

奈良県支部 生駒地区地域研修交流会

2014.03.10

3月2日（日）に、奈良県支部 生駒地区初めての地域研修交流会が開催されました。同地区には10人の講師による教室がありますが、各教室から交流会には180名が参加しました。

会場は生駒市上町の「はばたきホール」です。定刻の13:30に支部研修部の岸本理事の司会で開会しました。中川支部長の「楊名時太極拳は競わず、争わずがモットーです。今日は普段通りの太極拳で交流を高め、楽しんでください」との挨拶の後、早速研修会のメニューに入ります。



最初は体をほぐすためのストレッチ。これには練功18法前段を利用しています。解説の支部研修部泉原理事を中央に、両脇に西岡講師、福井講師の3人が壇上で指導します。泉原講師からは、「練功18法は私たちが行っている太極拳とは違いストレッチ運動です。効果的に行うには、伸ばすときはしっかり伸ばし、曲げるときはしっかり曲げ、メリハリをつけて」という前置きに続いて「手法では掌形は四本の指を揃えてしっかり伸ばし虎口をきちんと開く、拳では四本の指を揃えて曲げ、両肩横に腕を開くときは拳の上面を水平。歩法も楊名時太極拳とは違い、開歩、閉歩は一気に行う」との簡潔明瞭な要点解説を聞きながら全員が体をしっかり動かしました。終わった後はストレッチで緊張した筋肉をほぐす動作を十分して準備運動は完了です。



引き続き、本題の最初の研修メニュー、立禅と甩手を、壇上の吉田講師の説明に従って、全員で行います。



司会の岸本理事からは吉田講師の「礼」がきれいなことに気付きましたかと問いかけがあり、改めて吉田講師に「礼」を再度示していただき、こういう細かなところにも留意点があるということに参加者全員が再確認しました。



引き続き壇上には神野講師が上がり、八段錦の前半四段を解説して全員で行いました。



この後は套路ですが、参加者が多いため10人の講師の教室をA班とB班二つに分けてそれぞれの教室講師が壇上に上がり24式演舞を指導しました。

A班（泉原教室35名、田中教室16名、中川教室20名、吉田教室13名、吉本教室17名）、



B班（神野教室8名、西岡教室44名、福井教室23名、藤野教室2名、山岡教室28名）



途中休憩後の後半行事は、A、B両班が半数ずつ入り混じっての百花拳です。

始めに中川支部長から、最初の「開花観空」と終わりの収勢の動作について套路との違いを説明の後、地区の講師10名が中心の円陣を作り、それを全教室の生徒が4重の円で囲んで、最初のグループは吉本講師がリード役で練習と本番の2回の演舞を行いました。続いて、最初のグループを参観していた残りの参加者で円陣を作り、中川支部長の音頭で同じく練習と本番の二回、百花拳を演舞しました。

套路と違って日頃あまり行う機会の少ない百花拳でしたが、それぞれ百人という多人数の円陣での演舞は、“円心への収斂、円周方向への回転、円外への放射”という動きが、参加者自身が演者のとき、それを会場外郭で見ている参観者の時それぞれで、心地よい波動として楽しめた感じが参加者の表情から伺えました。



百花拳の後は、講師全員が舞台上昇って立禅と甩手で会場全員で行い研修会は全メニューを予定通り完了しました。最後に本田副支部長から「今日の体験を教室に活かして会員増強につなげてほしい」との挨拶で生駒地区初めての地域研修交流会はお開きとなりました。

参加いただいた教室の方々、指導いただいた教室の先生方にご苦勞様でした。



(総務部 福島記)