

八戸あおば高等学院が
流鏑馬に取り組み感じた
感想・経験・課題点

私たちの 流鏑馬活動日記





八戸あおば高等学院が流鏑馬に一年間取り組んだ 感想・経験・課題点などの発表をします。

目次

- ・八戸あおば学院が流鏑馬に取り組んだきっかけ 5 ページ
- ・一年間やってみて出てきた感想や経験の一覧 7 ページ
- ・一年間やってみて出てきた疑問・質問と回答 10・11 ページ
- ・生徒それぞれの個性が光る作品達の紹介 13～18 ページ
- ・今後の流鏑馬・馬事文化の課題と展望 20 ページ
- ・全国スポーツ流鏑馬八戸大会出場者及び立射演武参加メンバーの感想 22 ページ
- ・作成者のあとがき 24・25 ページ



八戸あおば高等学院が流鏑馬に取り組んだきっかけ

類家相談役の個人的な趣味であった、流鏑馬とのつながり。

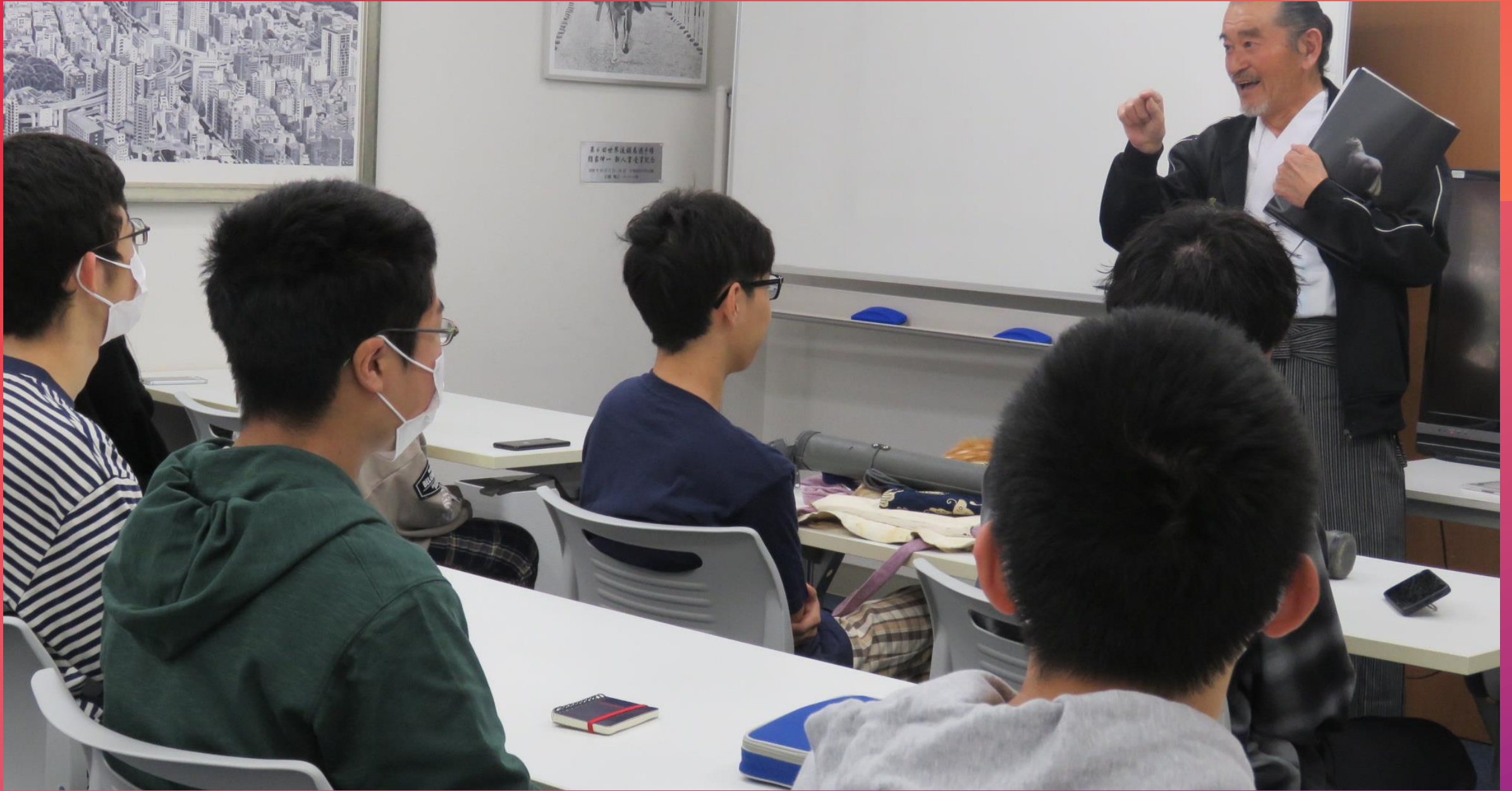
元々、八戸あおば高等学院（以後、あおば学院）の類家伸一相談役が個人的な趣味として始めていた流鏑馬。あおば学院と流鏑馬の、最初の出会いは、上村鮎子会長からのこんな誘いでした。「体験乗馬をしてみませんか？」このオファーをきっかけにして、生徒達は流鏑馬の虜になりました。

一方その頃、後に、あおば学院の流鏑馬師範となる寺尾俊光氏（以後、寺尾師範）は、こんな悩みを抱えていました。「八戸弓馬会を発足させたものの、競技選手が全然増えない。」そんな時に、二人は十和田乗馬倶楽部で知り合います。かねてより、生徒達から「もっとやりたい」などの、熱烈な声があった学院側。流鏑馬の楽しさを共有して競技選手を増やしたいと考えていた、寺尾師範。そこからはトントン拍子で話が進みました。

そしてついに、2023年4月「本物に触れる事で新しい発見と実感を得る」を目標に、「強制しない」「誉める」「楽しい&面白い」を基本として、八戸あおば高等学院スポーツ流鏑馬コースは始動しました。

引用元 Future Generations YABUSAME FAN BOOK

ダンディー達の、熱き流鏑馬への想い 2023年10月 発刊



一年間やってみて出てきた感想や経験の一覧

生徒達の感想・経験

- 弓に指を引っ掛けるのが難しく、間違った方法で番えると怪我をするので、驚いた
- 弓を引く時は手の力よりも肩の力を使うと、上手く飛ぶ（背筋を使うと尚よく飛ぶ）
- 思っている以上に弓自体が重い
- 弓に意外と弾力があり、曲がって折れないか心配
- 指を5本全て離さないと、矢が飛ばない
- 矢を番える時、勢いが余ると弦から外れる
- 矢を放つ時は回転を付けた方が真っ直ぐ飛ぶ
- 矢の打ち方は弓道から応用できる箇所があるが、的に対して至近距離から打つ点異なる
- しっかりした型で練習しないと、馬に乗った時に苦勞する
- むしろ、脱力が大事
- 鞍の付け方が複雑で難しい
- 細かい動作を覚えるのが大変
- 乗馬すると足とお尻が痛くなる
- 馬を見られるので馬の筋肉の動きを見たい
- 流鏝馬初心者と上級者では、馬の速度も射手の姿勢も全く違う





一年間やってみて出てきた疑問・質問と回答

疑問・質問への上村鮎子さんの回答

- Q 馬と仲良くするにはどうすれば良いですか？
- A 馬は草食動物です。敵から逃げる習性があります。逆に味方と群れをなし、群れのリーダーに従います。それ習性を理解した上で、「優しく触れて、敵じゃないんですよ。」という気持ちを感じさせます。
- Q 馬とどうやって絆を深めましたか？
- A 乗馬したら、馬の方向やスピードを的確に伝え続け、そのことに答えてくれたら「ありがとう」と褒めることと、その継続です。
- Q 流鏑馬で矢を放つ時、瞬発力を出すにはどうすれば良いですか？

- A 基本的な「型」を習得するしかありません。そして、その動きを、小手先でやるのではなく、骨を意識してやる事だと思います。「骨を掴む」これしかありません。
- Q 上手に的に的中させるコツは何ですか？
- A 今でも、時々、上手に的中できているか分からなくなる時もありますが、とにかく、乗り型・弓使いの型をしっかりと練習するのみ。そして、経験者からの指導を頂き素直に聞く事しかありません。
- Q 馬はどうやって選ぶのですか？
- A 最初に触れた時、私に敵意を示さない馬を選びます。

〈次頁へ続く〉

一年間やってみて出てきた疑問・質問と回答

疑問・質問への上村鮎子さんの回答

- Q 馬の中には視野を狭くする馬もいるそうですが、流鏑馬でもそれはありますか？
- A そのようなことを感じたことは無いです。ただ、人も集中すると、一点しか見えなくなるので、もしかしたら、馬も集中するとそうなのかしら？
- Q 今までで一番苦労したことは何ですか？
- A 苦労したことは無いですね。常に、目標に向かって歩いてるような人生ですから。悩むことはあっても、それには必ず答えがありますし。なので、悩みはあっても苦労は無いです。悩みの答えを見付けるまでは、まるで人生ゲームのように楽しんでますしね。

- Q 乗馬クラブができた時、最初の馬はどこから来たんですか？
- A 北海道恵庭市から5頭来ました。北海道和種です。
- Q 馬になりたいと思いますか？
- A いいえ。馬になるより、こうやって皆さんと一緒に馬をはさんで笑い合える生活が楽しいのです。



〈前頁からの続き〉



生徒それぞれの個性が光る作品達の紹介

頑張りました！！

- あおば学院では、スポーツや運動の他にも、絵を描いたり・人形を作成したりする事が好き、という生徒も多くいます。
- そこで、スポーツ流鏑馬コースで経験したこと以外にも、自分達で作成した流鏑馬に関連した作品をご紹介します。

次のページからご覧ください。

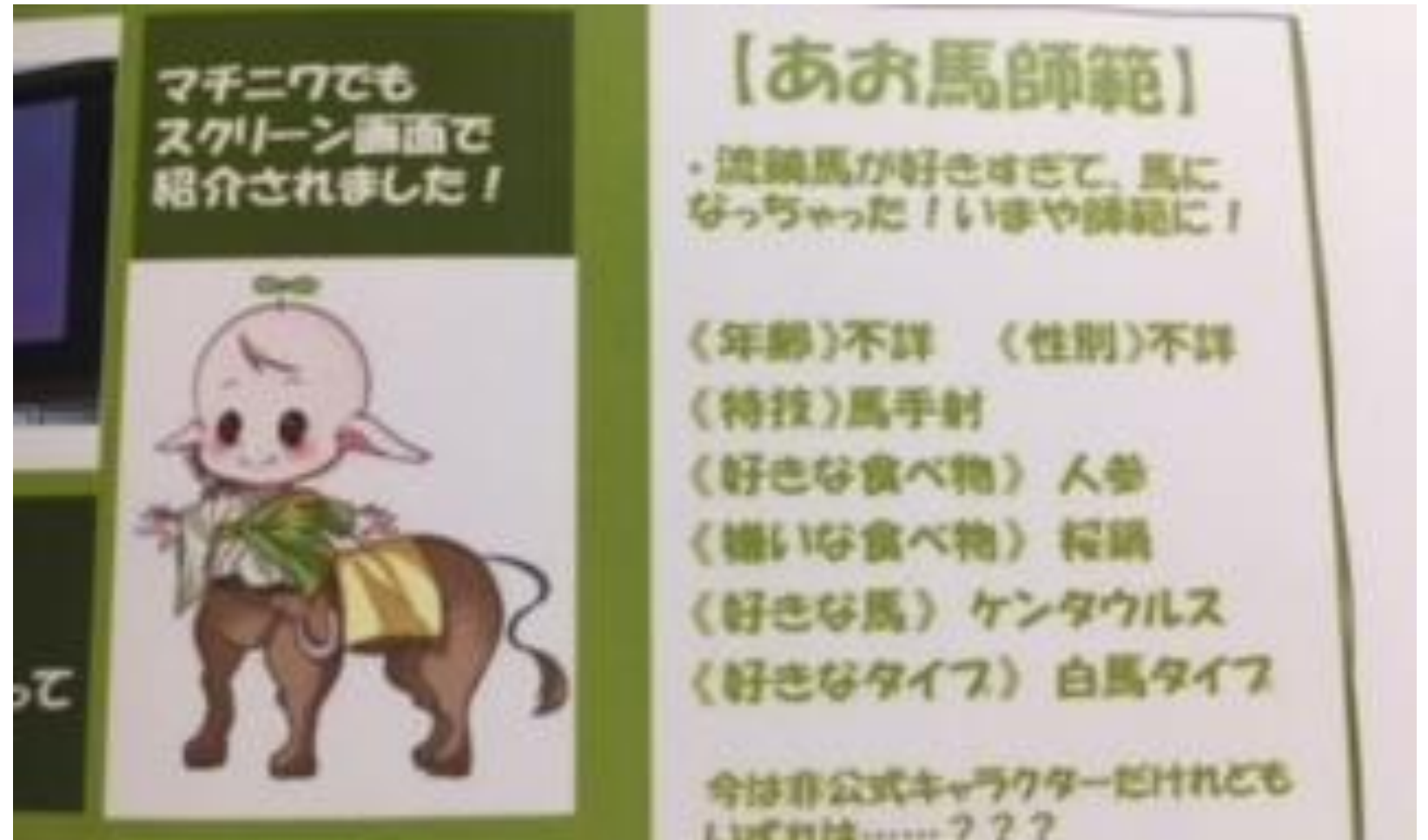


流鏑馬の絵

- この絵は、主にあおば学院の一年生が中心となって作成してくれました。
- 頑張った点 馬の装飾や背景など、細かい所の書き込みを頑張りました。
- 苦労した点 馬を描くのが初めてだったので、構図などが難しかった。
- 楽しかった点 水彩画を描くのが久しぶりで、背景を絵の具で塗るのが楽しかった。



- このキャラクターは、昨年のあおば学院十周年記念文化祭の際に、学院の公式キャラクターとして作成されました。
- この章では、そんな学院を象徴するキャラクターであるあおば師範を、フェルト人形として作成しました。
- 次のページより立体型フェルト人形のあおば師範をご覧ください。



学院容認キャラクター「あおば師範」の紹介

このフェルト人形は、
三年生の井出悠紀斗
君が作ってくれました。
た。

頑張った点は、実際に
流鏝馬で使われる装飾品
の再現や足を作る時フェ
ルトだけで輪郭をはっき
りさせる作業。

苦労した点は、人形を
立たせるためにフェルト
や針金を使用して補強し
たり、人形の中に磁石を
埋め込む作業が大変だっ
たこと。

楽しかった点は、実際
の馬の足とお尻を写真で
確認しながら形を作った
時。









今後の流鏑馬・馬事文化の課題と展望

総評して八戸あおば学院の流鏑馬プロジェクトの是非について

- **良かった点** 流鏑馬に取り組んだ結果、実績として約一年半で大会出場が出来た。また、立射演武などの公の場での披露によって、流鏑馬の広報活動にも繋がっていると感じた。加えて、高等学校での指導という事もあり、若い世代への文化継承も期待できる。日常では、流鏑馬の練習によって普段運動不足気味な生徒であっても、体を動かせた。さらに、寺尾師範などの定期的な指導もあり、自ら練習を重ねる度、学習意欲が刺激された。それから、同じく練習を重ねる生徒同士のコミュニケーションも活発になり、流鏑馬以外の生活でも、少なからず良好な人間関係が構築された。乗馬体験では、実際に乗馬する事によって、弓だけでなく、リアルな流鏑馬のイメージを掴むことができた。
- **今後の課題点** 普段は道場での弓術の練習が多いため、どうしても馬の知識・経験が乏しくなる。的の用意や矢・弓・木馬などの準備が多く大変。他のスポーツに比べて前提知識が少なく、興味を持つ迄が難しい。
- **今後の展望** 流鏑馬をもっと広めていく為には、やはり、高等学校や中学校などの若い世代を中心に取り組んでいく必要がある。また、弓と馬の練習を可能な限り均等な割合で練習した方が、よりリアルな流鏑馬のイメージが掴めるだろう。



全国スポーツ流鏑馬八戸大会出場者及び

立射演武参加メンバーの感想

- **大会出場選手の感想** 初めてとなる流鏑馬の公式戦に出場する事になり、最初はかなり緊張しました。初日の練習では、なかなか馬の駈歩が出ず悩んだり、矢を放とうとしてもフォームが崩れたりしていました。変化がないまま二日目の午後に、寺尾師範が駆けつけてくれました。師範は、「緊張せずに学院でやっているようにやればいい。」とアドバイスをくれ、そのお陰で流鏑馬のフォームを思い出して、早足ですが型を守って矢を放てるようになりました。三日目には、乗っている馬の馬主さんがいらっしゃって、僕の様子を見てくれました。馬主さんが見てくれた事もあり、ようやく本格的に駈歩になり、矢を射ることが出来ました。四日目からは本番と同じ神社での練習で、夕方の試走では練習とは比べ物にならない、一走15秒というタイムで走り、その速さに驚きました。その後いよいよ本番となり、大雨の中の流鏑馬となりました。結果は、二走とも一の的的中となり、タイムも13・14秒でした。皆中とはなりませんでしたでしたが、個人的には満足のいく結果でした。スポーツ流鏑馬コース開講セレモニーで語った「カッコいい姿で打ちたい」という目標に手が届いたと思います。
- **立射演武参加のメンバーの感想** 最初は不安ばかりだったけど、弓の構えから練習していった意外と簡単だった。今度は馬に乗ってやってみたい。番え構えのところをスムーズにやると馬に乗った時もいい感じにできそう。悪天候で的が見辛かったけど、頑張りました。



作成者のあとがき

流鏑馬に取り組み始めて、一年半となる下田遥の流鏑馬に対して思ったこと

- **1.観覧客がなぜ下方射を打つのか伝わっていなかった。** これは私が、桜流鏑馬のボランティアに参加した際の出来事で、昼食を食べにテントを探していると、流鏑馬を観覧している団体の観覧客が、二の的の下方射を見て「あれは、馬の足を狙ってるの？」と、話しているのが聞こえました。そこで私が、「あれは、伏兵を狙う事からきている動きなんですよ。」と解説し、横にいた別の観覧客もさらに詳しく聞いてきました。このように、大会での司会のアナウンスはあるものの、途中から来たり、馬に夢中になって聞き逃すと、下方射を何故打つのか分からない状態になっている事がありました。より多くの人に楽しんでもらう為、何らかの方法で流鏑馬の動きの解説をした方が良くと考えます。
- **2.大会での流鏑馬に押振り、追物射などを追加する。** 大会やボランティアに参加すると、これまで学校で習ってきた流鏑馬の他の型を披露する機会が意外とない事に驚きました。流鏑馬をお客さんの側から見ると、確かに人馬一体の姿は勇壮で迫力がありますが、プロ級や上級になると、速すぎて打つ瞬間が分からない。観客に対して反対側に矢を打つので、的の真正面に立つと当たったかどうかすぐに分からない。という点が気になりました。特にプロ級や上級は選手の中でもハイレベルなので、馬が速すぎて見ていても分からないと言うのは、勿体無く感じます。〈次頁へ続く〉

作成者のあとがき

〈前頁からの続き〉

そこで、本番の大会に押振りや追物射を追加すれば、競技に見た目の面白さがプラスされると考えます。例えば、押振りは矢を後ろに飛ばすので、矢の軌道が観客にも伝わり、馬の速度が早くてもプロ級・上級の流鏑馬が本来の持ち味を発揮出来ると考えます。追物射の場合も同様です。また、見た目だけではなく、押振りや追物射は競技の幅も広げることが出来ると考えます。どう言うことかということ、普通の弓手射に比べて、恐らく押振りや追物射の方が難しいので、的の点数を差別化できたり、選手によって得意不得意が出てくると予想されるので、コースによって選手達の特性の違いなども鑑賞できると考えるからです。よって、本番の大会の流鏑馬に押振りや追物射の追加を提案します。

- **3.流鏑馬大会の合間の立射演武の実施** 今年の8月11日のスポーツ流鏑馬八戸大会では、あおば学院の生徒5名が立射演武に臨みました。立射演武自体は、2023年の桜流鏑馬などでも多く実施されています。1.や2.の内容とも被りますが、立射演武では主に、弓手射・押振り・馬手射を披露します。そこで、もし2.の内容が現実化されれば、立射演武は流鏑馬の三つの型（馬手射と追物射の違いはあるが）の解説ができるいい機会となります。また、この際に下方射も演武に取り入れれば、1.の下方射に対する理解もより広まると思います。さらに、2025年の大阪・関西万博の1000人立射演武のPRにもなると考えます。加えて、馬に乗る本格的な流鏑馬は難しいけど、立射演武なら参加出来るという人たちが参加し、馬に乗った流鏑馬に挑戦出来るきっかけにもなるかもしれないと考えます。



おわり