には、打太刀は新当流という傳承のものもある。

上州の国人層で経済力もあつた信綱は、少年期から関東に盛んなこれら二流派を学んだと思われる。

さらに加えて自流の樹立に一番にヒントにしたのが陰流である。陰流は、愛洲移香齋に始まり、主に九州を中心に広がっていたようである。移香齋が関東に來たという資料は見当たらず、天文七年(一五三八)に八十七歳で日向に没するので、信綱が移香齋から直接の伝授を受けたというのは考え難い。移香齋の息子の小七郎宗通が永祿七年(一五六五)に常陸の佐竹義重の劍術師範になっているが、孫の常通の事績などから、宗通はその十年以上前から常陸に來ていたらしい(中世古氏前掲書p48~50参照)。信綱が宗通より十歳ほど年上となるが、陰流が西日本で有名な太刀であつたから、壮年期天文末頃(一五五〇代)にこれを学ぶことはあり得るであろう。弟子の疋田陰流には「愛洲移香」愛洲小七郎「上泉武蔵守」とする伝書(Ⅲ・3)がある点も、宗通からの伝授を示している。

信綱は陰流の太刀から「奇妙を抽出して」新陰流としたという。陰流は信綱が自分の立場を樹立する触媒となつたのである。新陰流の勢法の中にある「燕飛」は陰流の太刀である。新陰流を樹立したのが何時かを示す資料はないが、壮年期であつたと推測される。

3. 上州時代の信綱―「軍敗」の習得

信綱は「幼少より兵法兵術に志有り」としていた。「兵術」が上に挙げた劍術に当たるとすれば、「兵法」は軍法、合戦の法だと思われる。信綱は小笠原氏陰流を受け、『訓閲集』を伝えていた。合戦の出陣の法、幕の打ち方、日取・方角、陣形、合戦のさまざまな内容を含んだもので、「五十五巻」、「七十七巻」、「八十七巻」、「百二十巻」など伝系・伝書によりさまざまである(石岡久夫著『日本兵法史』上p69~71参

照)。戦国時代には「軍敗」「軍法」とも呼ばれていたが、信綱は、これを秀胤や疋田、さらには山科言継や將軍義昭にも伝授し、秀胤を介した岡本半介の写本や疋田系の後代の写本がある(Ⅲ・8・9)。

軍敗は、配下を率いて合戦に参加する国人層として関心が高いものである。師の小笠原氏隆は、「従三位宮内大輔」とされる(Ⅲ・8)が、小笠原系図にもその名が見えず、出自も事績も分からない。戦国末期上泉からそう遠くはない足利学校がこれら軍敗を学ぶ一大センターであつたこと(小和田哲男著『軍師・参謀』「中公新書」参照)を考えれば、ここで学んだ可能性も考えられる。信綱は、発給文書を見ても、漢学や禅語の素養は非常に高く、相当に学んでいたことが窺えるが、これは足利学校で学ばれていた教養に近い。

岡本半介は、氏隆は「天文元年(一五三二)二月十一日信綱に授与」、信綱は「元龜二年(一五七一)正月 秀胤に授与」、秀胤は「慶長七年(一六〇二)九月、宣就(半介)に授与」とする(Ⅲ・8)。半介の伝授免状(Ⅱ・6)には前年九月授与となつているが、他は確認できない。ただ『訓閲集』は多くの巻があり、古いものは全体が確定されていなかったらしいので、天文元年、信綱は二十歳代前半で、最初の巻が授与されたことも考えられる。信綱は多くの巻を整理し、秀胤以降にはほぼ巻数もまとまつたものが授与されたのではないか。

4. 永祿期の上州の情勢の変化

戦国時代に入っても、上野国は十六世紀半ばまでは関東管領・上杉憲政の下で比較的安定しており、そうした中で信綱は壮年期を迎えていたようである。ところが小田原の北条氏が次第に関東に勢力を伸ばすに至って情勢は変化していく(市村高男『東国の戦国合戦』参照)。上杉憲政は北条氏康の侵攻を抑えるため、天文十四年(一五四五)

北条氏の河越城を攻めたが翌年夜襲で敗れ、同年碓井峠にも兵を進めて武田信玄を攻めたが大敗した。天文二十年（一五五二）上杉憲政は北条氏に攻められてついに関東を去って、長尾景虎を頼って越後に逃げた。この後、北条氏が侵攻していくが、上州では箕輪の長尾業正が周辺の土豪を配下に集めていた。

永禄三年（一五六〇）、越後の長尾景虎が上杉憲政を伴って越山して上州へ進出してきた。厩橋を拠点としたので、上州の土豪はたちまち上杉方となった。翌年景虎は北関東から攻め進んで北条氏の小田原城を囲んだが、抜くことは出来なかった。景虎は鎌倉で上杉憲政から関東管領と上杉の名跡を継ぎ、上杉謙信を名乗るようになる。

この時に上野・下野・常陸・武蔵・房州の諸城主らに参陣を促し、各氏の幕紋を作らせたものが「関東幕注文」である。この中で「白井衆」九名の最後に「上泉大炊助」の名が載せられている（Ⅱ・1）。これが上泉秀胤とすれば、この時点で信綱はすでに家督を譲っていた点と上泉家は長野業正の「箕輪衆」十九名とは別の「白井衆」であった点が注目される。

けれども上杉勢は、農兵を主とするので春になれば越後に兵が帰らねばならず、しかも武田信玄が北信濃へ侵攻するのに対抗して、九月には川中島で激戦（第四次）に及ぶことになる。関東から謙信の軍が引くと北条氏の軍勢が侵攻し、下野などの城主が謙信から離反した。対して謙信も冬には関東に進出する。永禄六年からは信濃から信玄が北条氏と結んで西上野へ侵攻を開始する。対抗して謙信は永禄九年まで毎年上野へ出陣し、厩橋を中心に転戦する。こうして上野は、上杉、北条、武田の戦国大名による争奪の最前線となったのである。永禄九年九月、箕輪の長野氏も信玄に攻められ滅亡、西上野は信玄に支配さ

れるようになる。北条氏は武蔵・下野へと支配を拡大していた。謙信は出陣まみならず、信玄との対抗上、永禄十年には北条氏と和睦するが、今度は信玄が北条氏を攻撃することになる。

ともかく上野国上泉周辺では永禄三年から九年の間に、強大な戦国諸大名の侵攻によって大きく情勢が変わっていたのである。西国では毛利元就が大内、陶、尼子氏を討って大勢力を築きつつあり、中部では永禄三年に桶狭間で今川氏を討った織田氏が急速に台頭しつつあり、東国では北条、上杉、武田の三つ巴えの戦いがあった。戦国末期の最終戦の熾烈な戦いの時期に入っていたのである。

五、上洛以後の信綱

1. 信綱の上洛

『甲陽軍鑑』品第三十三によると、信綱は長野業正の没後、息子の業盛に仕え箕輪城に在ったが、永禄六年二月に箕輪城が武田信玄に攻め落とされ、箕輪衆二百騎が武田家に召し置かれたが、信綱は新陰流の弘流のために信玄に暇乞いをして上洛したという。『関八州古戦録』、『箕輪軍記』にも同様の話があるが、いずれも『甲陽軍鑑』を踏まえてのものと考えられる。柳生十兵衛の『月之抄』（一六四二）も信綱が「甲州シンゲンに住し」たが、「兵法シユ行ノタメいとまヲコウテ」上洛とするのも、言葉使いからして『甲陽軍鑑』によると考えられる。『甲陽軍鑑』の記事は『武芸小伝』にも写されて通説となっている。

しかし箕輪落城は永禄九年九月であることが最近明らかになってきた（諏訪上宮明神信玄願文、「長年寺文書」）。『甲陽軍鑑』は軍記物語であり、年号も時に誤ることもある上に、史実の所々に興味を引く事柄を書き込むことがある。品第三十三でも箕輪落城の記事の後に、

別項で追加するように上泉伊勢守の話が記述されている。上泉は上州の有名人で箕輪衆だとの思い込みがあつて書き込んだ可能性が高い。

永禄四年の「関東幕注文」では上泉大炊助は「箕輪衆」ではなかつた。信綱は永禄八年四月に柳生宗厳に「一国一人状」(I. 1)を授けており、その一、二年前には上洛していたと考えられる(後述)。

以上から、『甲陽軍鑑』の話、およびそれに影響された話は事実ではなかつたと判断せざるを得ない。

では、信綱は永禄六、七年に、なぜ上洛したのか。信綱自身、「諸流の奥源を極め、日夜工夫鍛錬致すによつて尊天の感応を蒙り新陰流と号す。天下に出して伝授せしめん為に上洛致すところ」(I. 1)と書いている。

上州の国人層として上泉の地に城を構えて周辺を支配していたが、永禄三年以降は、関東の制覇を目論む北条氏に抗して越後から上杉謙信が、永禄六年以降は信濃から武田信玄が侵攻してきた。もはや上州では国人領主として独立していることが出来ず、強力な戦国大名のいづれかに属すしかない状況になっていた。合戦のやり方も大軍勢となり、個々の武将も強く統制されるようになってきた。上杉謙信はまだ「衆」の集団を上から把握するだけで各地領主の所領や軍役は内部に任されていた。これに対して、北条氏康は永禄二年に『小田原衆所領役帳』を作成し、武田信玄も各地領主に安堵の宛行と軍役の負担を確定していた(『前橋市史』第1巻第9章参照)。

そうした状況の変化に武将としての古典的な教養を身に着けていた信綱は違和感を抱いたのではないか。五十代を越えて家督を壮年の嫡男秀胤に譲っていたので、自ら長年工夫して創始した新陰流を中央に広めたいと思つたのではないか。先に塚原卜伝が將軍家の台覧を受け

たということや、新当流が一気に畿内にも広まった噂を聞いていたであろう。上州の地も不穏な気配が色濃くなつていた。上泉の地の行く末が不安ではあつたが、今において動けなくなることも目に見えている。永禄六年後半から七年初めまでに、思い切つて疋田豊五郎らを連れて上洛の途についたのでないか。上洛して伊勢国司・北畠具教を訪ね、足利將軍の台覧を受けるのは、卜伝が辿つたとされるコースに沿つたと思われる。

2. 柳生宗厳との出会い

尾張の柳生利方は『討太刀目録』奥書で、父・兵庫助からの伝承として、信綱は伊勢の国主・北畠具教を訪れ、その紹介で柳生の里に来たとする。柳生宗厳は、三十代後半で、新当流を修めていたが、弟子の鈴木意伯と三度立ち合つて敗れたので、潔斎して入門を乞うたとある(III. 4)。これが何年であつたのかは分からない。

信綱は、永禄八年四月に柳生宗厳宛に「上洛致す処、不慮に参会申し、種々御懇切御執心その計らひ謝し難く候間、一流一通の位、心持一つも残さず、相伝申し候」、「上方数百人弟子治め候が、斯くの如き儀は一国一人に候」と書いている(I. 1「一国一人状」)。

宗厳はこの時代は三好配下、松永弾正の下で武将として活躍していた。信綱は、柳生の地にしばらく留まり、懇ろな世話になつていた。

またこの時点までに「上方数百人弟子」がいたというから、京都に出て新陰流の弘流に努めていたのであろう。この弟子の数と、宗厳が熱心に学んだので流儀の全てを相伝するというのであるから、一年以上前には宗厳に出会つていたと考えられる。したがつて、先のように永禄六年後半もしくは七年初めには出会つていたと考えられる。

数多くの弟子の中でも宗厳には「一国一人」という大袈裟な表現を

したのは、古くから柳生の地を治める同じ武将であった上に、また資質的にも自分と似たものを感じていたからではないか。宗厳は、この八年後、信長が將軍義昭を追放する天正以降、柳生の庄に閑居して、自らの工夫に専念して、新陰流を仕上げることになる。この時点であろうであったのかは不明だが、宗厳は信綱の期待に違わず、新陰流の完成に心を尽くすことになるのである（後述）。

3. 將軍の台覧と新陰流の弘流

「六月十八日」付の將軍足利義輝の「上泉伊勢守兵法、始めて見申し候。比類無き儀、是非に及ばず候」との感状がある（I. 5）。年号はないが、義輝は永祿八年五月に殺されるので、永祿七年と推定される。義輝は七年以上前の近江朽木に居た時代に卜伝の新当流の太刀を台覧し、さらに習ったといわれるが、これは確かな証拠があるわけではない。けれども信綱の場合は新陰流の勢法を台覧、その褒賞の感状がある。打太刀を務めた丸目藏人佐は、九州人吉の相良家の家臣なので、信綱上京後に弟子になったと思われる。

義輝は將軍家の力を回復しようと努力していた勇猛な將軍であったが、その「天下」の感状は、新陰流の弘流に大きな影響があったと思われる。上述のように、翌永祿八年四月柳生宗厳宛の「一国一人状」では「上方数百弟子治め候」と言うのである。

なぜ、この時期、上方で新陰流が急速に広がったのか。すでに兵法の弘流の基礎は、塚原卜伝によって開拓されていた。新当流はすでに畿内に広がっていた。その新当流を修めた柳生との試合でも、間合で見事に勝っていた。新陰流では、敵を引き込んでの技があり、袋撓を使うので相手との間合を厳密に稽古できる。新陰流は、東国の剣術に加え、西日本の陰流も吸収して体系化していた。技の見事さがあり、

さらに思想の新しさがあった。兵法家としての權威も与って魅力であったであろう。それに將軍家の「天下」という保証まで加わったのである。

なにより一層不穩の世の中の情勢が、自らの身を護るために優れた剣術の技を求めていたと言える。

翌五月に將軍義輝は、三好長慶亡き後、実権を取ろうとする三好人衆と松永弾正の手によって、二条城で襲われ、自ら刀を取って勇戦したが、遂に殺された（永祿の変）。都で將軍家が殺害されるという未曾有の出来事が起こる中で、貴族ですら「軍敗」に関心を持つ時代となっていた。こうした時代背景の中で、新陰流は急速に広まったと考えられる。

永祿八年八月には宝藏院胤栄宛免状（I. 2）、同九年五月には影目録4巻（I. 3）、同十年二月に丸目藏人佐への免状（I. 4）と、続けて免許・目録を発給している。

4. 新陰流の思想

信綱の思想を著しているのが、永祿九年の「影目録」四巻（I. 3）である。①序、「燕飛・猿廻」の文、「山陰」以下六本は絵目録 ②「七太刀」七本の絵目録、③「三学」五本の絵目録、④「九箇」序 伊弉諾尊・伊弉册尊の絵、九本の太刀名目録からなる。

特に第一巻の序には、信綱の思想が集約的に語られる。

「凡そ兵法は、梵・漢・和の三国に亘ってこれ有り。

梵においては、七仏師 文殊上将、知恵の剣を掲げ持つて無明の賊を截断すれば一切の衆生、其の刃に罹らざる莫し。兵法の濫觴と謂ふべし。摩利支尊天、専ら以て秘術と為す者也。

漢に於いては、三皇、昔、黄帝反泉涿鹿に戦ってより、下つて五帝

三王より、元・明に至るまで断絶せざるは兵法也。

倭に於いては、伊弉諾尊・伊弉冊尊より今日に至るまで一日もこれ無かるべからず。」

インドでは、七仏師の中でも文殊菩薩が知恵の剣で衆生の無明を断ち切るのを「兵法の濫觴」、始まりとする。中国では、中華民族の祖とされる黄帝以来、今日に至るまで兵法は絶えず、日本では、国土を生んだ二神より無きこと非ずとする。剣を、三国にわたり時代を越えた普遍的なものとまず位置づける。この時代、まさに戦国の争乱の中で実戦的な意味が云々されるところだが全く問題にしていけない。剣を武器としてではなく、根源的で精神的なものとして意味づける中で、実際には大軍勢による合戦では埋没してしまう武将の独立心を表すものとして見直そうとする意図があるように思われる。

そうして先にも引用した文が続く。

「其の中間、上古の流有り。中古、念流、新当流、亦また陰流有り。其の外は計るにたえず。予は諸流の奥源を究め、陰流において別に奇妙を抽出して、新陰流を号す。」

これまでの流祖は、鞍馬の天狗に教えられたとか、鵜殿権現の洞窟に参籠した、鹿嶋神宮に千日参籠して開眼したなどの神話があったが、そうした神話化はせず、中世以来の剣術流派の歴史を見事にまとめている。実際、念流、新当流、陰流は、これ以降三大源流として多くの流派を生むことになる。しかもこれら諸流を学んだ中から、特に陰流に「奇妙」を見出し、新陰流を作ったというのであるが、その「奇妙」は、この目録では次のように説明されている。

「敵に随つて轉變して一重の手段を施すこと、恰も風を見て帆を使い、兔を見て鷹を放つが如し。懸を以て懸と為し、待を以て待と為す

は常の事也。懸、懸に非ず、待、待に非ず。懸は意、待に在り、待は意、懸に在り。」

集団での戦い方ではなく、最初から相手と一対一で向き合う形で考えており、敵である打太刀が打ち懸かるところを、転じて一拍子で勝ち。それは敵が打ち懸かるのに、こちらも負けじと懸かる訳ではない。打ち懸かる中でも、相手の打ちを待つ心があり、体勢として相手の打ちを待つように見えても、心はすでに打ち懸かるものでなくてはならないとする。技を出す以前の心が自覚されていなくてはならない。

けれども「轉變して」云々の箇所は、実際の技ではどのように遣うものであるかが問題である。

上泉は、新陰流の勢法の中に、陰流の「燕飛」八本を残している。その「燕飛」の太刀名は、同時期の中国の『紀效新書』十四卷本に討伐した倭寇から得たとして影印された「影流之目録」の断簡にある「猿飛」「猿廻」「山陰」の三つの太刀名と一致する。新陰流の勢法の中でも「燕飛」のみは、木剣を使用して続け遣いするので、新陰流の技とは明らかに区別している。上泉の目録では、「燕飛」の次に、自ら工夫した「三学」五本を学ぶように構成している。「三学」は新陰流の根本太刀とされ、袋撓で一本ずつ区切って遣うが、太刀遣いとしては「燕飛」と共通するところが多く見られる。

したがって、「燕飛」と「三学」の勢法を比較すれば、そこに上泉が「抽出」したという「奇妙」が何であったかが、技に即して推定できるはずである。

「燕飛」と「三学」の太刀遣いについては、かつて『討太刀目録』の表現に即しながら、元来の実際の太刀遣いを推定した(注1)が、例えば「燕飛」の二本目「猿廻」と「三学」の一本目「一刀兩段」の

太刀遣いを比較すると、ともに仕太刀は脇構えから体を、相手の太刀筋を軸に回転し、相手の太刀をかわすとともに、打ち込むところが見られる。足を横にさつと開くとともに、肩の位置も上体を縦に回しつつ、相手の太刀をかわすとともに、自らの太刀を引き上げる動作をし、直ちに打ち込めるようにしているのである。この点から言えば、仕太刀は、体を横に開くとともに縦にも回し、身を立体的に転じることで、打太刀の打ちをかわすと同時に打ち込む(注2)。

ここには、目録に言うように相手の打ちに負けずと打ち合う(「懸を以て懸と為す」)のではなく、「敵に随って轉變して一重の手段を施す」ことが見られる。

上泉はこの目録の「燕飛」では、次のように書いていた。

「燕飛は懸待表裏の行、五箇の旨趣を以て簡要となす。所謂五箇は、眼・意・身・手・足也。」

「猿廻は、敵に随って動揺して、弱を以て強に勝ち、柔を以て剛を制するは、学ぶ者に伝付する舌頭上なり」

「燕飛」「猿廻」は実際に太刀遣いであるが、相手との間合を厳密に見取って相手に打たせて、打ってくる筋を軸に左右に開き転じてかわしながら、自らの打ちを入れる。自らの動きと意を逆にするが、同時に相手の動きを打ち出す前に精確に見取る眼が大事となる。その時「眼・意・身・手・足」を「五箇の旨趣」として注意する。相手と自らの身の位を精密に見ていたのである(注3)。

「猿廻」は上述のように、敵に随って転じて勝つ要点であることを述べていたのであるが、「猿廻」と「一刀両段」とだけではなく、「燕飛」八本と「三学」五本の勢法の間には、それぞれ要所のところで、相手の太刀筋を軸に回転するところが見られる。「轉」が新陰流の極意と

言われるのも、まさに実際に技の中で、こうした転ずる動きが根幹にあるからであろう。

上泉は「轉」によって今までの剣術とは根本的に異なる位相に立つたと自覚していたようである。目録の序で、次のように述べている。「予は諸流を廃せずして、諸流を認めず、寔に魚を得て筈を忘るる者か。然るときは、諸流の位、別に莫きのみ。千人に英、万人に傑たるにあらざれば、いかでか予が家法を伝えんや。古人豈道はずや、龍を誅する劍、蛇に揮はずと。」

上泉には実戦的な諸流の剣術から、そのエッセンスを得て新たな武道へと昇華したという自負があったようである。「英傑」のみが伝えるべき、争いに使う(「蛇に揮う」)ものではなく、より高尚なもの(「龍を誅する」)ものだと言っているのである。

遮二無二に攻め、相手の攻めを返そうとする切り合いではなく、敵と自らの身と心を精密に見ながら、相手の太刀の下へと踏み込んで、間合を転じて勝つ。構え、攻めでも、心では懸ると待つとの逆対応をする。攻める時にも相手の返し技に備え、相手に攻められても応じることが出来るように、攻めと防御を形と心で逆対応して備える。精確に自らの技を自覚しつつ遣う。その点では、勢法の稽古は、自らの身と心を練る場となる。その都度の力量により、間合も轉じ方が変わってくる。太刀の下まで踏み込む点では、その覚悟を示す場ともなる。こうなれば、実戦的な切り合いの稽古であるよりも、武士としての修行の道という性格を持つものになる。「三学」の勢法の名称を「一刀両段」など『碧巖録』に典拠がある語を使うのも、その性格を示すのであろう。

新陰流の勢法は、上泉の目録では、「燕飛」八本、「三学」五本、「七

太刀」七本、「九箇」九本、「天狗抄」八本であるが、この内、「燕飛」は上述のように陰流の太刀で、「九箇」と「天狗抄」も他流の太刀であるという。「七太刀」は新当流の「七太刀」との関連があるものようである。新陰流の勢法は、以前の流派の太刀を総合したものであったのである。

「影目録」は「九箇」までだが、「若し又向上の人来れば更に不伝の妙を施さむ」(第一巻)と述べていた。上泉は、「殺人刀太刀、活人剣太刀、此の両剣は我家の至要也」と丸目藏人佐宛の目録(永禄十年発給)に記している。「殺人刀」「活人剣」を奥義としていたのである。この用語は禅の『碧巖録』三十四則に見られるもので、おそらく実践的な太刀から、人を活かす剣に昇華されるという思いを託したものであったと考えられる。が、これらの太刀がいかなるものかは不明である。後に柳生兵庫助は「当流にかまへ太刀を皆殺人刀と云。かまへなき処をいづれのをも皆々活人剣と、又かまへ太刀を残らず截断してのけ、なき処を用るに付て其生るにより活人剣と云」(柳生連也筆録『新陰流兵法目録』注4)と解説している。これと同じであるか否かは確かではないが、少なくともこの尾張柳生家に伝わる「活人剣」は「轉」の太刀遣いを根本にしたものである。

上泉は武将の出で、教養人であり、禅語も使った堂々たる漢文体の目録を残した。しかも打ち合っても安全なように袋巻を考案した。上泉は、もはや倭寇が使うような実戦的な剣術ではなく、剣を道として位置づけようとしたと思われる。上泉は將軍から「天下一」の称号を得たが、まさに天下の剣たる自覚を深めて、実戦剣術を超えるものとして、新陰流という新たな剣の道を創始したのである。

5. 山科言継との関係

信綱が永禄十年前後に何をしていたのか不明である。けれども畿内は一層不穩の気配が強かった。永禄八年五月に將軍義輝が殺されてから、將軍位は空位となった。義輝を共に襲った三好三人衆は松永と対立し、松永は大和支配を狙って筒井順慶を攻めた。九年五月には三好三人衆は松永を堺に破ったが、翌十年十二月、松永は東大寺で三好三人衆を破る。この時、大仏殿が焼け落ちた。織田信長は十年九月に美濃を手に入れ、十一月から「天下布武」の印章を用い始める。翌十一年九月に足利義昭を奉じて上洛、十月に義昭に將軍宣下が下った。松永は信長に通じ、信長は三好三人衆などを追って畿内を平定し、しばし平穩が訪れた時期であった(福島克彦『畿内・近国の戦国合戦』参照)。

信綱は、大納言・山科言継卿と交流があった。『言継卿記』の永禄十二年一月から翌々年七月まで、計三十二か所に「大胡武蔵守」あるいは「上泉武蔵守」として出てくる。

最初に出てくるのは永禄十二年一月十五日で、平野社の神主卜部兼興が気が変なので子の長松丸が交替を訴えた訴状に信綱の添え状があったという。言継は翌日に大典侍局に訴状・添え状の披露を依頼し、五日後には交替が認められたが、言継は先例を吉田兼右に尋ねるように申し入れている。二月二日には長松丸が耆婆宮内大輔・大胡武蔵守とともに挨拶に来て、言継は三人と同道して吉田兼右を訪ねている。信綱はこれが言継との初対面だったらしい。四月末にも信綱は言継と同道するが、二日続けて兼右は不在、五月七日に出かけた時も留守だったが、二人は親しくなったのであろう、この後、上乘院から知恩院へと連れまわっている。その四日後、さらに四日後に信綱が「来談」の記事が見られる。

『言継卿記』に信綱の記事は、翌元亀元年は正月二日に年頭の挨拶

に來ただけで、五月二十三日まで飛ぶ。しかもこの日、「上泉武蔵守信綱來。軍敗取向総捲等、令相伝之。(中略)一卷写之。又調子占一卷写之。各将棋双六等有之。」とある。「軍敗取向総捲」は、軍配術で出陣等に関わる秘伝であろう。「調子占」も出陣に関するものだが、次に「将棋双六等もこれ有り」というので、合戦に関わるのでなく、一般的な「調子占」であったのかも知れない。翌々日には「予倉部等に取向以下之相伝了」とあり、「予倉部」という息子言経にも伝授したのである。そして一か月後、六月二十七日に「従四位下」という高位の官位を授与されている。この授与が何によるかは不明である。

『言繼卿記』の翌二十八日の条の記述では、「暫く來談。四品勅許かたがけな忝かたがけなきの由これ申す」とあるだけなので、言繼主導による叙位ではなかったであろう。言繼は翌年東国の結城氏に上洛後の信綱を紹介するのに、「公方以下悉く兵法軍配相伝せられ、無比数名を発する事」と書いている。將軍義昭にも兵法軍配の法を相伝させていたのであり、この書き振りからして、そのことが新陰流の演武などより重要であったことが窺われる。

信綱の叙位は新陰流の演武を天覧に供したことによるというのが通説だが、天覧の記載はない上に、「従四位下」は織田信長と同じ高位なので、天覧だけによるとは考えにくい。むしろ軍配を伝授して將軍の「奉公衆」になったからではないか。義昭は二年前九月に信長と上洛、十月に將軍宣下を受けたが、前年一月には三好三人衆に襲われた。義昭は信長とも次第に対立して、この年一月信長に「天下の儀を任せらる」旨認めさせられた。信長は五月九日に京都を出て、六月二十八日には姉川の戦いをしていいる。義昭が信長の留守の間に將軍直属の軍隊である奉公衆を強化するために信綱を迎えることはあり得る。奉公衆

なら「従四位下」の叙位も理解できる。十月に「奉公衆」が先日帰陣したと信綱が話したのも、自らが奉公衆だったからと考えられる。

新陰流の演武は、この年八月に二度出る。言繼が梨本宮門跡を訪れた折に「千秋刑部少輔・大胡武蔵守参りへいほう御覧せらる」とあり、さらに太秦真珠院へ立ち寄った際に「千秋・大胡・鈴木等兵法これ有り、各見物し了ぬ」とある。千秋刑部は藤原輝季で、従五位上であった。こうした演武もしているので、正親町天皇の御前での天覧演武はあった可能性が高い。

元龜二年は、正月の挨拶の後、三月に二度言繼を訪れ、「愛洲葉方」をもらっている。そして七月三日に「和州より昨日上洛」し、七月二十一日には「本国下向」として暇乞いに來ている。この時、親王の短冊二枚と上述の結城氏への紹介状をもらっている。『言繼卿記』では、この記事を最後に信綱のことは出てこず、以後不明である。

元龜二年は三月に甲斐の武田信玄が三河に侵攻している。將軍義昭が裏で糸を引き、前年から信長に敵対していた本願寺と武田の連携がなり、五月には松永弾正もそれに加わることになる。その後松永は八月二日に筒井順慶の辰市城を攻めるが、大敗し、その配下で出陣した柳生宗嚴も、長男嚴勝が負傷することになる。再び天下の情勢は緊迫したものとなっていた。

6. 没年

言繼・言経編著『歴名土代』では、永祿十三年(元龜元年)の項に「従四位下 大胡 藤信綱 六月二十七日」とあり、傍注で「上野国上泉住大胡武蔵守」とあり、さらに「元従五下、天正元年、月、日卒」と書き込まれている(注5)。この本は、南北朝時代の貞治六年(一三六七)から慶長十一年(一六〇六)までの二百三十九年間の正四位

上から従五位下までの叙せられた人の名が年代別に記載されたもので、延^の四千二百四十三人（山科家本）あるが、後から朱筆で書き込まれた追記があることがあり、その一つである。言継もしくは言経は信綱の没の情報を得て書き込んだと思われる（千秋刑部にも「同天正四年三月、日討死」の傍注がある）。言継は天正七年まで存命であり、言経は天正四年、七年に書き改め呈上することを命じられていた。同時代の公的な資料に追記されているので、信綱は天正元年（一五七三）没と考えるのが順当であろう（注6）。信綱は、京を去ってわずか二年後、おそらく七十歳を前にして亡くなったと考えられる。

天正元年は、四月に武田信玄が没して義昭が画策した信長包圍網は潰え、七月には義昭は榎島城に籠ったが落城、八月から九月には朝倉・浅井氏も滅亡し、九月には信長が將軍義昭を追放して、ついに室町幕府が滅ぶことになる。十一月には三好義継が自害、十二月には松永も降参し、柳生宗厳は武将であることを辞めて柳生の庄に閑居する。時代は天下統一期へと確実に移りつつあった。

おわりに 今後の新陰流の展開

上泉以前にも剣術流派があったが、流派樹立の立場を表明したものはない。念流系統で一刀流の「本目録」が確認できるのは半世紀近く後である。陰流の愛洲移香齋は「影流目録」で「猿飛」の技を分析・叙述したが、開眼の逸話だけで、修験道的な面が強い。新当流の塚原卜伝は「一の太刀」として原理的なものを建てたらしいが、鎧・長刀なども含んだ流儀は実戦的だったと思われる。

上泉は、それらの流派を学んで新陰流を創始した。そして本貫の地が戦国大名に支配される直前に上洛して、塚原卜伝の武者修行の記憶

の上に、大きな足跡を残した。京都もまた動乱真つ只中であった。上泉は將軍家の台覧を受け、兵法「天下一」の誇りを持って『影目録』四巻にその思想をまとめた。実戦剣術ではなく、個々の武士にとって学ばべき剣の道を説いた。今までの諸流派をまとめるとともに、原理となるものを抽出して流派を樹立したと宣言する。「龍を誅する剣、蛇に揮わず」、「千人に英、万人に傑たるに非ざれば、いかでか予が家法を伝えんや」。戦国末期の戦いが最も熾烈で、個々の武士が大軍団の中に埋没する時代に、武士の独立した矜持を持って、自らの身と心のあり様を自覚しつつ、相手の太刀の下へ踏み込んで間合を勝つ。截合の実戦武術から、二人で流派の形を稽古する中で、身心を練ることへと大きく飛躍させた。「殺人刀」「活人剣」という禪語も使って剣の精神性を鮮明にしたのである。

天下統一期に入る直前に、惣無事令により合戦が抑えられ、全国統一後、刀が実戦の武器から支配階級の武士の象徴とされるのに四半世紀も先立って、近世的な流派剣術の思想を表明していたのである。

上泉には疋田や丸目などの弟子もいたが、『影目録』を持っていた柳生宗厳が上泉の思想を最も受け継いだ。宗厳もまた敗れた武将となって以降、「務めて英雄の心を知る是極一刀」（『新陰流截合口伝書』）として新陰流の剣に自らの思いを託そうとした。上泉の段階では、小笠原流軍配術も一緒に付属していたが、それは近世軍学として分れて受け継がれ、新陰流は純粹に剣のみに収斂していった。

文禄三年（一五九四）に宗厳は徳川家康に呼ばれ、以後その支援を受けることになる。信長、秀吉に比べれば、慶長五年（一六〇〇）の関ヶ原の戦い以後新たな支配者となる家康は旧時代の武將の心情を重んじ、息子の教育にも剣術を取り入れる。秀忠に宗厳の五男・宗矩を

つけ、後に尾張徳川家を創設した時には義直に宗厳の孫・兵庫助を据えた。ただ家康は、秀忠には新陰流だけでなく、一刀流も学ばせており、一流に偏せず冷静に見ていた。

柳生宗厳は、慶長六年の『新陰流兵法目録事』で新陰流の体系を仕上げた。上泉の「燕飛」「三学」「九箇」「天狗抄」を受け継ぎ、奥義「殺人刀」「活人剣」を、「極意」「八箇必勝」に代えている。また術技の心得は『截合口伝書』『没茲味手段口伝書』にまとめた(注7)。

柳生宗矩は、三代將軍家光の兵法師範にもなつて『兵法家伝書』(一六三二)を著すが、宗厳の二つの口伝書を基に自身が工夫した説明を加えたものであった。乱世の「殺人刀」は生まれし世では「活人剣」になるべきだと説くが、上泉以来の精神を時代に合わせて宗矩流に展開したものである。

上泉の影響は新陰流を越えて他流にも見られる。一刀流小野忠明発給の慶長十二年(一六〇七)の免許状の中に「古人豈道ずや、龍を誅する劍、蛇に揮はず」の言葉が見られる(注8)。一刀流『本目録』には「殺人刀」「活人剣」、「懸中待」「待中懸」もある。また宮本武蔵の養父・無二斎の『当理流目録』(一五九八)には「三学」「轉変」「懸待表裏」「是極一刀」などの用語が見られる(注9)。目録の内容は知らずとも、上泉の使った用語は他流にも知られていたようである。用語だけでなく、流派の形を稽古する中で自らの身心を練るものと性格付ける上泉の思想は、近世の社会への転換に応じて、他流にも受け入れられ展開していると言える。

かくして近世流派剣術は武士の修練の道として社会に定着していくことになる。この意味で、上泉信綱こそ近世流派剣術の基盤を据えた者であると言つてよいであろう。

注

- (1) 本年報第九号「燕飛」組太刀試論(三七〇〜三五九頁)および第十号「三学」組太刀試論(三八七〜三五四頁)参照。
- (2) 朴周鳳・魚住孝至「新陰流の組太刀の研究」(国際武道大学研究紀要)第二〇号・四七〜六二頁)参照。
- (3) 柳生宗厳は「五箇の教え」として「敵拳、我が肩に比ぶる事」、「二重身吾肩、楯にする事」、「こぶしにつれて、身をさげ手を下する事」、「身のかかり、膝にもたする事」、「左の肘をかがむる事悪也」と展開する。
- (4) 柳生兵庫助が寛永十四年(一六三七)に宗厳の『没茲味口伝書』を解説したもの。
- (5) 『歴名士代』続群書類聚刊行会・八木書店(一九九六)二九四頁。
- (6) 天正五年の西林寺文書にある「大胡伊賀守」は、上述のように信綱とは認められない。この人物は上泉の一族の者であろう。この年一月に没した息男のために地所を寺に寄進したが、もはや北条氏の権力の下で各地の城が破却されていく中で、かつての上泉城の終焉に思いを重ねていたのかも知れない。
- (7) また上泉家にある「上泉主水泰綱傳」の中に、信綱は「天正十年北条家に在て卒す」とあるが、この文献は天明年間の「上泉家系図」を踏まえながら、諸資料を集めて多くの記事が書かれているので、それらが上泉家の伝承のままであったとは思われない。信綱が「関東諸国を遍歴」武田方への服属を進めたとし、他方、北条氏康が招き、「小田原に止まり一藩に教授す」と書いているが、信玄と氏康が永禄十三年以降は対立関係にあった事実と反する。文中に柳生宗厳宛の「一国一人状」や丸目家の義輝感状も写されているが、これらを何時どうして知り得たか疑問である。ずっと後代になると見られるこの資料の没年は信じ難い。
- (8) 柳生延春著「柳生新陰流道眼」(島津書房)一〜七頁に影印翻刻。
- (9) 小幡勘右兵衛尉(景憲)宛。村上康正筆写『一刀流正伝無刀流開祖山岡鉄太郎先生遺存剣法書第二輯 小野家伝書』二頁。
- (9) 拙著「宮本武蔵—日本人の道」(ベリかん社)二九四〜六頁に翻刻。

新陰流の「碎き」についての続報

「二十七箇条截合」と「試合勢法」について

吉田 鞆男

はじめに

前回の報告で、我々は「長岡房成（桃嶺）手記による新陰流「二十七箇条截合」に関する考察―本伝の碎きについて―」（『武道・スポーツ科学研究所年報』第十五号一三六―一九頁）を論じた。「二十七箇条截合」（以下、「二十七ケ条」と略す）は、柳生石舟斎宗敵の目録以来、新陰流の勢法として、「三学」五本、「九箇」九本、「天狗抄」八本、「極意」六本、「八箇必勝」という「表」の勢法の後に、次のような形で載せられている。

「二十七箇条截相

序 上段三、中段三、下段三

破 折甲二、刀棒三、打合四

急 上段三、中段三、下段三

一本ずつの名称を冠した、それまでの「表」の勢法とは明らかに異なった書き方である。

この「二十七ケ条」は、宗敵以来、宗矩、十兵衛と江戸柳生家系の目録、伝書に、また尾張柳生家系では、兵庫助、連也「口伝書」などにも記載されている。けれども、新陰流伝書では表の勢法については、詳しい記述が見られるが、「二十七ケ条」についてはほとんど叙述がない。しかも江戸柳生系では稽古されていたが、尾張柳生系ではいつの間にか稽古されなくなっていたようである。

江戸後期、尾張柳生系で伝来の伝書を整理・注解するとともに、「勢法」を整備・制定して「尾張柳生の中興」したとされる長岡房成が、『新陰流外伝 二十七箇条截合』と題する手記（一八二〇以降の成立）を遺している。この手記は、江戸柳生家の「二十七ケ条」の仕様を記述するとともに、石舟斎の「二十七箇条截相目録」を写して注解して、それに基づいて元来の仕様を推定したものであった。前回の報告は、

この手記の全文を翻刻するとともに、房成自身が制定した尾張柳生家の「試合勢法」と同様に、「二十七ケ条」も、それ以前の「三学」・「九箇」・「天狗抄」・「極意」などに本伝の「碎き」であることを論じた。

その後、我々プロジェクト研究会を通じて、「碎き」について、①もう少し理解し易いように補足説明を工夫する必要があるとの指摘があった。加えて、②「碎き」の稽古を通じて流儀の意思を探求する中で、あらためて報告するに値する事項が幾つか浮き彫りになった。特に、十兵衛は「月之抄」（一六三九）で、「老父（宗矩）云、右之太刀を以て二十七之截相を稽古すれば、大形これにて相済むなり。何も太刀をつかふなり。」と記述していた。長岡房成も、手記の奥書で、これとまったく同じことを書いている。我々は、この「太刀をつかふ也」の一言が極めて意味深長な言葉として、強い関心を寄せるに至った（後述）。

尾張柳生家では、「本伝（内伝）」及び「外伝」という表現で組太刀を分けて云うことが多い。そのため、「碎き」について述べる前に、「本伝」及び「外伝」について簡述しておくことにする。流祖上泉伊勢守信綱から柳生石舟斎を経て伝えられた「三学」、「九箇」、「天狗抄」、「極意六箇条」及び「八箇必勝」に至る一連の組太刀に加えて、新陰流の基となった陰流の「燕飛」を流儀の表太刀、すなわち「本伝」という。

一方、表の組太刀の意志や勝口を検証するための「碎き」を学習する組太刀を「外伝」という。尾張柳生家ではこれらの「碎き」の数々を化政年間に活躍した長岡房成が独自の体系論の下にまとめた「試合勢法」が「外伝」となっている。「試合勢法」は、「相雷刀（上段）八勢」から始まり、「中段十四勢」、「下段八勢」、「後雷刀十三勢」、「続雷刀十八勢」、「小轉まわし変十三勢」、「外雷刀三十一勢」など、合計百本以上にもなるものである。

対して江戸柳生家では「外伝」となる文言はないが、前回の報告に論じたように、尾張の「試合勢法」に相当するものとして「截合二十七ヶ条」があると考えられる。

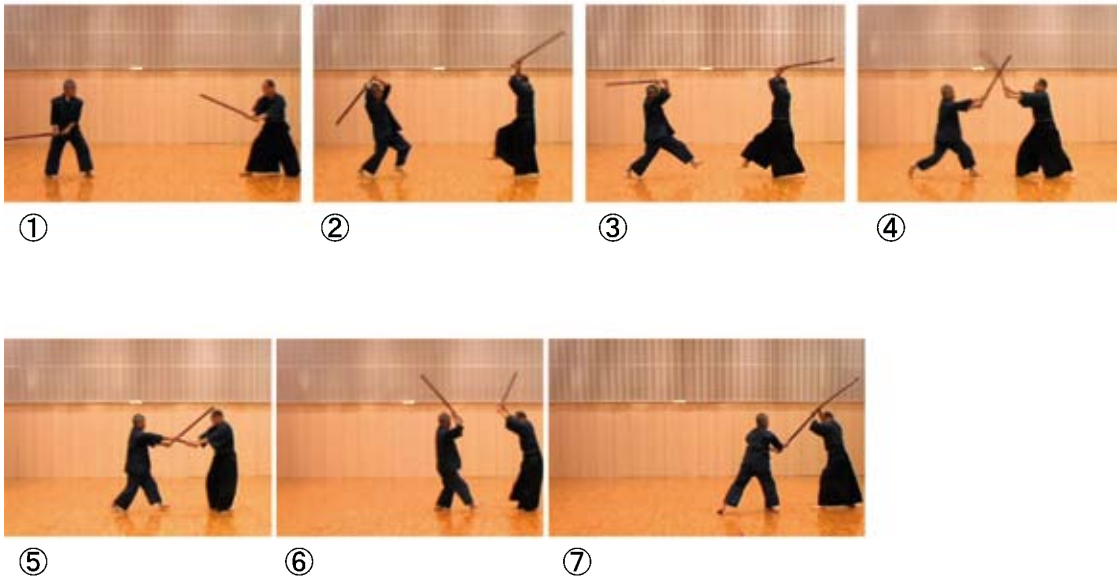
本稿では、この「二十七ヶ条」も「碎き」と看做して、本伝に対する外伝であると考え、以下に述べる「碎き」の検討に含めることとした。本稿では、「碎き」の実例示すとともに、しかも「太刀使う也」と注意される含意も合わせて考えてみたい。

「碎き」の実例

「碎き」とは、一般的には本来の形（勢法）に対する変法（バリエーション）のことである。

「碎トハ変化ノ故ナリ。タトヘバ一刀（三学）一本目（一刀両段）ニ、敵ヨリアサク打ヲ、下ヨリハネテ勝。是則碎ナリ……」と、長岡房成の師で、尾張柳生八代になる敵春（道機齋）は「新陰流兵法目録口伝書」に朱書で注している。

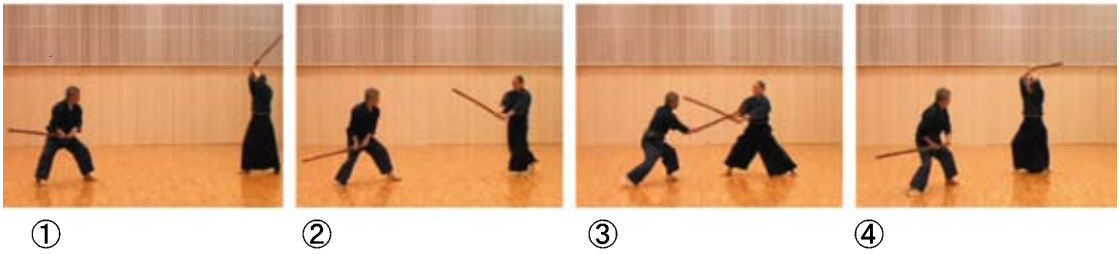
写真Aは、「一刀両段」の通常の勢法の仕様であるが、敵春の叙述では、身に切掛らずに、写真Bの如く浅目に打掛けてきた場合の勝口の一例を示すと、考えられる。



写真A. 尾張柳生家伝承の通常の「一刀両段」（下から使い）



写真B. 巖春『陰流書』の説明に基づき復元した「一刀両段」の碎き



写真C. 「一刀変 弾而後打落」(勝ち)

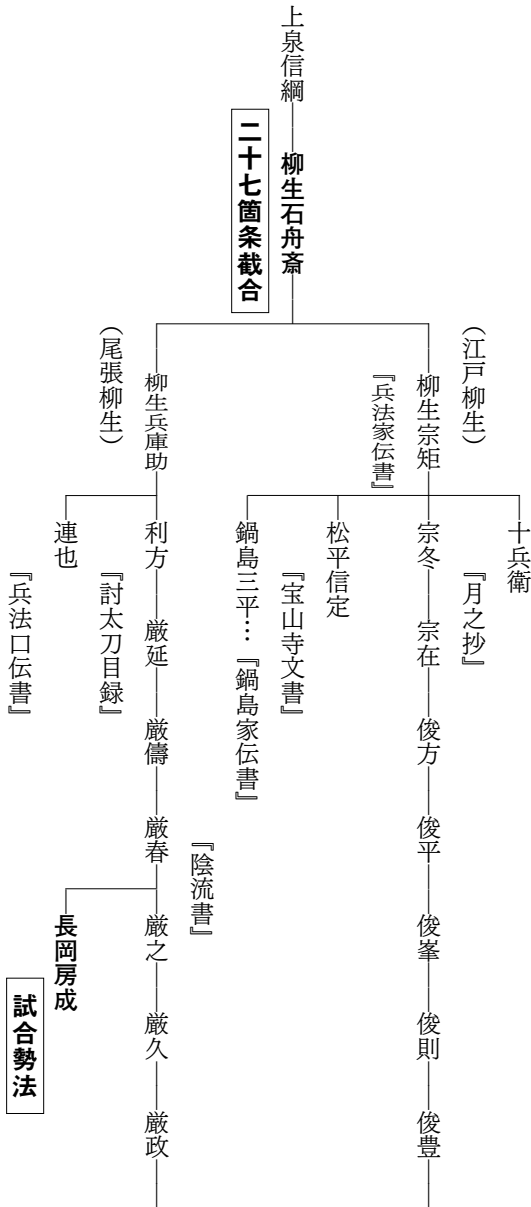


写真D. 「雷刀打車 順、流」(負け)

右の例以外にも勝口の取り様は他にも多々あろう。まさに「能く碎けば無尽」(前出兵法口伝書、及び十兵衛「月之抄」前報参照)である。「碎き」は、勝口の取り様が相手との相対によって種々に異なることを学ぶのではあるが、それだけではなく、仕太刀の側が負けることも吟味の対象となっていることにも注意しなければならない。「二刀両段」の組太刀の碎きの一例を厳春の言から引いて示したので、これらは「本伝」の「二刀両段」の碎きの実例である。

同じ構え(「二刀両段」の「車」の構え=脇構)についての碎きを、「試合勢法」の「二刀変」と名付けられた勢法を引用してみよう。写真C・Dは、ともに「外雷刀三十一勢」の中であり、常の稽古の仕様である(房成著『刀金録・勢法篇』)。Cは、仕太刀が勝つ場合の一例であるが、Dは負ける場合の一例である。「二刀変」という名の通り、

表1. 柳生新陰流の系譜と伝書 (江戸末期まで)



「一刀両段」の鍋島家における仕様

「一刀両段」については、既報で十八世紀初期までの六文献に基づいて、元来の使い方を推定・復元した（年報十号参照）。技だけを示せば、写真Eのごとくである。

その後、研究を進める中で、戦前の武道専門学校が収集した『鈴鹿家武芸伝書』の中にある鍋島家「三学見仕方手附覚」に「三学」の仕様が書かれていることが判明した。

筆者の名はないが、鍋島家には柳生宗矩の高弟で『兵法家伝書』も授与された鍋島三平に由来するものと思われる。その文書の内、「一刀両段」には、以下の叙述がある（改行・句読点は引用者による）。

一刀両段

打太刀、右ノ足ヲ前へ踏ミ出シ、身ヲ単ニナシ、前ノ膝ニモタレ、跡ノ足ヲ延テ太刀ノ切先ヲ仕方ノ面ニ当テ、拳ヲ我腰通リニシテ入レ立シト構ヘ居ル。

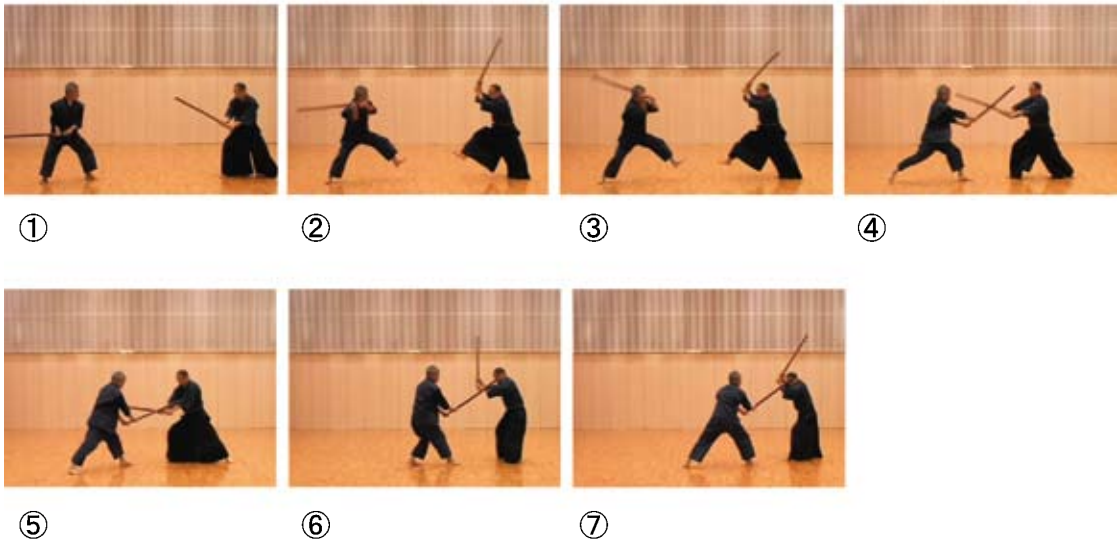
仕方ハ、太刀ヲ提^{ひきあ}げ、太刀先ヲ後ニナシ、身ヲ一重ニシテ、凡ソ五尺ノ間ニテ気先ヲ仕掛、右ノ足ヲ前^まへ踏開キ、切先ヲ我^ま向ヘ成シテ左ノ足ヲ踏込ム。

打太刀、仕方ノ肩ニ切掛ント振上ル処ヲ、仕方^{かた}、打太刀ノ拳ヲ勝ち、アマリ太刀ヲ引合スルスル也。

打太刀、八相ニ上ル時、仕方、打太刀の臂ヲ取り右へ踏ミ直リ、太刀ヲ直ニシテ打太刀ノ眼ニ指ス。

注1 「前」は、自分の臍の向いている方向。

注2 「我向」は、打太刀の方向。（前足の爪先が向かっている方向）



写真E. 宝山寺伝書に基づいて復元した「一刀両段」



①

②

③

④

打太刀、右ノ足ヲ前へ踏ミ出シ、身ヲ単(ひとえ)ニナシ、前ノ膝ニモタレ、
跡ノ足ヲ延テ太刀ノ切先ヲ仕方ノ面ニ当テ、拳ヲ我腰通りニシテ入レ立シト構ヘ居ル①。

仕方ハ、太刀ヲ提(ひっさ)げ、太刀先ヲ後ニナシ、身ヲ一重ニシテ①、

凡ソ五尺ノ間ニテ気先ヲ仕掛②、右ノ足ヲ前へ踏開キ③、切先ヲ我向(注2)
へ成シテ左ノ足ヲ踏込ム④。



⑤

⑥

⑦

⑧

打太刀、仕方ノ肩ニ切掛ント振上ル処ヲ⑤、

仕形(かた)、打太刀ノ拳ヲ勝ち⑥、アマリ太刀ヲ引合スルスル也⑦。

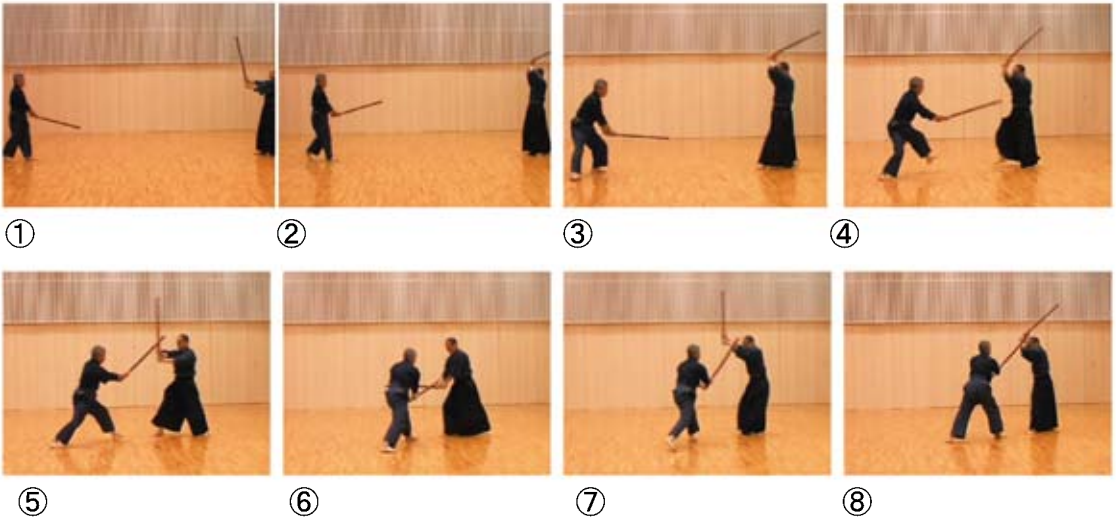
打太刀、八相ニ上ル時⑧、

仕方、打太刀ノ臂ヲ取り右へ踏ミ直リ、
太刀ヲ直ニシテ打太刀ノ眼ニ指ス⑧。

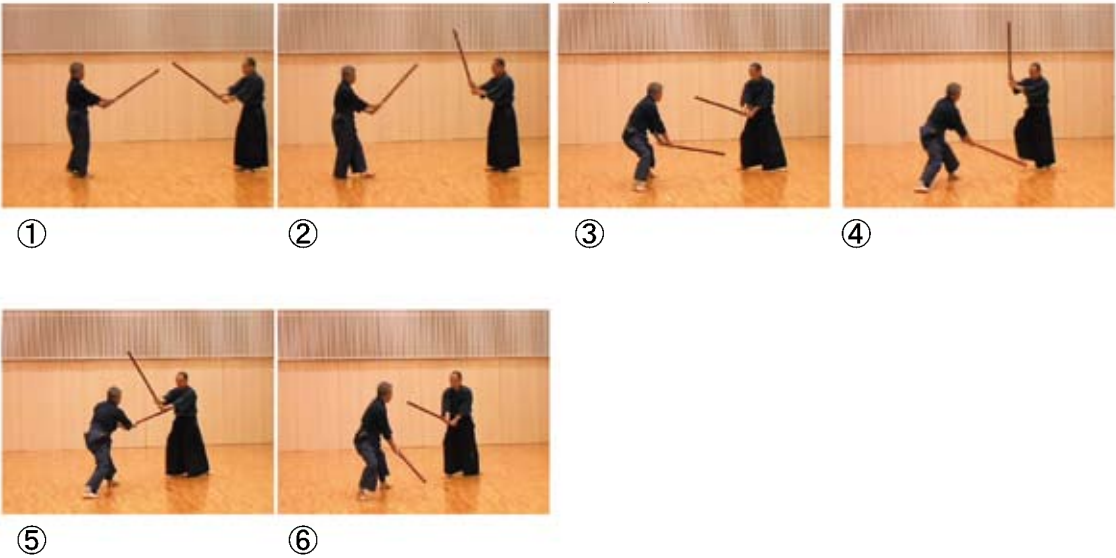
写真F. 鍋島家伝書に基づき復元した「一刀両段」

右の仕様を技の形に表すと、写真Fのごとくになる。「打太刀ノ拳ヲ勝」(F⑥)までの段は、尾張の「試合勢法」に二本ある「十太刀変」(写真G)の一本目と酷似していることが注目される。これは、名の通り「九箇」の「十太刀」(写真H)の砕きである。

「十太刀」は、『討太刀目録』に記されるように、仕太刀が打太刀の柄・拳を下より截る。一方、「試合勢法第二(三十一勢法)」に記されている二通りの「十太刀変」の一本目は、「首ヲ打ツ者ハ当リ払フ者ナリ」(『刀金録』)と記されている。実際、この勢法では、仕太刀が「十太刀」様に構える(写真G③)のに対して、打太刀は仕太刀の頭・左肩の見当に打ち掛ける(同④)。仕太刀は打太刀の鍔元より柄(拳)にかけて、乗り打つようにして、自分の左に払い落とし、押える(同⑤、⑥)。次いで、仕太刀は太刀を右肩にとり、打太刀の上がる左腕を打ち勝つ(同⑦、⑧)。



写真G. 「十太刀変」



写真H. 「十太刀」(「九箇」3本目)

鍋島家文書の仕様では間積りを凡そ五尺としているので、仕様通りに使えば、勝口は宝山寺文書の絵目録の「九箇」の「和卜」に似た「のべ敷打ち」のようになる（前足に左右の違いはある）。もし、間を一間（六尺）にならば、勝口は「十太刀」、又は「試合勢法」の「十太刀変」の勝口と同じになることになる。目録の上では「三学」と「九箇」で分類が異なるのであるが、実際の技に表してみれば、これらの差異は「碎き」の範疇として考えられるのである。一刀流宗家である小野家本来の「切落」の遣い方に見られる遅速の差による違いと同質である（津軽家文書、清野写本「切落」二本目。第13号参照）。

宝山寺文章の絵目録（既報10号）の「一刀両段」と鍋島文書に見られる仕様とを比べると、表現されている形が大きく異なるようではあるが、「碎き」の考え方を媒介にすれば、「三学」の「一刀両段」に於ける脇構も、「九箇」の「十太刀」の懸かり太刀も、又、「燕飛」に於ける「猿廻」の形も、「脇構」あるいは「脇構に類する形」として同類・同質の太刀と看做し得る。

宝山寺の絵目録も、鍋島家の新陰流も出所は同じ柳生宗矩である。その意味では、尾張の新陰流も源泉は同じである。表の組太刀として、何れの表現を学習のための範例として定めるかは各自の自由裁量に依るものとしているようである。

勢法の「範例」と勝口の取り様

このように見てくると、表の組太刀にしろ、また、右に示した碎きの数例も皆、一種の範例（モデル）であって、通常の稽古の手順での勝口以外の勝口の取り方は個人々々がそれぞれに考案・工夫することが求められている、と考えられる。長岡房成自身、「都テ形タハ、皆

一隅ヲ挙テ三隅ヲ弁ゼシムル者ト知ルベシ」（既報15号）と注意していた。すなわち、約束手順によつてのみ行なわれる組太刀をただ漫然と行なうことでは、流儀の意思を習得することは難しいといえる。打太刀・仕太刀の彼我の動きの相対によつて刻々変わる状況の中で、〈中墨を外さず芯を打つ〉ことが大事であつて、勝口の取り様は、その都度工夫していく稽古が必要となる。

勝口の取り様としては、如流齋（利方）『新陰流表討太刀目録』には、常に「積・身・位悪ければ則ち当る」と各組太刀に付記されていたことが思い起される。ここで云う「積」とは間積りと相手の太刀筋の見極めであり、「身」は身体の働き、そして「位」は、自分の太刀筋と相手のそれとの曲合いのことであるが、「積・身・位」のことは常の稽古の中で、注意されることである。時には、少しのズレで主客が入れ替わる、すなわち仕太刀ではなく打太刀が勝つてしまう結果が生じる。そのような時、しばしば碎きの太刀筋が引用されることが多い。

主客が入れ替わる場合の一例を「試合勢法第一（六十四勢法）」から拾つてみたい（写真I-a、b、c）。

写真I-aは、六十四勢法の二本目と三本目「疾雷刀」順・逆である。打太刀（写真右側）が打ち出すところを、仕太刀（左側）が先をとつて、左小手（順）に勝つ（写真I-a①〜④）、同じく右小手（逆）に勝つ（同⑤〜⑧）。

六十四勢法の後半では、仕太刀が前半で使った太刀筋を打太刀が使う場合が数多く取り入れられている。上記の「疾雷刀」の太刀筋を打太刀が使う例を、「後雷刀」と呼ばれる後半部分から拾うことにする。

写真I-b①〜⑥及び⑦〜⑩は、「疾雷刀」順・逆で仕太刀が使った太刀筋で、打太刀が仕太刀のそれぞれ左小手・右小手を打ち掛け来

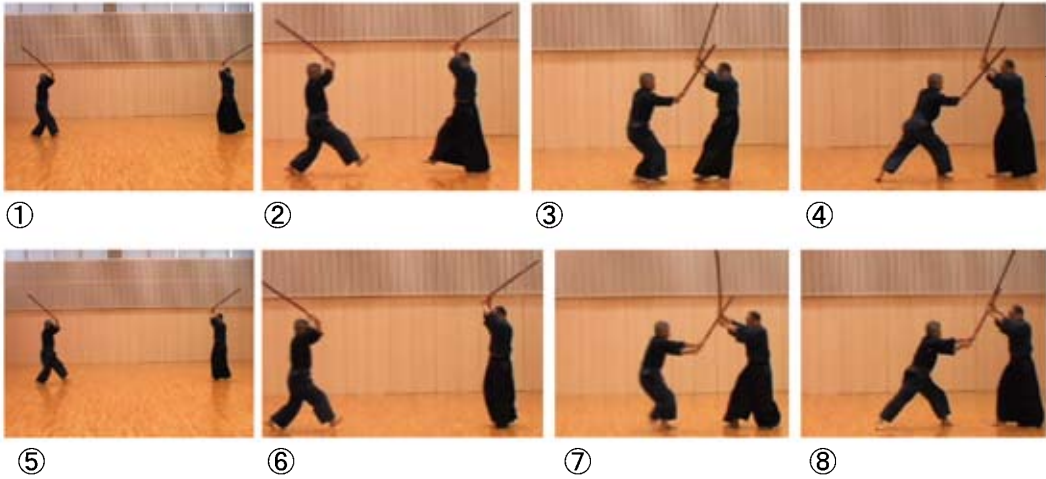


写真 I-a. 試合勢法で主客が入れ替わる勢法 「相雷刀八勢」第二・三「疾雷刀」

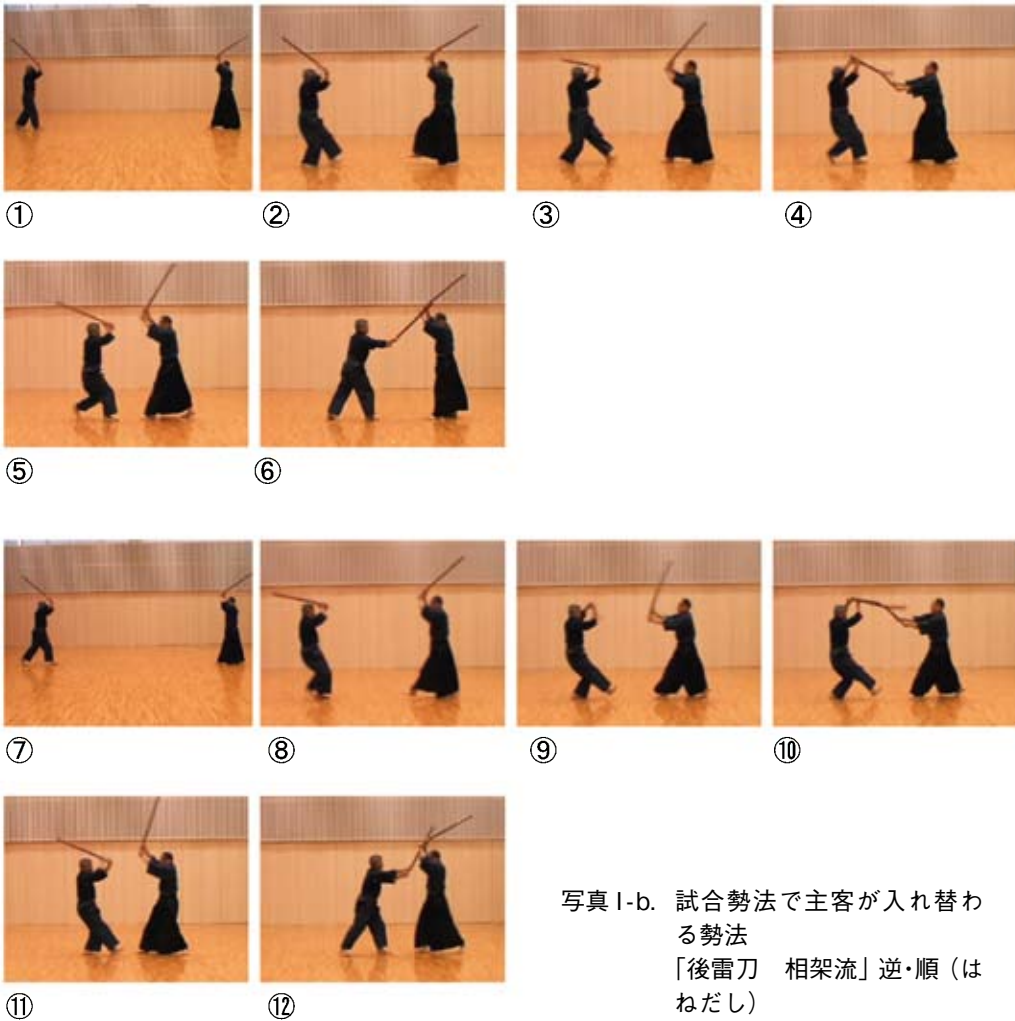


写真 I-b. 試合勢法で主客が入れ替わる勢法
「後雷刀 相架流」逆・順（はねだし）

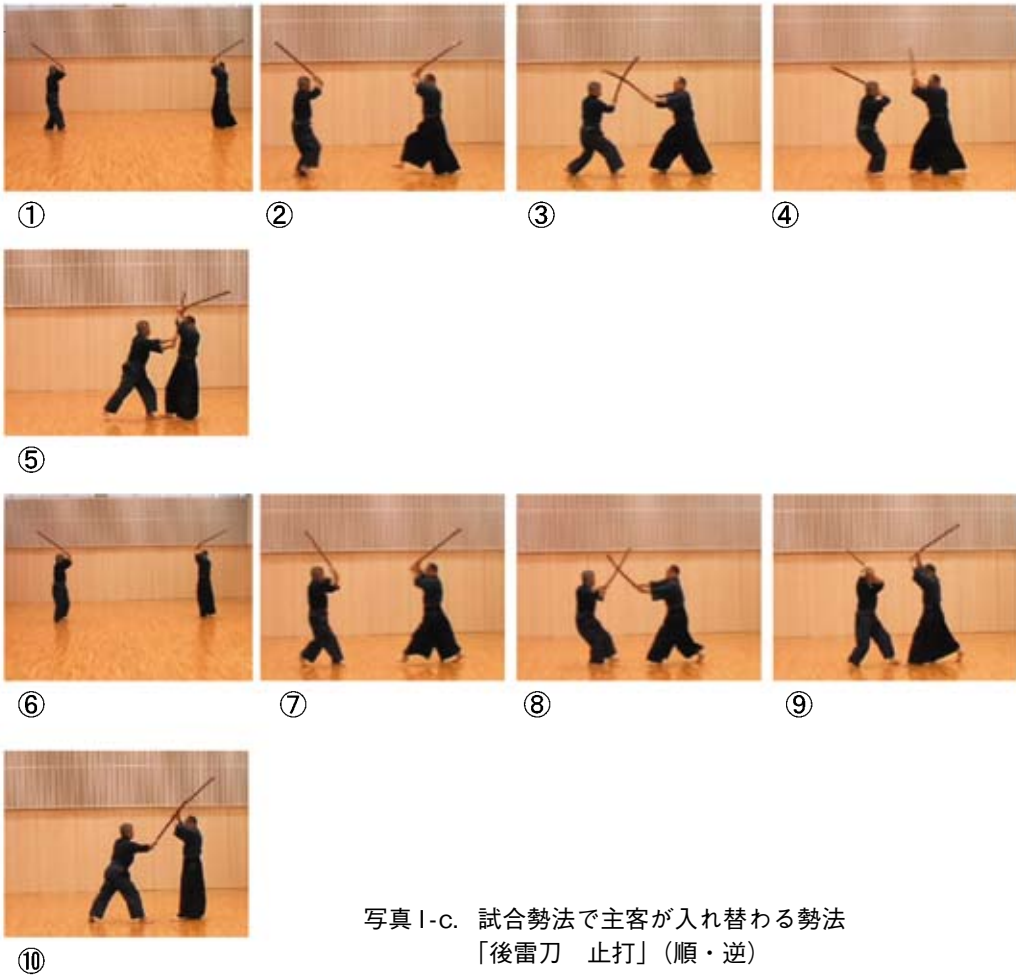


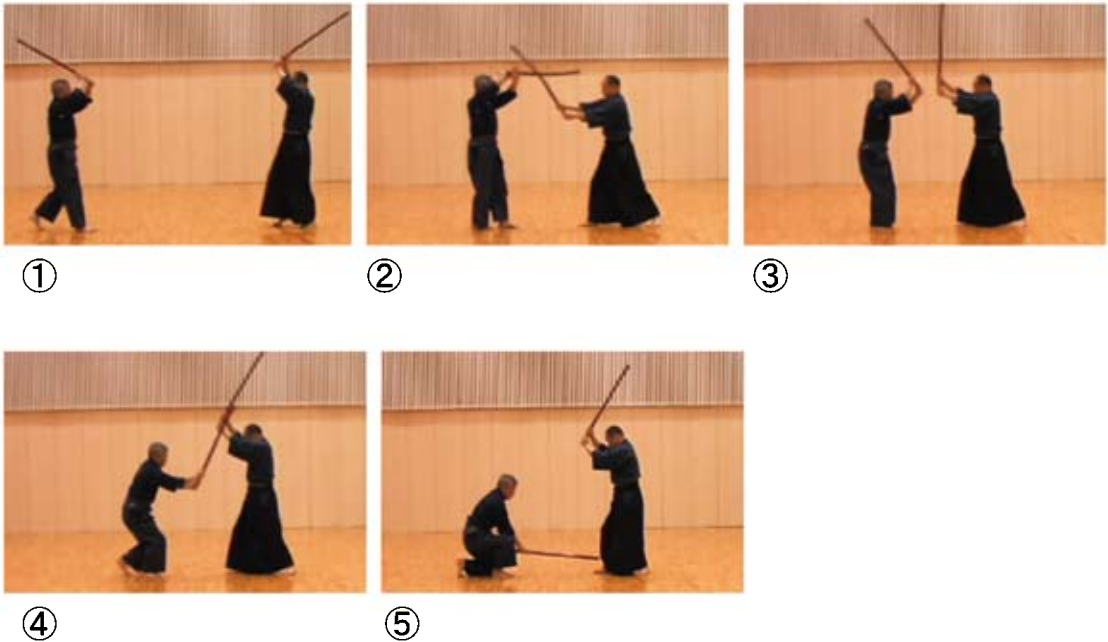
写真 I-c. 試合勢法で主客が入れ替わる勢法
「後雷刀 止打」(順・逆)

るところを、仕太刀はそれぞれ左・右に太刀をはね出して防ぎ、拍子に乗って相架して打太刀のそれぞれ右・左の小手に打ち勝つ。また、太刀を「はね出す」代りに、仕太刀は太刀を立てて、打太刀の太刀を止め弾いて、拍子を受けて相架して打太刀の右・左小手に勝つ勢法もある(写真 I-c ①～⑤、⑥～⑩)。

右に挙げたような例は外にも多くある。これらはいづれも積・身・位のわずかな違いで主客が入替る例である。「試合勢法」は、截合の勝口の取り様を問題とするので、こうした主客が入替る場合の範例がいくつも取り入れられていると考えられる。

尾張柳生家の「試合勢法」

先に鍋島家の「三学・一刀兩段」が、技の仕様としては「試合勢法」(第二勢法)の「十太刀変」と同類と見られることを論じた。実は第二勢法の中には、「十太刀変」「猿廻変」「一刀変」など、興味深い変法(砕き)が多く存在する。とりわけ、ここに挙げた「一刀」「十太刀」及び「猿廻」については砕きを進めると、「本伝」では「三学」「九箇」「燕飛」と、それぞれ異なる構の太刀として学習されて来たものであるが、「砕き」では打太刀・仕太刀の彼我との流動的な曲合い(相対)の中で吟味されるため、これらの三種の太刀は「同類項的性格」を有



写真J. 相架けを省いた勝口の一例（参考：写真I-b）

するものであることが認識される。

「試合勢法」はまさに切り合いの勝口の吟味をするゆえに、彼我の相対の中で勝ち負けの主客が入れ替わることがそれぞれに一つの勢法となっていたのである。

長岡房成は、「初学試合に当たつて、勝ちを制するの法を知らずして邪路に陥る者多し。因りて房成、古今必勝轉勢を本とし、先哲の教えを以て質し、大略試合勢法を作為し、以て法を同志の初学に与ふ」と新陰流外伝『刀金録・勢法篇』序で述べていたのである。

「試合勢法」は組数のほとんどで、「相架け」といわれる刀法が多用されている。これは、打太刀が太刀を左、右と打つてくるのに応じて、仕太刀が軽やかに太刀を左右に応じ使う使い方であり、太刀をなめらかに使うための身の習いとして行っている側面が大である。その相架けを省き、勝口を一調子に示した一例はの写真Jに示す通りである。

試合勢法は直立ちの姿勢で、軽やかな仕様であるため、勝口の吟味を疎かにしがちになるが、試合勢法は紛れもなく、「碎き」と「積・身・位」の習いを兼ねた、勝口の調べである。言い換えれば長岡房成が工夫した新陰流の勝口の体系論と言える。

「二十七ヶ条」の「序・破」の段―「碎き」としての性格―

一方、前回報告した「二十七ヶ条」も江戸柳生家の「碎き」である。全体の構成は「序」の九本、「破」の九本、急の九本であるが、截合仕立てになっているのは「序」と「破」の合計十八本である。これは十八本だけしかないのではなく、十八通りの手本（範例）が示されていると解するのが妥当と思われる。当然、十八通りの範例以外の組太刀、例えば「一刀両段」（車＝脇構）についての「碎き」は十分吟味

されていたはずである。「二十七ヶ条」は「天狗抄」を習得した者には教えて可とする「砕き」の学習である。従って、吟味（砕き）の対象となる太刀筋は、「燕飛」にはじまり、「三学」、「九箇」及び「天狗抄」までの全ての太刀筋である。従って、「二十七ヶ条」の序と破の合計十八本については、人によって「表」に示す組太刀に多少の異同が生じる。

例えば、石舟斎の「二十七ヶ条」（前報参照）と、前述の鍋島家文章の中の「二十七ヶ条」とを比較すると、全体としては「砕き」の対象となつている太刀筋の種類はほぼ同じであるが、初めの二、三本に採用されている太刀筋に差異がある。鍋島家の「二十七ヶ条」は宗矩からの伝授である。これは、石舟斎から宗矩親子の間で、「二十七ヶ条」の内容が変容したということではなく、「二十七ヶ条」の範例として取り入れられる太刀筋の採用には、かなりの自由度があったということとを意味するものと考えられる。

截合稽古と「太刀をつかふ也」という注意

江戸の「二十七ヶ条」も尾張の「試合勢法」も、組太刀として定められているもの全て「砕き」の範例である。それ故に、定型にのみ拘泥して、固定化したカタ稽古に終始せず、多様な砕きを各自が工夫し、吟味を重ねることが大事となる。そのような学習の中には、当然のこととして自由な試合形式の截合稽古も生じてくる。自由な打ち合いともなれば当然多様な打ち筋が生じてくるが、ここでの大事は勝負の如何よりも、実際に刀を用いて打ち込むと同様の太刀筋が用いられているか否か、である。

袋撓ふくらましないを専らに用いて稽古を行う新陰流では、「太刀を使う時と同

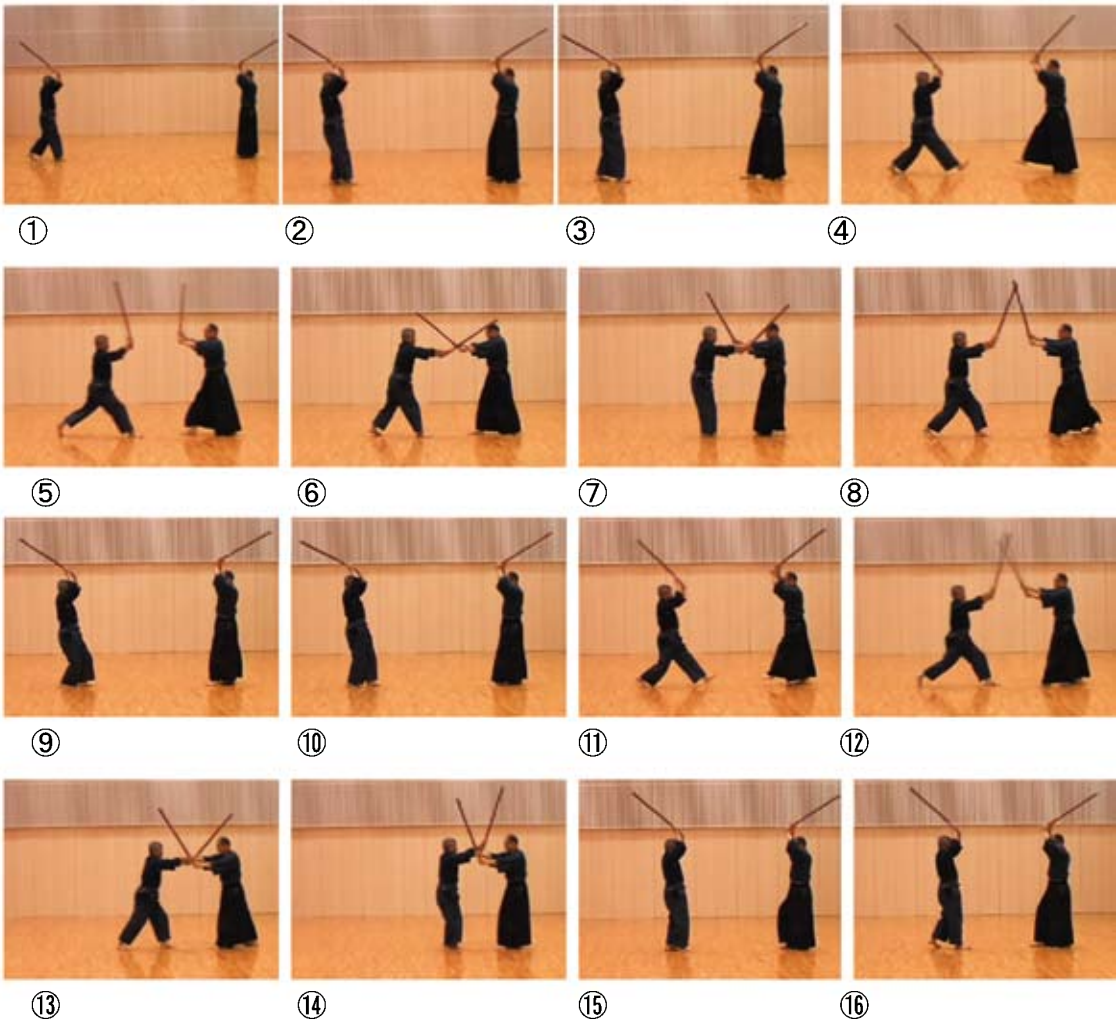
じ打ち方をせよ」と日頃から口うるさく指導されてはいるが、ややもすると「太刀使い」ではなく、「シナイ使い」をしがちになる。先に触れたように柳生十兵衛も長岡房成も「二十七ヶ条」では、「いづれも太刀をつかふ也」と付記している。江戸の柳生家でも太刀を使うと同じ様にシナイを扱うことを旨としていたのは当然であろうが、あらためて「シナイ使い」になるのを嫌い、あくまでも「太刀使い」の習いとすることの大事を説いた文句と考えられる。

それにしても、「太刀をつかふ」の一文は、いささか奇異にも感じられるが、激しい截合稽古の最中には、太刀にはあらぬシナイの振り廻しも生じていたのかも知れない。

袋撓ふくらましないは、ササラ状に裂いた竹（十六本〜二十本割り、時には三十二本割り）を、筒状の革袋に納めただけの、柔軟性のある道具であり、「当て合いごっこ」にはうってつけのものである。しかし、截合稽古は行っても截合競技には変様することはなかった。「太刀を使っているのだとする認識下でシナイを使え」という口やかましい尾張の教えや、わざわざ謂う必要もないと思われるような「太刀を使ふ也」という「二十七ヶ条」の一言は、截合競技や娯楽化などの方向に流儀が変様することがなかった一番の要因と思われる。

「二十七ヶ条」「急」の段

「二十七ヶ条」は、「序」の九本、「破」の九本、「急」の九本から成るものであり、「序」と「破」の合計十八本が所謂截合稽古の部分である。十八本に限らず、幾重にも砕いて吟味することは、前述の通りである。しかし、「急」の段では、打太刀は「陰陽向高」の九通りの太刀筋から打ち掛るが、仕太刀は何れの太刀筋に対してもただ一本の太刀筋で



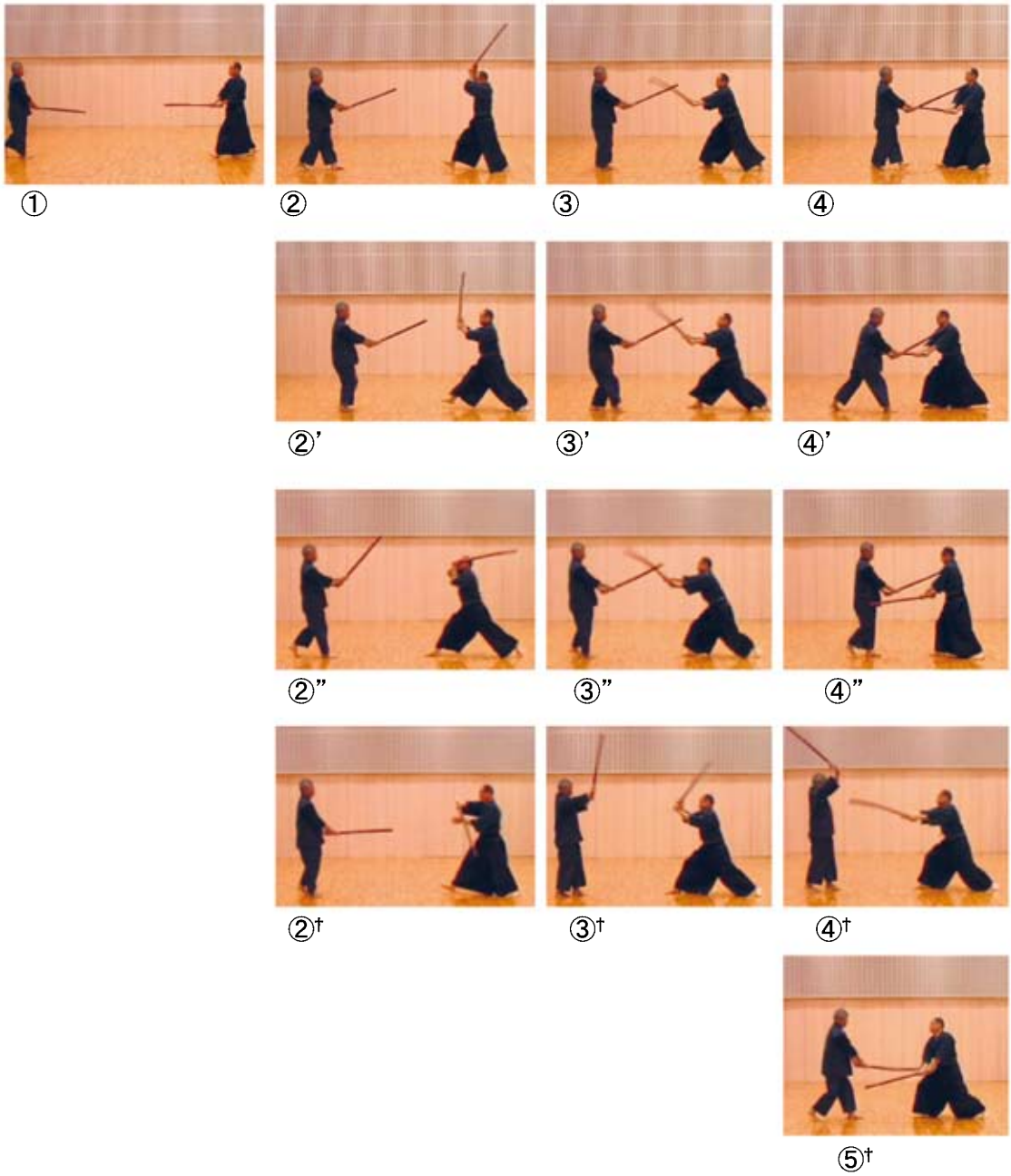
写真K. 「相雷刀八勢」第一「合っし打」

応じる。その仕様を簡述すれば、両者は太刀を掲げ出て、打太刀は良き間合いから、自由な角度から打ち込むのに対して、仕太刀は真直ぐの太刀筋で、打ち太刀に応じるのである。

ここで使う真直ぐな太刀筋とは、云うなれば入門初日に習う「試合勢法」の一本目の相雷刀第一「合っ打」(写真K)の太刀筋と同じである。

写真で見ると、この組太刀は、まっすぐに振り上げた太刀を単にまっすぐに打ち込むだけで、相打ち風になり、その点では極めて抽象的な表現である。ややもすれば、理念的であり、観念的ですからあるが、新陰流の全体を貫く大事が既に示されている。すなわち、相手の太刀筋の中に身を進ませること、太刀より先に身(足)を踏込むこと、「中墨」を直に打つこと、などの要素が既に教えられている。

「急」の段の仕太刀は、入門初日に教えられた一本目の太刀筋を用いて打太刀の太刀筋に応じることになる。既報15号に述べたように「二十



写真L. 「八箇必勝」(4例を例示)

七ヶ条」の「急」の段は、印可の「八箇必勝」と同質のものである（「八箇必勝」については既報14号参照）。

写真上の「八箇必勝」は、まっすく打つ(②)〜④)、順に打つ(②)〜④)、逆に打つ(②)〜④)、打太刀が巻打ちにくるのをまっすくに打つ(②)〜⑤)四通りを例として示す。

「二十七ヶ条」全体を見ると、厳しい截合稽古は「序」の段と「破」の段である。急は仕太刀の筋はまっすくに打ち込むだけであることを考えれば、新陰流にあつては、截合志向をより尖鋭化するような方向には、流儀の意志はないようである。柳生十兵衛の『月之抄』を見ても、「二十七ヶ条」を稽古すれば、截合についてのことは、「大抵是にて相済む也」としており、截合志向を第一の大事とは見なしていないようである。そこには、截合云々のことよりも、それを超越した「人間学」的な志向を直指そうとする態度が窺える。その意志を表現したものが、「急」の段である。すなわち「八箇必勝」の太刀である。

右のことを要約すれば、「二十七ヶ条」のはじめの十八本は截合太刀としての範例を示したものであり、稽古するものが各自に「碎き」を工夫して勝口を検べるものである。前述の如く、十八本に限らず何十本にも碎いて截合稽古をし、それを通じて勝口の取りようを検討すればよいわけであるが、最後の「急」の段では截合沙汰の姿は表現されておらず、精神性の高い「昇華」された形が示されている。すなわち、截合を超越した姿が表現されている。この段では、芯を真直ぐに打つ一本の太刀筋が浮き彫りにされている。この太刀筋は流儀の全ての太刀筋がそこに収斂していく原理のないわば「哲学的」な太刀筋とも云える。あるいは、截合を超越して「この一本でいく」とする武士の覚悟を示す、いわば「人間学的」な志向を表現する太刀筋とも

云っておきたい。『兵法口伝書』（連也）に見る「務めて英雄の心を知る是極一刀」の意志を明確に表現していると云える。これについては、年報十一号の「新陰流の真髓「轉」」で述べたように、截合太刀としては必敗になるとしても、流儀の意志と理念（教え）を集約したこの太刀筋には武士の理念（理想）と覚悟の有り様が凝縮されていると思われる。無論、このような精神性は流祖上京以来の教えを踏襲したものであることは云うまでもないが、柳生家にあつては、それを「破き」という手法で伝承してきたのである。

結びにかえて

本稿は前報の補足として、特に「碎き」の意味を詳しく述べたものである。

流儀の組太刀（勢法）は、あくまで「範例」であり、太刀の吟味としてはさまざまに「碎き」を行って吟味されていた。「碎き」では、打太刀・仕太刀の相対の関係により、形としてはさまざまに変化し、勝ち負けも入れ替わることがある。また目録では異なる項目の組太刀でも「碎き」を吟味するなかでは、同じような勝口の取り様にもなる。「碎き」によって組太刀の表現の仕方が大いに異なるのは、一刀流の「切落」の遣い方に見られることは先に言及した。

特に江戸柳生家の「二十七ヶ条」に於ける「太刀をつかふ也」の一文に我々は注目した。そして、この一文こそが、新陰流に於いて、シナイ打ちや競技的当て合いがおこなわれなかった大きな要因となっていたものと我々は考えている。

既報（第十三号）の「小野派一刀流について」で記述した中で、小野家から山鹿家へ「シナイ打ちは、形が崩れるから、行つてはなら

ぬ」という意味の達書たつしよがあることに触れた。「形が崩れる」というのは、身の動きが刀を扱う身の動きとは異なるものになるのを嫌った言葉と解される。言い換えれば組太刀とシナイ打ちとは目的が違うと指摘しているのである。これは、新陰流の「太刀をつかふ也」の一文と軌を一にしたものといえる。

このように「二十七ヶ条」の組太刀及びその稽古の様子を考えると、武士の二つの側面が見えてくると云えそうである。ひとつは截合に臨んでは、勸んで刃に向う戦士としての側面である。もうひとつは、最後の「急」に示されるように、截合を越えて人の上に立って治世を預かる叡智の人として武士の覚悟を示す側面である。そしてこの側面を表現する組太刀は既に截合の様子は呈していない。むしろ、截合を離れていく姿を映したものとなっている。

この時、新陰流の本意が「人間学的」志向にあることが理解される。同様なことは、既報（第13号）で論じた小野派一刀流でも見受けられる。興味深いことに、新陰流にしる、一刀流にしる、最も大事にする太刀筋は初めて教えられる組太刀そのものであるということである。他流でも恐らくこの点は同じであると思う。剣術のみならず、日本の他の芸能においても初めて習うことが、実は「極意」であるとする例は数多く存在すると思われる。

以上のことから、少なくとも新陰流、小野派一刀流、あるいは二天一流も含めて、截合術は学びながらも、「勝ちを千里の外に決す」（宗矩『兵法家伝書』）といったような、截合を超越した叡智の一太刀を流儀の極意とし、個人々々の「人間観」との合一を図ることを第一の旨としていたものと考えられる。

（終）

II. 研究所を活用した活動

III. 国際武道大学研究倫理規程

II. 研究所を活用した活動

第24回 国際武道文化セミナー

1. 趣 旨 在日外国人武道修業者を対象に、我が国の伝統文化である武道の理論・技術はもとより、歴史などについてもより理解を深めるためのセミナーを開催し、武道を通しての親善と伝統文化の国際的發展に寄与する。
2. 名 称 第24回 国際武道文化セミナー
3. 主 催 (財)日本武道館
4. 後 援 文部科学省、日本武道協議会
5. 協 力 (学)国際武道大学
6. 期 間 平成24年3月9日(金)～12日(月)
7. 場 所 会場
国際武道大学
(千葉県勝浦市新官841)
会場・宿舎
日本武道館研修センター
(千葉県勝浦市沢倉582)
8. 参 加 資 格 (1)在日中の18歳以上の外国人武道修業者で、日本語もしくは英語が理解でき、原則として現代武道の取得段位が初段以上の者。
(2)原則として日本武道協議会加盟団体の推薦を受けた者または企業・大学等の武道クラブに所属し、所属長の推薦を受けた者。
9. 参 加 人 員 86名

第24回 国際武道文化セミナー日程表

3月 時間	9日(金)	10日(土)	11日(日)	12日(月)
8:00		朝 食		
30				
9:00		移 動 (センター→武大)	移 動 (センター→武大)	休 憩 (30分)
30		専門委員発表 「私にとっての武道」 作道正夫(剣道)・ 秋吉好美(少林寺拳法) 〈60分+質疑応答15分〉	全体討論会 「武道の教育力」 座長：魚住孝至 〈3時間・休憩含む〉	講義・演武及び体験会 古武道 尾張貫流槍術 第十三世継承者 加藤 伊三男 〈講義30分+演武・体験90分〉
10:00		休 憩 (15分)		
15		講 義 「柔道における嘉納治五郎 師範の教育観」 藤堂 良明 〈70分+質疑応答20分〉		アンケート記入
30				閉講式
11:00		移 動 (武大→センター)	移 動 (武大→センター)	昼 食
30				解 散
12:00		昼 食・休 憩 〈60分〉	昼 食・休 憩 〈90分〉	
13:00				
30	受 付	講 義 「空手道の教育力」 小山 正辰 〈70分+質疑応答20分〉	体験武道② 専門委員・助手 〈70分〉	
14:00				
30		休 憩 (15分)		
40	開 講 式	記念撮影 (15分)	休 憩 (30分)	
15:00		講師演武会 専門委員・助手 〈90分〉	実技研修② 専門委員・助手 〈90分〉	
10	講 義 「藩校・私塾の思想と教育」 沖田 行司 〈70分+質疑応答20分〉			
30		休 憩 (20分)		
40		体験武道① 専門委員・助手 〈70分〉	休 憩	
16:00				
30	オリエンテーション			
50				
17:00				*都合により内容等を変更する場合があります。
10	実技研修① 専門委員・助手 〈70分〉			
30		休 憩		
18:00				
30	休 憩	休 憩	“フェアウェル夕食会”	
19:00				
30	夕 食			
20:00				
30		自 由 研 修		

第24回 国際武道文化セミナー講義講師・専門委員・専門委員助手名簿

講義講師	沖田 行司	同志社大学社会学部教授	講義「藩校・私塾の思想と教育」
	藤堂 良明	筑波大学大学院人間総合科学研究科教授	講義「柔道における嘉納治五郎師範の教育観」
	小山 正辰	大阪府立桜塚高等学校校長	講義「空手道の教育力」
	魚住 孝至	国際武道大学教授	全体討論会「武道の教育力」座長
	加藤 伊三男	尾張貫流槍術十三世継承者	講義・演武及び体験会「古武道 尾張貫流槍術」

専門委員 「実技講師」	柔 道	射手矢 岬 (五段)	東京学芸大学准教授、(財)全日本柔道連盟強化委員
	”	石井 兼輔 (七段)	国際武道大学武道学科副学科長・教授、千葉県柔道連盟強化委員
	剣 道	作道 正夫 (範士八段)	大阪体育大学教授、大阪府剣道連盟副会長・指導委員会委員
	”	井島 章 (教士八段)	国際武道大学武道学科長・教授
	弓 道	窪田 史郎 (範士八段)	(公財)全日本弓道連盟中央講師・中央審査委員、東京都弓道連盟副会長
	相 撲	齋藤 一雄 (七段)	日本体育大学准教授・医学博士、(財)日本相撲連盟常務理事・普及指導委員会委員長
	空 手 道	村瀬 一三生 (錬士七段)	(財)全日本空手道連盟中央技術委員会委員、熊本市空手道連盟理事長
	合 気 道	菅原 繁 (七段)	(財)合気会合気道本部道場指導部師範、東京都合気道連盟副理事長
	少 林 寺 拳 法	秋吉 好美 (正範士八段)	(一般財)少林寺拳法連盟本部審判員・本部考試員
	なぎなた	木村 恭子 (教士)	(財)全日本なぎなた連盟副会長
銃 剣 道	佐藤 亨 (範士八段)	(社)全日本銃剣道連盟競技力向上委員	

専門委員 助手	柔 道	宮腰 浩一 (七段)	国際武道大学准教授、千葉県柔道連盟理事
	”	越野 忠則 (六段)	国際武道大学准教授、関東学生柔道連盟理事
	剣 道	丸橋 利夫 (教士八段)	国際武道大学教授
	”	岩切 公治 (教士七段)	国際武道大学准教授
	弓 道	宮城 孝吉 (教士七段)	東京都第一地区弓道連盟理事・指導委員、東京都弓道教士会会長
	相 撲	橋本 拓実 (三段)	日本体育大学相撲部
	”	伏見 光永 (三段)	日本体育大学相撲部
	空 手 道	山口 貴史 (五段)	NPO法人日本空手松涛連盟指導員・国際部長
	合 気 道	金澤 威 (七段)	(財)合気会合気道本部道場指導部師範
	少 林 寺 拳 法	杭田 要 (正範士七段)	(一般財)少林寺拳法連盟東京事務所参事
	なぎなた	成田 登代子 (教士)	(財)全日本なぎなた連盟審査員
	銃 剣 道	小川 功 (教士八段)	(社)全日本銃剣道連盟競技力向上委員

第24回 国際武道セミナー 参加者名簿 (List of Participants)

No	NAME (氏名)	Nationality (国籍)	BUDO (武道名)	GRADE (段位)	SEX (性別)	No	NAME (氏名)	Nationality (国籍)	BUDO (武道名)	GRADE (段位)	SEX (性別)
1	RonaldFinne ロナルド フィニー	アメリカ	弓道	五段	M	22	Garyfalia Babi ガリファリア バビー	ギリシャ	空手道	三段	F
2	Haitham Shammaa ハイサム シャンマー	シリア	弓道 合気道	三四級	M	23	De La Loza Mora, Ana Karla デラロザ モラ アナ カルラ	メキシコ	剣道 居合道	二段 一級	F
3	TimBurress ティム バレス	アメリカ	弓道	三段	M	24	Hoekstra Nicholas Jay フクストラ ニコラス ジェイ	アメリカ	柔道	初段	M
4	Chien Yen 銭彦	中華民国台湾	剣道 弓道	初段	M	25	Joukanen, Niki Wilhelm ヨウカネン ニキ ヴィルヘルム	フィンランド	剣道	初段	M
5	Yves Charton イヴ シャルトン	フランス	空手道 合気道 杖道	三初段 三初段	M	26	Lugo Lara, Raziell ルゴ ララ ラシエル	メキシコ	柔道 剣道 合気道	初一段 初一段	F
6	Michael Foki マイケル・フォキ	アメリカ	柔道 松濤館空手道 植真会館空手道	初二段 初二段	M	27	Paik, Changun Paul ペク チャヌン ポール	アメリカ	柔道	初段	M
7	John Hojlo ジョン ホイロ	アメリカ	Kaju-Kembo	4th	M	28	Valente, Vincent Paul バレンテ ビンセント ポール	アメリカ	柔道 空手道 Jeetkunedo	初段	M
8	Rebecca Wigandt レベッカ ウアイガンツ	アメリカ	剣道	初段	F	29	vander Woude, Sayo ファン デル ヴァウダ サヨ	オランダ	剣道	二段	F
9	Thierry Comont テッキー・コモン	フランス	剣道 合気道 兵二天一流剣術	四二段	M	30	Huang, Yuwen 黄郁雯(ファン ユウェン)	台湾	空手道	初段	F
10	David McFall デイビッドマックフォール	アメリカ	柔道	三段	M	31	Maja Soridoval マーヤ ソリドール	ドイツ	柔道 空手道 居合道	二二段 二二段	F
11	Camilli Alessandro 神利 アレサンドロ	イタリア	弓道	五段	M	32	Frank Aceitvno フランコ アストウノ	アメリカ	Kali 柔術	5	M
12	David Fulvio デイヴィッド ファルビオ	アメリカ	弓道 合気道	三二段	M	33	Koren Eloul コレン エルール	アメリカ	剣道 少林寺 テコンドー	初段	M
13	Marrice Horlings モーリス ホーリングス	オランダ	合気道	三段	M	34	Landry Guesdon ランドリー・ゲドン	フランス	空手道	三段	M
14	Rahel KaegiRomeo ラヘル・ケギ ロメオ	スイス	空手道	二段	F	35	Kun Xiong Ong 群雄 王	マレーシア	柔道	初段	M
15	Rex Romero レックス・ロメロ	フィリピン	合気道	三段	M	36	Khim Seng Lee キム セン リー	マレーシア	柔道	五段	M
16	Andy Pruijm アンディ・プライム	カナダ	空手道	五段	M	37	Yaw Chuan Lee 耀川 李	マレーシア	柔道	初段	M
17	Yoko Shirakawa シラカワ ヨウコ	日本	Kali 柔術	3	F	38	Odile Davienne オディール ダヴィエン	フランス	合気道	初段	F
18	Michael Ishimatsu-Prime マイケル イシマツ プライム	イギリス	剣道	四段	M	39	Siddhartha Sarma シッダールタ(シドール) サルマ	インド	剣道 ムエタイ テコンドー	三三段 三初段	M
19	Franck-Olivier Aubert フランク オリビエ オベ	フランス	合気道	二段	M	40	Nicolas Monzon ニコラス モンソン	アルゼンチン	合気道	初段	M
20	Jaco Minnaar ヤク ミナール	南アフリカ共和国	空手道	五段	M	41	Francis Angeles フランシス アンヘレス	フィリピン	合気道	四段	M
21	Brent Regan ブレント レーガン	カナダ	空手道	五段	M	42	Robert Mathews ロバート マティウス	アメリカ	Kali 柔術	三級	M

No	NAME (氏名)	Nationality (国籍)	BUDO (武道名)	GRADE (段位)	SEX (性別)	No	NAME (氏名)	Nationality (国籍)	BUDO (武道名)	GRADE (段位)	SEX (性別)
43	Conner Bean コナー ビーン	アメリカ	Kali 柔術	一 級	M	65	Sinikka Kurosawa シニッカ クロサワ	フィンランド	剣 道	初 段	F
44	Hughes Jeangerard ユーグ ジョンジェラー	フランス	なぎなた	三 段	F	66	Richard Mosdell リチャード モズデル	カナダ	空 手 道	四 段	M
45	Bellec Chioe バレック クロエ	フランス	なぎなた	三 段	F	67	Gregory Robinson グレゴリー ロビンソン	カナダ	剣 道 居合道 柔 術	三 段 五 段 四 段	M
46	Ian Floresca イアン フロレスカ	アメリカ	Kali 柔術	三 段	M	68	Brian Beckford ブライアン ベックフォード	アメリカ	剣 道 居合道	三 段	M
47	Eldred (Skip) Taylor エルドレッド (スキップ) ティラ	アメリカ	合気道 琉球古武道 テコンドー 忍法太術	初 段 初 段 初 段 二 段	M	69	Baptiste Tavernier バティスト タヴェルニエ	フランス	銃 剣 道	三 段	M
48	Robert Rogers ロバート ロジャース	アメリカ	古 武 道	初 段	M	70	Senya Polikovskiy センヤ ポリコウスキ	イスラエル	合 気 道	二 段	M
49	Tae Wan Kim 泰完 (ティワンキム)	韓 国	弓 道 圓 和 道 跆拳道	初 段 五 段 五 段	M	71	Randy Channell ランディー チャネル	カナダ	弓 道 二 刀 流 田宮流居合	五 段 六 段 五 段 五 段 五 段 五 段	M
50	Chris Koprowski クリス コプロスキ	アメリカ	合 気 道	五 段	M	72	Robert Fujii Dimech ロバート 藤井 ティメック	イギリス	弓 道	四 段	M
51	sehoon yang セフン ヤン 世勲 梁	韓 国	剣 道	四 段	M	73	Ihor Zoriy イゴル ゴリー	ウクライナ	空 手 道 居 合 道	二 段 二 段 五 段	M
52	Jong min Boo ジョンミンブ 鍾関夫	韓 国	柔 道 剣 居 合 道	初 段 三 段 一 段	M	74	Don Charles ダン チャールズ	アメリカ	柔 道 空 手 道	三 段 四 段	M
53	Kim ヨン チャン キム 永昌金	韓 国	剣 道	二 段	M	75	Robert Sedunary ロバート 剣星	オーストラリア	なぎなた 居 合 術	五 段 六 段	M
54	Roman Watanab ロマン ワタナベ (渡邊)	スロバキア	剣 道 居合道 杖 道 道	初 段 四 段 五 段	M	76	Christopher Michael Rich クリストファー マイケル リッチ	アメリカ	剣 道 弓 道	四 段 三 段	M
55	Scott Bohart スコット ボハート	アメリカ	合 気 道	四 段	M	77	Chad Kohalyk チャド コホリック	カナダ	大東流合気柔術	二 段	M
56	Steven Harwood スティーブーン ハーウッド	イギリス	剣 道 居合道 空 手 道 合 気 道	三 段 三 段 三 段 初 段	M	78	Mohamed Faik Mohamed モハメッド	スリランカ	合 気 道	三 段	M
57	Michael Corliss マイケル コレス	アメリカ	神道夢想流杖道	四 段	M	79	Mark Brecht マーク ブレクト	ド イ ツ	體 術		M
58	Thiago Jungueira チアゴ ジュンケイラ	ブラジル	剣 道	初 段	M	80	Markus Ullius マルクス ウリウス	ス イ ス	沖繩古武道	三 段	M
59	Kim ジョン キム 智影金	韓 国	剣 道	三 段	F	81	Johan Nordstom ヨハン ノルドストロム	スウェーデン	天真正伝 香取神道流		M
60	Juan Fonseca フウアン フォンセカ	エクアドル	剣 道 弓 道	三 段 二 段	M	82	Jeremie Bride ジェレミー ブリッド	フランス	柔 道 空 手 道	初 段	M
61	Duncan Robert Mark ダンカン ロバートマーク	イギリス	柔 道 合気道 少林寺拳法	二 段 四 段 四 段	M	83	Kate Sylvester ケイト シスベスター	オーストラリア	剣 道	四 段	F
62	Woon Kiat Tan	マレーシア	柔 道	初 段	M	84	John Reyes Garcia ジョン レイス ガルシア	ペ ル ー	少林寺拳法	四 段	M
63	Weng Mun Son 永文 沈	マレーシア	柔 道	初 段	M	85	Bolanos, Takashi ボラノス タカシ	イタリヤ	柔 道	初 段	M
64	Darren Cook ダレン クック	イギリス	合 気 道	二 段	M	86	Angelina Palenko アンゲリーナ パレンコ	ロ シ ア	剣 道	三 段	F

国・地域別参加人数

No	国・地域	人数	男	女
1	アメリカ	23	22	1
2	アルゼンチン	1	1	0
3	イギリス	5	5	0
4	イスラエル	1	1	0
5	イタリア	2	2	0
6	インド	1	1	0
7	ウクライナ	1	1	0
8	エクアドル	1	1	0
9	オーストリア	2	1	1
10	オランダ	2	1	1
11	カナダ	6	6	0
12	ギリシャ	1	0	1
13	シリア	1	1	0
14	スイス	2	1	1
15	スウェーデン	1	1	0
16	スリランカ	1	1	0
17	スロバキア	1	1	0
18	ドイツ	2	1	1
19	フィリピン	2	2	0
20	フィンランド	2	1	1
21	ブラジル	1	1	0
22	フランス	9	7	2
23	ペルー	1	1	0
24	マレーシア	5	5	0
25	メキシコ	2	0	2
26	ロシア	1	0	1
27	韓国	5	4	1
28	台湾	2	1	1
29	南アフリカ	1	1	0
30	※日本	1	0	1
	合計	86	71	15

※日本国籍だが、母語は英語

種目別参加人数（重複あり）

種目	人数	計
柔道	17	99
剣道	26	
弓道	11	
相撲	0	
空手道	17	
合気道	21	
少林寺拳法	3	
なぎなた	3	
銃剣道	1	
古武道	8	
その他	54	62

全日本各道連盟推薦者数

団体名	人数
全日本柔道連盟	0
全日本剣道連盟	0
全日本弓道連盟	1
日本相撲連盟	0
全日本空手道連盟	0
合気会	0
少林寺拳法連盟	0
全日本なぎなた連盟	2
全日本銃剣道連盟	0

III. 国際武道大学研究倫理規程

(目的)

第1条 国際武道大学（以下「本学」という。）で行われる学術研究活動において、研究対象に対する倫理的配慮、及び研究の信頼性と公平性を確保することを目的とし、研究を遂行する上で求められる研究者の行動・態度における倫理基準をここに定める。

(委員会)

第2条 本学に研究倫理委員会（以下、「委員会」という。）を設ける。

2 委員会に関する規則は、別に定める。

(研究に対する基本姿勢)

第3条 研究者は、良心と信念に従い、自らの責任をもって研究成果の客観性を厳守しなければならない。

2 研究者は、生命及び個人の尊厳を重んじ、基本的人権を遵守しなければならない。

3 研究者は、国際的に認められた規範、規約及び条約等、国内の法令、告示等及び本学の諸規定を遵守しなければならない。

(定義)

第4条 本規程が定める「研究者」とは、本学に所属する教職員のみならず、本学において研究活動に従事する者を含み、学生であっても、研究に関わる場合は「研究者」に準ずるものとする。

2 「研究」には、計画の立案、計画の実施、成果の発表及び評価にいたる全ての過程における行為、決定及びそれに付随する事項を含むものとする。

3 「発表」とは、学内外を問わず、自己の研究に関わる成果を公表する全ての行為を含むものとする。

(研究者の態度)

第5条 研究者は、自己の専門的研究がおよぶ範囲を自覚し、他分野の専門研究を尊重するとともに、自己研鑽に努めなければならない。

2 研究者は、他の国、地域、組織等の研究活動における文化、慣習、規律の理解に努めなければならない。

3 研究者は、共同研究者に対し、お互いの学問的立場を尊重しなければならないが、研究協力者、研究支援者に対しては誠意をもって接しなければならない。

4 研究者は、学生を含む全ての者が不利益を蒙らないよう十分な配慮をしなければならない。

(研究のための資料、情報及びデータ等の収集)

第6条 研究者は、科学的かつ一般的に妥当な方法、手段で研究のための資料、情報及びデータ等を収集しなければならない。

2 研究者が、研究のために資料、情報及びデータ等を収集する場合は、その目的に適う必要な範囲において収集するよう努めなければならない。

(インフォームドコンセント)

第7条 研究者が、人の行動、環境、心身等に関する個人の情報及びデータ等の提供を受けて研究を行う場合は、提供者に対してその目的、収集方法等について分かりやすく説明し、提供者の明確かつ自

発的な同意を得なければならない。

- 2 組織、団体等から、当該組織、団体等に関する資料、情報、データ等の提供を受ける場合も前項に準じるものとする。

(個人情報の保護)

第8条 研究者は、個人情報保護法、及びプライバシー保護の重要性に鑑み、研究のために収集した試料、情報及びデータ等で、個人を特定できるものは、これを他に洩らしてはならない。

(情報及びデータ等の利用及び管理)

第9条 研究者は、研究のために収集、又は生成した資料、情報及びデータ等の滅失、漏洩及び改ざん等を防ぐために適切な措置を講じなければならない。

- 2 研究者は、研究のために収集、又は生成した資料、情報及びデータ等を適切な期間保存しなければならない。ただし、法令・規程等に保存期間の定めのある場合はそれに従うものとする。

(機器、薬品及び材料等の安全管理)

第10条 研究者が、研究実験において研究装置・機器及び薬品・材料等を用いるときは、関係取り扱い規程・要領等を遵守し、その安全管理に努めなければならない。

- 2 研究者は、研究の過程で生じた残渣物、使用済みの薬品・材料の処理については、関係取り扱い規程・要領等を遵守しなければならない。

(研究成果発表の基準)

第11条 研究者は、研究の成果を広く社会に還元するため、公表に努めなければならない。ただし、産業財産権等の取得及びその他合理的理由のため公表に制約のある場合は、その合理的期間内において公表しないものとするができる。

- 2 研究成果は、学問的誠実性と論理的忠実性によって導かれた、新たな知見、発見であることに鑑み、研究者は、他者の成果を自己の成果として発表してはならない。
- 3 研究者は、研究成果の発表に際しては、先行研究を精査し尊重するとともに、他者の知的財産を侵害してはならない。
- 4 研究成果発表における不正な行為は社会的信頼を喪失する行為であることを研究者は自覚し、次に掲げる不正な行為は絶対にこれをしてはならない。

(1) 捏造（存在しないデータの作成）

(2) 改ざん（データの変造、偽造）

(3) 盗用（他人のデータや研究成果等を適切な引用なしで使用）

- 5 研究成果における不適切な引用、引用の不備、誇大な表現、都合のよい誤解をさせる表現等は、不正行為とみなされる恐れがあり、研究者は、適切な引用、誤解のない完全な引用、そして真摯な表現をしなければならない。

(オーサーシップの基準)

第12条 研究者は、研究活動に実質的な関与をし、研究内容に責任を有し、研究成果の創意性に十分な貢献をしたと認められる場合に、適切なオーサーシップを認められる。

(研究費の取り扱い基準)

第13条 研究者は、研究費の源泉が、学生納付金、国及び地方公共団体等からの補助金、財団等からの補助金、寄付金、本学から支給される研究費及び研究助成金によって賄われることを常に留意し、研究費の適正な使用に努め、その負託に応えなければならない。

2 研究者は、交付された研究費を当該研究に必要な経費のみに使用しなければならない。

3 研究者は、研究費の使用に当たっては、関連する法令、通知、通達、本学の諸規定、当該研究費の使用規定等を遵守しなければならない。

4 研究者は、証憑書類等を適切に管理し、実績報告においては、研究遂行の真実を明瞭に記載しなければならない。

(他者の業績評価)

第14条 研究者が、レフリー、論文査読、審査委員等の委嘱を受けて、他者の研究業績の評価に関わる時は、被評価者に対して予断を持つことなく、評価基準、審査要綱等に従い、自己の信念に基づき評価しなければならない。

2 研究者は、他者の業績評価に関わり知り得た情報を不正に利用してはならない。当該業績に関する秘密は、これを保持しなければならない。

(事務)

第15条 この規程に関する事務は、研究支援センター事務室が行う。

附 則

この規程は、公告の日から施行し、平成19年4月1日から適用する。

附 則 (平成20年5月23日)

この規程は、公告の日から施行し、平成20年4月1日から適用する。

附 則 (平成22年5月21日)

この規程は、公告の日から施行し、平成22年4月1日から適用する。

国際武道大学「ヒトを対象とする研究」倫理規則

(趣旨)

第1条 この規則は、国際武道大学研究倫理規程に定めるもののほか、ヒトを直接の対象とし、個人からその人の行動、環境、心身等に関する情報・データ等を収集、及び採取して行われる研究（以下「ヒトを対象とする研究」という。）を遂行する上で求められる研究者の行動、態度の倫理的規準及び研究計画の審査に関する事項を定めるものである。

(研究の基本)

第2条 ヒトを対象とする研究を行う者は、生命及び個人の尊厳を重んじ、科学的及び社会的に妥当な方法で、当該研究を遂行しなければならない。

- 2 ヒト並びにヒト由来の試料・データを対象とする薬学的、医学的及び食物栄養学的研究においては、ヘルシンキ宣言の趣旨に沿って行うものとする。
- 3 研究者が、個人の情報・データ等の収集及び採取を行う場合、安心かつ安全な方法で行い、提供者の心身的、精神的負担、及び苦痛を最小限にするよう努めなければならない。

(適用範囲)

第3条 この指針は、本学の研究者、又は指導下にある学生等あるいは本学の研究者と共同する外部機関の研究者等が行う人間を対象としたすべての研究に適用される。

(定義)

第4条 この規則において、個人から収集及び採取するヒトの行動、おかれている環境、心身等に関する情報及びデータ（以下「個人の情報及びデータ等」という。）とは、個人の思想、行動、おかれている環境、身体等に係る情報・データ及びヒト由来の試料（血液、体液、組織、細胞、遺伝子、排泄物等）をいう。

- 2 「被験対象者」とは、研究のため個人の情報・データ等を提供する者をいう。

(インフォームド・コンセント)

第5条 研究者が、個人の情報・データ等を収集及び採取するときは、予め被験対象者の同意を得ることを原則とする。

- 2 被験対象者の同意には、個人の情報・データ等の取り扱い、及び発表の方法等に関わる事項を含むものとする。
- 3 研究者は、提供者から当該個人の情報・データ等の開示を求められたときは、これを開示しなければならない。
- 4 被験対象者から侵襲的に資料を採取する場合や不特定多数が容易に個人を特定できる形式で研究成果を公表する場合は、被験対象者への説明及び同意は文書で行うものとし、研究者は、それを適切な期間保管しなければならない。また、それに該当しない場合においても、研究者は説明の内容及び受けた同意に関する記録を作成し、適切な期間保管しなければならない。
- 5 被験対象者が16歳未満、又は身体的あるいは精神的に同意を得られない場合には保護者若しくは

それに準ずる者の同意を得るものとする。

(侵襲を与える研究)

第6条 研究者は、被験対象者に侵襲を与える研究においては、関係法規を遵守し、医師の協力を必要とするものについては、医師の指導・協力の下に行わなければならない。

(アンケート調査研究)

第7条 研究者は、アンケート調査研究を行うに際しては、指導下にある学生等が行う場合を含め、研究目的、研究者名を明記するものとする。

(授業等における収集・採取)

第8条 教員を含む研究者が、授業、演習、実習等、教育実施の過程において、研究のために受講生から個人の情報・データ等の提供を求めるときは、第5条に従い、事前に受講生の同意を得ることを原則とする。

2 教員を含む研究者が、個人の情報・データ等の提供の有無、及びその内容により、受講生の成績評価において影響を与えてはならない。

(謝礼の提供)

第9条 研究者が被験対象者に対し、謝礼として金品を提供する場合、その金品は社会通念上、妥当な範囲で定めるものとし、その受け払いについて適切な管理をしなければならない。

(研究計画等の審査)

第10条 本学において、ヒトを対象とする研究を行う研究者が、研究の倫理性に関する審査を希望する場合、当該研究者責任者(若しくはその代理者)からの事前の申請に基づき、研究計画等の審査を行うものとする。

2 審査の手続等に関する事項は、別に定める。

(事務)

第11条 この規則に関する事務は、研究支援センター事務室が行う。

附 則

この規則は、平成20年4月1日から施行する。

附 則(平成20年5月23日)

この規則は、公告の日から施行し、平成20年4月1日から適用する。

附 則(平成22年5月21日)

この規則は、公告の日から施行し、平成22年4月1日から適用する。

国際武道大学「動物を対象とする研究」倫理規則

(趣旨)

第1条 生物の生命活動を科学的に理解することは、人類の福祉、環境の保全と再生などの多くの課題にとって極めて重要であり、動物実験は、その目的を遂行するために必要な、やむを得ない手段である。健康的な心身機能の維持・増進のための手段を科学的に探求することを研究目的の一つとする国際武道大学（以下、「本学」という。）においても、動物実験を遂行する必要がある。だが、本学において動物実験を遂行する者は、動物愛護の観点に基づいて実験計画の立案し、それに沿って研究を実行しなければならない。そこで、本規則では、法、規準、基本方針その他の動物実験等に関する法令（告示を含む。）の規定を踏まえ、本学における動物実験を適正に行うために必要な倫理規則を定めるものとする。

(定義)

第2条 この規則における用語の定義は以下の通りとする。

- (1) 「実験動物」とは、本学において実施される教育・研究活動で用いられるほ乳類、鳥類、は虫類のことをいう。
- (2) 「動物実験等」とは、本学において実施される教育・研究活動の内、実験動物（生体）を用いて行う全ての教育・研究活動のことをいう。
- (3) 「飼養保管施設」とは、本学で実施される動物実験等に用いる動物を飼養保管するために利用される全ての本学施設のことをいう。
- (4) 「実験室」とは、動物実験等で用いた実験動物の屠殺、試料の摘出、分析等を行うために利用される全ての本学施設のことをいう。
- (5) 「施設等」とは、本学に設置されている全ての飼養保管施設及び実験室のことをいう。
- (6) 「動物実験実施者」とは、本学に所属し、個別の動物実験に携わる者のことをいう。
- (7) 「動物実験責任者」とは、本学において教育・研究活動を職務とし個別の動物実験等の立案、実施を統括する者のことをいう。
- (8) 「動物実験計画」とは、本学において動物実験を実施する前に、動物実験責任者が動物愛護の観点に基づき立案する計画のことをいう。
- (9) 「管理者」とは、学長の下で、本学に設置された施設等及び本学で実施される動物実験等に用いられる実験動物を管理する者のことをいう。
- (10) 「実験動物管理者」とは、管理者を補佐し、実験動物の管理を担当する者のことをいう。
- (11) 「飼養者」とは、管理者若しくは実験動物管理者の下で、本学で実施される個々の動物実験等に用いる実験動物の飼養に携わる者のことをいう。
- (12) 「管理者等」とは、管理者、実験動物管理者、動物実験責任者、動物実験実施者、飼養者のことをいう。
- (13) 「指針等」とは、動物実験等に関して行政機関の定める基本指針及び日本学術会議が策定する「動物実験の適正な実施に向けたガイドライン」をいう。

(学長の責務)

第3条 学長は、本学で実施される全ての動物実験等の実施に関して最終的な責任を負う。

- 2 学長は、施設等の適切な整備、保全を行い、管理者を任命するとともに、実験動物に関する知識及び経験を有する者を実験動物管理者に充てるよう努めなければならない。
- 3 学長は、管理者及び実験動物管理者の協力を得て、動物実験実施者、飼養者等の関係者を教育するとともに、関連法令並びに指針等の周知を図らなければならない。
- 4 学長は、動物実験責任者から提出される動物実験計画を科学的合理性かつ動物愛護に配慮した審査を行う委員会若しくは部門を本学に設置しなければならない。
- 5 学長は、前項に定める委員会若しくは部門（以下、関連委員会若しくは部門）の答申に基づいて動物実験等の実施に承認を与える、又は与えないことを行わなければならない。
- 6 学長は、動物実験等の終了後、履行結果を把握するとともに、関連委員会若しくは部門の助言を尊重し、必要があれば動物実験責任者及び責任者に改善を指示しなければならない。
- 7 学長は、動物実験計画書、動物実験の履行結果及び関連委員会若しくは部門の議事録等を保存するとともに、教育・研究活動の支障のない範囲内で、個人情報や研究情報の保護を図りつつ、動物実験等の透明性の確保並びに成果の公表を図らなければならない。

(動物実験計画の立案)

第4条 動物実験責任者は、動物実験等の目的達成のために必要な限度において「動物の愛護及び管理に関する法律」第41条に配慮し、動物実験計画を立案しなければならない。

- 2 動物実験責任者は、別に定める審査の手続きに則り実験計画の審査を受け、学長の承認を得た後に動物実験等を実施しなければならない。
- 3 動物実験責任者は、承認された範囲を超える実験計画の変更が必要な場合、再度学長の承認を得なければならない。
- 4 動物実験責任者は、実験終了後、動物実験等の履行結果を別に定める手続きに則り学長に報告しなければならない。

(実験操作)

第5条 動物実験管理者は、動物実験等に用いる試薬、薬剤、実験機材の保管を適切に行うとともに、規制対象となる劇物等の保管については、当該法令や規準を遵守しなければならない。

- 2 動物実験責任者は、施設等を常に清潔な衛生状態に保ち、万一、実験動物が室内逸走しても捕獲しやすいように、整理整頓に心掛けなければならない。
- 3 動物実験責任者は、実験操作に当たって、必要に応じて実験動物の長時間にわたる身体の固定、給餌及び給水の制限、外科的処置、鎮痛処置、麻酔及び術後管理、人道的エンドポイント、安楽死処置を実施、設定する際には指針等の関連事項を留意して行わなければならない。
- 4 動物実験責任者は、実験操作に当たって生じた実験動物の死体及び廃棄物の処理を適切に行うとともに、法令により規制対象となる廃棄物については関係法令等を遵守して廃棄するよう努めなければならない。

(実験動物の選択並びに授受)

第6条 動物実験責任者は、実験動物の導入、検疫及び順化、輸送を実施する際には、指針等の関連事項を留意して行わなければならない。

(実験動物の飼養及び保管)

第7条 動物実験実施者及び飼養者は、施設等において、動物愛護に配慮しながら動物実験等のデータの科学的信頼性を高め、かつ自己の安全を確保するために、指針等の関連事項を留意して、実験動物を適切に飼養・保管しなければならない。

(実験動物の健康管理)

第8条 実験動物管理者及び動物実験実施者は、実験動物は動物実験等の目的と無関係に傷害を負い、又は疾病にかかることを予防するため、指針等の関連事項を留意して、必要な健康管理を行わなければならない。

2 実験動物管理者及び動物実験実施者は、動物実験等の目的とは無関係に傷害を負い、又は疾病にかかった場合には、動物実験等の目的の達成に支障を及ぼさない範囲で、適切な治療等を行わなければならない。

(施設等)

第9条 管理者は、実験動物管理者の意見を尊重して、研究遂行上の要件、動物の生理、生態、習慣及び衛生管理のための必要条件を調和させながら、指針等の関連事項を留意して、施設等を構築・運営して行かななければならない。

(安全管理)

第10条 学長は、施設等における安全衛生の確保に努めなければならない。

2 管理者等は、指針等の関連事項を留意して、以下の点について必要な措置を講じなければならない。

- (1) 危険因子の把握と取扱い
- (2) 実験動物による危害等の防止
- (3) 実験動物の逸走時の対応
- (4) 緊急時の対応
- (5) 生活環境の保全

(教育訓練等の実施)

第11条 学長は、実験動物管理者、動物実験実施者及び飼養者の別に応じて動物実験実施前に必要な教育訓練が確保されるように努めなければならない。

(事務)

第12条 この規則に関する事務は、研究支援センター事務室が行う。

附 則 この規則は、平成20年4月1日から施行する。

附 則 (平成20年5月23日)

この規則は、公告の日から施行し、平成20年4月1日から適用する。

附 則 (平成22年5月21日)

この規則は、公告の日から施行し、平成22年4月1日から適用する。

○ 研究所情報

1. 第44回日本武道学会報告

2. 研究所編『武道論集』第3集「グローバル時代の武道」紹介

3. 客員研究員 研修成果報告書

(1) 2008年度

「発育期のスポーツ傷害予防において教職員が担う役割
～国際武道大学スポーツ医科学サポート研修を通して～」

酒井 剛

(2) 2009年度

「走運動の基本的な動きを身に付ける体育学習
—低学年における運動遊びの学習を通して—」

長野敏晴

4. 研究所401プロジェクト研究室

「幼少年期発育・発達プロジェクト研究成果報告（2007～2011年度）」

鈴木和弘

1. 第44回日本武道学会報告

第44回日本武道学会が、2011年8月31日（水）～9月1日（木）の2日間にわたり、国際武道大学を会場に開催されました。

本学での開催は、1994年の第27回大会以来、久しぶりでした。柏崎克彦事務局長の下、実行委員会が結成され、井下佳織幹事を中心に準備を進められ、当日は本学教職員と学生スタッフ総勢70名の運営スタッフが大会運営を支えました。

一般研究発表は、人文・社会科学系、自然科学系、武道指導法、ポスター発表に分かれて、計98演題がありました。また初日には特別講演、本部企画フォーラム、2日目には各武道での分科会のフォーラムが行われました。全国から約250名が参加し、会場は活発な議論の熱気に包まれました。発表数、参加者ともここ数年では一番多い盛会でした。

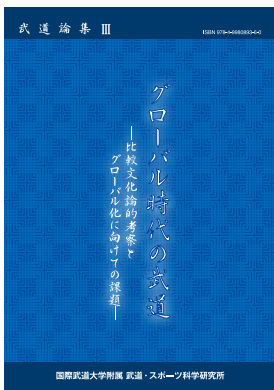
大会会場入口には本学所蔵の武道関係資料の展示、また協賛9企業の展示もありました。東日本大震災への義援金募集を行いました。初日には、地元勝浦市商工会の協力を得て、勝浦名物タンタンメンの試食会、勝浦物産展・販売を行いました。また、千葉県マスコットキャラクター「チーバくん」も応援に駆け付けてくれました。

本学関係者も、特別講演の他、一般研究・ポスター発表では15題（学生を含む）の発表をし、また多くの教員が司会や座長を務めました。



2. 『武道論集』第3集

「グローバル時代の武道—比較文化論的考察とグローバル化に向けての課題—」



第2章 中国の武術と日本の武道との比較 —林 伯康

はじめに
I. 中国の「武人」と日本の「武士」
1. 中国における「武人」
2. 日本における「武士」
II. 中国の「済文楽」と日本の「文武両道」
1. 中国における「向文両武」
2. 日本における「文武両道」
3. 近代中国における武術の展開
4. 明・清時代の戦争で展開した中国武術と
III. 異民族との戦争で展開した中国武術と
1. 異民族との戦争で展開した中国武術
(1) 漢・匈奴の戦争—漢から匈奴へ
(2) 鮮卑族の侵入—代に代わる漢の使用と普及
(3) 遼・金・西夏・元の戦争による多様な武術と技法の発達
(4) 明・清時代の戦争による倭刀術の導入
(5) 清の支配下での武術
(6) 各民族の融合—「回族武術」の形成
2. 異国で展開した日本の武道
III. 拳法中心の中国武術
IV. 中国の拳法武術と日本の剣道武術
1. 拳法中心の中国武術
2. 朝鮮中心の日本の武術
V. 中国の武術体系と日本の専修武芸
1. 複数の武芸からなる中国武術
2. 単一武芸の日本の武術
VI. 『龍圖』重定の頃編纂された『打ち合ひ』重視の日本武術
1. 『龍圖』重視する中国武術
2. 『打ち合ひ』を重視する日本
VII. 中国武術における「気」と日本武術における「気」
1. 中国武術における「気」
2. 日本の武術における「気」
今後の展望
注
中国武術についての主な文献と参考文献
I. 中国武術の古典 II. 中国武術史の研究

第3章 朝鮮半島における武芸の伝承と韓国武芸としての展開 —朴 昇鳳

はじめに
I. 朝鮮半島における武芸の歴史伝統
1. 三国時代の武芸
2. 高麗時代の武芸
3. 朝鮮時代の武芸
4. 日本の植民地時代の武芸
II. 戦後の韓国武芸の成立と展開
1. 今日における伝統的武芸の現況
(1) シルム (2) 弓術 (3) 二十四瓶武芸
2. アクションの誕生の展開経緯
3. 運動文化財としての武芸「アクション」
4. 海東新道の創造と展開
注
韓国武芸についての主な文献 (韓国語文献)

第二部 武道のグローバル化に向けての課題

第1章 柔道における国際化の諸問題 —嶋崎亮彦

はじめに
I. 柔道の国際的普及と発展
1. JF設立までの経緯
2. JF設立後の国際的普及と経緯
3. 柔道の国際化の軌跡
II. 国際化によって生じた問題と日本の対応
1. 組織に関する問題 (国際的な政治的対応)
2. 競技環境に関する問題
(1) 体重区分の細分化 (2) 新たな判定基準「効果」の導入
(3) アール・柔道の採用 (4) 技の制限
(5) 世界チャンピオン制度の導入
今後の課題 (まとめ)
(1) 積極的情報収集とロビー活動
(2) 積極的競技規定改正への関与
(3) 教育に資する普及活動
(4) 国際武道大学の使命
参考文献

現在、伝統的な武道も急速にグローバル化しています。外国では武道人口が非常に増え、日本とは違った形で武道が展開しつつあります。では、日本の武道の独自性は何か、比較文化論的に捉えるとともに、現代武道の指導の現場で直面している諸問題を考える必要があります。

第一部は、東アジアの日本武道・中国武術・韓国武芸を比較文化的に論じています。第1章は、日本武道の伝統的な基盤と近代化の過程、さらに戦後国際化していく流れを、中国・朝鮮武術や近代スポーツとも比較しつつ論じます。第2章は中国武術史の大家が中国武術と日本武道との比較をしています。第3章は韓国人研究者が戦後に再編・展開する韓国武芸について論じています。

第二部は、現代武道の現場で生じている諸問題です。

第1章は、元世界チャンピオンで海外での指導経験豊かな柔道家が、国際柔道連盟創立以降、最近までの展開と日本の対応を論じます。第2章は、ドイツ人研究者が、少年期から綿密な教育指導法を工夫しているドイツ柔道の現状を紹介します。第3章は、ハンガリーで長年指導する剣道家が、外国での剣道指導で直面する問題と解決の一方策を論じます。第4章は、武道家がかつ武道研究者が、外国人が武道を始める動機などを論じます。

付録では、15世紀以降の日本、東アジア、欧米の社会の動きの中で武道・武術・スポーツがいかに展開したかの年表とともに、英語・フランス語・ドイツ語・スペイン語の主な武道文献を紹介しています。

第2章 ドイツにおける柔道の現状—嶋崎亮彦を中心に—
—マーヤ・ソリドワール

はじめに
I. 戦前のヨーロッパ、特にドイツにおける柔道の主な展開
1. 柔道のヨーロッパへの紹介
2. 戦前のヨーロッパにおける柔道の主な展開
3. ドイツでの柔道の経緯
II. ドイツにおける現代柔道の主な展開及びその現状
1. 現代柔道の主な展開
(1) 競技スポーツへの展開
(2) 競技化の進化
(3) ドイツ再統一以降の展開
III. ドイツ柔道の現状
1. 柔道選手の視点から見た柔道の現状
(1) 参加人口の現状
(2) クラブ制度
(3) 競技スポーツとしての現状
2. ドイツ柔道連盟の現在の主な方針
3. ドイツ柔道の展望
IV. ドイツ柔道連盟の育成プログラム
1. 7才以下の子供を対象とする育成プログラム
2. 7~14歳を対象とする育成プログラム
(1) 構成及びその特徴
(2) 異級審判の各科目の解説
3. 有段者・指導者の育成プログラム
(1) 教員の養成認定認定の概念及びその主な特徴
(2) 教段から三段までの段階
(3) 四段・五段の段階
おわりに
注
参考文献

第3章 剣道における国際化の諸問題 —阿部哲史

はじめに
I. 国際化の歩み
第1期 (戦後復興—第二次世界大戦終結)
第2期 (第二次世界大戦終結—1980年代まで)
第3期 (1980年代—現在)
II. 国際化の歩みと発展
1. 国際剣道連盟の発足までの歩み
2. 国際剣道連盟の結成と展開
III. 日本による普及活動
1. 全日本剣道連盟
2. 日本武道館
3. 青年海外協力隊
4. 大学による交流
5. 民間の道場・個人による活動
IV. 国際化とならぬ問題
1. 指導者の不足
2. 指導者の育成
3. 国際剣道連盟のあり方
4. 普及に対する考え方
V. 国際化のゆくえ
1. 剣道独自の価値
2. 剣道の文化性の普及
おわりに
注
参考文献

第4章 武道のグローバルな展開に向けて
—アレキサンダー・ベネット

はじめに
1. 日本武術の国際的普及—「実戦性」の魅力
2. 武術の「文化性」と日本の「ワイティネス」
3. 戦後期における武術の国際的普及
4. 外国人が武道を始める動機と目的
5. 武術の「精神性」—「New Age」の魅力
結論
注

付録

1. 武道・武術・スポーツの比較的年表
2. 外国語による武道文献
(1) 英語 (English)
(2) フランス語 (Français)
(3) ドイツ語 (Deutsch)
(4) スペイン語 (Español)

著者紹介

3. 2008年度 客員研究員 研修成果報告書

(1) 「発育期のスポーツ傷害予防において教職員が担う役割

～国際武道大学スポーツ医科学サポート研修を通して～

酒井 剛（長野県飯田市立緑ヶ丘中学校教諭）

2008年4月1日から2009年3月31日の1年間にわたり、平成20年度長野県教職員長期研修派遣制度により国際武道大学で研修をする機会を得た(指導教員 山本利春教授)。本稿ではその研修報告と共に、現職の教職員が専門研究機関において研修を行う有用性について述べてみたい。

1 (長野県) 教職員長期研修派遣制度と本研修の特徴

長野県における教職員長期研修派遣は、「教職員を現職のまま勉学就業させる道を開き、学問・教養の修養を積ませること」を目的として、1943(昭和18)年度より当時は「内地留学制度」として始まった大変歴史のある制度である¹⁾。

近年では年間約70名がこの制度を活用しており、主な研修先は大学院、信州大学附属小中特別支援学校、信濃教育会研究所、専門機関、長野県総合教育センター、海外協力隊などである。そのうち保健体育科教員に絞ってみると、筑波大学、信州大学、松本短期大学が多く、研究テーマは「保健体育指導のカリキュラム」「学び方と学びの質の高まり」「教材作りと授業のあり方」「剣道の教材化」「柳澤プログラムを活用した体育学習のあり方」に関することなどで、いずれも学校現場において児童生徒を対象としながら指導方法などを追求する研究が多い。一方で本研修は、研修内容が「スポーツ外傷・障害の予防とリコンディショニング」という、より専門性の高い分野である点、軸足を完全に研究機関である国際武道大学に置いている点などにおいて、やや希なケースであったといえる。

2 本研修のテーマ及びテーマ設定の理由

(1) 本研修のテーマ

「発育期のスポーツ傷害予防において教職員が担う役割

～国際武道大学スポーツ医科学サポート研修を通して～

(2) テーマ設定の理由

我々の生活においてスポーツは、なくてはならないものの一つであると言える。本能的に体を動かしたいという欲求の充足、心身の諸機能の発達促進、趣味や嗜みとして楽しむもの、コミュニケーションの手段として、健康の維持・増進、競技性を追求しその技を極めようとするもの、観る(あるいは観ら

れる) ことによって感動や共感を得るなど、その目的や役割も様々であり、人々が生涯にわたってスポーツに親しむことは、きわめて重要であるとされている。また加賀谷²⁾、中村ら³⁾は、子どもがからだを動かす楽しさを味わうことができれば、生涯にわたってスポーツを好み、積極的に実践していく基礎を築くことになるであろうと述べている。

しかし、青少年の体力低下やスポーツ離れ、スポーツ実施の二極化は確実に進んでおり、深刻な社会問題として関心を寄せる専門家も多い⁴⁾⁵⁾。また一方でスポーツのしすぎが原因とされるスポーツ外傷・障害(以下傷害)も高頻度で起きており、特に発育期の青少年にとってはそれが原因で成長を妨げられたり、スポーツを断念したりしなければならないケースもあるとされている⁶⁾。

発育期の児童生徒をスポーツ傷害から守るためには、十分な知識と競技特性に裏付けされたトレーニングやケアを実践したり、野球のように投手の投球数に制限を設けてオーバーユーズにならないようにしたりする配慮が必要である。スポーツ選手やスポーツ活動を行う者を数多く抱える学校現場では教職員が指導にあたることがほとんどであるにもかかわらず、実際には傷害予防や競技復帰に向けた適切な指導が行われているとは言い難い状況である。

近年、プロやアマチュア、競技スポーツや生涯スポーツを問わず、スポーツ現場にはアスレティックトレーナー(以下AT)が欠かせない存在となっており、その活動はスポーツ傷害予防をはじめとするコンディショニング、応急処置、選手教育など多岐にわたっている。そしてそれらの知識や技能は、教育現場で運動を指導する教職員にとっても必要であると考えられ、学校をはじめとするスポーツ現場に、一人でも多くトレーナー的知識をもった指導者が存在することが、日本のスポーツ現場における健康管理の底辺を広げることにつながると考える専門家も多い⁷⁾。

そこで、AT養成のための専門教育機関の一つである、国際武道大学における「スポーツ医科学サポート」の取り組みから、発育期の子どもたちをスポーツ傷害から守るために、我々教職員はどのような知識や技能を身につけ、現場でどのように活用していけばよいかを学び、指導者として実践するとともに、児童生徒に対しても自己の身体管理の重要性を伝え、生涯を通じてスポーツに親しめる人材の育成につなげることを目的として、本研究テーマを設定した。

3 トレーナーの役割と教職員に必要な資質

近年のスポーツ界において、選手の能力を最大限に引き出し、安全で効果的なスポーツ活動ができるように選手をサポートする裏方的役割の存在として、ATが重要視されてきた。

財団法人日本体育協会(以下:日体協)AT養成計画(1994年6月)によれば、その役割は、「本会公認スポーツドクター及び公認コーチとの緊密な協力のもとに、スポーツ選手の健康管理、障害予防、スポーツ外傷・障害の応急処置、リハビリテーション及び体力トレーニング、コンディショニングなどを担当する」とされている。

また「トレーナー;Trainer」を語源からたどっていくと、「教育する」「訓練する」「慣らす」「鍛える」「整える」などの意味がある。トレーナーはその活動を通じて「選手の教育」をすることも重要な役割の一つであるといえる。つまり、選手の痛みや疲れをとるだけでなく、その原因を調べて根本的な解決

策を見つけ、選手自身がコンディショニングに対する意識を高められるようにすることも重要とされている。

本研修に入る前の私の視点は、受傷から競技復帰までのノウハウを学ぼうという点に注がれていた。また、学校現場で生徒たちを相手にしているついで、何でもしてあげることが重要であるかのような錯覚に陥ることがある。しかしこれらの考えは、国際武道大学での研修が始まって数日で改めることになった。傷害の予防や選手の教育といったトレーナーの役割とは、即ち現場の教職員が最も重要視すべき資質であり、何ら特別なものではないにもかかわらず、意外と軽視されているのではないかと考えるようになったのである。

生涯を通じてスポーツに親しむ人材を育成するためには、指導者の意識はもちろんのこと、運動を行う本人もまたスポーツ傷害の予防と自己の身体管理について考え、実践できる力を身につけるべきである。このような意味においても、現場の教職員がトレーナー的な知識や技能を身につけておくこと、もしくはトレーナー的な知識や技能を持った者が教職員として指導にあたることは、今後ますます進められるべきである。

4 教育現場におけるスポーツイベントと救護体制

学校現場では、1年を通して運動会や球技大会など多くの体育的行事が実施されている。また中学校体育連盟（以下中体連）や各種競技団体が主催する競技会の運営にも教職員が関わる機会が多い。これらスポーツイベントを開催するにあたり第一に考えなければならないのが選手の安全である。事故を未然に防ぎ選手の持っている実力を十分発揮させるための環境を整えておくことは、競技会自体の成否を決定づけると言っても過言ではない。そして有事の際は速やかに適切な手当を行わなければならない。現在長野県内で開催される中体連競技会の場合、これらの体制をトレーナーズ協会の協力を得ることで整えていることが多い。各地区で登録された接骨院や柔道整復師などに派遣依頼し、競技会当日の応急処置やコンディショニング指導を行ってもらっているのである。こうした体制をとることで、大会当日負傷した選手がより高度な手当を受けることが可能になることはもちろんであるが、その後も継続して診察や治療を受けることにより、回復を早めたり受傷前よりパフォーマンスを上げたりすることが可能になる。よってこれらの環境整備は今後さらに期待される分野であると考えられる。

国際武道大学で行っているトレーナーズステーションは、まさにこれに匹敵する活動であり、スポーツ



写真1
トレーナーズステーション活動風景

イベントを行うことの多い学校現場においてこれらの知識や技能を有する教職員が増えたり、さらに活動の場が全国へ広まったりすることは、青少年の健全かつ合理的なスポーツ活動の促進につながるものと推察される。

5 ライフセービングにおける事故防止の概念とライフセービング・スピリッツ

「資格は取得するためのものではなく、現場で生かしてこそ意味がある」。本研修中、山本教授から幾度となく伺った言葉である。実は本研修中、特に重点を置いて研修したかった活動の一つがライフセービングであった。私は国際武道大学在学中に単位取得を目的として、ベーシック・サーフ・ライフセービング資格を取得したものの、一度も現場で実践を踏むことなく失効してしまった。今回は海水浴場における監視活動への参加を目的に、再度資格取得に挑戦した。

二度目の受講で改めて強く感じたのは、ライフセービング活動が強い事故防止の概念に基づいて行われている点である。講習会の全日程の中でも救助法の実技には最も多くの時間が費やされるため、ライフセービングとは「溺れた人を助けるための技能」であるという錯覚を起こしてしまいがちになる。しかし実際に海水浴場における監視活動を行ってみると、小さな事故原因の芽を摘んでいくことが、大きな事故を起こさないためにいかに必要であるかということが身にしみてわかった。

勝浦海水浴場における監視活動中、最も多くの時間をかけて行われていたのがビーチや波打ち際を巡回するパトロールであった。パトロールを行いながら遊泳客とコミュニケーションを図ることで、いざという時スムーズに事情を聞いたり、危険な行為に対して注意を促す言葉がけをしたりすることができる。また潮の流れや海中の変化などについては、遊泳客から情報を得られる場合もある。一見なんでもない会話の中にも、事故を未然に防ぐための重要な鍵が隠されていると言える。

ライフセービングは、単に生命を水から遠ざける安全ではなく、むしろ水と親しむことによって危険を回避する姿勢を養う安全を目指している⁸⁾。

山岳県長野は中学2年生次に、本格的な山岳における集団登山を実施している学校が多い。海と山、フィールドこそ違うものの、そこには自然に抱かれながら自己の体力の限界に挑戦したり、仲間を思いやったりする心の育成という、ライフセービング教育に通ずるものがある。しかしながら近年、危険回避や学校行事の精選などにより、これらの行事が簡略化されたり他の行事に変更されたりしている。安全性や合理性が優先されるあまり、地域の特性や冒険性などに十分ふれさせることができなくなってきた



写真2 勝浦海水浴場監視活動

ているとすればやや残念な傾向である。

海のない長野県において、ライフセービング教育そのものを実施していくことは難しいかもしれない。しかしライフセービング・スピリッツはいかなる活動を通して学ぶことは可能であり、与えられた環境の中で知恵を絞り、ライフセービング・スピリッツを伝えようと努力することこそ、ライフセービング・スピリッツなのかもしれない。

6 トレーナー教育とコンディショニングの普及 ～特色 GP セミナーから～

国際武道大学におけるスポーツ医科学サポートシステムは、文部科学省；平成19年度特色 GP（特色ある大学教育支援プログラム）に採択され学術的な貢献が期待される活動となった。同大学では、学内において同システムを更に発展させると共に、学外へもその取り組みを積極的に発信しており、特色 GP セミナーは関東周辺の地方都市に出向き、中・高・大学生や一般市民など、主にスポーツに関わる選手や指導者向けに大学の活動を紹介したり、コンディショニングに関わるセミナーを行ったりしている。2008年度は千葉県習志野市、長野県佐久市、栃木県鹿沼市で開催され、そのうちの習志野会場及び佐久会場へはアシスタントとして同行させていただく機会を得た。

セミナー参加者を見てみると、幅広い年齢層においてコンディショニングに対するニーズが高いことに驚かされた。佐久会場においても、中高生アスリートや地域クラブの指導者に混じって、小学生とその保護者の参加が意外と多く見られた。その背景には、学校部活動をはじめ、社会体育や地域総合型スポーツクラブの広まりにより、競技者や指導者として、また保護者としてスポーツに関わる人々が増え、傷害予防や競技力向上を目的とした“コンディショニング”という概念が広まりつつあることが推察される。それは逆に考えると、あらゆるスポーツ現場に対して、コンディショニングの概念と知識を普及させていく必要性が高いということが考えられる。



GP セミナー風景
～アイシング実習～

このようなセミナーは、それを必要とする参加者にとっては大変貴重な機会となるが、日常的に恵まれるわけではない。地域において更に普及を目指すためには、教育現場が一つのアウトプット機関として機能する必要があると考える。体育の授業や部活動など、スポーツに関わる時間が比較的多く確保され、また全員にその機会を得る可能性がある教育現場において、運動技術の習得や楽しさと共に、安全にスポーツを実施することができる環境や、傷害を予防するための具体的な取り組み、健康な人がより良い状態でパフォーマンスを発揮できる工夫など、いわゆるコンディショニングについての学習を推

進めることは、社会のニーズに応えることにもつながるものと考ええる。

7 まとめとして

(1) スポーツ傷害予防と教職員に求められる資質

我々の生活においてスポーツは、なくてはならないものの一つであり、健康増進、心身の健全な発育・発達など、その果たす役割は大きい。しかし、その一方で、青少年の体力低下や運動離れ、運動のしづきが原因と考えられるスポーツ傷害など、スポーツを取り巻く問題も多い。特に発育期の青少年にとってスポーツ傷害は、それが原因で成長を妨げられたり、スポーツを断念したりしなければならないケースもあるといわれている。

また発育期の青少年は、心身のバランスが崩れる時期でもあるため、人的要因の整備としては、心身共に安定した状態を保つことに配慮する必要がある、選手のバックグラウンドを意識しなければならない。選手の傷害のみに気をとられるのではなく、傷害が発生した背景や、現在チーム内で置かれている状況、生活スタイルや成長の進度など、その生徒を取り巻く環境を細かく把握し、個に応じた支援をしていくことが必要である。

発育期の青少年が運動を実践する場合は、年々広がりを見せているものの、全ての青少年が運動を実践する場としては、日常的に保健体育や運動部活動を行う教育現場が、その多くを担っていると推察する。つまり、スポーツ選手やスポーツ活動を行う者を数多く抱える学校現場においてスポーツ傷害の予防は、指導者である教職員に与えられた使命の一つであり、より新しい知識と正確な技術の習得が求められていることを強調したい。

(2) 学校現場における教材化

学校現場においては、既存の履修内容を指導するにあたり、いかに教材を工夫するか(教材化)ということが求められる。教科書の内容を書いてあるままに扱うのではなく、指導者や授業学級の実態、予算などに応じて、外部からの資料を工夫しながら活用し、より生徒の理解力や実践力を高めていくことが重要なのである。

本研修で学んだことの多くは、スポーツ選手を育成する指導者にとって必要な知識や技術であることは言うまでもないが、工夫しただけでは授業における教材としても活用が可能な分野であると思われる。これは研修中私が一貫して持ち続けていた「研修した内容を学校現場でどうやって生かすか」という視点から導き出されている。

一例として現在思考を続けているのは、ライフセービングの教材化である。海のない長野県において、ライフセービングの良さをどのように中学生に伝えていけばよいのかという点では、教材化のしがいがありそうな分野である。また、ライフセービングそのものを指導することが困難であるならば、自身の経験をもとに、ライフセービング・スピリッツを伝えていくことだけでも十分その役割を果たすことができるのではないかと考えている。

(3) 専門研究機関における研修の有用性

私が本研修の研修先を国際武道大学にしたのは、母校であることと、山本教授の下でスポーツ医科学

サポートについて学んでみたいという二つの理由からであった。完全に学校教育現場を離れる不安はもちろんあったのだが、研修の日々が進むにつれ、自身の選択が間違っていなかったことを強く実感することになった。卒業して15年余りの間に、国際武道大学は大幅な進化を遂げ、様々な分野において日本を代表する成果や実績を上げている。

その中でも、山本教授が推し進めるスポーツ医科学サポートに関する研究は、ATの養成、優れた選手の育成、コンディショニング技術の向上など、多岐にわたりその貢献度が高い。その要因としては、豊富な人材と物資に恵まれていることはもちろんであるが、そこで学ぶ学生の意識・意欲の高さ、山本教授だからこそ集められる各分野における著名人の多さなど、学ぶ環境のレベルが非常に高いことが挙げられる。

学校教育現場というのはとかく閉鎖的になりやすく、これまで経験的に培ってきた知識や技能に頼るばかりで、新たな分野へ挑戦する機会にはなかなか恵まれない現状があると思われる。私自身、学習指導や生徒指導に追われる日々をただルーティン的に過すあまり、新たな分野への挑戦ができなかったことを否定することはできない。大きな変化ばかりが全てではないことを前提としながらも、これまでの経験がほとんど生かされない環境に身を置き、より専門性の高い研究機関において研修を行うことは、新たな発見はもちろん、より広い人脈を構築することができるという点においても大変有意義であったと言える。

1年間の研修を通して、実に多くのことを学ばせていただいたことは言うまでもないが、その多くは、実は現役の学生時代に学んでおかなければならなかったことが多かったことに気づかされ、改めて学生時代の勉強不足と、ようやく学び方を学んだのだということを痛感させられる結果となった。

最後に、本研修において大変お世話になった山本利春先生、笠原政志先生をはじめとするコンディショニング科学研究室の皆様、大学として受け入れを推進していただきました成澤三雄先生（当時国際武道大学学長）、大学関係者の皆様、トレーナーチーム及びライフセービングクラブの全ての関係者の皆様、本研修への出向を強く勧めていただいた小野澤信之先生（当時栄中学校校長）に感謝の意を表します。

〈文献〉

- 1) 長野県教育史第三巻総説編三：1159-1160, 1943.
- 2) 加賀谷淳子：子どもを丈夫に育てる丈夫に育てる生理学的背景と方法，体育の科学，45（5）：378, 1995.
- 3) 中村和彦：こうすれば子どもはもっと活発に運動できる－動作発達の観点から，体育の科学，46（4）：300-304, 1996.
- 4) 國井将平：青少年のライフスタイルと健康・体力，体育の科学，52（1）：15-18, 2002.
- 5) 鈴木和弘：中学校における体力づくりの課題とその解決に向けて～体力づくりと意図した実践事例から～，体育の科学，52（1）：23-28, 2002.
- 6) 伊藤 衛・山本利春：発育期の子どもに対するトレーニングの考え方，体育科教育，45（6）：68-69, 1997.
- 7) 山本利春：トレーナーの役割と選手の教育，体育科教育，46(4)：66-67, 1998.
- 8) 日本ライフセービング協会編：サーフライフセービング教本，大修館書店，P15-16, 2008.

2009年度 客員研究員 研修成果報告書

(2) 「走運動の基本的な動きを身に付ける体育学習

—低学年における運動遊びの学習を通して—

長野 敏晴 (千葉県いすみ市立東小学校教諭)

私は、2009年度に千葉県教育委員会の長期研修生に選ばれ、当時勤務していた勝浦小学校の校務を1年間離れ、国際武道大学で武道・スポーツ科学研究所客員研究員として研修させていただきました。「走運動の基本的な動きを身に付ける体育学習」を研究テーマとし、鈴木和弘教授の指導の下、小学校で予備調査や検証授業も行いながら、有意義な研修を行うことが出来ました。

国際武道大学での研修および研究の成果は、年度末に一冊の報告書(120頁)にまとめました。2010年3月に日本発育発達学会(第8回大会山梨大学)で発表したところ、優秀賞をいただきました。多くの方々の支えを受けながら、客員研究員として過ごした一年間の成果をお読み頂ければ幸いです。

I 研究主題について

子どもたちが運動している様子を注意深く観察してみると、動きに「ぎこちなさ」を感じることもある。「ぎこちなさ」とは、運動時に見られる四肢のアンバランスや身体調整能力の欠如・未発達を意味していると考えられる。実際、手足と体幹部が運動していない走り方や投げ方、片足踏切りをスムーズに行えない等の動きが子どもたちに散見される。これらの原因の一つは、運動経験の不足や偏りにより調整力が十分に身に付いていないことによるものと考えられる。調整力を身に付けるには、神経型の発達が著しい小学校低学年(プレ・ゴールデンエイジ)に、遊びや運動を通して様々な動きを経験することが重要である。しかし現在の環境では、子どもたちが遊びを通して多様な動きを経験することは少ない。このような背景から、小学校低学年に体育の学習を中核として、様々な運動や遊びを通して運動の基本的な動きを体験させ、運動能力の基礎を身に付けさせることは、小学校中・高学年(ゴールデンエイジ)以降の多様な運動技能の習得に重要であると考えられる。

本研究では、児童に最も身近であり、走った後の心地よさや競争したり記録を達成したりする楽しさを味わえる走運動を取り上げた。学習指導に際して、①走運動における子どもたちのぎこちなさの検討、②ぎこちなさの解消を図りながら、走運動の基本的な動きを高める授業実践、③児童の変容を運動面と情意面からの検証を行う。走運動の授業実践では、授業のはじめにリズム体操を取り入れ、子どもたちの心と体への気づきと運動への興味・関心を高めていく。その際、体づくり運動との融合も視野に入れていく。また、ぎこちなさの解消を図る授業では、課題解決を前面に押し出すのではなく、様々な活動を楽しみながら行う中で、自然にスムーズな動きが身に付くような場や教材・教具を提供する。そして、これらの学習活動が、陸上運動をはじめ、走・跳・投の運動の基礎づくりとなると考え本主題を設定した。

II 研究・研修の目標

小学校低学年の運動遊びを通して、走運動の基本的な動きを身に付けるための指導法を明らかにする。

III 研究の実際

1 研究の視点

- (1) 走運動における「ぎこちなさ」の概念を、様々な先行研究から明らかにする。
- (2) 走運動の基本的な動きを高める場や教材・教具を開発提供し、授業実践を行う。
- (3) 一定期間の授業実践（2ヶ月）を通して児童の変容過程を検証し、学習指導に活かす基礎的資料を得る。

2 研究内容・方法

(1) 研究主題に関する基礎研究

(2) 走運動の予備調査

ア 対象 K市立K小学校第2学年1組・2組（56名）

イ 日時 平成21年6月2日（火）5校時

ウ 内容 50m 走試技・技能調査 走動作の調査 : 50m 走を4方向から映像分析

走タイムの測定：50m 走のタイム、10m ごとのラップタイム

(3) 指導計画の作成

(4) 検証授業の実践

ア 対象 実験群 K市立K小学校第2学年1組（28名）

統制群 K市立K小学校第2学年2組（28名）

イ 時期 平成21年9月10日（木）～10月23日（金）

(5) 検証結果の分析と考察

ア 技能面 走動作、50m 走のタイム、10m ごとのラップタイム

イ 情意面 診断的・総括的授業評価、形成的授業評価（高橋2003）

3 研究の具体的な内容

(1) 研究主題に関する基礎研究

ア 体育における知識・技能の保障

鈴木（2001）は、「教師は『楽しさ』に加え子どもにとって『おもしろくてためになる』授業や活動を保障しなければならない」と述べてきた。新学習指導要領では、各発達段階に応じて確実に知識と技能を習得させることをねらいに4-4-4カリキュラムを整理し、それぞれの時期に学習すべき内容が位置づけられた。雰囲気的に楽しいだけの体育を超えて、児童に保障すべき知識・技能を明確にし、それらを運動や遊びを通して身に付けられる「おもしろくてためになる」体育授業が求められる。

イ 幼児期の体育に関する研究

プレ・ゴールデンエイジと呼ばれる5歳～8歳頃は、神経系の発達が著しく、脳をはじめ体内にさまざまな神経回路が複雑に張りめぐらされていく時期である。一方この時期の子どもたちは、一つの活動

が長続きせず常に新しいものに興味が移っていくといった心理的特徴を持っている。それは、神経系の配線をより多様に形成していこうとする自然な欲求の表れであり、集中力がないのではない。非常に高い集中力を持ちながらも、常に多種多様な刺激を身体が求めているのである。

プレ・ゴールデンエイジの子どもたちを飽きさせないで運動に親しませるためには、遊びの要素を含んだ多彩な活動を与えていくことが大切である。かけっこや鬼ごっこ、道具を使った様々な遊びなど、それらの動き一つ一つが貴重な経験として身体の中に刻まれていくのである。次に訪れるゴールデンエイジを生かすために、この時期に豊かな運動経験を積んでおくことが重要である。

ウ 短距離走の習熟過程

根本 (2000) は、「習熟過程には『基礎感覚づくり』『基礎技能づくり』『動きづくり』の段階があり、それぞれを効果的な時期に指導することが大切である。特に低学年における基礎感覚づくりが重要で、高学年での動きの習得に大きな影響を及ぼす」と述べて

いる。そこで本研究では、表1に示した「短距離走の習熟過程と運動例」を学習の中心に取り上げ、遊びの要素を盛り込みながら児童の実態に合わせて教材化し、運動遊びとして提供することにした。

(2) 走運動の予備調査 (走運動における「ぎこちなさ」の検討)

「ぎこちなさ」に類義する言葉を広辞苑 (新村出:1983) では、「ぎこちない=無骨で洗練されていない。動作などがなめらかでなく不自然である。無骨=ごつごつして洗練されていないこと。洗練=みがきをかけてあかぬけたものにする。」と述べている。本研究では、「走運動の基本的な動き」を洗練された動作と捉え、走運動における「ぎこちなさ」を、洗練された動作 (なめらかな動作・無駄のない動作・合目的な動作) が身に付いていない様相と捉えた。そして、走運動における洗練された動作を、文献や先行研究を基に調査分類し、「走運動のぎこちなさ評価規準」にまとめた。それを基に、50m 走を4方向から映像分析して、できている1点、できていない0点として数値化し、ぎこちなさが確認された割合を算出した (表2)。例えば①について、89%の児童が「用意」の姿勢で足と手を同じ側に構え、スタートと同時に次の3つの動きをすることが確認された。A:左右の腕を揃えてから足の動きに合わせて腕を振る、B:腕を足の動きに連動させないで修正する、C:前方の足から1歩目をスタートする、である。これらは、すばやくスタートするという目的に対して明らかに非効率な動きである。

本研究では、これらの走動作が運動遊びの学習を通してどのように変容するのか検証していく。

(3) 指導計画の作成

基本的な授業モデルとして、横断的に「もとなる運動」「力を高める運動」「力を試す運動」の3つの段階に分けた。「もとなる運動」では、走運動に必要な多くの運動を経験させ基礎感覚を耕し身に

表1 短距離走の習熟過程と運動例

基礎感覚・基礎技能	運 動 例
①歩感覚	大股歩き、小股歩き、後ろ歩き、横歩き
②平衡感覚	片足立ち、片足相撲、タイヤ跳び、平均台ドンジャンケン
③踏感覚	クリコジャンケン、両足跳び、ケンケン跳び、キャロップ走
④リズム感覚	ツッパ-跳び、スキップ走、キャロップ走、リズム跳び
⑤つま先支持感覚	空け足走、膝立て伏せの姿勢からのダッシュ走
⑥視覚・聴覚調整感覚	シグナル走、ドンスタート走
⑦リズムカル走	大股のリズムで走る、スキップ走
⑧制限走	いろいろな姿勢からのダッシュ、両腕組み走、後ろ手振り走
⑨ももあげ走	増幅登り、ももあげスキップ
⑩ピッチ走	小さい輪走り、輪走り旗取り競争、坂道登り走
⑪ストライド走	大きい輪走り、繰込み走、坂道くだり走
⑫ゴールをめざして走る	ビーチフラッグス

表2 走運動のぎこちなさ評価規準及びぎこちなさが確認された児童の割合 (%)

走運動のぎこちなさ評価規準		ぎこちなさが確認された児童の割合
スタート姿勢	①足と腕が交互になっていない	89
	②膝がつま先より前に出していない	61
	③前傾姿勢になっていない	75
	④やや前方の地面を見ていない	93
局面動作	⑤前方の足からスタートする	39
	⑥大きく腕を振って加速していない	61
	⑦足が十分に上がっていない	93
	⑧低い姿勢で加速していない	96
疾走局面動作	⑨あごを上げている	4
	⑩体幹がぶれている	39
	⑪視線が前方に固定されていない	57
	⑫まっすぐ走っていない	50
	⑬足が十分に上がっていない	86
	⑭効率のよい腕振りができていない	86

付けさせる。リズムダンスには、児童に親しまれている曲を選び、楽しい雰囲気のもとで心と体をリラックスさせるとともに、跳躍やもも上げ、腕振りなどの動きをダンスに組み入れた。また、遊び経験の少ない児童に、前庭の木々や坂を利用した忍者コースを設定した。忍者修行の極意として各運動のポイントを示し、

表3 指導計画（8時間扱い）

日	1	2	3	4	5	6	7	8	
1	はじめ	1	2	3	4	5	6	7	おわり
2	リズムダンス「リズムダンス」	リズムダンス「リズムダンス」	リズムダンス「リズムダンス」	リズムダンス「リズムダンス」	リズムダンス「リズムダンス」	リズムダンス「リズムダンス」	リズムダンス「リズムダンス」	リズムダンス「リズムダンス」	リズムダンス「リズムダンス」
3	リズムダンス「リズムダンス」	リズムダンス「リズムダンス」	リズムダンス「リズムダンス」	リズムダンス「リズムダンス」	リズムダンス「リズムダンス」	リズムダンス「リズムダンス」	リズムダンス「リズムダンス」	リズムダンス「リズムダンス」	リズムダンス「リズムダンス」
4	リズムダンス「リズムダンス」	リズムダンス「リズムダンス」	リズムダンス「リズムダンス」	リズムダンス「リズムダンス」	リズムダンス「リズムダンス」	リズムダンス「リズムダンス」	リズムダンス「リズムダンス」	リズムダンス「リズムダンス」	リズムダンス「リズムダンス」
5	リズムダンス「リズムダンス」	リズムダンス「リズムダンス」	リズムダンス「リズムダンス」	リズムダンス「リズムダンス」	リズムダンス「リズムダンス」	リズムダンス「リズムダンス」	リズムダンス「リズムダンス」	リズムダンス「リズムダンス」	リズムダンス「リズムダンス」
6	リズムダンス「リズムダンス」	リズムダンス「リズムダンス」	リズムダンス「リズムダンス」	リズムダンス「リズムダンス」	リズムダンス「リズムダンス」	リズムダンス「リズムダンス」	リズムダンス「リズムダンス」	リズムダンス「リズムダンス」	リズムダンス「リズムダンス」
7	リズムダンス「リズムダンス」	リズムダンス「リズムダンス」	リズムダンス「リズムダンス」	リズムダンス「リズムダンス」	リズムダンス「リズムダンス」	リズムダンス「リズムダンス」	リズムダンス「リズムダンス」	リズムダンス「リズムダンス」	リズムダンス「リズムダンス」
8	リズムダンス「リズムダンス」	リズムダンス「リズムダンス」	リズムダンス「リズムダンス」	リズムダンス「リズムダンス」	リズムダンス「リズムダンス」	リズムダンス「リズムダンス」	リズムダンス「リズムダンス」	リズムダンス「リズムダンス」	リズムダンス「リズムダンス」

し、自然の中で遊びの要素を盛り込みながら楽しく学べるよう配慮した。「力を高める運動」では、学習のねらいに合った運動遊びを組み合わせる教材化した。運動遊びは、「短距離走の習熟過程と運動例(表1)」を中心に取り上げ、基礎感覚づくり・基礎技能づくりを図った。「もともになる運動」が繰り返しの体験であるのに対し、「力を高める運動」では、毎時間新しい運動遊びを提供し、新鮮な刺激を求める児童の欲求に応えるとともに、単元を通してバランスよく感覚や技能が身に付くようにした。最後に「力を試す運動」を設定し、「力を高める運動」で学んだ感覚や技能がリレーやかけっこで発揮できるか挑戦し、確認できるようにした。

学習を進めるために、単元を通して以下の点に留意した。

- ①ダンスやBGM、ゲーム化やセット化など、遊びの要素をふんだんに取り入れ、児童が楽しみながら進んで学習できるようにする。
- ②学習のめあてや運動のポイントが一目で把握できる学習カードや掲示資料を用意する。
- ③準備、移動、指示、発問などを効率よく行い、児童の活動時間を十分に確保する。
- ④教師と児童、児童同士の「かかわり」を大切にし、肯定的・共感的な雰囲気づくりに努める。

(4) 検証授業の実践

ア もともになる運動 前庭を利用したサーキットコース（第1時～第8時忍者コース）



児童が夢中になって取り組んだ最も人気のある教材である。回を重ねるごとに動きがスムーズになり個人差の減少が見ら



写真3 ケンケンずもう



写真4 ラダーで忍者修行

れた。「疲れなくなった」等の感想から体力の向上も図れたことが伺えた。

イ 力を高める運動 リズム言葉を唱えてリズムを意識（第2時）

「ケンケン」「グーパー」「外中中」など、体の動きに合ったリズム言葉を唱えることで、児童の動きがどンドンリズムカルになっていった。

ウ 力を高める運動 遊びの要素を取り入れた教材（第5時ねことねずみ）

すばやいスタートダッシュには、構えが大切であることに気づかせることができた。友達のよいところを見合うことで自然に前傾姿勢が身に付いていった。「ね



写真5 ねことねずみ

授業後の感想

- ・ねことねずみが楽しかった。
- ・スタートのせいぎができた。
- ・めあてができた。ゲームがおもしろくてきょうみがわいた。

こ」「ねずみ」の声を集中して聞き分けることができた。（聴覚調整）

エ 力を試す運動 場の工夫（第3時綱引き用のロープでリレーコース）

ロープを8の字につなげて大小様々なカーブのあるリレーコースを作った。カーブを曲がるために歩幅を小さくすると腕振りも小さくなることから、足と腕が連動していることを体感させることができた。



写真6 ロープリレーコース

授業後の感想

- ・リレーの時うまくうでがふれた。
- ・うでふりをがんばった。
- ・リレーが楽しかった。
- ・うでをふったらうまく走れた。

オ 力を試す運動 場の工夫・教材のゲーム化（第4時・第7時7秒間走）

目に見えない時間を目に見えるラインに置き換えたことで、児童の目標をより具体的に捉えさせることができた。最初のスタート位置は予備調査の記録から算出した。一人4回の試技で平均3.4m走る距離が伸びた。



写真7 7秒間走

授業後の感想

- ・7びょう間走が一番楽しかった。
- ・3mのびてうれしかった。
- ・大きく速く走れるようになった。
- ・〇〇ちゃんが急に速くなった。

カ 学習カード（資料2は第2時のもの）

毎時間の新しいめあてに対応して、学習カードも更新した。カードの更新によって混乱が生じないように、レイアウトをパターン化した。右半分に、形成的授業評価9項目と自由記述欄

本時の学習の流れを示し、見通しを持って活動を。

運動のポイント。イラストやカラー写真の時も。

中段に大きく「学習のめあて」を明示。

活動の成果を記述や記録で残す。

資料2 学習カード

を設けて、学習の振り返りができるようにした。

(5) 検証結果の分析と考察

ア 走動作の結果と考察

(ア) ぎこちなさ評価規準による比較 (図1)

動作分析は、検証授業第8時50m走の試技を、表2に示した「走運動のぎこちなさ評価規準」に基づいて評価した。その結果、14項目中12項目でぎこちなさの解消が見られた。特にスタート局面(①~⑧)においてぎこちなさの解消が顕著であった。疾走局面(⑨~⑭)では、「⑬足の引き上げ」「⑭効率のよい腕振り」が向上し、疾走時に手足をよりよく使えるようになったことが伺える。

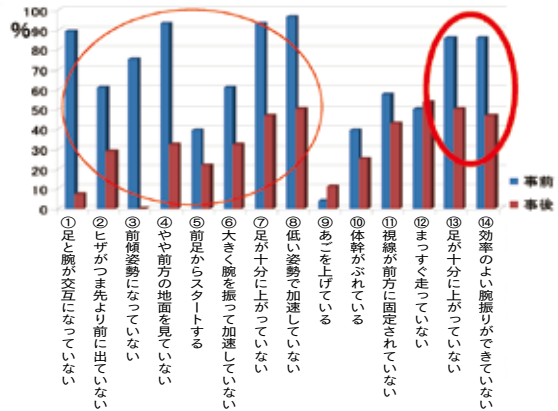


図1 ぎこちなさの解消事前事後の比較

(イ) ピッチ・ストライド・ストライドの身長比の比較

表4で示すように、事前事後でピッチの変容は見られなかった。一方ストライドは7cm伸び、ストライドの身長比は0.04上がった。また、ストライドの身長比1以上の児童が事前調査では5名だったのに対し、事後調査では10名と倍に増えた。ストライドの伸びは、前述のぎこちなさの解消「⑬足の引き上げ」「⑭効率のよい腕振り」など、走動作の質的向上が大きく関係していると思われる。

表4 ピッチ(回/秒)・ストライド(cm)・ストライドの身長比の比較

項目\事前事後	事前	事後	差	有意差
ピッチ	4.06	4.06	±0	
ストライド	111	118	+7	**
ストライドの身長比	0.92	0.96	+0.04	*

*:P<.05 **:P<.01

イ 走タイムの結果と分析

(ア) 50m 走タイムと標準偏差の比較

両群とも、事前事後4ヶ月間の発育発達による走タイムの向上が考えられるが、表5に示すように両群の走タイムの差は、実験群 -0.64、統制群 -0.45と実験群が上回っている。また標準偏差に着目すると、実験群は -0.21と標準偏差が減少しているのに対して、統制群は定常状態である。これらの結果から、実験群では授業効果による走タイムの向上と集団内の個人差の減少が伺えるのに対し、統制群では実験群と同様の変容は認められないことがわかる。

表5 50m 走タイム(秒)と[標準偏差]の比較

群\事前事後	事前	事後	差	有意差
実験群 2-1	11.17[1.04]	10.53[0.83]	-0.64[-0.21]	**
統制群 2-2	10.62[0.66]	10.17[0.69]	-0.45[-0.03]	**

*:P<.05 **:P<.01

(イ) 10m ごとのラップタイムの比較

実験群(図2)は、どの区間においても事後記録が事前記録を上回っている。特に、10-20m で達した速度をゴールまで維持できるようになり、事前記録と比較して著しい違いが見られる。

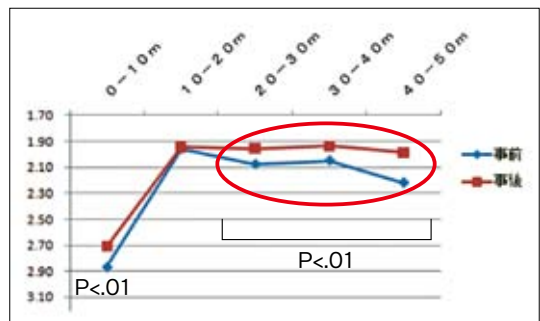


図2 実験群10m ごとのラップタイムの比較

一方統制群（図3）は、10-20m、20-30m、30-40mの3つの区間で事前記録を下回っている。10-20mで達した速度を維持できず、低下したままの速度でゴールしている。

実験群における20-50m 区間の記録向上は、ストライドの伸びによるものである。ストライドの伸びは、「⑬足の引き上げ」や「⑭効率のよい腕振り」をはじめとする走動作の向上によってもたらされたと考えられる。従って、走動作の質的向上をねらいとした授業実践は、走タイム向上に有効であったと言える。

ウ 走動作と走タイムの相関関係

「走動作（個人に見られるぎこちなさの割合%）」と「50m 走タイム」の相関係数を算出し、事前事後で比較した。事前調査は相関係数 $r = 0.17$ （図4）、事後調査は相関係数 $r = 0.50$ （図5）である。事前調査では、図4が示す通り座標点が x 軸方向に広がらついて散布しており、多くの児童にぎこちなさが見られる。この時点では、走動作の違いが走タイムに影響を及ぼしていないことが確認できる。事後調査では、図5が示す通り座標点が左方向へ移動するとともに、右肩上がり散布に変容している。これは、授業実践によって走動作の向上が図られ、その結果が走タイムにより影響を及ぼしたことを示している。これらの結果からも、走動作の質的向上をねらいとした授業実践は、走タイム向上に有効であったことが確認できる。

エ 授業評価の結果と考察

(ア) 診断的・総括的授業評価の結果と考察(表6)

4つの因子全てにおいて有意な向上が見られた。特に、情意目標の「精一杯の運動」、運動目標の「自発的運動」、認識目標の「工夫して勉強」「めあてを持つ」「時間外練習」の各項目で著しい向上が見られた。このことから、児童が体を動かす楽しさを知り、体育の授業以外でも進んで運動する機会を持つようになったことが推察される。また、運動目標の「運動の有能感」「できる自信」「いろんな運動の上達」の項目でも向上が顕著であった。意識が固定化しや



図3 統制群10m ごとのラップタイムの比較

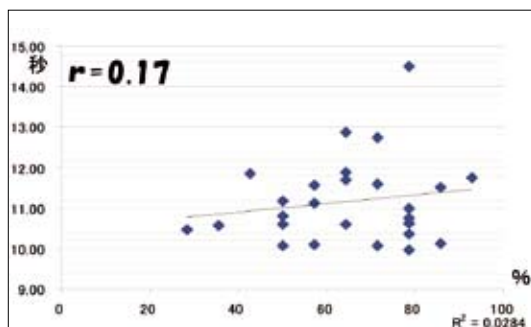


図4 走動作と走タイムの相関関係（事前調査）

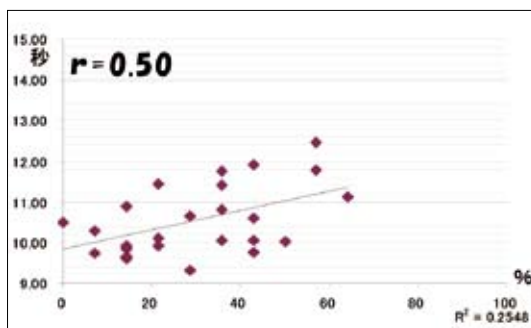


図5 走動作と走タイムの相関関係（事後調査）

表6 診断的・総括的授業評価の結果

因子	事前(評価)	事後(評価)	有意差
情意目標	13.54 (0)	14.39 (+)	**
運動目標	13.18 (+)	13.86 (+)	*
認識目標	11.79 (+)	13.66 (+)	**
社会行動目標	13.79 (+)	14.29 (+)	*
総合	52.29 (+)	56.20 (+)	**

*:P<.05 ** :P<.01

すい走運動において、児童に有能感や自信を持たせることができたことは、授業実践の大きな成果であると考える。

(イ) 形成的授業評価の結果と考察

「総合」をはじめ各因子の平均点が2.80以上であり、評価の段階もほとんどが5であることから、児童にとって十分満足のいく授業及び単元であったことが伺える。図6の変容過程をみると、「総合」「成果」「学び方」に有意な向上が見られる。このことから、児童に提供した教材や指導助言は適切であり、学習を重ねるごとに学び方が身に付き学習成果が上がっていったと考えられる。「関心意欲」は単元を通して満点がそれに近い評価となっており、児童が楽しく精一杯活動できたことが伺える。

表7 形成的授業評価の結果

因子	第1時	評価	第8時	評価	有意差	平均	評価
成果	2.75	5	2.89	5	*	2.87	5
関心意欲	2.98	4	3.00	5		2.99	4
学び方	2.70	4	2.90	5	*	2.81	5
協力	2.82	4	2.84	4		2.85	5
総合	2.81	5	2.91	5	*	2.88	5

*:P<.05

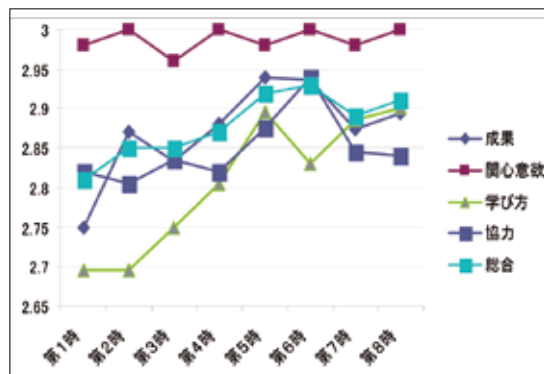


図6 形成的授業評価の変容過程

IV 研究のまとめ (成果と課題)

1 成果

- (1) 走運動における「ぎこちなさ」を明らかにしたことにより、児童一人一人の走動作を把握でき、効果的な指導計画の作成や児童への適切な指導助言を行うことができた。
- (2) 走運動に必要な基礎感覚づくり・基礎技能づくり・基本的な動きづくりを取り入れた授業を展開することによって、走動作の質的向上と走タイムの向上が認められた。
- (3) ぎこちなさの解消と走タイムの向上との間に有意な相関関係が認められ、走動作の質的向上が走タイムに影響を及ぼすことが明らかとなった。

2 課題

調査児童が少なく事例研究的色彩が濃いため、一般化には注意が必要である。今後は、事例数を増やしながら継続して研究を進めていく。

【主な参考文献】

- 根本正雄『短距離走の習熟過程』明治図書 2000年
- 鈴木和弘『「生きる力」を育成する保健体育～身体活動』健学社 2002年
- 高橋健夫『体育授業を観察評価する』明和出版 2003年
- 川本和久『2時間で足が速くなる』ダイヤモンド社 2008年

4. 研究所401プロジェクト研究室 「幼少年期発育・発達プロジェクト」研究活動報告（2007～2011年度）

代表 鈴木和弘

【はじめに】

2007（平成19）年度から大学教育研究プロジェクトに採択された「学校体育プログラムの開発と幼児、児童生徒の体力向上とライフスタイルの改善を目指す実証的研究」（研究代表者；鈴木和弘）を効果的に実施するために、学内での理解と協力の下で、研究所401プロジェクト研究室を利用することが可能となった。それまでに若干の研究蓄積もあり、近隣小学校との連携事業や文部科学省受託研究も行っていましたが、ここを拠点として我々の研究がより一層加速することになった。2008～2010（平成20～22）年度には日本学術振興会・科学研究費補助金 基盤研究（B）にも採択され、2010年度からは大学教育研究プロジェクト「幼少年のライフスタイル改善と体力向上に関わる近隣地域との共同調査介入研究」（研究代表者；小磯透）を行うとともに、引き続き2011～2014（平成23～26）年度の4年間、日本学術振興会・科学研究費補助金 基盤研究（B）に採択され、現在これらのプロジェクト研究が進行中である。

401プロジェクト研究室は、学内および学外の大学に所属する教員と保育所・幼稚園、小学校、中学校の各教員、本学の学生たちが共に集い、議論し、実践を積み上げながら、その成果を発信する拠点として活用されてきた。研究所を中心とした学内の理解と協力がその支えとなっていることは言うまでもない。このような背景もあり、2007年から現在（2012年）に至るまで、より一層の研究推進や学外との連携協力の場として、さらには幼少年期の体力向上やライフスタイル改善に資する教材開発の拠点として、年々充実してきたと思われる。そこで小論では、これまで蓄積されてきた研究成果とその活動内容について述べてみたい。

このプロジェクトの目的は前述したとおり、理論と実践、研究の融合を図り、その成果をまとめ内外に発信していくことにあった。現在、保育所や幼稚園、小中学校での実践活動を整理すると共に、様々なデータの収集を行っている。すなわち、幼児から小中学生の体力及び健康に関する膨大なデータを蓄積するとともに、幼児の運動指導や保健体育科教育のための教材・教具の開発を積極的に行っている。継続的なデータ収集や教材開発の目的は、学校教育や幼児教育の新たな課題を見据え、学校体育や幼児教育に資する実証的研究を推進するためである。また、大学と幼稚園、保育園、小中学校との連携による幼児および学校体育プログラムの開発と実践試行を通して、その教育効果を検証することである。

このプロジェクトにおける研究と実践の対象は、おもに幼児、小学生、中学生であることから、これらの年齢段階をまとめて「幼少年期」とした。なお幼児は3歳以降の幼児期後半がその対象である。したがって、「幼少年期」を示す年齢は、3～15歳、学年で見れば、幼児の年少から中学校3年生までである。このようなプロジェクトを継続的に、そして実効性のあるものとする最大の要件は、優秀で機動力に溢れたスタッフの存在である。次に、このプロジェクト研究のスタッフを紹介する。

【研究および指導スタッフ体制】

●学内教員

* 鈴木和弘責任者・教授；保健体育科教育学・発育発達学（特に、幼少年期の体力）・学校保健学
プロジェクト研究全体の総括および研究計画立案、幼稚園、学校や教育委員会との交渉と調整、
学外教員（大学）との連絡・調整、ゼミ学生の指導 *注）2007年4月～2012年3月まで
* なお、鈴木は2012年4月より山形大学へ転出するため、他のメンバーがその役割を引き継ぐこ
ととなった。

小磯 透・教授；学校保健・保健体育科教育学

主として学内プロジェクト研究の計画立案、データ収集

中西 純・准教授；レクリエーション・野外教育学・体育科教育学

プロジェクト研究の計画立案、幼稚園、小学校との交渉と調整、コミュニケーションワークプログ
ラムの開発と学校教育への適用 データ収集、ゼミ学生の指導

高木誠一・准教授（*2012年4月より参加）；教育社会学

質問紙調査内容の検討、教育社会学の立場からの計画立案、ゼミ学生の指導、教職履修学生への広
報活動

中島一郎（大学院研究科長・教授）；野外教育学 研究全体への助言等

●学外大学教員

小澤治夫（東海大学 体育学部 体育研究科長 教授・医学博士；保健体育科教育学・発育発達学）
保健体育科教育学の立場から、共同で子どもの体力問題に取り組んでいる。

鈴木宏哉（東北学院大学 教養学部 准教授・博士（体育科学）；計量健康体力学・発育発達学）
収集データの集計やデータベース作成、多変量統計解析手法の応用などを担当。

中野貴博（名古屋学院大学 スポーツ健康学部 准教授・博士（体育科学）；発育発達学・体力学）
収集データの集計やデータベース作成、多変量統計解析手法の適用、HQC手法による生活改善効
果などの検証方法の検討

●学外（幼・小・中）の主な教員

*注）勤務先等は2012年4月1日現在

ここに掲げる千葉県内の教員は、本学との関係が深く、大学が目指す地域連携の重要性に対するよき
理解者でもある。また、将来保健体育の教員を目指す本学の学生にとって大きな力ともなっている。千
葉県外の教員の方々は、本プロジェクト研究の意図を十分に理解しながら、本学教員との相互交流や授
業交流を定期的に行っている。他にも多数の教員の方々が本プロジェクト研究に関わって頂いた。単年
度のみでの協力もあるため、その人数は膨大となる。したがって、本報告書ではその方々の名前は割愛した。

千葉県内；諸持耕太郎（旭市海上中学校 校長）、八木澤 忍（八日市場第一中学校 校長）、大野昌子
（勝浦幼稚園 園長）、黒川康宏（放送大学学園）、長野敏晴、新島淳子（いすみ市東小学校 教諭）、山
口恵子（いすみ市国吉小学校 養護教諭）、宮内富士子（海上中学校 教諭）、溝口洋樹（八日市場第一
中学校 教諭）霜多正子（松戸市松戸第一中学校 養護教諭）

千葉県外；加藤芳秀（山形県長井市教育委員会 教育長）、加藤 司（青森県南部町名川中学校 校長）、

木村政和（青森県階上町道仏中学校 教頭）、小山 浩（東京都筑波大学附属中学校 教諭・筑波大学講師）*
 この中で長野敏晴教諭は、2009年度（平成21年4月～22年3月）の1年間千葉県長期研修生（体育）として本学へ派遣された。本学では附属武道・スポーツ科学研究所研究員として在籍し、校務を離れて1年間研修を行った。鈴木はその指導教員を務めた。1年間の研修であったが、その成果は、日本発育発達学会第8回大会（2012年3月、山梨大学）における優秀研究賞受賞となって結実した。

これは本学客員研究員活動報告として、別途掲載する論文参照をされたい（長野敏晴「走運動の基本的な動きを身に付ける体育学習－低学年における運動遊びの学習を通して－」）。

●本学学生

本学の学生はおもに3年生以上であるが、このプロジェクト参加者は教職課程を履修していることが条件である。これを原則としながらも、幼児教育等に強い関心を有している学生にも門戸を開き、やる気のある学生には呼びかけを行った。保健体育科教育ゼミ（指導教員；鈴木和弘）やレクレーションゼミ（指導教員；中西 純）の学生が中心となっているが、2012年4月からは、新たに小磯・高木両教員がゼミを担当することとなっている。したがって、今後学生の活動も大きな広がりを持つてくることが期待できる。因みにこのプロジェクトに参加した学生は、延べ100人／年間を超えている。

【これまでの主な取り組み】

ここではこれまで取り組んできた主な活動を時系列で記載するとともに、千葉県内の幼小中学校で展開されている具体的な活動例を取り上げる。プロジェクト研究室の利用は、2007年度からであったが、すでに我々は文部科学省が企画した「全国子どもの体力向上事業」に一部関わることができた。

この活動は2000～2002年度であったが、鈴木は2001年度から参加することができた。これが現在の研究に連なる嚆矢となった。

1) 2000～2002（平成12～14）年度；「発育発達及び社会生活的側面からみた青少年の体力低下要因に関する分析的研究」（研究代表者：小林寛道 平成12～14年度科学研究費補助金（特別推進促進費）課題番号12800014）に鈴木が研究協力者として加わった。特に、筑波大学附属中学校での教職経験を生かし、青森県内中学校で体力向上のための実践とデータ収集を行った。この成果は、体育学会でのシンポジストとして鈴木が発表している。同時に筑波大学附属中学校との連携協力をその後も推進した。

2) 2003～2008（平成15～20）年度；「中学校を中心とした中学生の体力向上推進事業」

千葉県旭市の旭第一中学校と連携し、体力向上に取り組んだ（2003～2008年）。この取り組みでは、保健体育教育ゼミの学生を中心に、教材づくりや運動指導に積極的に関わるようになった。この間、青森県内の中学校とも連携を深め、中学生の体力向上に資する教材開発を行った。

例えば、中学生の体力向上を目指した音楽を挿入したサーキットトレーニングメニューの作成やエアロビダンスメニューの作成等であった。この期間における小中学校での取り組みは、学生たちにとっても大きな財産となった。その財産とは、事前準備を含めた学習指導案の作成、運動・スポーツ指導のためのメニュー作り、音楽の選択や編集、映像編集とその加工、データ処理の分析手法の習得、体力テスト実施のための計画作成とデータ管理、現職の先生方との交流を通じた指導（教職に対する

心構えなど、有形無形のアドバイス）であった。

- 3) 2004～2006（平成16～18）年度；「子どもの体力向上推進事業」（文部科学省受託研究；いすみ市教育委員会・国際武道大学連携）

旧岬町（2005年合併、いすみ市）の4小学校と大学との連携事業であった。対象は小1～小6すべての学年で、延べ約750名であった。当時の実行委員長は本学の故・北條明美教授、副委員長は鈴木が務めた。この事業では、小学校での出前授業を鈴木、小磯が行うとともに、学生による授業サポート、児童の体力づくりの指導、さらには放課後の駅伝指導等多岐にわたった。特に本学学生の参加及び指導は、各小学校で高い評価を得る契機となった。

2004年度以降からの取り組みを通して、本学の活動が近隣地域にも認知され始めた。実際の交流（学校への訪問指導や子ども達への継続的な運動指導）を通して内実ある連携推進の一助になっていったと思われる。

- 4) 2007～2009（平成19～21）年度；「体力向上の基礎を培うための幼児期における実践活動の在り方に関する調査研究」（文部科学省受託研究；いすみ市教育委員会・国際武道大学連携）

いすみ市岬地区小学校での実践（上記の3年間）は、各先生方の地道な努力と教育委員会をはじめとする行政のバックアップ、大学との連携などが相俟って充実した活動となった。加えて、この実践を通して、子ども達の望ましい変容を確認することができ、文部科学省からも高い評価を得た。この結果、幼児を対象とした体力向上実践にいすみ市が引き続き採択され、鈴木が実行委員長を務めた。幼児を対象としたこの取り組みは、小学校での実績とノウハウの蓄積をベースに、いすみ市大原地区7保育所が参加する一大事業となった。対象は3～5歳児（年少・年中・年長）の約240名であった。われわれ（本学教員と学生）も各保育所との調整を図りながら、3年間にわたり定期的且つ継続的に参加し、幼児の運動指導を行った。その活動は、幼児の運動メニューの作成、幼児向けリズム体操の考案、幼児への適切な言葉かけの工夫、体力測定とデータ処理、映像編集とその加工等多岐にわたる内容であったが、これらの作業を通してさらにそのノウハウが蓄積された。

401号室には膨大な映像記録、体力テストや質問紙調査データ、教材資料が蓄積され、それらが現在も活用されている。これまでの記述から分かるように、文部科学省との連携事業を中核として、このプロジェクト研究も発展してきた。いすみ市を中心とした活動であったが、これが次第に近隣の地域にも知られるようになった。2009年から展開されている勝浦幼稚園での活動は、その発展系として見ることもできる。

- 5) 2009年（平成21）3月「日本発育発達学会第7回大会」（本学開催・大会長；鈴木和弘）

この学会を通して、これまでのプロジェクト研究の成果を大きくアピールすることができる場となった。また、幼児の体力向上事業との関連も深いことから、本学中島一郎教授に公開講座をお願いした。東海保育所の幼児を対象に行われた中島教授の運動指導は、300名を超える参加者に大きな感動を与えた。本学の学生（約70名）も学会の資料作成や幼児達との活動、学会運営に大きな役割を担った。公開講座をその中心を担ったのは本学の学生達であった。

- 6) 2009年度～教員免許更新講習の実施

2009年から教員免許更新講習（講師；中島教授）スタートした。2010～2011年の講習では、小磯、

中西が担当した。この講習でこれまでのプロジェクト研究の成果を還元しつつ、ゼミの学生（保健体育科教育・レクレーションゼミ）を中心に講習をサポートした。

- 7) 2010～2011（平成22～23）年；「全国体力・運動能力、運動習慣等調査に基づく子どもの体力向上支援事業」（2010年度文部科学省委託事業；千葉県教育委員会・国際武道大学 委員長鈴木和弘）千葉県教育委員会（総括責任者；黒川康宏 主任指導主事）との連携をもとに、千葉県内の小中学校での講演会や出前授業を行った。これには鈴木、小磯、中西各教員と本学学生が参加した。

8) 勝浦幼稚園での活動

2010年以降、幼児の体力向上に関しては、勝浦幼稚園での活動が本格化してきた。これはいすみ市での活動から広がってきたと言えるが、大学から近距離に位置していることもあり、訪問指導が定期化された。現在は学生の卒業研究とも連動させながら、週2～3回程度の運動指導が行われている。さらに、保護者の協力を得ながら HQC シートの有効活用が図られるようになった。この結果、保護者の関心も高まり幼児の生活習慣改善に資する活動に発展してきた。

9) いすみ市立5小学校での体力測定サポート

いすみ市内の小学校からは体力測定サポートの依頼が多く寄せられるようになった。この2年間で、大原小、東海小、東小、長者小、千町小などでの体力測定を実施した。東海小では中西ゼミの学生を中心に活動の範囲を広げている。さらに本学の卒業生が講師として近隣小学校に勤めていることもあり、国吉小や大多喜小での体力測定や映像を使った授業研究も進められるようになってきた。東小では保健体育教育ゼミ生を中心として、数多くの学生が幼・小・中の幼児、児童生徒を対象に各学校に赴き実際に指導を行っている。また、小学校の体育授業に参加し、走運動の授業や体づくり運動の授業を行っている。

10) 八日市場第一中学校・海上中学校でのライフスタイル改善教育と体力向上プログラム開発

八日市場第一中学校および海上中学校では、2010年以降、各校の年間計画にしたがって、中学生のライフスタイル改善教育と体力向上のためのプログラム開発を行っている。同時に、両校で実施されている体力測定のサポートにも多くの学生が参加している。

八日市場第一中学校では、年6回の特別授業内容をこのプロジェクト研究室で構成した。学年一斉のダンスプログラム（霜多正子教諭 構成・作）の作成とその指導、スーパーサーキットミュージックトレーニングの構成と指導（本学 鈴木）、長距離走のための基礎データの収集（本学 鈴木・小磯）、体力向上に繋がる体ほぐし運動プログラムの開発（本学 中西准教授）。

これら一連の活動で得られた多種類、多様なデータ（体力テストや映像、運動教材など）が、現在蓄積されつつある。またそれらのデータをもとに、幼児や児童生徒の健康・体力の変化を継続的にモニタリングしている。

訪問指導や先生方とのコラボレーションによる授業実践、そして数多くのデータ収集をなぜ行っているのだろうか？それは未来を担う子ども達を本気で育てたいと願っている仲間が数多く存在しているからである。言うまでもなく、それは幼小中の先生方や本学の学生達、そして我々大学教員である。広く言えば、子ども達にたくさんの愛情を注いでいる大人たちの存在である。

【主な研究成果物】(2007～2011)

研究論文(査読付き論文、雑誌論文等)・研究報告書等

鈴木和弘(2007);国際武道大学と学校・地域・家庭との連携を通じた“子ども力”の育成 子どもと発育発達、5(3)、pp.141-145 日本発育発達学会

鈴木和弘(編著者代表)、小磯 透(編集長)他;平成16～18年度 国際武道大学・いすみ市岬地区連携『子どもの体力向上実践』調査研究 国際武道大学・いすみ市教育委員会 pp.1-160

鈴木和弘(2008);小学生を対象とした3年間の体力向上実践とその効果 発育発達研究、37(子どもと発育発達)、pp.68-76 日本発育発達学会

鈴木宏哉、鈴木和弘、西嶋尚彦(2008);小学生における体力向上に関連する基本的な生活習慣の改善:3年間の追跡 発育発達研究、46(子どもと発育発達)、pp.27-36 日本発育発達学会

鈴木和弘(2010);千葉県いすみ市児童を対象とした体力と運動の質的評価 平成20年度 日本体育協会スポーツ医・科学研究報告Ⅳ 子どもの発達段階に応じた体力向上プログラムの開発事業-文部科学省委託事業- pp.73-80

中西 純、小磯 透、鈴木和弘(2010);「小学生の歩数と体力及びライフスタイルの関連-千葉県S小学校での取り組みから-」:千葉県学校保健研究 Vol.4、No.1 15-25、千葉県学校保健学会

鈴木和弘(監修・編著者代表)、中西 純(編集長)、山下みどり、小磯 透、鮫田 晋(2011);平成19年度～21年度 国際武道大学・いすみ市連携『幼児の基礎体力向上実践』調査研究報告書 pp1-115
いすみ市

中西 純、鈴木和弘、鈴木宏哉(2011);授業時数の増加が中学生の体力向上に及ぼす影響:縦断データによる長期追跡 発育発達研究、51(子どもと発育発達)、pp27-36 日本発育発達学会

科学研究費補助金等採択

平成20～22年度 科学研究費 基盤研究(B)、研究代表者:鈴木和弘 研究分担者:小澤治夫、西嶋尚彦 他「児童生徒のライフスタイル改善と体力向上プログラムの学校教育への適用とその評価」課題番号20300205 日本学術振興会 研究成果報告書 児童生徒のライフスタイル改善と体力向上プログラムの学校教育への適用とその評価 pp1-126

平成23～26年度 科学研究費 基盤研究(B)、研究代表者:鈴木和弘「幼少年期のライフスタイル改善教育および体力向上プログラム導入の追跡的研究」課題番号23300224 日本学術振興会

武道・スポーツ科学研究所年報 第17号

2012年6月29日印刷

2012年6月30日発行

発行者 国際武道大学

〒299-5295 千葉県勝浦市新官841

電話 0470-73-4111

印刷 港北出版印刷株式会社