

やま なみ 岩 脈

YAMANAMI 2017年12月 No.85

編集・発行：

岩手県武術太極拳連盟

〒020-0807

盛岡市加賀野2-9-14

019-654-1265（高橋方）

発行人：立身 政信

発行日：2017年12月31日

（毎年3回発行）

<http://iwtf-j.sakura.ne.jp/>

岩手から世界へ!

国際大会である「世界武術選手権大会」と「アジアジュニア武術選手権大会」が9月に行われ、代表に選ばれた本県の2人の選手が素晴らしい成績を収めました。齋藤志保選手、古川萌華選手、おめでとうございます!



齋藤志保選手

《第9回アジアジュニア武術選手権大会》9月17日～20日 韓国・亀尾市

古川萌華選手 長拳 3位(9.32) 剣術 3位(9.23)
[B組13～15歳] 槍術 2位(9.40)

《第14回世界武術選手権大会》9月29日～10月3日 ロシア・カザン

齋藤志保選手 太極拳 3位(9.62)
太極剣 3位(9.53)



齋藤志保選手

古川萌華選手よりコメントをいただきました



古川萌華選手

今大会は、人生2回目となる国際大会でした。4日間のうち、1日目に長拳B、B剣術があり、2日目にB槍術がありました。

B剣術は、3種目のうち、一番最初に出場した種目です。最初の種目なので会場の雰囲気になじめないと思いました。飲まれることなく、リラックスしてアップすることが出来たので、本番も程よい緊張の中、演武することが出来ました。

長拳Bは2番目となる種目でした。他の種目とは違い、身体全体で演技し、跳躍も沢山飛ばないといけないので、「アップを沢山やろう」というように、自分が今何をしないといけないのかをしっかりと把握し、準備することが出来ました。

B槍術は最後となる種目でした。槍は、機械の中では一番得意とする機械です。アップをとっていた時に、「ああ、もう最後か」と思い、いつもよりも沢山アップしました。槍は3種目の中で一番点数が高かったため、「よかった!」と思いました。

今回このような結果が出たのは、たくさんの方々が支えてくださったお陰です。皆さんがいなかったら、国際大会に行くことができませんでした。本当にありがとうございます。そして次の目標は、来年のJOCで入賞し、世界大会に出場することです。皆さんこれからも応援よろしくお願いします!

古川 萌華



いつでもチャレンジ! いつまでも仲間!

第29回 岩手県民長寿体育祭 太極拳交流大会

第29回岩手県民長寿体育祭 太極拳交流大会は9月3日(日)に岩手県営武道館にて、延べ267名の選手が参加して開催されました。

開会式では最高齢選手として、工藤静江さんと千葉愛子さんが表彰されました。ねんりんぴっく予選部門1チーム、個人部門は60歳代・70歳代・80歳以上の3部門合わせて12名、集団競技部門では25チームが2部門に分かれて、日頃の鍛錬の成果を発揮しました。

初めて個人戦でコートを踏む、初めての顔合わせのチームで出場する、新しい拳式にチームで取り組む等々、チャレンジは千差万別千載一遇。そして共に取り組む仲間と、いつでも。いつまでも。今年も清々しい初秋の日となりました。



◆ねんりんピック予選部門(エントリー／1チーム)

順位	チーム名	所属	得点
第1位	セブンスピリッツ	岩手県太極拳協会・月が丘太極拳クラブ 青山太極拳クラブ	8.68

◆最高齢者賞
工藤 静江さん 82歳
 (西根太極拳サークル/写真左)
千葉 愛子さん 83歳
 (北上太極拳同好会/写真右)

おめでとうございます

◆個人競技部門 60歳代の部(エントリー／5名)

順位	氏名	所属
第1位	馬場 光子	岩手県太極拳協会
第2位	大西 タイ	北上太極拳同好会
第3位	村瀬 敏子	北上太極拳同好会

◆個人競技部門 70歳代の部 (エントリー／5名)

順位	氏名	所属
第1位	和田 顕正	遠野市太極拳連盟
第2位	渡邊 修司	のぎく太極拳倶楽部
第3位	大塚 義範	岩手県太極拳協会

◆個人競技部門 80歳以上の部 (エントリー／3名)

順位	氏名	所属
第1位	千葉 愛子	北上太極拳同好会
第2位	小笠原 勇次郎	愛宕太極拳クラブ
第3位	佐々木 貞子	遠野市太極拳連盟

◆集団競技部門 第1部 (エントリー／11チーム)

順位	チーム名	所属
第1位	ムーンスターズ	月が丘太極拳クラブ
第2位	ウエスタンフラワー	西部太極拳同好会
第3位 (同順位)	こまくさ	西根太極拳サークル
	むらさき	遠野市太極拳連盟



◆集団競技部門 第2部(エントリー／14チーム)

順位	チーム名	所属
第1位	アイベックス	岩手県太極拳協会
第2位	華	北上太極拳同好会
第3位	盛岡太極拳倶楽部	盛岡太極拳倶楽部



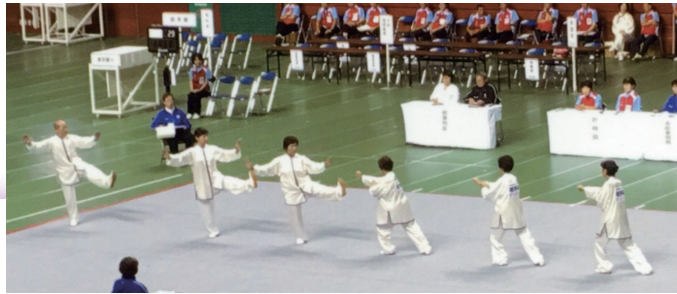


ねんりんピック秋田2017

～チーム北上 心をひとつに～



「第30回全国健康福祉祭 ねんりんピック秋田2017」太極拳交流大会は、9月10日(日)に秋田市立体育館(通称:CNAアリーナ★あきた)にて行われました。隣県での全国規模の大会ということで本県よりも多数の方が応援に駆け付け、岩手県代表として出場した「チーム北上」へ、暖かい声援と拍手が送られました。



大会は一生の宝

「太極拳を続けてよかった!」限られた曜日と時間の中で苦しいけど楽しく練習した事、そして大会では、緊張しながらも精一杯の表演ができた。反省混じりであるが笑顔の満足感であった。

昨年の予選会后12月から体作りが始まった。軸が取れてない、ゆっくり均一に緩めながら、つなげて広げる…全くダメ!足裏から!空の手を無くす!肘が伸びきってる!手首を緊張させない!眼・身法を協調させ動作を揃えて一致させる…あーあ。理解と習熟なのですが各々定式もあいまいで見直しから始まりお互い意識して厳しく練習してきた。教室では、のりこ先生の指摘指導を頂き確実化していくように…このような過程を経てようやく落ち着いた気持ちで套路を流せるようになって皆の心が一つになった。「自信をもって頑張ろう!!」と大会に挑みました。

やはり緊張で足が上がらなかった、ちょっと自分だけ早かったなどの反省が出ましたが参加して良かった。「よく頑張ったよね。」ホッとした笑顔。

全国レベルの演武を見て感動し、同時に参加した。

これも一生の宝となるでしょう。

教室の皆さんはもちろん、県内の多くの方々、教室の先生方も応援に来てくださりとても心強く競技出来たことに心から感謝いたします。

皆さん本当にありがとうございました。

チーム代表 平野 イセ

来年の第31回ねんりんピック太極拳交流大会は、2018年11月4日(日)に富山で行われます。次の出場チーム「セブンスピリッツ」(岩手県太極拳協会・月が丘太極拳クラブ・青山太極拳クラブ 合同)、頑張ってください!

太極拳と健康 に関する アンケート結果報告

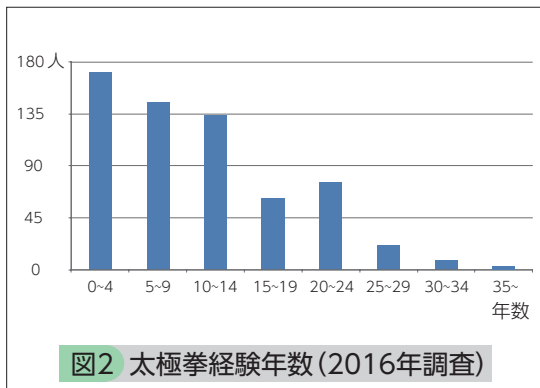
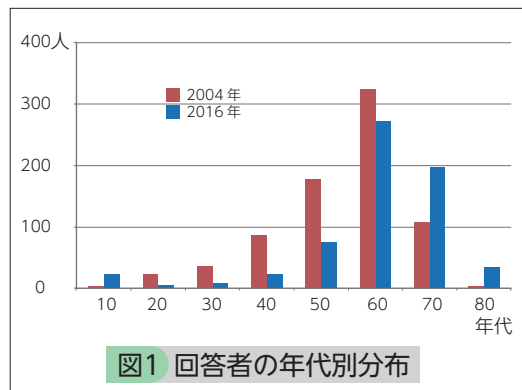
医・科学委員会



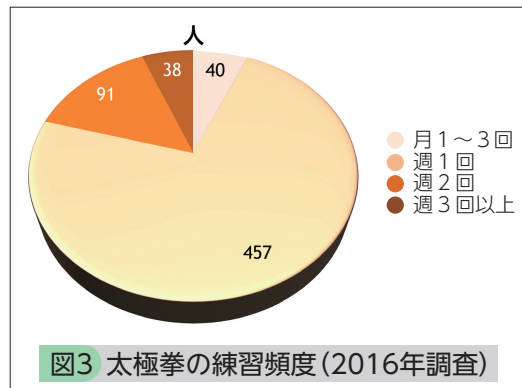
昨年、太極拳に親しんでいる岩手県連盟会員の皆様に、太極拳と健康に関するアンケート調査を行いました。大変遅くなりましたが、その結果をご報告致します。

このアンケートは、2004年にも行

いましたので、12年を経たの比較もしてみることになりました。今回(2016年)の調査では回答者数が644名で、年齢不詳の方を除くと前回より若干少ないのですが、最も大きな変化は高齢化でした。図1にみるように、60歳代が最も多いのは同じですが、次に多いのが12年前は50歳代だったのが、今回は70歳代であり、80歳以上の方も34人に及んでいました。若年層では10歳代の方が多くなってはいますが、20歳代は減少し、30～50歳代の壮年層が減少していました。まさに日本の人口構造が反映されており、このまま推移すると会員の急激な減少が危惧されます。



太極拳の経験年数は、図2に示すように前回に比べて20年を超える人が100人以上と多くなりました。



回答者の練習状況は、前回とほぼ同様で、図3に示すように週1回の方が圧倒的に多く、73%を占めていました。週2回以上練習している人は21%、週1回に満たない人は6%でした。

訴える人が多い「肩こり」「腰痛」「膝痛」について、もともと持っていた方が太極拳を始めてからどのようになったかを質問しましたが、次のような結果でした。

図4に示すように、もともと「肩こり」を持っていた方は206人(32.0%)いましたが、このうち53人(25.7%)が「治った」、108人(52.4%)が「軽くなった」、40人(19.4%)が「変わらない」と答えていました。「悪化した」という人は2人でした。前回に比べて「治った」と「変わらない」がやや減少し、「軽くなった」が増加しました。

図5に示すように、もともと「腰痛」を持っていた方は188人(29.2%)いましたが、このう

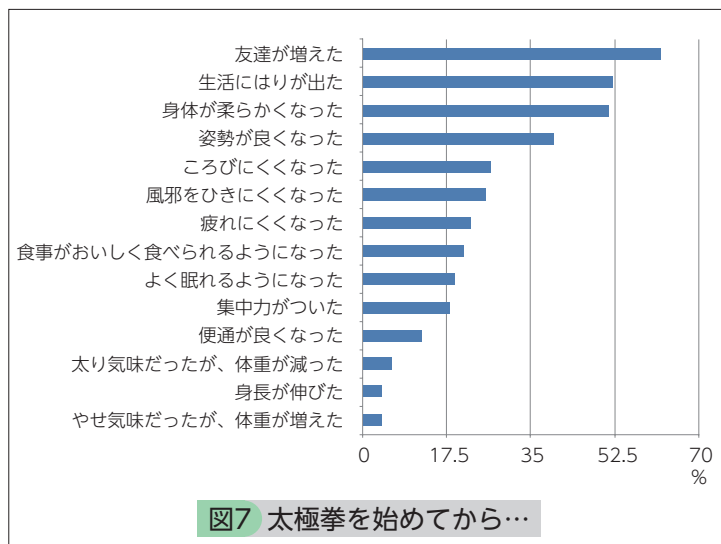
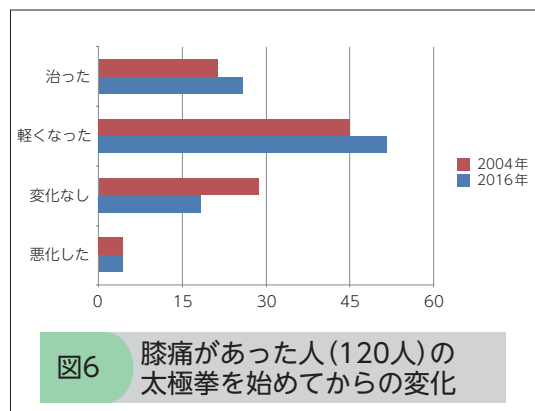
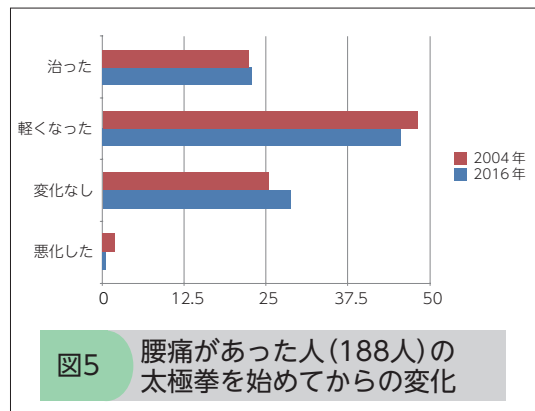
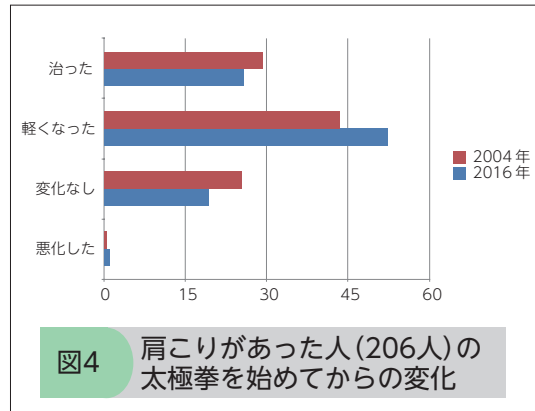
ち43人(22.8%)が「治った」、86人(45.6%)が「軽くなった」、54人(28.7%)が「変わらない」と答えていました。「悪化した」という人は1人でした。前回に比べて「軽くなった」がやや減少し、「変化なし」がやや増加しました。

図6に示すように、もともと「膝痛」を持っていた方は120人(18.6%)いましたが、このうち31人(25.8%)が「治った」、62人(51.7%)が「軽くなった」、22人(18.3%)が「変わらない」と答えていました。「悪化した」という人は5人(4.2%)でした。前回に比べて「治った」と「軽くなった」が増加しました。

太極拳をはじめてから、膝の痛みが治ったか軽くなった人が前回よりも増加傾向にあることは注目すべきことです。自由記載として、太極拳をはじめてから身体に何か悪いことがあったかという質問に約20件の回答がありました。そのうち9件が膝痛でした。前回も16件の回答中11件が膝を痛めたというものでした。太極拳を学ぶ上で、最も注意しなければならないことが膝を痛めないようにすることであると言えるでしょう。その膝痛が、逆に改善あるいは軽減する人が増えたということは、指導員の力量が向上した結果であると考えられそうです。指導員資格を持つ方々は、自信を持ってより多くの人々に太極拳を伝えていただきたいと思えます。

この他、太極拳をはじめてからの身心等の変化

を聞いてみましたので、図7にその結果を示しました。最も多かったのが「友達が増えた」で60%以上、次いで「生活にはりがでた」が52%、「身体が柔らかくなった」が51%と半数を



を超える方々に挙げられていました。「姿勢が良くなった」も40%と多く、他にも様々な良い変化が20%前後の方々から挙げられていました。一方、身長や体重の変化を挙げる人は数%にとどまっていた。皆さんはいかがだったでしょう？

最後になりましたが、アンケート調査に御協力をいただいた皆様に心から感謝申し上げます。

この地で、 同じブロックの 仲間たちと—



第13回 東北・北海道ブロックジュニア武術太極拳競技大会

10月15日(日) 福島市国体記念体育館

10月15日、福島市において、同大会が開催されました。

2011年、東日本大震災のおきたあの年、この大会はこの福島市の会場で行われるはずでした。それから6年経ったこの日の開



催にあたり、震災の苦しみや課題が山積する中、言い尽くせないご苦勞を思いました。大会や合宿で年に数回会う選手達ですが、同じ武術をする「仲間」として、これからも助け合い、繋がって行って欲しいと願う日でした。



種目	順位	氏名	得点
女子長拳B	第1位	八重樫華凜	8.60
女子長拳B長器械	第1位	八重樫華凜	8.56
女子長拳B短器械	第1位	八重樫華凜	8.60
	第3位	和野 絢	8.41
女子初級長拳	第1位	古川 莉世	8.70
	第2位	八重樫優希	8.50
女子初級長器械	第1位	古川 莉世	8.55
	第2位	八重樫優希	8.43
女子初級短器械	第1位	古川 莉世	8.51
	第1位	齋藤 優芽	8.73
女子総合太極拳	第2位	森 風姫子	8.65
	第1位	齋藤 優芽	8.88
女子42式太極剣	第2位	鎌田有希奈	8.45
女子32式太極剣	第1位	八重樫優希	8.55
	第2位	和野 佳歩	8.48
男子長拳B	第1位	風祭 奏	8.61
	第6位	三浦 大晟	8.41
男子長拳B短器械	第1位	風祭 奏	8.58
男子初級長拳	第8位	古川 湖貴	8.40
男子初級長器械	第5位	和野 弦太	8.40
男子パンダ長拳2組	第1位	川村 心輝	8.20
男子総合太極拳	第1位	田中 翔月	8.65
男子42式太極剣	第1位	田中 翔月	8.60
男子ジュニア太極拳1	第1位	古川 湖貴	8.25

※いずれも所属は岩手県太極拳協会

茨城国体公開競技「武術太極拳」ブロック選抜プレ大会開催

10月14日(土)、国体種目での初めての大会が開催されました。会場は翌日に行われた東北・北海道ブロックジュニア大会と同じ福島市国体記念体育館、経年してはいますが印象は新しくよい会場でした。当日は気候も悪くなく、練習会場も広々と使え、運営もスムーズに進み無事終了できたことは選手・関係者の皆様のご協力のおかげと感謝申し上げます。審判の打点方法も国際大会に近く、選手にとっては今後の練習の糧になると思われまます。今回は、選抜プレ大会との位置づけで、選手数がごく少数の参加となりました。初めての大会に勇気をもってエントリーしていただきました本県3選手には重ねてお礼申し上げます。2019年度の公開競技に向け、来年度の秋田県で開催予定の選抜大会には多数のご参加を、該当年齢の選手・指導の先生方にはご協力いただきたいと思います。

「国体の公開競技として、各県の名前を背負った選手が集い、演武する。それをまた、応援し盛り上がる大会になることを考えるとわくわくします。」本大会の審判長である、及川佳織先生が大会後お話ししていました。新しく立ち上げることには苦労はつきものです。国体の正式種目となれば、競技人口の増加及び若年層の開拓などプラスになっていく事は多いと思われまます。岩手県のこれからの担う選手にはぜひチャレンジを、惜しくも該当年齢を通過してしまった先輩方にもサポートをお願いいたします。

最後になりますが参加して下さった選手の成績をご報告いたします。

種目名	順位	氏名	所属	得点
シニア男女 太極拳推手規定套路	第2位	小澤 房枝 佐藤 美知友	花巻市太極拳連盟	8.23
成年女子 国際第1長拳套路(長拳B套路)	第2位	中村 怜菜	盛岡市太極拳連盟	7.37

国体準備委員会 委員長 樋口佳奈子

平成29年度 第2回理事会

平成29年8月27日(日)、アイーナにて標記理事会が開催されました。出席は会長、副会長2名、理事13名、監事1名、審判委員会委員長、国体準備委員会委員長で、委任状提出理事は7名、事務局出席は12名でした。立身会長挨拶の後、報告と審議が行われました。

- 報告**
- (公社)日本武術太極拳連盟第6回定時社員総会・第23回中央技能検定委員会全体会議
 - ・2016年度事業活動報告決算報告を承認。ねんりんピック服装規定が今年の秋田大会から改正。
 - ・来年の全日本武術太極拳選手権大会は「武蔵野の森総合スポーツプラザ」が会場になる。
 - ・日本連盟本部研修センターは「日本連盟トレーニングセンター」に改称し事務局を移設。
 - 2017年度東北・北海道ブロック第1回ブロック合同会議について。
 - ・本部研修会の参加費補助を従来の3万円×2回から2万円×2回に減額。
 - ・国体選抜プレ大会の負担金は各道県一律10万円、出場料は1種目1,500円。
 - 第34回全日本武術太極拳選手権大会入賞者について
 - 「日本連盟創立30周年記念式典」(全日本武術太極拳選手権大会最終日に挙行)について
 - ・川島理事長出席、各加盟団体へ記念の盾が贈られた。県連から祝金2万円を支出。
 - 「第9回アジアジュニア武術選手権大会」B組女子長拳・剣術・槍術に古川萌華選手代表決定。
「第14回世界武術選手権大会」女子太極拳・太極剣に齋藤志保選手代表決定。両選手に県連

から2万円の激励金を支出。立身会長と古川選手が県体協と盛岡市体協を表敬訪問した。

議事 <第1号議案>「第25回岩手県武術太極拳選手権大会」開催要綱(案)について

審判委員会委員長とジュニア普及委員会委員長から、個人交流部門に国際第3套路太極拳と国際第3套路長拳の追加、少年長拳の削除が提案され、承認されました。

<第2号議案>技能検定委員会 講師ユニホーム購入について

技能検定委員会委員長の説明の後承認されました。

<第3号議案>太極拳普及活動の状況について

遠野市と奥州市と久慈市での活動が報告されました。今後普及活動の円滑な推進のため、川島潔子理事長、岩根節子技能検定委員会委員長、高橋セイ子指導員委員会委員長の3名を「普及活動担当者」とすることが提案され、承認されました。

- その他
- ・「ねりんピック秋田2017」に応援参加の呼びかけがありました。
 - ・5月27・28日に行われた強化講習会の収支について報告がありました。
 - ・会報「岩脈」No.84の検定合格者の間違いについて訂正がありました。
 - ・国体準備委員会委員長から「国体選抜プレ大会への本県からのエントリーは長拳B1名・推手1組のみだったが次年度の秋田大会にはより多くの選手を出したい」と喚起がありました。
 - ・県スポーツ振興事業団主催初心者向け太極拳教室の紹介等、情報伝達と意見交換がありました。
- 小原副会長の挨拶の後、理事会を閉会しました。

☯ 合格おめでとうございます ☯

■ 太極拳技能検定 4段 合格者

【盛岡市太極拳連盟】 中村ケイ子、内藤 律子、小原 のり子、池野 蓉子

■ 太極拳技能検定 1級 合格者

【盛岡市太極拳連盟】 大坪 幸子、小河原 信子、野口 則子、和野 絢、村上 福導

【北上太極拳同好会】 小原 牧子、昆 政弘

【千厩太極拳同好会】 佐々木 善子 【陸前高田太極拳クラブ】 菅原 正治

※前号で掲載させていただいた合格者の欄に間違いがありましたので、お詫びして訂正致します。

- お名前が抜けていましたので今回記載させていただきました。

■ 太極拳技能検定 4段 合格者 【盛岡市太極拳連盟】 中村ケイ子

- 所属団体名とお名前の字が間違っていました。

■ 公認太極拳 A級指導員 合格者

【盛岡市太極拳連盟】 和田 顕正 → 【遠野市太極拳連盟】 和田 顕正

【遠野市太極拳連盟】 堀籠 雄 → 【盛岡市太極拳連盟】 堀籠 雄

■ 公認太極拳 C級指導員 合格者

【盛岡市太極拳連盟】 田名部 滋子 → 田名場 滋子

◆あとがき◆ 今年、職場の駐車場が遠くなり、運動になるからいいか~と思ってましたが、この寒さで、氷上をバランスをとりながら必死に歩くという緊張の日々です (汗 (c.a))