

初段受審者向け日本剣道形解説

一本目

| 打太刀（諸手左上段） | 仕太刀（諸手右上段） |
|--|---|
| ① 左足を前に出し、諸手左上段に構える。 | ① 打太刀の動作に合わせて諸手右上段に構える。 |
| ② 左足から三歩で一足一刀の間合に進む。 | ② 右足から三歩で一足一刀の間合に進む。 |
| ③ 間合いに接したとき、機を見て右足を踏み出し『ヤー』の掛声で仕太刀の正面を打つ。 打ち下ろした剣先は、下段の構えよりもやや低くなり、上体がやや前傾する。 打ち下ろす時、木刀の「物打ち部」を仕太刀の頭上めがけて打ち下ろす要領で、反動をつけて打ち下ろさない。 | ③ 打太刀の正面打ちを左足から体を少し後ろに自然体で引くと同時に諸手も後ろにひいて、打太刀の剣先を抜き、右足を踏み出し『トー』の掛け声で打太刀の正面を打つ。 打太刀の剣先を抜く際に剣先が下がらないように剣先の方向（45°の方向）に抜き、一拍子で面を打つ。 |
| ④ 剣先を下段のまま送り足で一步引く。 前傾姿勢のまま。 | ④ 十分な気位で打太刀を押しながら、剣先を顔の中心に（両眼の間）につける。 |
| ⑤ さらに一步引く。 前傾姿勢のまま。 | ⑤ 左足を出しながら諸手左上段に振りかぶり残心を示す。 |
| ⑥ 剣先を下段から中段につける。 中段につけながら上体を起こす。 | ⑥ 打太刀と同時に左足をひいて諸手左上段を下ろし、中段となる。 |
| ⑦ 構えを解き、左足から歩み足で五歩ひき、立会の間合に帰る。 | ⑦ 構えを解き、左足から歩み足で五歩ひき、立会の間合に帰る。 |

二本目

| 打太刀（中段） | 仕太刀（中段） |
|--|--|
| ① 相中段となり、一足一刀の間合に進む。 | ① 相中段となり、一足一刀の間合に進む。 |
| ② 間合いに接したとき、機を見て右足を踏み出し『ヤー』の掛け声で、仕太刀の右小手を打つ。 右小手の位置よりわずかに低く打つ（木刀が床と平行になる）。 | ② 左足から右足をともなって左後ろにひくと同時に、体の向きを打太刀に向けて、剣先を下げて、打太刀の刀の下で半円をえがく心持ちで打太刀の打ち込んでくるのを抜いて大きく右足を踏み出すと同時に『トー』の掛け声で打太刀の右小手を打つ。 打太刀の刀を抜いたら、相手の小手が見える位置（振りかぶりすぎない）まで振り上げてまっすぐに（斜め打ちにならないように）一拍子で打つ。 |
| ③ 相中段になりながら、両者の縁を切らないように留意しつつ、左足から刀を抜き合わせた位置に戻る（一步でなくても良い）。 | ③ 相中段になりながら、両者の縁を切らないように留意しつつ、右足から刀を抜き合わせた位置に戻る（一步でなくても良い）。 |
| ④ 構えを解き、左足から歩み足で五歩ひき立会の間合に帰る。 | ④ 構えを解き、左足から歩み足で五歩ひき立会の間合に帰る。 |

三本目は足捌きが重要。打太刀も仕太刀も踏み出した足（引いた足も）の反対側の足が自然に僅かに送り込まれるように、腰主導の軽妙な足運びを身につけよう。

| 打太刀（下段） | 仕太刀（下段） |
|---|---|
| ① 相下段となり、一足一刀の間合に進む。 | ① 相下段となり、一足一刀の間合に進む。 |
| ② 間合に接したとき、気争いで自然に（ゆっくりではない）中段になる。 | ② 間合に接したとき、気争いで自然に（打太刀に従って）中段になる。 |
| ③ 機を見て、刃先を少し仕太刀の左に向け、右足から一步踏み出しながら、鎧ですり込み、『ヤー』の掛け声と共に諸手で仕太刀の水月（みずおち）を突く。 突き終えた時には、剣先は手元よりやや下がること。 | ③ 左足から一步大きく体をひきながら、打太刀の刀身を物打の鎧（しのぎ）で軽く入れ突きに萎（な）やすと同時に『トー』の掛声で打太刀の胸部へ突き返す。 萎やすときは刃先は右下を向き、胸部を突くときは真下を向く。 |
| ④ 右足を後ろにひくと同時に、剣先を仕太刀の刀の下から返して、（剣先を仕太刀の咽喉部につける要領で）諸手をやや伸ばし、左自然体の構えとなり、剣先は仕太刀の咽喉部につけて、仕太刀の刀を物打の右鎧で右に押える。 | ④ さらに突きの氣勢で左足を踏み出し、位詰（くらいづめ）に進む。 このとき剣先は突き出さないようにする。 ※ 位詰とは、打太刀の動きに応じながら徐々に追い詰めていくこと |
| ⑤ 左足をひくと同時に、剣先を仕太刀の刀の下からまわして返し右自然体の構えになり、物打の左鎧で押える。 | ⑤ 右足から三步、小足にやや早く位詰に進む。 |
| ⑥ 剣先を下げながら左足から後ろに歩み足で三步ひく。 | ⑥ 剣先を顔の中心（両眼の間）につける。 |
| ⑦ 剣先を上げ中段になる。 | ⑦ 中段になりながら左足、右足とひく。 |
| ⑧ 右足、左足、右足と出て刀を抜き合わせた位置に戻る。 | ⑧ さらに左足、右足、左足とひき、刀を抜き合わせた位置に戻る。 |
| ⑨ 構えを解き、左足から歩み足で五歩ひき立会の間合に帰る。 | ⑨ 構えを解き、左足から歩み足で五歩ひき立会の間合に帰る。 |

作成 令和3年11月13日

福岡市早良区剣道連盟

全日本剣道連盟 YOU TUBE チャンネル

視聴覚教材

<https://www.youtube.com/watch?v=A4QedTRufIE&list=PLaKZ0PAEUfwW2QCekeBPfSGwX1uAkc>

15

