

居合道を続けて17年、全剣連の「六段審査」に、「2回目」の挑戦！！

2024年7月2日（火）の稽古が待ち遠しく、前週の6月28日（金）に、福岡県久留米市総合スポーツセンターで、全日本剣道連盟による「六段審査」に挑戦した「結果」について、教師七段の伊藤四朗先生にご報告しました。

伊藤先生は、私の「不合格」を予見されていたかの如く、「六段審査」に挑戦して「及ばなかった課題」を「リストアップ」しましょう！
そして、5か月後の11月30日（土）、東京都江戸川区スポーツセンターでの「六段審査」に向けて、「課題克服の稽古」をしましょう！
とのアドバイスを頂きました。

初めての「六段挑戦」で、自分を客観視する余裕は、全くありませんでしたが、考えに考えた末、下記5点を「リストアップ」

- ①「床がベタベタ」でも、スリ足ができるよう、対策を講じる
- ②「前後左右」に反転時の、「重心移動」、「足の運び」を「滑らか」に
- ③「教本と指導書」の「一字一句」を精読し、忠実に「体現」する
- ④「抜き付け」は「鋭く」、「剣先」は「正確な位置」に「止める」
- ⑤「切り下ろし」は、「両肘」を耳に、頭上から大きく、「刃筋」を通す

（1）素晴らしい「足裏の効果」を見つけた、「幸運」！！

6月28日の「七段審査」に合格した方から、ベタベタの床でもスリ足ができる「極めて貴重な情報」を入手、即刻マツキョで「フットデオドラントスプレー」を買ってきました。

7月2日（火）の稽古では、「足の裏」に「フットデオドラントスプレー」をたっぷり吹き付けて試したところ、夢のように「スリ足が出来る」ようになり、予想を遥かに超えた、「抜群の効果」を実感しました。

意を強くし、毎回の稽古には、必ず足の裏に「フットデオドラントスプレー」を吹き付けた結果、抜き付けの「スリ足」のみならず、「前後左右」に反転時の「重心移動」、「足の運び」も、見違えるように滑らかになりました。

（2）「六段審査」の「課題克服」に向けて、「稽古、稽古」！！

2024年7月2日から始めた、「六段審査」に「再挑戦」への「課題5点」は、何れも簡単なことではなく、まずは「体幹の強化」に努めました。

体幹の強化は、背筋を伸ばし、腰を落とし、膝を緩め、両足は10cm程広げて平行に、頭を上下しない、踵を付けないつま先で、毎日一時間余7,000歩人通りの無い通りでは、「後ろ歩き」を行い
途中の公園では、鉄棒にぶら下がり、両肘を両耳に付けて、「肩と肩甲骨」の「可動領域」を鍛えた。

加えて、「制定技 12 本」の「教本と指導書」は、何処に行くにも肌身離さず、寸暇を見付けて、「一字一句」を反復・精読した。

「火木」の自主稽古では、「課題克服」を念頭に、「教本と指導書」を読み解きながら、敢えて「緩やかな動きの稽古」をしました。

「早い動きの稽古」は簡単ですが、「緩やかな動きの稽古」は、非常に難しく、体幹がしっかりして「技の基本」が出来ていないと、「下手さ」が目立ちます。

教師七段の伊藤先生は、ご自身が、12 月 1 日（日）の「八段審査」に挑戦の稽古をされている中で、時々、私の稽古をご覧になられたうえ、「体裁き」や「剣先」の動きに対し、具体的に細かい修正の「ご指導」を頂きました。

★台東支部の「火木土」の「稽古」は？

- 毎週「土」は、13：00～17：00 までの 4 時間、「合同稽古」と称し、
会員全員が参加しての「団体稽古」
- 毎週「火木」は、18：00～21：00 までの 3 時間、「自主稽古」と称し、
参加が自由の「個人稽古」
- 毎週「月水金」は、一人だけで、柏市剣道場（2 時間 280 円）を借りて、
伊藤先生からご指導を頂いた「課題克服」の稽古

★居合道は、どんな「稽古着」？

居合道の稽古着は、一年を通して、「白」or「黒」の「胴着、袴、角帯、襦袢、膝当て」の 5 点です。 足は、一年中「素足」です。

稽古に必要な「一人当たりの占有面積」は、「縦 4 間、横 3 間」程です。

「狭い面積」の中で、何時間も動き回ります。

このため、「夏場の稽古場」は、汗がしたたり落ちて「床がベタベタ」になり、「襦袢は、びしょびしょ」になります。

反対に、「冬場の素足」は、「足裏がガサガサ」に、「踵と親指」に「ひび割れ」、「小指と薬指」に「霜焼け」、これが結構痛いです。

（3）予期せぬ「伊藤先生の仰せ」に、「只々、感動と感激」！！

「六段審査」まで 3 か月となった 9 月 3 日（火）に、伊藤先生からお呼び出しを受けました。

そして、過去に実施された「六段七段八段の審査」の「指定技 6 本」について、伊藤先生が自らお調べになられた、「過去 24 回分の指定技一覧表」を、お見せ頂きました。

更に、「稽古の方法」は、

- 9 月～11 月の 3 か月の「火木」の稽古 24 回は、18：00 から「45 分間」は、
「課題克服」の「自主稽古」とし、「心技体の充実を図る」こと
- 18：45 から「7 分間」は、「模擬審査」を行います

- 模擬審査の「指定技」は、過去の「指定技一覧表」の中から、「1個を抽出」し、直前に伝えます
- 模擬審査の終了後には、「指定技6本の細部」に互って指導します

伊藤先生が、私の「六段審査」への再挑戦に対し、ここまで「お心にお掛け」頂いていることを知って、「只々、感動と感激」で、感謝の申し上げようもなく、涙の出る思いでした。



(4) 9月から「心が煮詰まる」思いの、「稽古、稽古、稽古」！！

9月から「火木」は、18:00から45分間、「体を慣らし」、「制定技12本」の一本一本に細心の注意を払った稽古をし、「心技体の充実」を図った。

18:45に、伊藤先生から「指定技6本」が伝えられ、7m先の正面の椅子に、伊藤先生が座って、ストップウォッチで計測される中、「7分間」の「模擬審査」に臨んだ。

「模擬審査」の終了後は、①「演武前」の携刀姿勢、入場姿勢、刀礼の注意点、②「各技の完成度」を上げる、実に細部にわたる注意点、③「精神の内面」は、「常に冷静」に、「全身に神経」を張り巡らし、④「外見上」は、「厳しい目付け」、「氣勢と気迫」など、非常にきめ細かいご指導を頂きました。

メンタルに弱い私には、「火木」の模擬審査、「土」の全体稽古、「月水金」の一人稽古、加えて、肌身離さず「教本と指導書の精読」が続き、11月中旬には、重圧で「心の芯」が、折れそうになりました。

伊藤先生は、私の重圧を察知されてか？ 11月14日（木）の「模擬審査」の後のご指導時に、「見違えるように良くなった！」、「あと半月だ、頑張ろう！」と「お褒めの言葉」を頂いた時には、「天にも昇る嬉しさ」に、心の重圧が一気に吹き飛びました！！

★都剣連が、「六段挑戦者37名」に対し、「受審者講習会」を開催

東京都剣道連盟は、「六段審査」の「挑戦者37名」に対し、10月5日（土）に、足立区綾瀬の東京武道館で、「受審者講習会」を開催した。

伊藤都剣連会長の挨拶

「六段審査」は、「五段まで」の延長線上ではない！

「六段合格者」は、一人前の指導者となる！ 心して受審するように！

畑中副会長の挨拶

東京都剣道連盟の「六段挑戦者」は、合格率が非常に低い！

普段から真剣な稽古に励み、覚悟を持って受審するように！

久米田先生の実技指導

「仮想敵」を意識した「氣勢と気迫」の「真剣勝負」の演武が「重要」

「目」が下を向いたり、「迫力」が途切れた演武は、審査員に直ぐ判る

「合否」は、最初の「一本目の技」の「出来栄え」で、ほぼ決まる

（5）審査前に、稽古時と同じ「事前準備」が、出来ました！！

11月30日（土）は、「六段審査」の「受付時間12:00～12:30」の2時間前に、東京都江戸川区スポーツセンターに到着

「六段審査」が2回目の今回は、余裕を持って「着替え室」、「準備稽古の剣道場」、「審査会場の隅々まで」確認した。

更に、「事前準備」は、

- 「足の裏」に、たっぷり「フットデオドラントスプレー」を吹き付け、
- 「着付け」は、胴着は「両腕が頭上」に上がる、袴は「刀が水平」に刺せるなど、あらゆる確認をしながら、「入念に着付け」を行った
- 「剣道場での準備稽古」は、「火木」の稽古と同じ、45分間の「準備稽古」を行い、「万全の体調」に仕上げた

（6）「大勢の挑戦者」と「2つの会場」の「審査の進め方」

東京開催は、地方開催に比べて、全国各地から参加し易く、11月30日（土）東京都江戸川区スポーツセンターでの「六段審査」の挑戦者は、福岡県久留米市の80名に比べて、「2,5倍強」の「212名」が参集

このため、審査会場は、「第一会場」と「第二会場」の2か所で審査

挑戦者212名は、高齢順に「交互」に、「106名」ずつ「2列」になり、「1列目」は、ゼッケン番号「1A～27D」を胸に、第一会場に整列
「2列目」は、ゼッケン番号「51A～77D」を胸に、第二会場に整列
「1A～10D」「51A～60D」の両40名が、会場の「椅子」に着席

13:00に、「指定技6本」は、「1, 5, 6, 8, 9, 10本目」と発表

第一会場と第二会場の「両審査委員長」は、夫々立ち上がって、「入場」の号令に、**1 A～1 D、5 1 A～5 1 Dの両4名**は、「開始線」に入場「始め」の号令に、「7分間」の「指定技6本の演武」を開始「交代」の号令に、「演武を終えた1組目の4名」は退場、2組目の4名が入場

10組40名は、「演武」が終了の後、係員の誘導で、審査会場から退出し、入れ替わって「1 1 A～2 0 D」「6 1 A～7 0 D」の両40名が、会場に入場

★「六段審査」の「受審資格」は？

- ①2019年9月以前に「五段」を取得し、「5年以上修練」した者
- ②太刀は「真剣」とする

★「審査方法」は？

- 「審査会場のレイアウト」は、福岡県久留米市と「全く同じ」
- 「審査」は、「1組4名」が、「開始線」から「7分間の演武」
- 「審査委員6名」は、演武終了後、4名に対し、「○×」を付ける
- 「合否の判定」は、審査委員6名のうち、「○」が「4個」以上
- 「合格発表」は、「10組40名」の演武終了後、「ゼッケン番号」で発表

(7)「六段審査」は、ミスなく、「稽古通りの演武」が、出来ました！！

私は、「第二会場」の1組目で、「ゼッケン番号」は「5 1 A」でした。

審査委員長の「始め！」の号令に、手足の末端まで、「神経を集中」させて、冷静に「一挙手一投足」を確認しつつ、「外見」は、鋭い目付け、迫力を漲らせ、ミスなく、「自分の実力」を出し切り、「稽古通りの演武」が出来ました。

「第二会場」の10組40名の演武が終了し、隣の剣道場に退場して間もなく、係員の方が、「合格者のゼッケン番号」を記した「表示板」を掲げて来場



「表示板」には、「5 1 A～6 0 D」の40名の中で合格した、「5名のゼッケン番号」が書かれ、最上段に「5 1 A」を見付けました！！

“夢の難関を突破できました！！” “天にも昇る心境です！！”

“居合道では、「六段以上」は「先生」と呼ばれます！！”

“先生の技を見て学ぶ世界から、見られる世界に！！”

“六段以上の「正装」は、「黒紋付、縞袴」になります！！”

“嬉しさの余り、厳しかった稽古の日々が思い出されて、涙が溢れました！！”

3日後、「全剣連HP ([ここをクリック](#))」に、「合格者の氏名」が「発表」され、最高齢でした。

- 全国からは、受審者212名、
合格者56名、合格率26.4%
- 都剣連からは、受審者37名、
合格者5名、合格率13.5%
- 台東支部からは、受審者5名、
合格者1名、合格率20.0%



<後日談>

2025年4月5日(土)に足立区綾瀬の東京武道館で、「東京都居合道大会」が開催され、「段別トーナメント」の「六段戦」に出場しました。
昨年の「五段戦」では、係員から「五段の選手、集合!」と呼ばれました。
今年は、開催案内状「5項」の如く、「六段の先生方は、お集まり願います!」と呼ばれました。



市川社友会会長と

2025年4月21日 記
関東支部会員 平田 泰生