

### 3章

# 日本武道協議会の 組織と事業

日本武道協議会

## ◇日本武道協議会の設立と目的

日本武道協議会は、日本武道館の提唱により、我が国伝統の武道を広く普及振興するため武道10団体が一致協力し、国内外の武道振興普及を目的に大同団結を図るべく、昭和52年4月23日に設立されました。

以来、加盟武道団体相互の連絡・協調・親和を図り、武道振興普及に力を注ぎ、特に、明朗にして健全な心身を持つ青少年の健全育成に努めています。

### 【日本武道協議会加盟団体】

(公財) 全日本柔道連盟

(公財) 全日本剣道連盟

(公財) 全日本弓道連盟

(公財) 日本相撲連盟

(公財) 全日本空手道連盟

(公財) 合気会

(一財) 少林寺拳法連盟

(公財) 全日本なぎなた連盟

(公社) 全日本銃剣道連盟

(公財) 日本武道館





【必修化特設サイト】



【必修化指導書】

日本武道協議会設立 40 周年記念  
『中学校武道必修化指導書』  
(10 分冊・DVD 3 巻付)

## ◇日本武道協議会の事業

日本武道館に事務局を置く日本武道協議会は、主な事業として武道振興大会の共催、日本武道代表団海外派遣事業の共催、武道功労者、武道優良団体及び少年少女武道優良団体の表彰・顕彰、武道 9 団体が実施する主要武道大会に対する会長杯の授与、各種武道大会等の協賛・後援、都道府県武道協議会の設置促進、「武道の定義」「武道の理念」「武道憲章」「こども武道憲章」の普及、「年報」の発行などを実施しています。近年は特に、中学校武道必修化を成功させるための事業に力を入れて取り組んでいます（上記 QR「必修化特設サイト」参照）。

平成 29 年 5 月には本協議会設立 40 周年記念の一環として、「安全で、楽しく、効果の上がる授業」が実施できるよう『中学校武道必修化指導書』（10 分冊・DVD 3 巻付）を作成・刊行しました（上記 QR「必修化指導書」参照）。同書を「武道 9 種目の周知徹底」と「中学校武道必修化の充実」を目的に、学校現場での活用促進を図るため全国 1 万余校の中学校、全都道府県市区町村教育委員会などへ無償贈呈するとともに、「全国武道指導者研修会」や「地域社会武道指導者研修会」の参加者に本書を無償配付しました。

そして、令和 4 年に本協議会設立 45 周年を迎えたのを記念して、少年少女武道の活性化を目的として、「青少年の健全育成」に主眼を置いた指導書・映像集『少年少女武道指導書』（10 分冊）を令和 6 年度に作成、刊行しました。

## 公益財団法人 日本武道館

会長：高村 正彦

所在地：東京都千代田区北の丸公園 2 番 3 号



日本武道館 HP



日本武道協議会 HP



## 〈柔道のすすめ〉

柔道は単なる格闘技やスポーツとしてだけでなく、心身の鍛錬と人間的成長を追求するための道でもあります。その根底には「精力善用」「自他共栄」という哲学があります。技術を向上させるためには、力や腕力だけに頼るのではなく、冷静さや判断力、忍耐力が必要不可欠です。さらに、柔道は礼儀や尊敬の念を大切にしています。試合や稽古の前後には必ず礼を行い、相手に対する敬意を示します。これは柔道の精神を体現するものであり、他者を尊重し、自己を律する姿勢が身につきます。

また、柔道の魅力の一つに年齢や性別を問わず誰でも始められる点があげられます。お互いに組み合わせながら身体を鍛えることで健康増進が期待できるだけでなく、仲間との絆が深まり、コミュニティの中での人間関係も豊かになります。柔道を通じて得られる友人や仲間は、人生の大きな財産になります。

最後に、柔道はオリンピック競技でもあり、国際的な舞台で日本の文化を世界に広める役割も担っています。柔道を学ぶことは、日本の伝統と文化を理解し、世界に発信する一助になると言えます。今後さらに柔道が世界的普及の一途をたどることを期待しています。

## 〈指導者へのメッセージ〉

柔道は体力や技術の習得ばかりに目を向けてしまいがちですが、心身の鍛錬と人間的な成長を促す総合的な道です。近年、プレイヤーズファーストという言葉をよく耳にしますが、大切なことは個々の選手の個性や特性を理解し、一人ひとりに合ったアプローチを取ることです。それぞれの成長のペースや得意不得意を見極め、それに応じた指導を心がけることで、選手の潜在能力を最大限に引き出すことにつながります。

近年、これまで行われていたコーチングが見直され、指導方法が大きく転換する過渡期と言えます。そんな中、いまだに選手に対して暴力や暴言を浴びせる指導者がいるのも事実です。加えて、「俺が昔の時は……」と言ったようにノスタルジックな指導者も見受けられます。あくまで主役は選手であり、指導者は選手のサポートとしての位置付けであることを忘れてはいけません。そのためには指導者として、自らも常に学び続ける姿勢を持つことが重要です。自身の柔道に対する理解を深め、新しい知識や技術、指導方法を取り入れることは、選手たちにとってより良い指導を提供することを可能にします。

本指導書「柔道編」が多くの柔道指導者に影響を与え、嘉納治五郎師範が唱える正しい柔道を後世に伝えていく一助となることを心から願っています。

## 公益財団法人 全日本柔道連盟

会長：中村 真一

所在地：東京都文京区春日1丁目16番30号 講道館内



連盟 HP



指導書「柔道編」

# 剣道



## 〈剣道のすすめ〉

剣道は、わが国の長い歴史と伝統に培われた日本固有の武道です。

今日、剣道は剣道具を装着し竹刀を用いて、1対1で打突し合い勝敗を競い合う対人競技として発展していますが、単に勝敗を競うだけでなく、相手の人格を尊重して礼法を重んじ、有効打突を求めて稽古や試合を行いながら、生涯を通して心身を鍛錬し、新たな自己を創造し合う日本の伝統文化なのです。

現在は、全日本剣道選手権大会をはじめとして数多くの大会が開催されるなど、老若男女を問わず幅広い年齢層の愛好家が剣道に励んでおり、令和6年現在で有段者登録数は約210万人となり、そのうち女性は30%を占めています。また、剣道を愛好する外国人も増加し、令和6年7月のイタリア・ミラノにおける第19回世界剣道選手権大会は、60の国と地域から多くの選手が参加して開催され、国際的にも発展しています。

さらに本連盟は、平成24年から中学校保健体育における武道必修化が実施されたことを受けて、剣道を正しく、楽しく学ぶことで、伝統的な考え方を理解し、心身を鍛え、集中力や困難に打ち勝つ力を養い、あわせて礼儀正しく相手を尊重する態度を養うことで、立派な社会人となれるよう支援・協力してまいります。

## 〈指導者へのメッセージ〉

剣道の指導者は、段位や上下関係を重視しすぎたり、試合に関しては、結果を求めすぎると指摘する声もあります。これからの剣道の指導者を考えるとき、ぜひ次の7項目を考慮してください。

- ①学習者の意志と個性を尊重すること。
- ②老若男女問わず実践できる生涯剣道の魅力を伝えること。
- ③共に<sup>たの</sup>愉しみ、共に歩むことを心掛けること。
- ④教える意識よりも育てる意識を持つこと。
- ⑤結果よりも過程を大切に考えること。
- ⑥スポーツ医科学を活用すること。
- ⑦人としての良きモデルとなるよう心掛けること。

特に、「人としての良きモデルとなる」には、指導者である前に一人の社会人であることを自覚することです。剣道の指導者は、まず人としての生き方を基盤として、率先垂範、師弟同行の精神で学習者とともに精進していく姿勢が最も重要です。

剣道指導の実践において、指導者は、学習者の年齢、性別、剣道経験年数、剣道に対する意識および剣道の習熟度等を踏まえて、学習者の意欲を高めるための創意工夫をすることが大切です。そして、その前提として、指導者自身が技能の向上や指導法の改善のために精進努力し、学習者が憧れる良き指導者を目指すとともに、信頼関係の絆を構築することが重要です。

## 公益財団法人 全日本剣道連盟

会長：網代 忠宏

所在地：東京都千代田区九段南 2-3-14 靖国九段南ビル 2F



連盟 HP



指導書「剣道編」

# 弓道



## 〈弓道のすすめ〉

弓道は、年齢、性別、体力、体格及び、季節や時間などに左右されず、運動負荷も自由で、老若男女を問わず誰にでも気軽に楽しめる武道です。身体接触を伴わず、的に対峙し、自己を閑かに見つめ、矢を放つ爽快感や、弓を引きの的に中てるという技を競い合う喜びを味わうとともに、弓道特有の「身」「心」「弓」の調和が求められる特性があります。

弓道の技能に「射法八節」といって、8段階の一連の動作があります。技能習得の過程で弓矢の扱い方や伝統的な礼儀作法や体配・基本動作を学ぶことで、他者への尊重、公正な態度、規則の順守、安全に行動する習慣が身につくという成果が期待できます。

「射即人生」とか「射即生活」という言葉があります。弓道を通して人生や生活を豊かにしていくという教えです。体配や基本が身につけば生活にも活かしていくことができ、生涯続けることができます。

弓道は、身体を鍛えるためや健康維持のためばかりでなく、修練を通して礼儀、躰や慎みと敬、克己の精神、反省など日常生活に役立つことを経験できます。体力の有無、年齢関係なく手軽に楽しめる弓道を、小中学生をはじめ多くの方々に始めてほしいと願っています。

## 〈指導者へのメッセージ〉

弓道は「射法八節」を中心に大きく分けると、「射技」と「基本動作」になります。

指導者は、常に安全第一で、楽しく学ぶ環境づくりが大切であり、弓具の取り扱いについては気を配り指導することが肝要です。

指導にあたって大切なことは、

- 1、武道としての弓道→礼に始まり礼に終わる心と態度の指導
- 2、安全第一→飛び道具の一つとして常に安全に心がけた指導
- 3、約束事の厳守→危険防止の徹底に心がけた指導
- 4、射技の学び（矢番え動作と射法八節）→弓道の根本となる所作であり大切な技の指導
- 5、基本の動作（立ち方、坐り方、歩き方、回り方、礼、揖など）→射場への入場から退場までの指導
- 6、楽しく学ぶ環境づくり→的中の喜びを味わうことや褒めて学ぶ環境づくり

などがあげられます。また、弓道は身体に触れて指導することが多い武道です。個人差はありますが、少年少女の了解を得て最小限に抑えて指導するなど配慮が必要です。

指導者は常に自己研鑽に努め、健康に気を配り、指導方法の工夫に心がけ、「弓道を学んで良かった」と思える少年少女の育成に努めてください。

## 公益財団法人 全日本弓道連盟

会長：加藤 出

所在地：東京都新宿区霞ヶ丘町4番2号

JAPAN SPORT OLYMPIC SQUARE



連盟 HP



指導書「弓道編」

# 相撲



## 〈相撲のすすめ〉

相撲は、身体接触をともなう武道です。その中で、相手の力感や熱感を体で感じ取ることができます。こうした実践を繰り返すことで、相手との連帯感が生まれ、ひいては相手を尊重する心を育むことができます。勝負が決したあと、勝った者が負けた側に手を差し伸べて引き起こすといった、相手をおもんばかりの動作がしばしばみられます。

また相撲には、日本古来の伝統的な礼法や所作があります。塵浄水は、手を清め柏手を打ち武器を持たず正々堂々と戦うことを天地と相手に宣言するという意味合いをもつ礼法です。四股は、地に潜む邪気・悪霊を踏み鎮めるという意味合いをもつ所作です。このような礼法や所作の意味を学び体験することにより、日本の伝統的な考え方に対する理解を深めることができます。

武道の指導では、愛好的態度の育成が課題の一つになります。相撲は、初心者指導においては土俵やまわしといった施設や用具が必ずしも必要ではなく、またルールが簡明で初歩的段階でも攻防を展開することが可能です。さらに、初心者でも比較的安全に取り組むことができます。相撲は、楽しみながら行うことができる武道種目といえるでしょう。

日本相撲連盟では、国内外に広く相撲を普及させるべく活動しています。本書が指導現場で活用され、武道の精神や相撲の魅力が世の中に広く理解されるようになることを期待します。

## 〈指導者へのメッセージ〉

本指導書「相撲編」は、I・II・III章で、歴史や特性などの基礎知識、基本技能、指導の概説、IV・V・VI章で、地域での指導、授業での指導、部活動での指導について示しています。I・II・III章では指導の全体を見渡すことができるように、またIV・V・VI章は現場での具体的な指導について焦点を絞り記述しました。

執筆・編集にあたっては、まず、現場で使用しやすいように、文章を短めにして、イラストや表を多用し、具体的な例示を多く組み込むよう努めました。また、ネット上で本指導書に則った動画を視聴できるようにし、その一部を指導書に掲載されたQRコードで観ることができるようにしています。

内容としては、将来的に小学校学習指導要領に武道あるいは相撲が取り入れられることを視野に入れて検討しました。また、愛好的態度の育成に向け、子どもたちが楽しく取り組めるような指導の工夫も随所に記載しています。さらにSports for Allの考え方を重視し、多様な対象者を想定しました。過度に心身に負担を与える指導、そこから進んだ体罰やハラスメントなどの根絶を意識して記述するよう心掛けました。

子どもたちが生きいきと相撲を楽しんで実践するためには、指導者の力が必要になります。相撲の魅力を子どもたちに伝えられるか否かは、指導者の力量にかかっていると言っても過言ではありません。本指導書の指導法に関する記述はあくまで例示であるので、指導者の方々には指導現場の実態に応じて工夫してお使いいただければと願っています。

公益財団法人  
日本相撲連盟

会長：南 和文

所在地：東京都新宿区百人町 1-15-20



連盟 HP



指導書「相撲編」

# 空手道



## 〈空手道のすすめ〉

空手道は、沖縄において我が国独自の徒手空拳の武術として発展し、国内に普及する過程において、日本古来の武道の精神を継承しながら、術から道に発展した我が国固有の武術です。害意を持った相手から身を護る自己防衛動作を発祥の起源としており、「空手に先手なし」という空手道固有の考え方、行動の仕方がこれを示しています。

今日の空手道は、スポーツ的要素を加味して競技として国内外に広く普及しています。空手道は、性別・年齢を問わず個人の体力に応じて誰でも行うことができることから。近年、女性の愛好者も急速に増え、競技人口が増加しています。また、身体活動の不足と精神面でのもろさを指摘される現代社会では、それらを補う手段として空手道に親しむ人々が多くなっています。さらに、単独で、限られた狭い場所でも練習できるため、多くの人にとって、生涯にわたって実践しやすい内容を持っていることも空手道の特性のひとつとしてあげることができます。

1964年、日本の空手道に統一的な秩序をもたらすことを目的に設立された全日本空手道連盟は、空手道の普及発展のための環境づくりとして、各種大会の主催や運営、指導者育成並びに技術資格の認定・運営などを行うとともに中学校武道の充実に努めております。また、近い将来、小学校武道必修化も視野にその準備を進めております。

## 〈指導者へのメッセージ〉

文部科学省の「体力・運動能力調査」によると、小学校・中学校の児童、生徒の体力や運動能力は、昭和60年ごろを境に走る力、投げる力、握力などは、全年代において低下の一途をたどっており、社会問題となって久しい状況にあります。このままの状態が続けば日本人の体力や運動能力は世界の下位になることが予想されます。しかし、現実には子どもの体力は低下を続けており、子どもたちの健康への悪影響、気力の低下などが懸念されます。また、このまま子どもが成人した場合、国民の健康水準も同様の結果をみることになり、生活習慣病の増加やストレスに対する抵抗力の低下など、心身の健康に不安を抱える人々が増え、社会全体の活力が失われる事態が危惧されています。

子どもの小・中学校時代の運動体験が、その後の健康で豊かな人生を大きく左右することは誰でもが認めるところであり、この時期に専門の指導者に指導を受けることによって運動能力が開発され、運動の仕方、楽しみ方を身につけることができ、「生涯体育・スポーツ」の実現を可能にすると考えられます。

指導者は、空手道の授業や練習を通して児童、生徒の体力や運動能力の向上を図るだけでなく、「礼」と「節」の精神を涵養することが求められています。すなわち人を敬い人に感謝し、社会秩序を保ち、善悪の判断ができ、自己を律するこの精神を規範として心身のバランスのとれた人間形成に至る大事な側面をしっかりと支える重要な役割を担っているのです。

## 公益財団法人 全日本空手道連盟

会長：笹川 堯

所在地：東京都江東区辰巳 1-1-20 日本空手道会館



連盟 HP



指導書「空手道編」

# 合気道



## 〈合気道のすすめ〉

合気道創始者の植芝盛平は「武は愛なり」と、武道を単なる武技に留めず自己完成への道と説き、そこから二代道主の吉祥丸は社会生活の中でいかに活かすかを求めました。それ故、合気道には試合や競技はなく、自己研鑽、自己鍛錬を稽古の目標とします。稽古相手は対戦相手ではなく、互いに心身を高め合うパートナーになります。そのため相手（他者）に対しての敬意を常に大切に稽古に取り組みます。また合気道の稽古は「投げる・抑える」と「受身を行う」という役割が決まっており、交代しながら左右を繰り返します。

決められた動作の中で互いに敬意を持って取り組むことは、それぞれの習熟度や身体能力、身体差に擦り合わせた稽古が可能となり、その都度、間合いや技の遅速強弱の判断が必要とされ、判断力、決断力、集中力、思いやりの心など日常生活で大切な能力向上に役立ちます。また反復動作は技や受身の正確性や速度・強度の習熟性を高められることから、敏捷性、巧緻性、調整力、持久力の発達に繋がります。さらに怪我なく無理のない全身の運動性、柔軟性、筋力の向上を目指せます。

合気道は自己研鑽、自己鍛錬を通じ、常なる自己の内省、謙虚な心を持った「至誠の人」の育成となり、生涯を通じて生活を豊かなものにする一助になります。

## 〈指導者へのメッセージ〉

本指導書「合気道編」は、合気道の基本動作、基本技を踏まえ、

- 1、合気道未経験の指導者が安全に楽しく小中学校の授業で取り組むこと
- 2、地域道場や中学校部活動指導がより良くなるための参考になること

を目的として作成しました。

小中学校授業での取り組みは、運動技能の習得も体育として重要ですが、「武道」の精神性にも注目していただきたいです。運動技能に加え、礼法や相手への気持ちを意識することで「心技体」が一致連動した体育が望まれます。多くの子どもが武道の良さを味わえるよう、本指導書を参考に取り組んでください。

地域道場や中学校部活動では、各道場や学校、地域の環境や状況、指導者の理念が指導における重要な要素となります。その上で本指導書を、指導方法のバリエーションや動作の着眼点の参考にしてください。またさまざまな環境下においても、共通する大切な指導者としての心構えがあります。指導の計画性や安全性、少年部会員や部員、その保護者への対応の仕方は熱意とともに丁寧さを併せ持つバランス感覚が必須となります。特に外部指導者として学校教育に関わる場合は、この準備を強く意識してください。

熱意においても、一緒に身体を動かし、ともに歩んでいこうとする情熱がとても大切です。年齢や性格によってさまざまな子どもたちが稽古に来る中で、その一人ひとりときちんと向き合うためにも、幅広い指導法を持ち、日頃からその場に適した指導ができるよう、自身の研鑽に努めていただきたいと思います。

## 公益財団法人 合気会

理事長：植芝 守央

所在地：東京都新宿区若松町 17-18



団体 HP



指導書「合気道編」

# 少林寺拳法



## 〈少林寺拳法のすすめ〉

少林寺拳法は、技の修練を通じて、自信と勇気と行動力を身に付け、慈悲心と正義感を養うことを目的とし、「護身練胆」「精神修養」「健康増進」の効果も期待できる人間教育のための修行法です。

その修練は、二人一組（組手主体）で行うことを原則として重んじており、攻者（攻撃役）と守者（防御役）に分かれて行い、それを交代しながら進めます。これは攻防の間合いや、動くものに対する条件など、一人では学べない技術を会得するためではありますが、一方で自分だけが強くなろうとしても二人一組の修練方法では決してそうはなりません。お互いが協力しなければ上達はせず、協力しあって修練する中で自然と協調性を学び、相手への感謝の気持ちや礼儀が醸成されます。お互いが学び合い、教え合い、支え合いながら、共に上達することを目指します。それが積み重なることで「自己確立、自他共楽」の教えに基づいた人格向上を目指します。

それ以外にも、「拳禅一如」「力愛不二」など少林寺拳法の教えを、修練を通じて学ぶことができるのも少林寺拳法の特徴であると言えます。日々の修練の中で、それらに触れることで、その考え方や心の持ちようが日常生活にも活かされ、喜びを感じ、自信を得られる。そこに少林寺拳法が目指す「人づくりの行」があるのです。

## 〈指導者へのメッセージ〉

少林寺拳法は、二人一組（組手主体）で技を学びながら、お互いが攻者（攻撃役）、守者（防御役）を交代しながら修練していきます。その中で、お互いを高め合う協調性や、相手を敬う礼儀が自然と身に付いていき、少林寺拳法の教えについても身体コミュニケーションから学んでいきます。このように、技と教えは一体化しており、その特徴が授業の中でも発揮されることを願っています。

教育基本法による教育の目的は、「人格の完成を目指し、平和で民主的な国家及び社会の形成者として必要な資質を備えた心身ともに健康な国民の育成」と定めがありますが、これはまさに少林寺拳法が目指す人間像であり、自分の心と身体を養いながら、相手と援け合い共に幸せに生きることを説く「教え」と、自身の成長を実感し、相手と共に上達を楽しむ「技法」が一体となった「教育システム」と同様のものです。

そして二人一組（組手主体）から複数人での修練形態へのスムーズな展開も可能であり、生徒にとってもさまざまなことを実感しつつ、さらなる協調性と創造性、行動力が身につくと思われれます。このように少林寺拳法の授業は、可能性に満ちた展開ができ、指導者と生徒の両者が楽しめるものであります。

ぜひ本指導書「少林寺拳法編」を授業に活かさせていただければ幸いです。創造に満ちた楽しい授業に期待申し上げます。

## 一般財団法人 少林寺拳法連盟

会長：宗 昂馬

所在地：香川県仲多度郡多度津町本通 3-1-59



連盟 HP



指導書「少林寺拳法編」

# なぎなた



## 〈なぎなたのすすめ〉

『武道』には「命を守る」「平和な社会を継続する」「正しい生き方を貫く」という普遍のテーマがあります。『武道』の一本とは「命」を守る一本です。勝敗に一喜一憂するのではなく、相手を重んじる心が最も大切な「教え」であり「学び」です。そして、その中には、男女・世代の別なく、人の進むべき道が示されています。それは、現代社会に通じる精神ということもできます。

『武道』と聞いて「なぎなた」を浮かべる人は少なく、「女子の武道」という思いを持つ人が多いことも否定できませんが、「なぎなた」は左右対称の動きに加え、繊細さと大胆さを併せ持つ攻防が特徴的で、男女問わず、しなやかな動きの中に凛とした姿勢を表現できる『武道』です。「心身ともに調和のとれた人材育成」を理念に掲げ、競技としては男女ともに各世代の全国レベルの大会はもちろん世界大会も実施されているだけでなく、中学校体育の授業では男女共習の学校も増えています。「なぎなた」は多様性を尊重する社会に対応した「心身ともに調和のとれた人材育成」を担う武道となっているのです。

未来を担うみなさんには、地域の道場や中学校での授業など、さまざまな形で「なぎなた」に触れ、技を磨くことで自尊感情を高め、「豊かな心」と「生きる力」を育ててほしいと思います。

## 〈指導者へのメッセージ〉

多くの武道がそうであるように、「なぎなた」においても、基本的な礼儀作法はもちろん道徳的な観点や自他ともに尊重する姿勢を学ぶことができます。さらに特筆すべき点として、左右対称の全身運動が全身の調和の取れた発達を促します。安定した姿勢や重心の移動を身につけることでバランス感覚を発達させ、合理的な身体の動きによって傷害を生じにくい身体をつくることができます。正しい手の通いで長物を扱い、並進運動と回転運動が合理的に組み合わせられた動きと手の内の作用による美しい動きの習得が多彩な技を生み出し、攻防の魅力を知ることができます。その攻防から、克己や忍耐を知り、集中力、観察力、洞察力、決断力が形成されるだけでなく、人としての正しい間合を学ぶことがコミュニケーション能力を向上させます。

地域や学校などにおいて少年少女を指導されるみなさんには、本指導書「なぎなた編」を活用することで子どもたちが楽しみながら日本の伝統文化に触れ、品格のある人となる礎を築くことができるように指導を充実させていただきたいと思えます。

次代を担う子どもたちが、生涯武道として続けられる『なぎなた』に息づく心を「生きる力」とすることで、その学びを世界に発信できるような社会に役立つ人材を育てていただきたいと思えます。

## 公益財団法人 全日本なぎなた連盟

会長：久保 素子

所在地：兵庫県伊丹市中央1丁目6-19 5F



連盟 HP



指導書「なぎなた編」

# 銃剣道



## 〈銃剣道のすすめ〉

銃剣道の理念は、「銃剣道修行の指標」が示す、「たゆまない努力によって心身を鍛練陶冶し、規律を守り、礼節を尊び、信義を重んずる等、社会人として必要な道徳性を高め、もって正しく、明るく、強く、逞しい、人間形成を目指して精進する」ことです。武士道の美風である、「誠実」「礼節」「勇気」「質実剛健」および「克己心」を徳目として錬磨し、社会に有為な人間の育成を目的としています。

銃剣道は、「突く」「構えに戻る」という単純な動作が基本となります。そのため、初めて銃剣道を行う人にも習得が容易で、「生涯武道」として年少者から高齢者まで幅広い年齢層で行うことができる武道です。しかし、単純がゆえに技を成功させるには、「美しさ・速さ・正確さ」が求められ、真髓を極めるには奥深いものがあります。この奥深さを探究していくことによって、「知」「情」「意」のバランスの取れた心身の発達を図り、社会への適応力を育成します。

現在では女性や外国人の愛好者も増加しており、令和6年度末には国際銃剣道連盟が発足され、さらなる銃剣道の国際的な発展も目指してまいります。

## 〈指導者へのメッセージ〉

銃剣道は、突き技のみで行う武道であり、稽古では向かい合ってお互いに相手を「突く」「突かせる」ことを行います。突く方は正しい突き方で決められた部位を突き、突かせる方は相手が突きやすいように受けなければなりません。

銃剣道の稽古は互いに相手を思いやりながら取り組まなければ、技の向上は望めないどころか、安全な稽古はできません。このため、常に礼節やフェアプレー、相手や周りの人への思いやりを誇りとする指導が求められます。そのためには、指導者自らも社会の一員であることを自覚し、自身の心に恥じない模範となる態度と行動をとらなければなりません。いかなる暴力やハラスメントの行使及び容認をしないこと、少年少女選手をはじめ、自分を支えるすべての人々（保護者、コーチ、仲間など）の権利や尊厳・人格を尊重し、差別や偏見を持たずに公平に接すること、常に優しさと思いやりを持ち、感謝・信頼し合うことを忘れてはいけません。

銃剣道指導者は、銃剣道の理念と目的、その価値を尊重・自覚して、自身を振り返りながら常に学び続け、指導を受ける者たちの活模範になるとともに、少年少女を感化善導しなければなりません。このためには、何事に対しても創意・工夫しながら、いかなる状況においても前向きかつひた向きに取り組むことが必要です。

少年少女の自立や生涯を通じた人間的成長を長期的視点で支援しながら、指導者もともに成長していただくことを願っています。

## 公益社団法人 全日本銃剣道連盟

会長：番匠 幸一郎

所在地：東京都千代田区北の丸公園2番3号 日本武道館内



連盟 HP



指導書「銃剣道編」

3章

# 日本武道協議会と 「こども武道憲章」

日本武道協議会 事務局

日本武道協議会では、「武道修業者に修業の指針を与え、武道を通してより立派な人間に成長していく」ことを促すため、「武道憲章」(下資料)を昭和62年に制定しました。

そして、「武道憲章」の意味・内容を平易な文章表現にして、武道に励むこどもたちに伝え、立派な人間になってもらいたいとの願いをこめて、「こども武道憲章」(48・49ページ参照)を平成16年に制定しました。「こども武道憲章」の制定の経緯や趣旨、そこに込められた思いなど、こども武道憲章作成委員会委員長を務められた西村勝巳氏(元文部省体育局審議官、武道憲章起草専門委員会委員)の文章で紹介します。

## 武道憲章

武道は、日本古来の尚武の精神に由来し、長い歴史と社会の変遷を経て、術から道に発展した伝統文化である。

かつて武道は、心技一如の教えに則り、礼を修め、技を磨き、身体を鍛え、心胆を錬る修業道・鍛錬法として洗練され発展してきた。このような武道の特性は今日に継承され、旺盛な活力と清新な気風の源泉として日本人の人格形成に少なからざる役割を果たしている。

いまや武道は、世界各国に普及し、国際的にも強い関心が寄せられている。我々は、単なる技術の修練や勝敗の結果にのみおぼれず、武道の真髄から逸脱することのないよう自省するとともに、このような日本の伝統文化を維持・発展させるよう努力しなければならない。

ここに、武道の新たな発展を期し、基本的な指針を掲げて武道憲章とする。

### (目的)

第一条 武道は、武技による心身の鍛錬を通じて人格を磨き、識見を高め、有為の人物を育成することを目的とする。

### (稽古)

第二条 稽古に当たっては、終始礼法を守り、基本を重視し、技術のみに偏せず、心技体を一体として修練する。

### (試合)

第三条 試合や形の演武に臨んでは、平素錬磨の武道精神を発揮し、最善を尽くすとともに、勝っておごらず負けて悔まず、常に節度ある態度を堅持する。

### (道場)

第四条 道場は、心身鍛錬の場であり、規律と礼儀作法を守り、静粛・清潔・安全を旨とし、厳粛な環境の維持に努める。

### (指導)

第五条 指導に当たっては、常に人格の陶冶に努め、術理の研究・心身の鍛錬に励み、勝敗や技術の巧拙にとらわれないことなく、師表にふさわしい態度を堅持する。

### (普及)

第六条 普及に当たっては、伝統的な武道の特性を生かし、国際的視野に立つて指導の充実と研究の促進を図るとともに武道の発展に努める。

昭和六十二年四月二十三日制定

日本武道協議会

# 「こども武道憲章」を 全国の道場に掲示しよう

こども武道憲章作成委員会委員長 西村 勝巳

## ■ 「こども武道憲章」制定の趣旨と経緯

日本武道館が平成16年に設立40年を迎える機会に、「武道憲章」（昭和62年制定）を基本とし、今度は小中学生などを対象とした、より分かりやすい形の「こども武道憲章」を作成し、発表して、未来を担う若者たちへの武道の普及振興をはかることとなりました。作成の主体は、日本武道協議会です。

さて、その基本となる「武道憲章」の果たしてきた役割と意義は、どのようなものだったのでしょうか。それは、戦後長い間、受難の道をたどってきた武道を、明確な姿で再生させる旗印となってきたことです。

一時は「武道」という用語の使用すらためらわれた時期もあり、また、スポーツ隆盛の時期を迎える中で、それとの本質的な違いは何か、独自性は何かということが、武道の学術研究団体である日本武道学会においても、発足当初から論議の対象となっていました。スポーツとの形態的類似性があまりに近いこともあって、そこには歴史的、文化的、社会的背景に本質的な違いがあるにもかかわらず、また、漠然と感じの違いを多くの人が抱いていたにもかかわらず、それを簡潔に、力強く、確信をもって主張する言葉がなかったのです。これに対し、武道の立場を正面から高らかに主張したのが、「武道憲章」でした。はっきりした旗印を掲げたのです。

その旗印が、従来至難なこととされてきた課題を解決していきました。例えば、学校における「格技」です。その用語の中に閉じ込められていた柔道、剣道、レスリングなどの枠を外して、「武道」という科目を独立させることに成功しました。

「こども武道憲章」の制定にあたっては、「武道憲章」を基本とし、対象を小学校高学年から中学生までに絞り、平易な言葉づかいや文章表現で作文に取りかかりました。作業に入るにあたって、全体基本方針として、次のような申し合わせを行いました。

- (1) 原文をそのまま直訳するのではなく、ある程度意識し、ふくらみをもたせて説明することにより、原文の真意を正確に伝えることとする。
- (2) 述語以外はなるべく平仮名を使用し、全体をやわらかく伝えることとする。
- (3) 小中学生が主体であることから、前文、条文への流れをよくし、前文にリズム感を持たせ、条文は意味を正確に伝えることとする。全文を敬体「です・ます調」とする。
- (4) 原文の意味が深い言葉や語句および武道用語としての固有名詞は極力残し、理解させるようにする（保護者にも理解できるようにする）。

- (5) 小中学生自身が「音読」「覚える」「暗誦<sup>あんしゅう</sup>」することができるようにする。
- (6) 原文「第五条（指導）」、「第六条（普及）」は指導者を対象としているので、これを除き、新たに武道の現在から未来へということを視野に入れ、「仲間」「自覚」「国際的」などの条文を加えることとする。
- (7) 武道は「楽しい」「美しい」「積極的にやろう」と感じさせるような魅力的な表現、言葉づかいとする。
- (8) 現在の、またこれからの子どもたちに守ってもらいたいことを一つ一つ表記する。
- (9) 各武道に共通する文言および語句とする。

以上の基本方針に基づき、各委員がいっせいに案分作成に着手し、それを持ち寄って意見交換、3人の小委員がまとめの案文を作成しました。各委員は皆練達の方ばかりで、この難作業を手際よく処理し、予想したより早く成案を得ることができました。

## ■ 「こども武道憲章」の特色

### （一）こども自身の決意の宣言

「こども武道憲章」においては、「武道憲章」の客観的な叙述を変更して、子どもたちの力強い決意の宣言となるよう表現形式を改めました。すなわち、前文の結びも「わたしたちが心がけなければならないことを『こども武道憲章』として掲げ、これを守ります」と、誓約する形で宣言するような形式としました。

また第一条の「目的」では、「武道は、技をみがくことによって心身をきたえ、強くたくましく、勇気と思いやりと正義感をもった、社会に役立つ人になることをめざします」とし、第二条以下各案において、「稽古」は「一所懸命にはげめます」というように決意を表明する形に改めました。

この表現形式は、かなり思い切った発想で、躍動感があり、生き生きとした感触を与えるものとなりました。

### （二）原文の深遠な用語や親しみ難い言葉の平易化

「武道憲章」には、武道の奥深い内容と実体を反映して、成人でも戸惑う言葉や、言葉を理解していても一歩踏みこめば本当は何を意味しているか必ずしも明確ではないような事柄が並んでいます。たとえば、「日本古来の尚武の精神」とか、「このような武道の特性」「清新な気風<sup>きふう</sup>の原泉として日本人の人格形成に少なからざる役割」とか、一応の理解はできますが、それは何かを一歩進めて説明することはかなり難しいことです。

「尚武の精神」というのは武勇を尊ぶ心であり、単なる威力ではなく、勇という徳性に裏打ちされたものです。そこに思い浮かべられる武勇の人は、併せて智略と仁徳を具えた、凛々しく床しい人柄です。そして「清新な気風」とは、欲心や邪心のない、純粹な心情の人であり、花でたとえれば桜の花のように潔い姿です。日本人にはすぐ分かる、明るく清く直き大和心です。神聖なものに真心を捧げる姿であり、誠を尽くす心です。

そこで、「こども武道憲章」で、こどもに分かりやすい言葉で、その意味のことを表現するにはどうしたらよいか。前文で「りっぱな人」と表現し、その具体的な内容を第一条の目

的で「武道は……勇氣と思いやりと正義感をもった、社会に役立つ人になることをめざします」という形で、こども向きに見事に成文化されました。委員の方々の苦心の跡が感じられて、大変感服しました。そこには、「勇氣」と「思いやり（仁）」と「正義感」が含まれ、「社会に役立つ」という武道の特質が含まれています。これは、新渡戸稲造の『武士道』の中心部分が並んでいると言ってもよいでしょう。

次に、「武道憲章」第一条の「有為の人物」という用語は、最近あまり見かけませんが、かつては「前途有為の青年」とか「国家有為の人材」などの用例が多くありました。それは、個人としての能力としてではなく、社会的に役立つ活動ができる人物を意味しています。尚武の「武」は、いわゆる武のもたらす恵沢、武徳をめざしており、社会に秩序と平和をもたらすものです。その意味で、第一条の武道の目的を、「社会に役立つ人になることをめざします」としました。

また、第一条の「思いやり」は、第二条や第四条の礼儀を守ることに通ずるものであり、礼とは、思いやり（仁）の心を形に表したものです。

これらの徳性の価値は、成人であろうとこどもであろうと上下の差があるわけではなく、「こども武道憲章」は原文の意義の明確化に大きく役立つものです。

## ■結び

「こども武道憲章」第五条の仲間の規定は、実効性が目に見えるような規定です。このような武道に親しむこどもたちの集団の輪が大きく広がれば、何かと大きな影響力があらわれてくるにちがいません。そのような輪が目立ち勢いのある地域の気風は、自然と明朗活発で、非行などの憂うべき状況を圧倒し、浄化してくれるでしょう。

青少年問題と言われる難題の打開には、武道の普及拡大により、その迫力ある指導に期待を寄せたいと思います。そのような意味で、「こども武道憲章」が広く親しまれ普及することが望まれます。

### こども武道憲章作成委員会委員

<委員長> 西村 勝巳 日本体育スポーツ政策学会顧問 日本武道学会顧問 武道憲章起草専門委員会委員、元文部省体育局審議官（日本武道館推薦）

<委員> 伊東 純 東京都八王子市立第二中学校教諭 剣道六段（全日本剣道連盟推薦）

櫛原 利明 参議院法制局 相撲五段（日本相撲連盟推薦）

下山 真二 東京都大田区立蓮沼小学校教諭 少林寺拳法大拳士五段（少林寺拳法連盟推薦）

吉井美恵子 東海大学非常勤講師 なぎなた教士（全日本なぎなた連盟推薦）

百鬼 史訓 東京農工大学教授 剣道教士七段（日本武道学会推薦）

橋本 敏明 東海大学教授 柔道六段（日本武道学会推薦）

以上7名（所属・役職・称号段位等は制定当時）

※本稿は、「こども武道憲章」制定に際して、月刊「武道」平成16（2004）年11月号（日本武道館編集・発行）に掲載された西村氏による寄稿を再構成したものです。

(稽古)

第二条

稽古をするときは、先生の教えや礼儀を守り、基本を大切にし、技だけではなく、心と体も共にきたえるよう、一所懸命にはげみます。

(試合)

第三条

試合や演武では、ふだんの稽古の力を出しきってがんばり、勝ち負けや結果だけにこだわらず、節度ある真剣な態度でのぞみます。

(道場)

第四条

道場は、技をみがき、心と体をきたえる場所として、規則や礼儀を守り、清潔と安全を心がけます。

(仲間)

第五条

道場の仲間を大切にして、お互いに協力し、はげましあいながら、楽しく稽古し、さらに多くの仲間をつくりまします。

平成十六年九月十六日制定

日本武道協議会

# こども武道憲章

武道は、日本古来の武勇を尊ぶという精神を受けつぎ、長い歴史の中でつちかわれ、発展してきた伝統文化です。

武道は、礼儀正しさを身につけ、技をみがき、心身をきたえ、りっぱな人になるための修業の方法です。

わたしたちは、技の稽古や試合の勝ち負けだけを目的にするのではなく、武道を正しく理解して、このすばらしい日本の伝統文化を大切にしなければなりません。

これからも武道を愛し、修業を続けていくために、わたしたちが心がけなくてはならないことを「こども武道憲章」として掲げ、これを守ります。

## (目的)

第一条 武道は、技をみがくことによって心身をきたえ、強くたくましく、勇気と思いやりと正義感をもった、社会に役立つ人になることをめざします。