

尊聞行知

～聞くことを尊び、知るところを行う～



定年退職後が「勉強」

—新型コロナウイルス禍だからこそ出来る事—

林邦夫（中京大学名誉教授）

定年退職後、アット言う間に6年が過ぎ去り76歳になりました。現職の時は大学の仕事や剣道連盟の社会活動などで家庭を顧みず唯ひたすら走っておりました。退職後、現職の時に手掛けた家庭菜園とフィットネスでのトレーニング。そして、プロゴルファーにレッスンを受け、さらに自身の専門とする剣道を行っております。以上のことを思うままに綴ります。

●家庭菜園では、四季に因んだいろいろな野菜を作ります。野菜作りを始めた頃は、本やVTRを購入し野菜の知識を学び、菜園の条件や野菜作りの農具と資材、菜園づくりの準備と土づくり、耕起と畝作り、肥料の使い方、タネまきの基本、苗の植え付け、日常の管理、病害虫の予防、収穫など一年中仕事があり楽しむことができます。菜園があると、四季折々、季節の野菜が育ち小鳥やカラスが訪れます。タネを蒔くとやがて土を持ち上げて発芽し、大地と太陽の恵を受けてぐんぐん育ちます。その育つ過程を日々ながめ、手入れすると日常の心配事など吹き飛び無心で作業していることから心が豊かになります。野菜たちが心を元気にしてくれます。

私が野菜を作り始めた頃、近所の婆様二人が畑に来て野菜作りを教えてくださいました。現在、103歳と104歳の超老人であります。このお二人と長い人生のお話をしている中で90歳代までは、「長生きをしてよかった」。しかし、100歳を過ぎてからは、「長生きするものでない」と言われるようになりました。つまり、身体が自由自在に動けなくなった事から、家族に迷惑をかけることが原因でした。現在はディーサービスに出掛けられ、行き帰り車中で手を振っている姿が美しい。

●フィットネスでのトレーニングは、腰痛になりブロック注射を4本打って頂きました。また、膝が痛く正座ができなくなった事から、水を抜き注射を3本打ちました。その後、理学療法士の指導のもとストレッチと軽トレーニングを行い現在は、これまでの経験を生かし自宅で毎朝トレーニングを実践しています。新型コロナウイルス感染症拡大で剣道愛好者の皆さんが稽古できなくなった事から、オンラインでトレーニングできるように動画を作成し世界に発信しております。年齢を重ね筋肉が落ち、艶がなくなり体が硬くなり、老化現象が顕著に現れ再びトレーニングを始めたことから、体が生き生きしてくる事が分かり、これが実に楽しいのです。年齢を重ね、後期高齢者ほど体づくり・トレーニング・ストレッチが必要なのです。

●プロゴルファーのゴルフレッスンに学ぶ。これまでのゴルフは、見様見真似でゴルフを行ってきました。専門家について学ばなければ本物になれない事は、分かっていたのですが余裕がありません。退職後は時間的に余裕ができ事と剣道に活かすことができるのではないかと思いレッスンを受けるようになりました。これが実に楽しいのです。構え、グリップ、バックスイング、トップからのダウンスイング、インパクトそしてフィニッシュまでの技術論と実践が剣道に応用できるから実に楽しいのです。特に、構えから30cmの初動でスイングの全てが決まると言われたことが驚きであり剣道に通じることでもあります。その他、様々なゴルフ技術が剣道に応用でき私の剣道理論は、76歳にして進化です。ゴルフの練習が剣道にも応用できる事は、次の機会にレポートしたいと思います。

●剣道の指導は、中高年者の「剣道&ストレッチ講座」、八段受審者の「月一稽古会」、各々の剣連「岐阜揖斐川剣連」、「岐阜郡上剣連」、「静岡浜松剣連」、「豊田剣友会」の指導をさせて頂いております。

ここでの指導は、これまでの修行と研究そして指導実践の「総まとめ」と考えております。従って、柳生新陰流の「三摩乃位」、つまり習い・工夫・稽古の学習論に基づき最新式指導法を展開しております。

現在は、ゴルフで学んだ技術論とメンタルトレーニングが剣道の技法と心法に類似していることから、科学的根拠に基づいた最新式指導論を考究中であります。「死ぬまでゴルフ」の著書があるように命の限り「死ぬまで剣道」を考究したい。何故ならば、柳生新陰流は戦いの場で「活人剣」と「殺人刀」の剣理を考案し、戦いを行わない「平和」を理念としたように、私も「生力剣用」「自他共創」の理念を世界に発信したいと思っております。



「令和二年秋の叙勲授章に際して」

昭和37年度卒業 三重県 川口 正人

今、記憶は定かではありませんが三重県剣道連盟より、次回秋の叙勲に推薦したいと思っておりますのでよろしく承諾して下さいとの申し出がありました。この叙勲については

今までにも聞き及んでおり大体のことは知っておりました。

それは、長年に亘りそれぞれの社会活動に於いて功績のあった人達に年二回春と秋に政府は勲等を授け勲章を与えるとすることで新聞紙上にそれぞれの氏名が掲載されている。

そのことと今までの自分を顧みると功績と言ったものなど何一つとしてなく、周りに対する貢献度も低く評価するものが無いに等しい。しかし私も高齢に達し八十歳を過ぎた今、それこそほんの少しだけ長く竹刀を握り、それを振り回し剣道に携わって来た唯それだけで叙勲の榮譽に浴することなど喜びよりもかえっておこがましく、その上気恥ずかしいことが今の私の偽りのない気持ちであります。

例年であれば政府に一つの行事として受章者は皇居宮中に参じて、陛下に拝謁し勲記・勲章の授与に臨むことになっており、これは榮譽で誠に有難く二度とない機会であり喜んでおりましたが、コロナ感染拡大防止のため春に次いで今回もその行事が中止となり一生に一度しかない素晴らしい思い出を残すことが出来なくなり私にとっては甚だ残念至極の一念であります。その代行としてそれぞれの県庁にて知事より授与されました。

その授かった勲記・勲章及びそれを収納しておくケース共々一つの額に収める必要上額が大きく、部屋に置くには釣り合いが取れず今は道場の上座に掲げてある次第であります。

さて、何はともあれこの受章に際しまして大学剣友会の皆様より御祝の品を頂きました。届きましたものを早速開け羽織ってみましたところ色合いやサイズもよく、その上暖かく道場以外に日常生活の場でも愛用させて頂いております。このことについては剣友会の何かの場で御礼を申し上げるべきですが、中々その機会も得難くこの紙面をお借りして心より御礼申し上げます。誠に有難うございました。

終わりにあたり、平素は全くのご無沙汰で申し訳ありませんが大学剣友会の今後益々の隆盛と会員皆様のご健康とご活躍のほどを祈念し甚だ粗辞ながら叙勲並びに御礼のご挨拶といたします。

「第 68 回全日本剣道選手権大会出場にあたって」



平成 19 年度卒業 静岡県 二橋 光哉

この度は、思いもよらぬ形となりましたが、剣道家にとって最高峰の舞台である全日本選手権大会に出場させて頂きました。

これも、今までご指導いただいた先生方をはじめ、先輩、後輩、同期、関わっていただいたすべてのの方々のおかげだと痛感しております。また、たくさんの OB、OG の方々から

応援や励ましのお言葉を頂き、本当に感謝しております。ありがとうございました。

全日本選手権の本選では、思うような剣道が出来ず初戦敗退となり悔しい思いをしましたが、それ以上に貴重な経験をさせていただいたこと、また少しだけではありますが、親孝行をすることができたのではないかと考えております。

今後は、今までの経験を出来る限り次の世代に伝えていければと考えております。そして、私が指導している地元の剣道教室から中京大学剣道部へ入部する剣士を育てていければと思います。

令和2年度 全国高等学校剣道選抜大会出場校

茨城県	塚本	浩一	先輩	守谷高等学校
群馬県	鈴木	仁史	先輩	高崎健康福祉大学高崎高等学校
新潟県	藤塚	肇	先輩	五泉高等学校
愛知県	大参	智美	先輩	星城高等学校
高知県	平	知子	先輩	高知高等学校

<年会費振込のお願い…>

2020年度の年会費「5000円」を未納の先輩方は

下記口座までお振込みいただきますようご協力お願いいたします。

名古屋銀行	豊田浄水支店	店番号	249
		普通口座	3372854
		口座名義	中京大学剣友会 代表 堀山健治

<支部代表、事務局の先輩へ…>

支部を運営されています代表の先輩はお手数ですが名簿を事務局までご報告ください。

Tel・Mail 等で事務局 山崎までご連絡いただければ、書式を添付 Mail にてお送りいたします。

< 剣友会総会報告… >

第39回 剣友会総会

令和2年度の総会は緊急事態宣言発出にともない、中止とさせていただきます。次第にありますが報告事項、審議事項につきましては、令和2年12月22日発送による紙面審議により役員の先輩方にお認め頂きました。

会員の皆様方には、本誌面にてご報告させていただきます。

総 会 次 第

- 1 開会の辞
- 2 会長挨拶
- 3 議長選出
- 4 議題
 - <報告事項>
 - ① 令和2年 事業報告
 - ② 令和2年 一般会計報告
 - ③ 事業ならびに会計監査報告
 - ④ 令和元年度 剣聖旗会計報告
 - ⑤ 令和2年度 剣道部活動結果報告
 - <審議事項>
 - ① 令和3年 事業計画案
 - ② 令和3年 予算案
 - ③ 第10回記念大会イベントについて
 - ④ その他
- 5 閉会の辞

<報告事項>

① 令和2年 剣友会事業報告

1 剣友会主催行事・事業

- | | | |
|---|---------------------|--------------|
| ① | 第38回 剣友会総会 | 2月1日 |
| ② | 新会員入会式 | 2月1日 |
| ③ | 剣友会事業・剣聖旗全国選抜剣道大会開催 | 2月1日～2日 |
| ④ | 全国高等学校剣道選抜大会 出場校 激励 | 中止 |
| ⑤ | 剣友会誌(尊聞行知)32号発行 | 4月1日 |
| ⑥ | 東海学連OB大会 協賛 | 中止 |
| ⑦ | 剣友会役員会・剣聖旗準備委員会 | 12月26日 9月26日 |
| ⑧ | 稽古会 | 毎週土曜日 |

2 剣道部後援事業

- | | | |
|---|--------------------|-----------|
| ① | 春季全員合宿 (愛知県・蒲郡武道館) | 2月17日～21日 |
| ② | 卒業生送別会 | 中止 |
| ③ | 西日本学生剣道大会 | 中止 |
| ④ | 全日本学生剣道選手権大会 | 中止 |
| | 全日本女子学生剣道選手権大会 | 中止 |
| ⑤ | 選手強化合宿(関東遠征) | 中止 |
| ⑥ | 全日本学生剣道優勝大会 | 中止 |
| ⑦ | 全日本女子学生剣道優勝大会 | 中止 |

② 令和2年 一般会計報告

令和2(2020)年1月1日～同年12月31日

1) 収入の部

摘要	予算案	金額	備考
1 前年繰越金	1,041,573	1,041,573	
2 年会費	250,000	355,000	71名分
3 支部会費	100,000	190,000	北海道・茨城・佐賀・近畿・静岡
4 新会員入会費・年会費	190,000	185,000	R元年度卒業生19名分(1名支部に納入)
5 雑収入	0	197,440	記念品代残金
6 利息	10	12	銀行利息
7 寄付	0	0	
合計	1,714,650	1,969,025	

2) 支出の部

摘要	予算案	金額	備考
1 会議費			
総会費	20,000	20,000	2月1日
剣友会役員会・剣聖旗準備委員会	50,000	20,000	9月26日
2 事業費			
① 剣友会主催行事・事業			
剣聖旗大会	50,000	50,000	2月1日～2日
新会員入会式	50,000	50,000	2月1日
剣友会誌発行	10,000	10,000	4月1日
東海学連OB大会 協賛金・登録費	25,000	0	中止
稽古会	10,000	0	
② 剣道部後援事業			
春季合宿	100,000	100,000	2月17日～21日
卒業生送別会	100,000	0	中止
西日本大会	50,000	0	中止
全日本学生・女子学生選手権	50,000	0	中止
選手強化合宿	50,000	0	中止
全日本学生優勝大会	50,000	0	中止
全日本女子学生優勝大会	50,000	0	中止
3 慶弔費	100,000	14,300	川口先輩お祝い(振込手数料、郵送料込)
4 通信費	200,000	3,922	役員会等案内
		145,785	令和元年 総会案内発送分(振込手数料込)
		1,680	役員会書面審議郵送代金
5 事務費	100,000	8,840	事務用品等
6 全国高校剣道選抜大会激励費	40,000	40,000	OB選抜出場校激励費(8校)
7 予備費	509,650	0	
8 事務局費	100,000	100,000	
合計	1,714,650	564,527	
収支合計		1,404,498	令和3年会計へ繰越

上記のとおり、令和2年中京大学剣友会会計の決算報告をいたします

令和 2 年 12 月 18 日 会計 山崎 嘉一

監査の結果、正確であったことを認めます

令和 2 年 12 月 19 日 監事 下村 直樹

石原 たまみ

審議事項

① 令和3年 事業計画案

剣友会行事・事業

1 第39回剣友会総会	中止
2 祝賀会	中止
3 新会員入会式	中止(記念品のみ贈呈)
4 剣聖旗全国選抜剣道大会	2月13, 14日
5 全国高校剣道選抜大会 出場校激励	3月26～28日
6 剣友会誌33号発行	4月1日
7 東海学連OB大会 協賛	12月
8 稽古会	毎週土曜日
9 剣友会役員会・剣聖旗準備委員会	年各1回

剣道部後援事業

1 春季合宿	2月
2 卒業生送別会	3月
3 西日本大会	5月
4 全日本学生・女子学生選手権大会	7月
5 選手強化合宿	8月
6 全日本学生優勝大会	10月
7 全日本女子学生優勝大会	11月
8 その他剣道部にかかわる行事	

② 令和3年 予算案

令和3(2021)年1月1日～同年12月31日
 会計 山崎 嘉一

1) 収入の部

摘要	金額	備考
1 前年度繰越金	1,404,498	
2 年会費	250,000	50名分
3 支部会費	200,000	茨城、佐賀、静岡、近畿、北海道
4 新会員入会費・年会費	140,000	令和2年度卒業生 14人分
5 雑収入	0	
6 利息	10	銀行利息
7 寄付	0	
合計	1,994,508	

2) 支出の部

摘要	予算案	備考
1 会議費		
総会費	0	中止
役員会費・剣聖旗準備委員会	50,000	10月 12月
2 事業費		
① 剣友会主催行事・事業		
剣聖旗大会	50,000	2月13日 14日
新会員入会式	50,000	中止(記念品のみ贈呈)
剣友会誌発行	10,000	4月1日
東海学連OB大会協賛金・登録費	25,000	12月
稽古会	10,000	
② 剣道部後援事業		
春季合宿	100,000	2月
卒業生送別会	100,000	3月
西日本大会	50,000	5月
全日本学生・女子学生選手権	50,000	7月
選手強化合宿	50,000	8月
全日本学生優勝大会	50,000	10月
全日本女子学生優勝大会	50,000	11月
3 慶弔費	100,000	
4 通信費	200,000	
5 事務費	100,000	
6 全国高校剣道選抜大会激励費	40,000	OB指導校選抜出場激励費
7 予備費	809,508	
8 事務局費	100,000	事務局手当
合計	1,994,508	
収支合計	0	

令和2年度 剣友会新会員

氏名	役職	出身校	進路先
1 松岡 達彦	主将	三重	三重県警察
2 木本 堅太	副主将	育英	東海旅客鉄道株式会社
3 松下 真也		吉原	トッパン・フォームズ東海株式会社
4 鈴木 幹尚		麗澤瑞浪	刑務官(関東管区)
5 大嶋 泰騎		三好	刑務官(中部管区)
6 伊藤 一生		釧路江南	刑務官(北海道管区)
7 有嶋 督		各務原	岐阜県警察
8 寺倉 辰之		大垣東	岐阜県警察
9 青山 望美		麗澤瑞浪	教員志望
10 小船井 奈緒		久御山	独立行政法人 国立病院機構
11 長岡 鈴菜		高崎健康福祉大高崎	株式会社 TOSYS
12 若林 真奈		東海大札幌	教員志望
13 田島 穂香		県岐阜商業	岐阜県警察
14 河野 ひなた		三好	株式会社 スポーツフィールド
15 徳田 涼香		加古川西	教員志望