

令和7年度(第60回) 剣道中央講習会 「木刀による剣道基本技稽古法 指導の要点」

1. 木刀の扱い方

- (1) 現在は、木刀を日本刀として考えて扱う意識が低いが、「木刀による剣道基本技稽古法」制定の趣旨に則り、正しい木刀の扱い方を身につける。
- (2) 木刀の持ち替えは、概ね体の中央で行う。
- (3) 帯刀時の柄頭は正中線上に位置する。
- (4) 鰐に左手親指を掛ける意味は、「相手に抜かれない」「自分が抜きやすい」「鞘走りを防ぐ」などである。この意味から、左手親指の指紋部は鰐のやや内側に掛けことになる。

2. 蹲踞

- (1) 蹲踞しながら抜き合わせる。
- (2) 蹲踞は右自然体である。
- (3) 横手あたりの交差になる。

3. 中段の構え

- (1) 足の備えは両足の内側が平行になる。
- (2) 目付けは、相手の目を注視しながら全体を見る。
- (3) 左拳は、臍前約ひと握りのあたりに納め、左手親指の付け根の関節が臍の高さになる。
- (4) 木刀によって正しい握り方を体得する。

4. 間合

- (1) 一足一刀の間合
 - 1) 技を起こす時は「一足一刀の間合」である。
 - 2) 「一足一刀の間合」とは、一歩出れば打てる距離、一歩引けば相手の打突をかわすことができる距離である。
 - 3) 「一足一刀の間合」には個人差があることを理解する。
- (2) 横手あたりの交差
 - 1) 最初の抜き合わせと、技が終了した時点では横手あたりを交差する。
 - 2) 横手あたりの交差は作法として示されたものである。
 - 3) 横手の部位を示して解説してあげると親切である。

5. 打突

- (1) 「気剣体一致の打突」と「残心」を修得する。
- (2) 「振り上げ→振り下ろし→打突」を一拍子で行う。

- (3) 振り上げた際、左手の小指・薬指は緩めない。
- (4) 刃筋正しく打突する。
- (5) 木刀の物打で打つ。木刀の物打は先端から約 10 cm 程度の箇所である。
- (6) 足さばきは「送り足」を原則とし、一方の足に他方の足が伴う。左足を素早く引きつける。
- (7) 動作は腰から起こし、重心は平行移動する。
- (8) 打突部位を明確に発声する。

6. 残心

打突後は油断することなく相手に正対し、間合いを考慮しながら「中段の構え」となって残心を示させる。残心とは、一般に、打突後油断せず相手の反撃にも対応できる身構え、気構えをいう。

7. 基本 9 指導上の留意事項

打ち落とし技「胴（右胴）打ち落とし面」の「掛り手」の動作について

【原本】

「掛り手」は左足からやや左斜め後ろにさばくと同時に、相手の木刀を自分の木刀の刃部の「物打」付近で斜め右下方に打ち落とし、すかさず右足を踏み出して正面を打つ。

【講習会資料】

左足からやや左斜め後ろにさばくと同時に、刃部の「物打」付近で斜め右下方向に打ち落とし、すかさず右足を踏み出して正面を打つ。

※ 指導上の留意事項

「掛り手」は左足からやや左斜め後ろにさばくので、体は斜め右方向を向く。まっすぐ振りかぶり刃筋正しく刃部で真下（下方）に打ち落とす。