

「86歳七段一発合格 日下 勤 先生 にお聞きしました」

8/26（土）福岡七段審査会で、京都の日下勤先生（86歳、城陽稽古会）が1回目の受審で見事合格されました。そこで、合格の秘訣などをインタビュー形式でお答えいただきました。

Q1 剣道歴（略歴）について

平成29年8月 剣道六段取得 長野

平成21年11月 剣道錬士号取得

平成30年3月 社会体育上級指導員認定

全国社会福祉祭（ねんりんピック）出場

平成11年福井・平成13年広島・平成17年福岡



Q2 剣道を始めた契機・動機は

40歳代に入ってから小学生だった娘が剣道を習いたいと言い出したので、寺田剣友会洗心館に入会させました。その時に故田村平治館長に「お父さんも一緒にやるといい」と勧められました。当時、メタボになりかけであり何かスポーツをと考えていたので剣道をやってみようと思決意して初めて竹刀を持ちました。

Q3 七段合格のご感想は

「ああ、遂に私もここまで来たなあ」と思いました。今までお世話になった先生方や稽古をしてくださった方々に感謝です。

十年ほど前に右膝を悪くしてからはほとんど摺り足だけで稽古しています。それで七段審査に合格出来たことは自信につながりました。

Q4 高齢剣士へのアドバイスは

アドバイスなど大そうなことはありませんが、私が主に心がけていたことを列挙してみます。

- ① 私は昇段審査を受審することは一つの目標として稽古しています。しかし、個人的な目的は昇段ではなく別に各自持つべしと思っています。

- ② 何の武道でも、スポーツでも体を元気に保っておくことが原則だと思っています。身体関節を少しでも柔軟にするために、また「合気」とは何かを知るために十数年前から合気道の稽古をしています。
- ③ 私は五段審査をパスしてから六段に昇段するのに18年かかりました。受審できるようになってから13年間毎年約3回の受審を続けてきましたが、受審を止めようと思ったことは一度もありませんでした。
- ④ 六段昇段の数年前から剣道形と正面打ちの稽古を軸にして稽古を重ねてきました。六段昇段後もこの稽古は続けており、1回目の七段審査で合格できたことで、自分の稽古方法は間違っていなかったと思います。
- ⑤ 膝が故障した時に整形外科の先生から教えてもらった「自分で直す方法」を毎日行っていたら良くなってきました。今ではゆっくりの蹲踞や30分以上の正座ができるまで回復しています。床を鳴らして打ち込まなくても摺り足で七段審査に合格できました。
- ⑥ 自分の知らないこと出来ないことは、男女年齢を問わず児童からでも教えてもらうように心掛けています。

Q5 今後の抱負は

抱負などと云う大そうなものは特にありませんが、少しでも剣道の伝承と発展に寄与出来ればと考えています。

年寄り自分の身体を元気に保ってあまり社会に負担を掛けないようにして生きていくことが一番いいことだと思っています。これからも健康に生きていくために剣道の稽古を続け、少し生意気かと思いますが、出来れば私に剣道の手ほどきをして下さった故田村平治先生がご自身の正師として仰いでおられた故小川忠太郎範士がよく仰っていたと言われている「真面（まめん）」を打つ稽古がしたいと思います。

Q6 剣道をする上での座右の銘は

- ① 継続は力なり
- ② 島田 虎之助（幕末の剣豪・九州大分中津藩士）の教え
「剣は心なり 心正しからざれば 剣また正しからず
剣を学ばんと 欲すれば 先ず心より 学ぶべし」

Q7 稽古するのに参考にした本は

- ① 年齢とともに伸びていく剣道 林 邦夫著 体育とスポーツ出版社
- ② 剣道は基本だ！ 角 正武著 剣道日本

以上