

ESPRIT

剣道専門分科会 会長挨拶 大保木 輝雄

平成26年度 日本武道学会第47回大会 剣道専門分科会企画

「脳を活性化する剣道」

医学博士 剣道範士八段 湯村 正仁

特集 科研費採択状況について

会計報告
事務局便り

目次

会長挨拶 大保木 輝雄	・・・ 1
第46回日本武道学会剣道専門分科会企画「脳を活性化する剣道」 湯村正仁先生（医学博士 中四国学生剣道連盟会長 剣道範士八段）	・・・ 2
特集 科研費採択状況について	・・・ 10
事業報告・事業計画	・・・ 14
決算報告	・・・ 16
会則の改正について・事務局便り	・・・ 18



会長挨拶

大保木 輝雄 (埼玉大学)

今年は5月29日から31日の3日間、第16回世界剣道選手権大会(16WKC)が日本武道館で開催されます。56カ国・地域の参加者を迎え、史上最大の大会となります。1970年に日本武道館で開催された第1回大会の参加団体は17カ国・地域の参加団体でしたから、この45年の間に着実に増え続け実に3倍強。剣道は国際的な広がりをもった文化となりつつあるのです。

過日、大会当初から携わってこられたイギリスのホルト氏、フランスのアモー氏の相次ぐ訃報が届きました。一時代の終焉を感じたのは筆者だけでしょうか。両氏の薫陶を受け、現在指導的立場にある外国人剣道家は、技能の上達や指導法に加え、剣道の歴史、古流、日本刀など剣道にまつわる認識に対する関心が高まっていることは、皆さまもご承知のことと思います。

また、国内的には、平成24年度から実施された中学校武道必修化から3年を過ぎ、競技の背後にある剣道の文化性についての読み解きの必要性が高まりつつあります。

このような今日状況にあつて、剣道を「やさしく、ふかく、おもしろく」実践できる指導法や、「我国の固有性」や「特性」などを具体的に絵解きするための基礎資料などの提供が本会の社会的責

務になってくると思います。このことはまた、外国剣士の関心に応えることにも直結することになるでしょう。

指導現場や社会からの要請に、どう応えるのか。いよいよ、私たち剣道研究に携わる者の力量が問われる時期が到来したのです。

奇しくも今年は戦後70年。戦後剣道は、逆風の時代を経験し今日の順風の時代を迎えました。

現在の剣道は、戦後、スポーツ宣言をし、有効打突「一本」を競う「競技」として復活しました。しかし、戦前の剣道を体験されてきた先輩達は、試合(ゲーム)で勝つことを主たる目的として育てられた戦後剣士の「ものの見方、考え方」に危機感を覚え、1975年(昭和50)に「剣道の理念」や「剣道修練の心構え」を制定。それから32年後の2007年(平成19)に「剣道指導の心構え」によって三つの指標が策定されました。それは「剣道の理念」に示された「剣の理法」をより身近に捉えるための作業だったと言えましょう。

全日本剣道連盟の「剣道指導要綱」(『剣道講習会資料』)の指導目的には、わが国の伝統と文化に培われた剣道を正しく伝承してその発展を図り、「剣道の理念」に基づき高い水準の剣道を目指すとあります。また、剣道講習会資料「日本剣道形」作成の大綱には、日本剣道形の修練を通じて、

剣道の原点である剣の理法を学び、剣道の正しい普及発展に役立てることを目的とした、と示されています。さらに『剣道試合・審判規則』(本規則の目的)第1条では、この規則は、全日本剣道連盟の剣道試合につき、剣の理法を全うしつつ、公明正大に試合をし、適正公平に審判することを目的とする、と明記されています。平成元年(1989)の文科省学習指導要領の「格技」から「武道」への名称変更以後、全日本剣道連盟は、「剣道理念」の具体的普及施策に向かって進行しています。

「剣の理法」をどう読み解くか、これが喫緊の課題なのではないでしょうか。

第47回日本武道学会 剣道専門分科会 企画

「脳を活性化する剣道」

日 時：平成26年9月11日（木）14:00～15:30

会 場：福山市立大学港町キャンパス 研究棟1階 中講義室A

講 師：湯村正仁先生（医学博士 日本外科学会専門医 中四国学生剣道連盟会長 剣道範士八段）

司 会：坂東隆男（大阪大学）

司会（坂東） それでは、平成26年度の剣道専門分科会企画「脳を活性化する剣道」をはじめさせていただきます。本日は湯村正仁先生にご講演を頂く予定となっております。本専門分科会では三年前に、埼玉大学の塩入先生と福岡教育大学の本多先生に海外での剣道の指導状況についてご講演頂き、一昨年は剣道具について、そして昨年は、筑波大学で鹿島新当流の実際の演武を拝見するなど、色々勉強をしてまいりました。本年度は広島で開催ということで、中四国学生剣道連盟の会長でいらっしゃいます湯村正仁先生に、特に自然科学分野の話題でご講演をして頂こうと今回のテーマを企画いたしました。湯村先生につきましては、皆様よくご存知かと思いますが、ここで改めて湯村先生のご紹介を木原先生にお願い致したいと思います。

木原 それでは湯村先生のご紹介をさせていただきます。皆様もすでにご存知のように湯村先生は中四国学生剣道連盟の会長をされております。また、先生はNPO国際社会人剣道クラブの会長や日本体育協会認定のスポーツドクターもされていらっしゃいます。湯村先生は昭和16年鳥取でお生まれになり、鳥取大学医学部を卒業されました。医学博士でいらっしゃいます。

湯村先生のお父様は武道専門学校を主席で卒業され、中学校の校長先生等々を歴任された教育者であります。湯村先生の強さはお父様のDNAを受け継がれているためと思われまふ。以前、伺った話ですが、先生は実は鳥取大学医学部へ入った折に、医学をやめて剣道

の専門家になろうかと悩んだ時期があったそうです。それだけ剣道に打ち込まれ、剣道の素晴らしさを学生時代に感じられたということです。また、医学部の学生でありながら、中四国の学生選手権大会で三位になられています。私の記憶に残っている湯村先生の試合は、先生が副将で出られた東西対抗です。相手は東京・警視庁の先生でしたが、互いに一本を取り合った後に会心の出端面を決められ、西軍優勝に貢献されました。医師としての先生のご経歴ですが、鳥取大学医学部を卒業された後、岡山大学附属病院に10年間、鳥取市立病院に24年間、神戸赤十字病院に院長代理副院長として3年半、それから当地福山の福山国立病院に3年3ヶ月務められました。そして現在は鳥取県保健事業団の職員として活躍されておられます。

また、神戸・福山では、病院長として病院経営に手腕を揮われ、非常に経営状態の悪い病院の立て直しにあたられました。医学はもちろん、経営者としての手腕、さらに剣道の実力を磨いておられます。今朝も福山の先生方と朝稽古をされてから会場へお越しいただきました。今日はいろいろな有意義なお話が伺えるのではないかと私自身、楽しみにしております。先生、ご講演よろしくお願ひいたします。

坂東 ありがとうございます。なお、湯村先生からはご自身が出版されました『脳を活性化する剣道』という冊子を配布いただいております。分科会を代表しまして御礼を申し上げます。それでは、湯村先生よろしくお願ひします。



湯村正仁先生 講演

木原先生、丁寧なご紹介ありがとうございます。今、ご紹介いただきましたように、この福山という地は、私にとって大変思い出深い地であります。私が国立福山病院に勤めていた頃は、国立病院が統廃合の対象になっていました。病院を残すかどうかという瀬戸際でしたが、なんとか残すことができ、現在、また、新しい病院を着々と建築中です。苦勞の甲斐があったかなと思っております。今日はそういう懐かしい場所をさせて頂く場を与えていただきまして大変ありがとうございます。今回、大会委員長の木原先生からの依頼は、私が自費出版した本、これを基にして何か話をするように、ということでした。こういう類の話は前にも何度かこの学会でされたとは聞いておりますが、折角の機会ですので、私の考えていることを喋らせていただきます。

今年の五月に国際社会人剣道クラブの会長に就任しましたが、国際交流を進める際に一体何を基本にして進めればいいのかということを考えてまいりました。それがこの本を書くきっかけになりました。この六月にラトビアに行つてまいりました。毎年、1回行きませんが、今年は特に「日本・ラトビア文化交流」という名目のもとに色々な武道、また、武道だけでなく日本舞踊や、書道、能などの方々を連れてまいりました。一行約50名でございました。

私が剣道が続けるきっかけになったのは、学生時代の経験にあります。稽古の中で不思議な体験をすることができ、この魅力が今もって続いているということです。どういうことかといいますと、夏合宿のときに、鏝競り合いから相手が引き面を打ってきたのですが、それに対し、私はいつの間にか抜き胴を打っていたのです。この時に、相手が引き面をスローモーションで打つように見えたのです。ですから、それに対して抜き胴を打つのは簡単でした。なぜこんなにゆっくりと相手が動いて見えたのだろうか、非常に気持ちのいい状

況でありましたし、はっきりした意識のもとに出た技であった、これは一体何だろうかということだったので。卒業後、医師としての研究を続ける中で、この時の体験をもう一度味わいたいという思いが次第に強くなって、医学研究者としての道を捨て、一外科医として働きながら、剣道に取り組むことにしたわけです。昭和51年、35歳の時のことでした。

鳥取県は剣道人口が一番少ない県です。したがって、幸い、多くの試合に出場させていただきました。学生時代に経験した一瞬の心境は「三昧の境地」とか「ASC (Altered State of Consciousness)」変性的意識状態といいます。そういう風に呼ばれていますが、こういう心境には、試合や昇段審査の場でなりやすいというように思っております。したがって試合に多く出場するほど、そういう機会が増えると思います。絶体絶命の立場になるといつの間にかそういう状態になっている、本当に澄み切った気持ちになります。こういう心境は、一瞬のことであってはならず、当たり前的心境にならなければならないと思います。この現象を見るときに発想を逆にしてみました。相手がゆっくり動くのではなくて、むしろ自分の脳が高速回転した、そういう風に考えると理解できるわけです。それを「脳の活性化」という言葉で表現してみたわけですが。以前に松本幸夫著の『頭の良くなる剣道』という本が出版されました。剣道は右脳を強化するという内容であったと思います。しかし、「頭が良くなる」というのは少し違う、という感触を持っています。確かに頭も良くなりますが、それだけではないように思います。私はこのことを「脳の活性化」と表現しました。脳が高速回転した状態、これは脳全体の機能が高くなった結果だと思えます。「脳の活性化」とは、脳全体の機能が高められ、脳全体のバランスが取れてくるという結論に達したわけですが。この結論に至るきっかけとなったのが池見西次郎著『セルフ・コントロールの医学』という本です。池見先生は、九州大学の名誉教授であり、

生きておられれば、ちょうど100歳です。日本の心身医学の分野における草分けであり、国際的にもこの方面で著名な方です。剣道人でもこの方面で有名な方がおられます。前東北学生剣道連盟の鈴木仁一先生、こちらの先生もこの方面の研究をずっとやっておられ、論文にも今日お話しするような内容のものがあつます。

脳の基本的な機能と構造

脳の機能について基本的なことをまとめておきます。まず、ハード面では脳は最大の酸素消費器官であり、また、最大のエネルギー消費器官です。したがって脳の活性化には酸素を取り入れる呼吸機能、酸素を運搬する循環機能、そしてブドウ糖を生産する消化器の機能、これらが良いということが条件となります。自動車のエンジンに例えますと、ハイオクガソリンの燃料チャージャーを使って高速回転させるようなものです。ソフト面として考えなければならないのは、神経細胞あるいは神経線維と筋肉の情報伝達です。これは一種の電気信号で伝えられます。したがって脳が活動するときには、熱を発生しますから、脳を一定の温度に保つ必要があります。もう一つ忘れてならないことは、大脳は左右対称ではないということです。多くの機能が脳内に分散しております。一つの運動をするにしても、関係する中枢の間の信号のやり取り、これには結構時間がかかるわけですが。したがってできるだけ情報を単純化する必要があります。視覚からの情報は求心性の神経によって中枢神経系に伝わります。この中枢神経系、つまり大脳の中の色々な関係部所の間で情報のやり取りがあつて行動が決定され、遠心性の神経で筋肉に伝えられて行動が発生する。これは当たり前のことですが、このような複雑で多くの情報を、脳はスーパーコンピュータのように一瞬で処理しているわけですが。情報の伝達は神経伝達物質と呼ばれるホルモンの受け渡しによって行われます。次に、神経線維の中の伝達についてです。神経には髄鞘がある有髄神経線維

と髄鞘を持たない無髄神経線維の2種類ありますが、無髄神経の場合には伝導速度が1秒間に1メートル、さらに跳躍伝導の場合には髄鞘の間をポン、ポンと跳んでいきますので、100メートルという伝達速度があります。しかし、いくら伝達速度が速いといっても、脳内の複雑な情報伝達には時間がかかります。したがって、実際に見たと思った事象は過去のものであり、見てから反応したのではやはり遅いということになります。それに対してどうすればいいか。神経伝達の経路が少ないほうが良いということが一つあります。それから、反復練習によって神経細胞間の伝達経路を確立すること。つまり、反射運動になれば速いわけです。この二つの方法が速く反応する方法としてあると思います。脳脊髄液というものがあります。脳は硬い骨の中に豆腐が浮いているようなものです。その間を何が満たしているかという、脳脊髄液が満たしています。豆腐が水に浮いていると考えたら良いと思います。この脳脊髄液は第三脳室と第四脳室の脈絡叢というところで静脈口の方から作られます。そして、脳室、脳内、あるいは脊髄の末端まで循環して矢状洞にあるクモ膜顆粒で排出されていきます。役目としては、脳を保護する役目と温度を調整する、そして脳圧（脳の中の圧力）を一定に保つ役割をしています。この循環がうまくいかないと様々なところに障害が起こり、脳の機能が下がってしまいますので、脳脊髄液の循環も一つの大きな要素になります。

次に、脳の基本構造を見てみましょう。脳は、「新皮質」、その下にある「辺縁系」、間脳・中脳・橋・延髄からなる「生命脳」の三つの部分に分けることができます。新皮質というのは人間脳とも言います。人間が知・情・意すべて意思を決定していくのは人間脳のはたらきです。辺縁系は動物脳と呼ばれます。人間脳に対して動物脳。新皮質に対して古皮質という呼び方もあります。動物は、新皮質が小さくて辺縁系が表に出ているわけです。本能や情動を生み出しています。生命脳は生きるための中枢です。人間は、生命脳が生きていれば、生きていくことができます。

脳を活性化するためには、次の3点が剣道で自然に身につくと考えています。姿勢と呼吸の大切さは言うまでもありません。これによって心を整えます。もう一つ、忘れてはならないことが、身体左右の同調であります。右の脳と左の脳、この機能のバランスを取るには、剣道が一番良いということです。この3点について話を進めてまいります。

姿勢について

この間ラトビアに一緒に行っていたいただいた、能楽金剛流の工藤寛氏という能のお師匠さんは、立ち姿が本当に綺麗です。歩き方もとても素晴らしいです。全く上下動がありません。スピードの変化もありません。どうしてこんな歩き方ができるのだろう、と思うくらい綺麗です。これに対して全剣

連の剣道指導要領の写真を見ますと、正面からは非常に真っ直ぐで良いのですが、側面から見るとどうでしょうか。足の足関節が付いた部分と股関節を結んでみると、肩関節が少し後ろに下がってしまっています。これが真っ直ぐであれば、非常に良い姿勢だと思います。姿勢が脳の機能に与える効果について考えてみます。まず、意識を高めます。どういうことかと言いますと、背中を丸めているとだんだん眠くなってくる。授業中に居眠りをするのはそのせいです。ところが背中をスッキリさせて首も立てていると、眠くなりません。これが、意識が高まるということです。姿勢を正しくしていると意識レベルが高まる、剣道の姿勢も意識レベルを上げるという作用があると思います。姿勢の一番の元はこの筋紡錘です。筋肉の中にある圧感受装置がこの引っ張り具合を感知して求心線維を通じて意識中枢のある脳幹網様体に伝えます。脳幹網様体は生命脳の中の隠れたところにあります。ここに全身からの刺激が集まります。これを大脳皮質に対して、目覚め信号を伝えていく、これが意識を高める一つの大きなポイントになります。ところが、全身から色々な刺激が多く集まる筋紡錘というのは下半身に多くありますので、特に足の動きの信号が多く入ってくるわけです。だから足を使えば使うほど、信号が何を受けているのか、わからなくなってしまうのではないかと思います。それから、一番大きい刺激はやはり目からの刺激だと思います。ですから、視線が動くということは、色々な情報がここに集まることになり、そうすると情報が処理できなくなる、そういうことを避けるために脊柱起立筋と言われる背骨の両側にある筋肉から同じような刺激が定期的に入ります。安定した刺激です。それだけを選び出し大脳に伝えていく。こういう作用があるのではないかと私は思っております。こういう目覚め信号を純粋化すること、この過程を私は白板に例えております。刺激というのは白板に字を乱雑に書きなぐったようなものです。そうするとそこに新しくものを書



いても容易に理解できない、ところがこれを真っ白にすると、新しくパッと書いたものがすぐ理解できる、ということです。脳をこういった状態にするのではないかと考えています。これが「意識の高まり」、脳の機能のリフレッシュであると私は考えています。

剣道人は背筋が非常に強いということを、香川大学の山神先生が一流剣道人の体力をロサンゼルスオリンピックの代表選手と比較し、報告しておられます。そのデータを見ると、背筋力、それから握力、剣道人はこれらが非常に強いということです。剣道人は背筋力が強く、これが姿勢をきちっと保つ元になっています。姿勢と情報量と書きましたが、最大の情報源は先程も申し上げましたとおり、目から入る刺激です。相手が動かなくても、自分が動けば情報量は増加するわけです。脳に入る情報は少なければ少ないだけ情報処理にかかる時間が少なくて済むわけです。どのように動いても視線が安定していれば情報は非常に少なくなくて済みます。もう一つ、構えた時に力を抜くということがあります。力を入れると情報量がそれだけ増えますが、力を抜いて構えていれば情報量は少なくなくて済みます。力を抜くということもこの考えから理解できるかと思えます。次に首を前に曲げますとどういう変化が起こるか、ということを考えてみます。視線が動くことによって情報量が多くなるのはもちろんですが、首を曲げることによって、脳脊髄液の循環がストップします。そうすると、脳はオーバーヒートしやすくなり、温度管理ができなくなるということが一つあります。もう一つは、右前頭葉の血流が下がるということが挙げられます。この事実は都立駒込病院の脳神経外科医長の篠浦伸禎氏が測っておられますが、正常人であっても脳の静脈圧が上がり、反射的に酸素飽和度が下がる、すなわち酸素の供給量が下がります。この反応は右前頭葉に強く現れ、高齢者になればなるほど大きな差が出てきます。つまり、脳の機能が低下するということです。したがって首を動かすということは非常に大きな

影響が出てきます。特に高齢者になると頸椎の変形が起こります。そうすると脳脊髄液の循環を阻害することが非常に多くなり、さらに血管に対する影響が出てきます。そこで脳の血管について概略を話しておきます。脳には、内頸動脈それから椎骨動脈、これが左右一対ずつ有り、脳に入ります。そして、脳底の方には大脳動脈輪があります。ここで一つのリングを作っておりまして、一本の動脈が遮断されても何とか他の動脈からの血流がいくという不思議な細工があります。しかし、この首の段階でもし血流が阻害されると、右と左どちらに影響があるかと言うと、右の方に起こりやすいです。右の血流が悪くなるというのは、こういう原因が一つあるのではないかと思います。もう一つの椎骨動脈、頸椎と環椎が第一頸椎、軸椎が第二頸椎ですが、第七頸椎から上の頸椎においては、横突起の中に横突起という穴が空いています。椎骨動脈はこの穴の中を通っています。左右同じです。したがってその頸椎、年齢、外傷による変化が椎骨動脈に直ちに影響しやすい。非常に詰まりやすい血管であるということです。特に剣道は首に頸椎に障害を受ける機会が多いと思えます。したがって、特に高齢者では、血流が悪くなる可能性があります。首に対する障害はできるだけ避けるようにすべきであると思えます。姿勢の効用をまとめておきます。他の筋肉がリラックスすることで脊柱起立筋のみから意識中枢のある脳幹網様体に安定した目覚め信号を送り続ける。それによって高い意識レベルを維持することができる、これが一つです。二つ目に安定した姿勢を保つことによって視覚刺激の変化を少なくし、雑音としての視覚刺激を軽減させるということがあります。その次に脳幹網様体から大脳皮質への目覚め信号を安定させることにより雑念となる余分な信号を削除することができ、そのことが大脳新皮質（人間脳）の活動を沈静化する、つまり、働きすぎる大脳の働きを静かにします。そうすると、底のほうにある、普段隠れている動物脳とか生命脳の働きが表に現

れやすくなります。つまり、脳全体のバランスが回復するという事です。このことは非常に大切なことであると思えます。次に、脳の血流改善と冷却機能の維持、そしてその結果として脳全体のバランスが回復する。これが意識レベルの高まりの正体であって、第六感が働くとか、人間の本来持っている力が発揮されるということですね。『五輪書』の「兵法の身なりの事」に、「尻を出さず」という表現があります。以前、私はこれを読んで腰を前に突き出したような姿勢をとっていました。この姿勢では、前に跳び込んで打つことが非常に容易です。ところが、応じ技などはこの姿勢ではできないわけです。そこで、その次にある「脇差の鞘に腹をもたせて」という言葉によって腰構えを少し変えてみたわけです。元の腰構えの写真と、「脇差の鞘に腹をもたせて」というつもりで写真の角度を測って比較してみると、60度と47度でした。この差はたった13度しかありません。骨盤の角度が13度だけ前に傾いただけです。ところが、これで何がかわるかということを考えてみると、骨盤内蔵がずっと下の方に引っ張られるように下がってくるわけです。そうすると、上の内蔵もずっと引っ張られてきます。そうすると、上の方はとても楽になって呼吸が楽になると思えます。胃から内蔵が下に下がることによって体の重心がずっと下がってきます。それから骨盤の角度が変わりますから、股関節の角度が変わってきます。足を後ろに蹴りやすくなる。足の角度が変わってくる。このことが、足さばきが楽になったという元であると思えます。また、腸管にガスが多い時は、なかなか内蔵が下に降りてくれません。したがって、便通を普段からきちんと整理しておかないとこういう作用はできません。普段の生活の中で大きなポイントだと思っております。しかし、女性の骨盤は後ろに傾いた骨盤をしているわけですね。したがって女性は横隔膜呼吸を楽にしていると私は思います。だから、女性が長い試合を平気で出来るのはこういうところに原因があるのではないかと推測

しております。

呼吸について

次に、呼吸の話に移ります。呼吸は酸素を取り込み、炭酸ガスを排出する機能ですので、脳を活性化するにはいかに酸素をたくさん取り入れるか、そういう機構が必要だということです。通常の呼吸は胸式呼吸と腹式呼吸の併用ですが、剣道で胸式呼吸はできないため、腹式呼吸、横隔膜呼吸となります。下腹の丹田に力を入れる丹田呼吸が大切だと言われています。丹田呼吸では腹圧が高まりますから腹部の自律神経を刺激します。そのため、交感神経と副交感神経のバランスをとることに役立ちます。そこで丹田呼吸の内容に少し触れてみます。丹田の位置については、定義がありません。自分で感じる位置ということです。私の考える丹田の位置は大腿骨の頸部から骨頭への方向、これをちょうど結んだ線の位置です。呼吸法は長呼吸、横隔膜呼吸など人によって様々です。その中でも吸気時に腹圧を上げる吸気時丹田呼吸、それから呼気時に腹圧を上げる呼気時丹田呼吸は特に腹圧を上げることができると考えられます。自分ではこの呼吸法を一生懸命練習しています。平成2年の八段の受審当時、ずっと呼吸訓練をしていました。どのくらい一息を吐き続けられるのかと随分やってみました。二分は軽く息を吐き続けることができます。吸いたくなったらパッと瞬間的に止めるとまたスッと吐ける。また瞬間的に止めるとスッと吐ける。剣道で構えた時も、そういう気持ちでウッ、ウッと呼吸を行うと2分は続きます。そういうことを確認した上で審査を受けていました。しかし、2分くらいは当たり前のことです。無呼吸で素潜りをする世界記録はなんと22分30秒、これがギネスに登録されている時間です。そうすると2分というのはとても易しいうちに入ると思います。丹田呼吸の呼吸量は、ある本によると一回でだいたい1~2リットルということです。普通の一回の呼吸量は、だいたい500ccと言われているから、

丹田呼吸一回の呼吸量は普通の呼吸の2~4倍の呼吸量が得られるということです。いずれにしても丹田呼吸は横隔膜呼吸の一種ですから、ここで横隔膜の構造を少し見ておきましょう。横隔膜は筋肉でできた一つの膜です。中心部は臍中心と言い、筋肉がありません。硬い膜になっています。一番高い位置は大静脈孔、大静脈が通る穴がありますが、この孔の高さは第八胸椎の高さ、一番低い位置は大動脈裂孔、大動脈がお腹の方に出ていますから、それが第十二胸椎の高さです。そうするとこの間の長さは15cmになります。横隔膜が伸びたり縮んだりするため、15cmの上下ができるわけです。お腹の直径等を考えてみますと、その量はすごいものだと思います。これに加えて、呼気式の丹田呼吸ではお腹を引き締めるという動作を行います。腹筋には、外から外腹斜筋、内腹斜筋、腹横筋の三層があります。腹直筋、腹横筋というのは、ちょうど帯を巻いたようにお腹に水平にあります。腹斜筋は斜めに二本ありますが、腹横筋だけは真横に巻いています。これを締めることによって腹を帯で締めるように腹に圧力を加えることができる、これが腹横筋の作用です。したがってこれを意識しますと、呼吸というものがわかりやすくなってくると思います。

また少し余分な話に入ります。丹田には、上丹田・中丹田・下丹田と三つあります。上丹田は胸骨と鎖骨が交わる胸鎖関節の中間、胸骨の上端になります。これも余分なことかもしれませんが、腕を動かすときはここを中心として動きます。肩を中心として動くわけではありません。ですから、ここを中心にして肩甲骨と肩関節同時に動く。そう考えていただきますと、竹刀を振るのに何故同時に両手が伸ばせるか理解できると思います。竹刀の柄の両端を握るにも関わらず伸ばすことができる。胸骨の上端を中心として腕が動いているからそれができる。これを理解すると素振りはとてもわかりやすくなります。それから、中丹田は、上半身と下半身をつなぐ場所として示されています。当身をあ

てるというのは、この部分だと思えます。横隔膜は、ここについているわけです。下丹田は足を動かす中心です。ちょうどこの大腿骨の頸部を結ぶとここになります。私の考えている丹田はこの下丹田と一致すると思います。ところが、丹田の位置については本によって解釈が違ってきます。

次に自律神経の話をしておきます。自律神経は身体内部の調節機構です。呼吸・循環・消化、その他、生き物として必須のはたらくを自動的に制御しているのが自律神経です。脊椎動物以下の動物では中枢神経がなく、この自律神経だけを持っています。ですからこれだけで生命を維持することが出来るということです。脊椎動物以上になると中枢神経が出来ます。自律神経はその中枢神経のコントロールを受けるようになります。自律神経のバランスについては、呼吸との関連でお腹の中の自律神経がどうなっているか見てみたいと思います。血液はすべて門脈をというところを通して肝臓に運ばれ、栄養分が処理され、心臓に返っていきます。このすぐ上には心臓があります。腹圧を加えることによってこの腹部内臓が圧迫されたり、圧迫が解除されたりするわけです。肝臓や脾臓は血管のスポンジのような組織ですから、多量の血液を実は貯めています。さらに小腸・大腸なども加えると、全体でたくさんの血液を貯めています。それを圧迫する、または圧迫を解除するというポンプのようなはたらきをする、これが「第二の心臓」として循環する血液の量を非常に多くすることに役立っているわけです。その次に、足の方からの静脈は下大静脈を通り、その後、肝臓の裏側を通して心臓に戻っていきます。静脈は本当に太いです。下大静脈はマイクの柄の根元くらいの太さがありますが壁は薄いのです。また、圧に対して非常に弱いのです。ですから腹圧を加えますとこの下大静脈は容易にペチャンコにされる。そして圧が下がると足の方から血液がこれ一杯に引き上げられるわけです。そして圧によってまた心臓の方へ送り返すというポンプの役割をしています。私は



これを「第二の心臓」と言っています。もう一つ、第三の心臓とは、足のふくらはぎの筋肉を動かすことです。腹圧の上下による下大静脈の圧迫、これが非常に大きな作用をすると私は思っています。それだけ足の血液循環がよくなるわけですから、足の鬱血がなくなり、足の動きが非常に軽くなります。新しい動脈血がどんどん送られていきますから、酸素が良く供給され、足を活発に動かすことができます。こういう働きに丹田呼吸が役に立つということです。

上腹部を見ますと、横隔膜から出てすぐに胃があります。そして腹部大動脈があります。これは足の方の血管に分かれていきます。腹部大動脈の第一の枝は腹腔動脈といいます。その次にある枝が上腸間膜動脈です。次が下腸間膜動脈。これは腎動脈です。お腹の動脈にはこれだけの枝しかないわけです。そして、この腹腔動脈の周りに一つの神経叢があります。腹腔神経叢といいます。太陽神経叢という名前の方が皆さんはご存じだろうと思います。私たちは手術によってこういう神経の表面まで綺麗に露出していきます。癌の手術をしますと、この上にあるリンパ節を全部取っていきますので、この姿を実際見ることになります。しかも、こういう動脈を全て残しながら手術を進めます。この腹腔神経叢は、ほとんどが交感神経の線維です。そして副交感神経の線維は、延髄からずっと胸を通過して枝の一部が分布しているだけです

から、上腹部の神経叢は、ほとんど交感神経です。一方、下半身は骨盤神経叢が主になります。これはほとんどが副交感神経の線維です。副交感神経の元は延髄と仙髄、二箇所しかありません。したがって副交感神経の線維が非常に多い下腹部に圧を加えるということは副交感神経を圧迫する作用が強くなります。つまり、丹田呼吸は副交感神経を強く刺激するということです。副交感神経を刺激しますから、緊張した状態ではなく、人間をリラックスした状態にする作用があるわけです。剣道の場合は、交感神経優位の場合ですが、そこに丹田呼吸を入れますと、気が落ち着いてくるということです。

丹田呼吸の効果をまとめておきます。まず、一回の呼吸量が多いため、酸素摂取量が大きくなります。これによって身体機能全体が活性化されます。二番目に自律神経のバランスをとるという点です。すなわち交感神経と副交感神経のバランスがとれるということです。それから肝臓の血液循環の促進によってエネルギー源としてのブドウ糖の産生を高める。胸腔面積が大きくなって心臓が動きやすくなり、循環機能が改善します。実際に、高血圧の患者さんに三回ほど腹式呼吸をゆっくりとやらせると、最高血圧が30くらい下がります。そのくらい大きな変化が起こります。それから胃腸も動かされますので消化機能が良くなります。また、先程も言ったように、第二・第三の心臓を稼働すること

によって、循環血液量が増加します。このように、全体的に生命活動が改善されることによって、ホメオスターシスが改善され、健康な体の基本が作られるように思います。

さて、皆さんには当たり前のことと思いますが、剣道の呼吸について考えてみたいと思います。素振りの呼吸、切り返しの呼吸、色んな場面での呼吸をどう行っているか。素振りの呼吸は、一回ずつ、瞬間的に息を吐きます。強い呼気を行います。これは短息法の呼吸といいます。その繰り返しです。切り返しの呼吸は長呼吸の中に短息法が入るという呼吸です。剣道形にしても長呼吸の中に発声、つまり短息法が瞬間的に入っている。というように、長呼吸の呼吸と短息法が組み合わさって剣道の呼吸になると私は考えております。ところが最近の切り返し、打突を見ても発声と打ちとが一致しない打ちが多くなったと思います。特に切り返しなどは、「面、面、（間を置いて）面、面」、こういう声が非常に多くなっています。これは呼吸を考えない、意識しなくなってきたのではないかと大変危惧しております。

左右の脳のバランスについて

左右脳のバランスということで、剣道は左右の脳のバランスを取るのに最適な運動であると考えられます。左の脳は知性の脳、右の脳は理性の脳といいます。左の方は優位半球、右の方は劣位半球です。言語中枢のある側を優位と言っております。ただし、これはだいたい60パーセント位の人が右利きであるために、右利きの人の呼び方です。左利きの場合は逆になります。逆の場合がだいたい20パーセントくらいあるということです。同じくらいのレベルにある、というのが10パーセントくらいあるそうです。左脳というのは非常に分析的、計算的な脳です。そして意識へ連絡するという特徴があります。右の脳、は芸術的です。絵画とか図形、そういう特徴があります。今の学力テストは左脳ばかりをテストしているように思います。

世の中が学力ばかり求めているというのはもう最近では当たり前のようになっていますから、しょうがないことかもしれません。デカルトから物心二分の哲学が近代文明を支えています、文明が進歩するほどに、左脳の依存度が高くなっていきます。右脳の働きである心の問題は、神様に預けてしまって左脳を使う真偽の追究を求める生き方が当たり前になってきているわけです。これが進むと、いずれ人類の危機を迎えるのではないかと危惧されています。剣道もスポーツ化してまいりまして、勝つことばかり考えてやる剣道はバランスが狂っているのではないかと、左脳優位の剣道をしているのではないかと考えます。剣道では、右手剣道になり、技の剣道になり、勝ちへのこだわりになる、こういうことだろうと思います。香川大学の山神先生が一流の剣道選手の体格を調べておられますが、その中で、剣道の選手は他のスポーツと比べて左右差が少ないことを報告されています。つまり、本来剣道は左右差の起らない運動なのです。その剣道の特徴を十分活かしていくような剣道に作り替えなければならないと思います。剣道では自然に左右のバランスが取られ、脳のはたらきの左右差が調整されます。そして、さらに効果を高めるために意識してバランスのとれた剣道を目指さなければならないと思います。それは、右手と左手のバランスに注意することから始まるように思います。例えば、左右の手が逆に動くという素振り、こういうことが結構あるのではないのでしょうか。左右の手が同時に動くという剣道になっていかなければならないと思います。基本的に沿った動きというのはすべてその目的に適合していると思います。姿勢を整え、呼吸を整え、心を整える。その結果、勝ち負けの剣道ではなくて肚を意識した剣道が自然に身についてくると思います。相手があってこそその剣道であります。相手を敬い、感謝する心を持って礼を尽くして立合います。そして、「感じる」から「感じられる」、「見る」から「見える」、「聞く」から「聞こえる」という

ように、自然の音が聞こえるようになっていきます。つまり、生きていく私・自分から離れ、私は生かされているということ、生かされている私に気がつくのです。そうしますと、私から離れて、宇宙全体を支配する自然の法則があることに気がつきます。打突の機会は自分で考えるのではなくて、神様が教えてくれるものであると思います。このような考え方は物心一如の東洋的な理性の宗教への立ち返りです。本当の自己の発見です。左脳優位の剣道から脱却して、あくまで自己の確立、セルフ・コントロールの確立を目指す右脳優位の剣道を目指さなければならないと思います。剣道が続けるとこのような未来があると信じて続けていくことが大切です。そして、左右脳のバランスは年齢の若い時から始めると調整がよくできるようになりますから、少年期の正しい剣道の在り方、これが大切だと思います。もう一度無心の心境ということについてお話ししますが、心を見直し、理性をもって科学事実には支配されない人間にならなければならないと思います。人間としての意識を高めて行き着いた先は、ものの全体を見直す見方であり、自己の立場に気づくことです。その結果、自己と自然の関わりや、人と人との調和、人類全体の協調が大切であることに気が付きます。自己の気付き、それを自分にとどめず、社会へ働きかけて人間がお互いに尊敬し合える世界、これを作り出すために我々は協力し合わなければならないと思います。無心の境地というのはこのような世界だと思っています。本当の自分に気が付き、生かされているという自分に気が付き、そして自然を支配している隠された秩序、これに気が付いたならば、自己の持つ本当の力が発揮されて全人的な生き方ができます。これは脳が活性化された結果、見えてくる世界だと思っています。池見酉次郎先生は自然に生かされているということ、宇宙の法則、自然の掟、こういうことに気が付かなければならないと仰っています。これが理性です。剣道はこの理性に対して働きかけることができるということです。そし

てこの大きな世界から見ると、命、植物にしる、動物にしる、本当に大きな立場から見るとちょっとした泡がポツと飛び出したようなものです。人間も同じです。そういう同じ立場にあるということに気が付き、自然の法則があることに気が付く、これが大事なことかと思えます。剣道の専門家の皆さんを前にして、これから皆さんが「身体智慧」という東洋の行法を世界に発信し、人類滅亡から救う道を開いていただくことを願って、私の話を終わりといたします。どうもご清聴ありがとうございました。

質疑応答

司会 (坂東) 湯村先生ありがとうございました。脳を活性化する上で呼吸や姿勢が本当に大事な役割を果たしている、また剣道が非常にその方法に合っているといったお話を具体的に身体面からわかりやすくご説明を頂きました。時間がだいぶ迫っておりますけれども、この機会に湯村先生にご質問等ございましたらお願いしたいと思います。

木原 学生時代に相手がスローモーションで見えるという心境になられたとのことですが、その後何回くらい相手がスローモーションに見えるように感じられたのでしょうか。

湯村先生 けっこうあります。稽古の時にハッとそういう心境になることがあります。その状態になりますと、相手がゆっくり見え、その次に相手の考えていることがよくわかります。それから、こちらの思った通りに相手が動いてくれた、という経験もあります。時々そういうことがあります、その先はわかりません。さらに先の相抜けという世界までは私はわかりませんが、でもそこまでは経験があります。

坂東 身体のことを考えた場合に、最近、教育の場面ではより強く生きる、たくましく生きるといったような目標が指導要領などでも掲げられています。「強い」という

言葉からは、筋や骨、そういった強さをイメージしますが、今日お話いただいたような脳の自律神経についても、強さ、あるいは健康と結びついてくるのではないかと感じたのですが、その点いかがでしょうか。

湯村先生 池見西次郎先生はという方法を紹介されています。福岡の方はご存知かと思いますが、福岡に立腰道を幼児教育からずっと教育している学校があります。つまり、姿勢をシャンとして正座させる、あるいは、すぐしゃがみそうになる子どもをきちんと立たせておくわけです。それを当たり前の生活として指導されています。子どもだって指導すればきちりできます。つまりそれは、姿勢を良くし、呼吸を良くしているわけです。そうすると、子どもたちの将来は非常に素晴らしいと池見先生は書いておられます。ですから、教育の上で、立腰道ということを皆さんの中でももう一度見直していただけたらと幸いです。

坂東 最近、姿勢の悪い子ども・若者が多いという指摘が非常に多いと思いますが、そういった面が非常に大事だと痛感いたしました。それから随分昔だと思いますが、武道学会の講演において、哲学がご専門である湯浅泰雄先生が東洋的な特性についてお話されました。確か「身心一如」というような言葉を使っておられました。そういった状態にもっていくことがおそらく理想であると思いますが、先ほど先生がお話になられたスローモーションに見えるという状態はやはり近いものであると考えてよろしいのでしょうか。

湯村先生 私はそのように考えております。鈴木仁一先生の本にも同じようなことが書いておられました。皆それを求めて実はやっていると思います。気が付かなくてもいつかはそれに気が付き、その後は楽しいことばかりだと思っています。

坂東 健康面・身体面を考えますと、特に中高年齢者は若い人比べて組織の柔軟性なども衰えていると思います。そういった面で先生のお話のような点に注意することも大事だと思うのですがいかがでしょうか。

湯村先生 私自身は初動負荷理論によるトレーニングをずっとやっています。週に3回から4回ジムに欠かさず行って、一回あたり一時間くらいトレーニングをやります。おかげさまで、それをやりだしてから怪我の一つもしません。自分なりのそういう努力は必ずしなければならぬし、年齢が上がるごとにやるべきだと思います。それだけやっても、今日途中で話したように、背骨が変形してしまっています。実際自分の身長もこれで2cm減りました。放っておけば放っておくほどそういった老化現象というのは、激しくなりますから、それを防ぐための食事であり、休憩としての睡眠であります。そういう生活を整えることを基本的にやらなければなりません。栄養のバランスももちろん大切です。そういうのは当たり前のことだと思いますので、今日の話には全く出ませんでした。

坂東 大変長時間にわたりまして湯村先生にご講演をして頂きまし

た。分科会を代表しまして、大保木会長からお礼の言葉と、閉会の言葉をいただきたいと思います。お願いします。

大保木 本日はご多忙のところを私どもの会において、このような素晴らしいご講演をしていただきありがとうございます。数年前に武道学会のシンポジウム等で日本剣道の特性および固有性ということを議論してまいりましたけれども、むしろ、どのように普遍性を持ちうるのかを今後のテーマとして考えなければならぬのではないかと、という指摘がございました。先生のお話をお伺いしているその中に「調身」それから「調息」そして心を整える「調心」、さらに「左右のバランス」、そして「無心」、そして「大自然の声を聞く」、このような伝統的な言葉の内容についてご専門の医学の立場から本当にわかりやすく私どもに説いて下さり、今後の方向が見えてきたような気が致します。参加者を代表しまして御礼申し上げます。本当にありがとうございました。

坂東 それでは最後に湯村先生に盛大な拍手をいただきまして、分科会を終了いたします。ありがとうございました。

(拍手 終了)



—特集—

科研費採択状況について

昨今、研究者にとって外部資金の獲得は重要課題である。今回の特集は、今後特に文部科学省の科学研究費助成事業（科研費）に申請する際の参考とするため、これまでの剣道に関する採択課題について、KAKEN（科学研究費助成事業データベース）からピックアップし一覧にまとめ提示する。

採択課題のピックアップについては、①「武道」②「武道」「剣」の2回に分けてキーワード検索を行い、報告書を概観した上で、特に剣道と関連する研究課題を抽出した。なお、以下の研究課題については除外した。

- (1) 研究期間が2013年および2014年開始のもので報告書が未掲載であり、かつ剣道との関連が不明な課題
- (2) 研究期間が2012年以前で報告書が未掲載であり、かつ剣道との関連が不明な課題

1) 基盤研究 (B)

課題名	代表者名	研究分野	研究期間	研究機関
武道文化に関するオンデマンド英語教材の開発	酒井 利信	身体教育学	2011年4月1日～2014年3月31日	筑波大学
武道文化に関する教材の開発	酒井 利信	身体教育学	2007年度～2009年度	筑波大学
剣道の国際化における「剣道試合審判の問題点」に関する運動学的・文化論的研究	小沢 博	身体教育学	2006年度～2008年度	東京理科大学

2) 基盤研究 (C)

課題名	代表者名	研究分野	研究期間	研究機関
剣道競技未経験体育教員向け剣道指導法の確立—短期間な競技者育成を目指して—	今福 一寿	教科教育学	2012年4月1日～2015年3月31日(予定)	明星大学
剣道の学習プログラムの構築に向けた剣道用語レキシコンの拡充	杉山 融	身体教育学	2012年4月1日～2015年3月31日(予定)	静岡大学
剣道の国際的普及をめぐる韓国ヘゲモニーに関する基礎研究	小田 佳子	身体教育学	2012年4月1日～2015年3月31日(予定)	東海学園大学
近世関東の村における剣術流派の普及に関する基礎的研究	数馬 広二	身体教育学	2011年4月28日～2014年3月31日	工学院大学
高齢者剣道愛好家が生きる力として獲得している積極的応答動作の解明	村田 俊也	身体教育学	2011年4月28日～2016年3月31日(予定)	金沢工業大学
海外遠征アスリートの英語学習支援ソフトの開発	吉重 美紀	外国語教育	2011年4月28日～2014年3月31日	鹿屋体育大学
徳川政権における幕閣の武芸思想と武芸政策に関する文献学的研究	菊本 智之	身体教育学	2011年4月28日～2016年3月31日(予定)	浜松大学
「感じる」を探る—スポーツにおける「わかる」と「できる」に着目して—	金谷 麻理子	スポーツ科学	2010年10月20日～2013年3月31日	筑波大学
記録系・採点系・格闘技系五輪競技の数学モデリングの研究	廣津 信義	社会システム工学・安全システム	2009年4月1日～2013年3月31日	順天堂大学
武道固有の身体技法に関する基礎的研究—中学校武道教材のために—	大保木 輝雄	身体教育学	2009年度～2011年度	埼玉大学
日本の伝統文化・武道としての剣道用語のマルチモーダル・データベースの構築	杉山 融	身体教育学	2009年度～2011年度	静岡大学

課題名	代表者名	研究分野	研究期間	研究機関
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-	魚住 孝至	身体教育学	2008年度～2011年度	国際武道大学
江戸時代関東農村における剣術流派の存在形態に関する基礎的研究	数馬 広二	身体教育学	2008年度～2010年度	工学院大学
武道の戦後改革に関する体育史的考察	坂上 康博	スポーツ科学	2008年度～2010年度	福島大学 →一橋大学
剣道難聴を予防するための基礎的研究	百鬼 史訓	スポーツ科学	2008年度～2010年度	東京農工大学
近世為政者の武芸実践と武芸政策に関する文献学的研究	菊本 智之	身体教育学	2007年度～2010年度	浜松大学
剣道競技における打突分析および指導法の改善に関する研究	細野 信幸	身体教育学	2007年度～2010年度	鈴鹿工業高等専門学校
小学校体育授業に剣道を導入するための基礎的研究	巽 申直	身体教育学	2007年度～2008年度	茨城大学
幕末関東農村における剣術流派の存在形態に関する基礎的研究	数馬 広二	身体教育学	2005年度～2007年度	工学院大学
剣道難聴を予防するための剣道具(面)の開発研究	百鬼 史訓	スポーツ科学	2005年度～2007年度	東京農工大学
スポーツチームにおけるソーシャルサポートの有効活用を目指す縦断的研究	土屋 裕睦	スポーツ科学	2005年度～2008年度	大阪体育大学
身体的および精神的なスポーツ・武道のためのデジタル事典とグローバル化	杉山 融	身体教育学	2003年度～2005年度	静岡大学
剣道具(面)の安全性に関する基礎的研究	百鬼 史訓	体育学→ スポーツ科学	2002年度～2004年度	東京農工大学
教科「体育」における運動技能学習とマルチメディア活用の有効性に関する実践的研究	直原 幹	体育学→ 身体教育学	2002年度～2004年度	上越教育大学
剣道競技中における竹刀剣先方向の役割に関する研究	坂東 隆男	体育学→ スポーツ科学	2002年度～2003年度	大阪大学
近世上野国における馬庭念流および武術諸流派の伝播に関する基礎的研究	数馬 広二	体育学→身体教育学	2002年度～2004年度	工学院大学
競技における対戦相手に対する対人認知	三木 ひろみ	体育学	1998年度～1999年度	筑波大学
剣道具規格化にむけての面(突き垂・顎垂)の安全性に関する研究	百鬼 史訓	体育学	1998年度～1999年度	東京農工大学
武道(剣道)の普及・継続に関わる要因の調査研究-少年剣道を支援する大人の意識について-	浅見 裕	体育学	1997年度～1998年度	岩手大学
安全性からみた剣道用具の規格化に関する基礎的研究	百鬼 史訓	体育学	1996年度～1997年度	東京農工大学
更年期女性の骨強度・骨代謝マーカーに及ぼす身体活動量の影響に関する縦断的研究	鷲見 勝博	公衆衛生学・健康科学	1996年度～1998年度	中京大学

3) 挑戦的萌芽研究

課題名	代表者名	研究分野	研究期間	研究機関
東欧における武道文化拠点の形成 - ユーロ武道アカデミーの構築 -	酒井 利信	身体教育学	2012年4月1日～2015年3月31日(予定)	筑波大学
武道必修化に伴う初心者の指導法に関する研究-基本動作における指導手順の検討-	竹中 健太郎	スポーツ科学	2012年4月1日～2014年3月31日	鹿屋体育大学
力学モデルによるスポーツ動作の原理解明とその物理教育への活用	坂井 伸之	数理物理・物性基礎	2010年4月1日～2013年3月31日	山形大学→山口大学
刀剣の思想に関する融合的アプローチ研究	酒井 利信	身体教育学	2007年度～2009年度	筑波大学
エッジワークとしての武道の稽古法に関する社会現象学的研究	根上 優	スポーツ科学	2007年度～2009年度	宮崎大学
近世改革期における為政者の武芸嗜好に関する文献学的研究	菊本 智之	身体教育学	2004年度～2006年度	浜松大学

4) 若手研究 (B)

課題名	代表者名	研究分野	研究期間	研究機関
学校管理下のスポーツにおける死亡・障害事例の分析：根拠に基づく実態解明と安全対策	内田 良	スポーツ科学	2012年4月1日～2016年3月31日(予定)	名古屋大学
高速展開スポーツにおける注意配分と動作停滞の関連	奥村 基生	スポーツ科学	2011年4月28日～2013年3月31日	静岡大学
英国の大学剣道における指導上の問題点とその改善に関する方法論的・文化論的研究	本多 壮太郎	身体教育学	2010年度～2011年度	福岡教育大学
英国大学剣道の普及・活動状況と修練における方法論的・文化論的研究	本多 壮太郎	身体教育学	2008年度～2009年度	福岡教育大学
高速展開スポーツにおける失敗回避法	奥村 基生	スポーツ科学	2006年度～2007年度	筑波大学

5) 奨励研究

課題名	代表者名	研究分野	研究期間	研究機関
近世後期の武芸における中部地方の展開に関する文献学的研究	山田 智之	体育学	1999年度～2000年度	浜松大学
修験道思想にみられる刀剣観に関する研究	酒井 利信	体育学	1997年度～1998年度	筑波大学
近世後期における東海地方の武芸に関する文献学的研究	菊本 智之	体育学	1997年度～1998年度	常葉学園浜松大学→浜松大学

課題名	代表者名	研究分野	研究期間	研究機関
競技スポーツ選手のコンディション評価と健康管理に関する研究	和久 貴洋	体育学	1995年度	東京大学
武道の戦後改革に関する実証的研究-GHQの大日本武徳会解体政策の分析-	坂上 康博	体育学	1993年度	福島大学
京都武道専門学校創立から廃校までの歴史的研究	金木 悟	体育学	1986年度	東海大学
近代における武道教員養成の研究(大日本武徳会武道専門学校を中心として)	中村 民雄	体育学	1985年度	福島大学
幕末武道の変質過程に関する研究	榎本 鐘司	体育学	1979年度	南山大学
幕末武道の変質過程に関する研究「とくに幕末伝書中にみられる剣術論を中心として」	榎本 鐘司	体育学	1978年度	南山大学

6) 一般研究 (B)

課題名	代表者名	研究分野	研究期間	研究機関
立位姿勢の保持機構の解析に関する研究	黒田 英三	体育学	1990年度～1991年度	大阪大学

7) 一般研究 (C)

課題名	代表者名	研究分野	研究期間	研究機関
剣道の熟練度と右脳, 左脳の活性度との関係に関する研究	橋爪 和夫	体育学	1995年度	福井工業高等専門学校
中国地方にみられる武芸流派の文献学的研究	藤堂 良明	体育学	1994年度	筑波大学
我が国における武芸流派の文献学的研究-仙台藩を中心に-	藤堂 良明	体育学	1993年度	筑波大学
「日本のスポーツ」の生成・変容過程に関する社会学的研究	多々納 秀雄	体育学	1990年度～1992年度	九州大学
技の形成に及ぼす知識と意識の役割について	野村 幸正	心理学	1985年度～1986年度	関西大学

文責：軽米克尊

平成25年度 剣道専門分科会 事業報告

1) 総会の開催

平成25年9月12日(木)、筑波大学筑波キャンパス武道館において、平成24年度事業報告および平成24年度決算、平成25年度事業計画および平成25年度予算を審議し、承認した。

2) 日本武道学会第46回大会における分科会企画フォーラムの開催

下記の内容でフォーラムを開催した。

テーマ 「鹿島新當流剣術のわざをみる」

日時： 平成25年9月12日(木) 14:30-16:00

場所： 筑波大学筑波キャンパス 武道館

講師： 鹿島新當流剣術第65代宗家 吉川常隆氏

司会： 太田順康氏(大阪教育大学) 本多壮太郎氏(福岡教育大学)

3) 研究会の開催

下記の内容で研究会を開催した。

日時： 平成26年3月22日(土) 14:30-16:30

場所： 講道館2階 教室

講師： 百鬼史訓・日本武道学会会長

(全日本剣道連盟 普及委員会 学校教育部会 委員長)

演題： 「中学校武道必修化における、文部科学省から全日本剣道連盟への委託事業について(中間報告)」

内容： 1 都道府県教育委員会との連携構築について

2 授業協力者養成について

4) 幹事会の開催(3回)

下記の日時・場所で、幹事会を3回開催した。

平成25年 7月 6日(講道館)

11月16日(講道館)

平成26年 4月26日(工学院大学。3月22日開催予定を延期して実施)

※ 原則として、年4回全国理事会時にあわせて開催しているが、25年6月1日理事会のおりは国際会議開催準備のため、分科会幹事会は見合わせた。

5) 会報第11号『ESPRIT 2013年度版』の発行

会報第11号『ESPRIT 2013年度版』を、平成25年8月20日付で発行した。

6) ホームページ「KENDO ARCHIVES」の運営

ホームページ「KENDO ARCHIVES」(<http://www.budo.ac/kendo/>)を運営した。

7) 会費の徴収

平成25年度会費2,000円を徴収した。

8) 会員数

平成25年3月31日現在で、会員数は129名(うち名誉会員8名)となった。

以上

平成26年度事業計画

1) 総会の開催

下記の日時・場所において総会を開催する。

日 時： 平成26年9月11日（木）13:30～14:00

場 所： 福山市立大学 港町キャンパス研究棟1階「中講義室A」

議 題： 平成25年度事業報告および平成25年度決算（案）、
平成26年度事業計画（案）および平成26年度予算（案）ほか

2) 日本武道学会第47回大会における分科会企画講演会の開催

下記の内容で、講演会を開催する。

テーマ： 「脳を活性化する剣道」

講 師： 医学博士 日本外科学会専門医 中四国学生剣道連盟会長
剣道範士八段 湯村 正仁 先生

司 会： 坂東隆男幹事（大阪大学）

日 時： 平成26年9月11日（木）14:00～15:30

場 所： 福山市立大学 港町キャンパス研究棟1階「中講義室A」

3) 研究会の開催

幹事所属大学の協力を得て、若手研究者育成を主眼にした研究会を、
平成27年1～3月の間に開催する。

4) 幹事会の開催

原則として、本部理事会開催日に幹事会を行う。

（5月、7月、11月、3月）

5) 広報活動の活性化

- ・ 剣道に関する学術情報の英訳をし、発信する。
- ・ 他学会及び海外研究機関との交流を活性化する。

6) 会報第12号『ESPRIT 2014年度版』の発行

会報第12号『ESPRIT 2014年度版』を発行する（8月発行予定）。

7) ホームページ「KENDO ARCHIVES」の運営

ホームページ「KENDO ARCHIVES」（<http://www.budo.ac/kendo/>）を運営する。

8) 会費の徴収

平成26年度会費2,000円を徴収する。

以上

平成25年度 剣道専門分科会 一般会計決算書 (平成25年4月1日～平成26年3月31日)

1.収入の部

科目	予算額	決算額	差異	摘要
1 前年度繰越金	38,646	38,646	0	平成24年度からの繰越金
2 会費	220,000	250,000	△ 30,000	会費2,000円×125口(25年度分79口、過年度分37口 未年度分9口)
3 本部助成金	50,000	100,000	△ 50,000	学会本部より助成金(分科会への定額補助50,000円+本会企画の一環につき分科会講師謝金50,000円)
4 広告収入	48,000	23,738	24,262	分科会HP、「剣道時代」バナー広告(前年(24年)度分)
5 寄付金収入	0	0	0	
6 特別会計より組み入れ	100,000	100,000	0	
7 利息	0	16	△ 16	分科会口座預金利息(4月1日:9円、10月1日:7円)
当期収入合計	456,646	512,400	△ 55,754	

(単位/円)

2.支出の部

科目	予算額	決算額	差異	摘要
1 研究助成費	150,000	160,000	△ 10,000	講師謝礼:46回大会分科会企画(100,000円)、研究会(10,000円)、テープおこし(50,000円)
2 広報活動費	10,000	0	10,000	
3 印刷・消耗品費	70,000	83,799	△ 13,799	会報印刷代・事務用品等
4 通信費	50,000	44,250	5,750	郵送料、切手・はがき代等
5 会議費	20,000	8,725	11,275	幹事会等会議費
6 交通費	70,000	41,000	29,000	幹事会等交通費
7 備人費	50,000	23,250	26,750	事務局および広報活動におけるアルバイト
8 予備費	36,646	0	36,646	
9 次年度繰越金	0	151,376	△ 151,376	平成26年度への繰越金
当期支出合計	456,646	512,400	△ 55,754	

(単位/円)

監査の結果、適正であることを証明いたします。

平成26年 9月2日

日本武道学会剣道専門分科会監事

八木沢 誠
 軽水 克尊



平成25年度 特別会計決算

1.収入の部			
科目	予算額	決算	摘要
1)前年度繰越金	500,000	500,000	
2)利息	0	192	
当期収入合計	500,000	500,192	(単位/円)
2.支出の部			
科目	予算額	決算	摘要
1)一般会計へ繰入	100,000	100,000	
2)研究助成費	300,000	0	国際学術交流の推進(講師交通費、謝金等)
3)広報活動費	100,000	0	剣道に関する学術情報の英訳
4)予備費	0	0	
当期支出合計	500,000	100,000	(単位/円)
当期 差し引き残高(繰越金)		400,192	

平成26年度 剣道専門分科会 一般会計予算書

(平成26年4月1日～平成27年3月31日)

1.収入の部

科 目	予算額	前年度予算額	差異	摘 要
1. 前年度繰越金	151,376	38,646	112,730	平成25年度からの繰越金
2. 特別会計より組入	0	100,000	△ 100,000	
3. 会員会費	220,000	220,000	0	2,000円×110口
4. 本部助成金	50,000	50,000	0	学会本部より助成金
5. 広告収入	48,000	48,000	0	ホームページ、バナー広告 2,000円/月 23年度 25年分
当期収入合計	469,376	456,646	12,730	

(単位/円)

2.支出の部

科 目	予算額	前年度予算額	差異	摘 要
1. 研究助成費	150,000	150,000	0	第47回大会分科会企画、及び研究会の助成金
2. 広報活動費	10,000	10,000	0	恒常的広報活動への助成
3. 印刷・消耗品費	80,000	70,000	10,000	会報印刷代、事務用品等
4. 通信費	50,000	50,000	0	郵送料、切手・はがき代等
5. 会議費	20,000	20,000	0	幹事会等会議費
6. 交通費	100,000	70,000	30,000	幹事会等交通費
7. 備人費	50,000	50,000	0	事務局および広報活動におけるアルバイト
8. 予備費	9,376	36,646	△ 27,270	
当期支出合計	469,376	456,646	12,730	

(単位/円)

平成26年度

特別会計予算書

1.収入の部				
科 目	予算額			摘 要
1) 前年度繰越金	400,192			
2) 印税収入	-			
当期収入合計	400,192			(単位/円)
2.支出の部				
科 目	予算額			摘 要
1) 一般会計へ繰入	0			
2) 研究助成費	300,000			国際学術交流の推進(講師交通費、謝金等)
3) 広報活動費	100,000			剣道に関する学術情報の英訳
4) 予備費	192			
当期支出合計	400,192			(単位/円)

会則の改正について（会費未納者に関する事項）

平成26年7月19日開催の第2回幹事会において検討承認され、9月11日に開催された第47回大会時総会において提案承認されました、会費未納者に関する会則改正について、具体的文言を以下のようにさせていただきます。

- ・第6条として以下の文言を追加する。
「第6条 2年間連続して年会費を未納の者で、督促に応じない場合は、会員資格を失うものとする。」
(第7条以下、各条の番号を順に送る。)
「付則 5. 本会則は平成26年9月11日に一部改正。」

事務局だより

本年度より事務局を引き継ぎました。会員の皆様の研究活動が円滑かつ活発に行われますよう、微力ながらお手伝いさせていただきたいと思っています。特に若い研究者の皆さんに積極的な参加を促しつつ、研究会自体の裾野が広がるよう、事務サイドから協力させていただければと考えています。

今回のESPRIT2014では、内容を更に充実させるため、特集「科研費採択状況について」を掲載しました。今後も会員の皆様のデマンドに沿った特集を組んでいければと考えておりますので、アイデアをお寄せいただければ幸いです。

また既にご存知のように、本年5月に第16回世界剣道選手権大会が日本で開催されます。これに際して剣道専門分科会では、日本文化としての剣道を世界に発信するための企画を計画しています。詳細が決定しましたら改めてご案内させていただきます。是非とも多くの会員の方々に参加していただきたく存じます。

国や年代、その他様々な垣根を越えて、会長の提言する「剣の理法」をどう読み解くかということについて、大いにディスカッションするための、楽しく充実した雰囲気を作っていきたいものです。更なるご指導ご協力をいただければ幸甚です。

事務局長
酒井 利信（筑波大学）



日本武道学会剣道専門分科会事務局

〒305-8574 茨城県つくば市天王台1-1-1

筑波大学体育系 酒井利信研究室気付

E-Mail: sakai@taiiku.tsukuba.ac.jp