

各地区剣道連盟御中  
各関係団体御中  
会員各位

一般財団法人愛知県剣道連盟  
理事長 祝 要 司

## コロナ禍における剣道の取組みについて ～居合道、杖道、リズム剣道のすすめ～

感染拡大により、愛知県を含む十一都道府県に緊急事態宣言が再発令されている今、会員の皆様の剣道活動も「稽古時間の短縮」「素振りや日本剣道形等を中心とした内容の縮小」あるいは「稽古そのものの自粛」等、感染防止のための活動に努められていることと存じます。今回は、存分に剣道の稽古ができない今だからこそ、新たな取組みについて提案させていただきます。ご自身の剣道の更なる発展向上のために「居合道」や「杖道」に取り組むのはいかがでしょうか。また、指導力向上のために「リズム剣道」を学ぶのはいかがでしょうか。

居合道は、日本刀の操法に由来するものであり、室町時代にその起源があるといわれます。勝負を抜刀の一瞬にかける居合道の修業は、死生一如、動静一貫をめざす心身鍛錬の道となっており、剣道と表裏一体の関係にあります。杖道は、長さ128cm、直径2.4cmの杖を用い攻撃よりも変化に応じて相手を制圧するのが本旨です。17世紀初頭に夢想権之助によって創始された神道夢想流杖が起源です。(全日本剣道連盟ホームページより)

リズム剣道は、音楽に合わせて「間合いに入る」「打つ」「抜ける」「残心」までの基本動作を行うもので、リズムに合わせて楽しく動くことにより自然に基本動作を習得する初心者向けの指導法です。

ご興味を持たれた会員の方がございましたら、愛知県剣道連盟事務局までお問合せください。愛知県剣道連盟には居合道、杖道それぞれに専門委員会があり、充実した稽古環境があります。また、リズム剣道においても毎年全剣連で講習を受けている指導者がいます。お問い合わせいただけましたら、稽古場所をご紹介しますことができます。

コロナ禍の剣道活動において、新たな修行を取り入れて、ご自身の剣道の向上を目指されてはいかがでしょうか。

【問い合わせ先】 一般財団法人愛知県剣道連盟 事務局（担当：伊藤国博）  
名古屋市中村区十王町 11-22  
TEL052-481-0093 FAX052-481-0095