

(1) 技の名稱

手技ウキオトシ || 浮落セオヒナゲ。背負投カケグルマ。肩車カケグルマ。

腰技ウキゴシ || 浮腰ハラヒゴシ。拂腰ツリゴシ。釣込腰ツリゴシ。

足技オクリアシバヲヒ || 送足サウヘツリコミアシ。支釣込足ウチマダ。内股ウチマダ。

眞捨身技トモヘナゲ || 巴投ウラナゲ。裏投スミガヘン。隅返スミガヘン。

横捨身技ヨコガケ || 横掛ヨコグルマ。横車ウキワザ。浮技ウキワザ。

(2) 方法……左右を練習する……

(イ) 浮落。一米位離れて自然本體で對し、受は右足を踏み出しながら右自然體に組まうとする。取は左足を退きながら右自然體に組み、右足をツギアシ繼足に退いて、受をその右前隅に崩すやうに引出す。受は體を安定させるため右足について左足を繼足に進める。取はまた左足から繼足に退いて、受を引き出して崩さうとし、受も右足から繼足に出て安定を保つ。三步目に取は左足を前よりも多く、一步強後ろに退いて膝を疊につき、右膝は立て、受をその進んで來た方向に引落す。

次に左を行ふ。以下同様。

(ロ) 背負投。一米位離れ、受は右足を踏み出しながら、右拳で取の眞向を打つて行く。取は右足を

受の右足の内側に踏み出し、左手を上げて之を受けながら、受の右内中袖を握つて、その右前隅に引崩し、右足を軸にして體を左に廻轉し、所謂「一本背負」で投げる。

(ハ) 肩車。自然本體で相對し、受は右足を踏出しながら、右自然體に組まうとする。取は左足から後に退きながら、右自然體に組んで受を引出し、二歩目に左手で受の右内中袖を握り換へる。三歩目、取は左足は退き、右足はそのまゝ、殘して左手を大きく引きながら腰を落し、受をその右前隅に大きく崩して、首を受の前帯の邊につけ、右手で受の右股^モを抱いて受の體を引付け、腰を上げ、左足を右足の方に寄せながら受を擔ぎ上げ、左前隅に投落す。

左のときは、最初から右手で受の左内中袖を握つて組む。

(ニ) 浮腰。互に進み寄り、受は右足を踏み出しながら、右拳で取の眞向から打つて行く。取は左足から體を受の前に進めて、之を後に反らし、左足を受の左足の内側に踏み、左手で受の帯に沿うて、その體を抱き寄せ、右手で受の左外中袖を握り、腰を捻つて左の浮腰に投げる。

(ホ) 拂腰。受は右足を踏み出しながら、右自然體に組まうとする。取は左足より退りながら右自然體に組み、受を引出す。二歩目に、取は右手に受の右腋下から入れて、その後肩に於て、三歩目は左右足とも、前よりや、少く退いて受を己の體に引き付け、右足をあげて受を拂腰に投げる。

左に組んだときは、取は最初から、左手を受の右腋下から入れて、右後肩にあてる。

(ハ) 釣込腰。受は右足を踏み出しながら、右自然體に組まうとする。取は左足より退りながら、右手では受のやゝ左奥襟を握つて右自然體に組み、受を引出す。三步目に、取は前よりも少し多く左足より退り、右手も少し多く引いて、受の右足と左足との關係が、自然本體と同じになるやうにする。そして取は、繼足で退る三步目の右足を、受の右足の前に運び、體を左に廻轉して、左足を受の左足の前に退き、やゝ腰を下げて受の腹の下につけ、その上體を引いて前に倒さうとする。受が之を逃れようとして體を後に反らすとき、取は一層腰を下げ、臀部を受の膝の邊にあて、膝を伸ばし腰を上げながら、之を前に投げる。

(ト) 送足拂。姿勢は自然本體のまゝで、右自然體の仕方に組み、受は左足より左横に繼足に歩みて、取を、取の右横に引かうとする。取はそれに應じて、右足より右横に繼足に歩み、同時に受の體を、その左斜上に押し上げ氣味にして、體を浮かさうとする。そして三步目に、取は右足を右に開くと共に、兩手を一層強く働かせ、左足裏をかへして受の右足の踝の下にあて、その動く方向に拂つて倒す。

(チ) 支釣込足。受は右足を踏み出して右自然體に組まうとするを、取は左足より退りつゝ右自然體

に組み、受を引出す。三步目、取は左足をやゝ少く退き、右足をやゝ右斜後に退いて、左足裏をかへし、受の右足の踝のやゝ上にあてゝ支へ、體を反らしながら左手を引き、右手は之を助けて受を投げる。

(リ) 内股。右自然體に組み、取は右手で受のやゝ左奥襟を握り、左足を約半歩左前隅の方に進め、次いで右足を少し退きながら右手で受を取の右後隅の方に引き出す。受はそれに應じて、左足より弧を畫いて進み、次で右足を進める。かくして三度目に、取は左足を進め、受が右足より進んでくるとき、その體を取の右後隅に引き付けながら、受の左内股ヒに右外股ヒがあたるやうに右足を上げ、右後隅の方に拂ひ上げて投げる。

(ヌ) 巴投。右自然體に組み、取より受を眞後に二三歩押す。受が押返さうとするとき、取は左足を僅かに受の兩足の間に進め、左手で受の右横襟に握りかへしながら、右足を屈げて指裏を受の下腹にあて、臀部を下ろし仰向に寝ながら、右足で跳ねて投げる。

左のときは、取は最初から右手で、受の左横襟を握る。

(ル) 裏投。受は右足を踏み出しながら、右拳で取の眞向から打つて行く。取はその手をくぐりながら、左足を受の右足の後ろに踏込み、腰を下げ、左手で受の帯に沿うて、後ろより受の體を抱き寄せ、

右手は指先を上にして受の下腹にあて、腰を反らしながら受を跳ね上げ、體を捨て、受を左肩先の方に投げる。

(ヲ) 隅返。右自護體に組み、取は右手で受を浮かしながら右足を退き、受の左足を大き目に出させる。次に取は左足を右足に近く引き寄せ、受の右足をその右前隅に引き出し、右足の甲を受の右腕の上に向け、體を仰向に捨てながら右足で跳ね、受を左肩先の方に投げる。

(ワ) 横掛。受は右足を踏出しながら右自然體に組まうとするを、取は左足から退きながら右自然體に組み、受を引き出す。二歩目で、取は左足から退りながら、左手をやゝ内側に引き、右手ではやゝ受の右側に押して、受の體を半身になるやうにし、受は右足をやゝ内側に踏み、少しく半身になる。歩三目、取は益々受を半身にするやうにし、受の體が殆んど半身になつて、十分その右前隅に崩れた瞬間、取は左足の裏をかへして、受の右足の踝の下を右に拂ひながら、體を左横向に捨て、左手を引いて倒す。

(カ) 横車。受が右拳で打つて來、取がその腰に抱きついて、裏投で投げようとする所迄は、すべて裏投と同様である。

受は、取の裏投を防ぐため、上體を前に屈げる。取は、受の上體を屈げる力を利用して、右足を受

の兩足の間に、前から深く迂るやうに踏み込み、體を左向に捨てながら、受を左肩先の方向に投げる。
 (ヨ) 浮技。右自護體に組み、取は右手で受を浮かしながら、右足を退き、受の左足を、取の右後隅の方向に、弧を畫くやうに大きく引く。次に取は右足を軸とし、左足を軽く伸ばしながら、體を左に開いて大きく後に退き、受をその右前隅に引き出し、體を左横向に捨てながら、受を左肩先の方向に投げる。

注意 投の形を練習するには、最初、約三米五〇離れて、自然本體の姿勢で對し、靜かに坐禮し、それから形を始める。終つた時もこの位置に戻り、靜かに坐禮する。儀式のときは、初めと終りに上座に對して立禮をする。

また手技、腰技、足技、眞捨身技、横捨身技等、一系統の技が終る毎に、元の三米五〇離れた位置に戻り自然本體で對してから、次の技を始める。

(六) 極の形(眞劍勝負の理論と方法とを教へる形である。)

(1) 技の名稱

居取

リョウテドリ 両手取。
 ツキカゲ 突掛。
 スリアゲ 摺上。
 ヨコウチ 横打。
 ウシロドリ 後取。……以上五本、武器を持たぬもの

突込。ツキコミ 切込。キリコミ 横突。ヨコツキ ……以上三本、受が短刀を持つもの

立合

兩手取。ソノテトリ 袖取。スベトリ 突掛。ツキアゲ 突上。ツキアゲ 摺上横打。シラセウチ 蹴上。ケツゲ 後取。 ……以上八本、武器を持たぬもの

突込。切込。拔掛。スキカケ 切下。キリオロシ ……以上四本、受が短刀又は太刀を持つもの

(2) 方法

居取

(イ) 兩手取。兩手首を握られた場合反對に制する形である。相對し兩者の膝の間に拳一つ入る位接近して正坐し、受は兩足を爪立てながら、兩手で取の兩手首を順に握る。取は兩手を兩脇後に引き、受の上體を前にのめらせながら、左足を爪立て、腰をあげ、右膝で受の水月に當てる。 ……右足裏で當てゝもよい ……そして右足を元の位置に戻して、足先を爪立て、同時に左手を引放し、右手を矢筈に開いて、圖のやうに受の左手首を下から握りかへし、左膝を立て、體を開き、左手を受の左手首に握りそへ、受の左手を引き、右腋下に挟んで十分引伸ばし、その肘を抑へながら手首を上げ、腋固ワキガタメに極める。受の體が左前隅に崩れてゐるのは勿論である。

(ロ) 突掛。拳で水月を突いてくるのを制する形である。對座し、受は兩足を爪立て腰を上げなが



受の左手首を下から右の手で握り返す所

ら、右拳で取の水月を突いて行く。取は左足を爪立て、右膝を立て腰を上げて體を右に開き、之を避けながら左手で受の右手首を、四指を下、拇指を上にして握つて右下に押し、同時に右拳で受の烏兔に當てる。そして取は、受の烏兔に當てた右手を戻して、受の右手首を上から順に握つて強く引き、更に體を右に開いて受の體を崩しながら、左手を受の左肩から廻してその右横襟を深く取り、受の右手首を右股に載せ、その肘關節を腹固ヘラガクメで極めながら首を絞める。

(ハ) 摺上ウナシ。項ウナシを後ろに押し反らして頸推を折らうとするのを制する形である。受は兩足を爪立て、腰を上げながら右手の掌で受の額を斜上後方に摺上げようとする。

取は左足を爪立て、右手を掌が上に向くやうに外轉しながら、受の右手首を下から支へて握り、左手の前膊を内轉させて、受の右上膊に下からあて、受の右手を上に戻らし、同時に右足で受の水月にあてる。そして右足を十分後ろに退き、體を右に開いて受を引落し、受の右上膊を左手で押へながら、その右手首を少し前に進め、左膝を受の肘關節の上に摺るやうに載せて挫ぐ。

(ニ) 横打カヌミ。霞カヌミを打つてくるのを制する形である。受は兩足を爪立て、腰を上げながら、右拳で取の霞を打つて行く。取は頭を下げて之を避けながら、左足を爪立て、受の右腋下を潜つて頭をその右腋

後に出し、右膝を立て、受の右脇に踏込み、右手を受の左側から首にかけて、右手と首とで、受の首と右手を固く挟み、その勢で受をその右後隅に押倒す。そして直ちに上體を起しながら、右肘で受の水月に當てる。

(ホ) 後取。背後から抱きつくのを制する形である。取は正坐す。受はその後ろに坐し、左足を爪立て、右膝を立てながら腰を上げて右足を踏出し、取の両手の上から抱きつく。その瞬間、取は右膝を少しく立て、右足を受の右足の下に迂り込ませ、體を低くし、両手をあふつて、受の左手を、右手ではその前膊、左手ではなるべくその上膊を抑へ、そのまゝ受を捲込みながら左肩の方に、受と同體に轉覆して上になり、右手で受の體を抱き、上體を起しながら、左拳で受の釣鐘に當てる。

(ヘ) 突込。短刀で水月を突いてくるのを制する形である。受は短刀を懐中し、やゝ離れて對坐し、右手で短刀を抜き、右足を爪立て、左膝を立て、踏み出しながら、取の水月を突いて行く。取は突掛と同様にして之を避け、受の右肘關節を腹固で極める。

(ト) 切込。短刀で眞向を切下ろしてくるのを制する形である。受は短刀を懐中し、やゝ離れて對坐し、右手で短刀を抜き、左足を爪立て、右膝を立て、前に踏み出しながら、取の眞向から切込む。取は左足を爪立て、右膝を立てながら體を右に開いて之を避け、右左の手で下方から受の右手首を握り、

そのまゝ大きく引いて受の右手を左腋下に抱き込み、その體を右前隅に崩しながら、腋固に極める。

(チ) 横突。短刀で横腹を突いてくるのを制する形である。受は短刀を懐中し、受は右、取は左に並んで坐す。受は體を左に向け、突込の要領で取の右腹を突かうとするのを、取は左足を爪立て、右膝を立てて、體は百八十度右に開き、突込と同様にして之を避けながら、受の右肘關節を腹固に制す。

立合

(イ) 兩手取。居取の兩手取と同じ意味のものである。自然本體にて、接近して對し、受は兩手にて取の兩手首を順に握る。取は兩手を兩脇後に引いて、受の體を前に崩しながら、右膝又は右足裏にて受の釣鐘に當り、右足を元の位置に戻すと共に、居取の兩手取と同様に、受の左手首を右手で下から握りかへ、左手を引放して右手に握り副へ、體を左に開き、受の右手を右腋に抱へ、その體を崩しながら肘關節を腋固に極める。

(ロ) 袖取。袖を取つて連行せんとするものを制する形である。取は自然本體で立ち、受はその後方左側に位置し、右手で取の上膊下端の邊の袖を握つて、押立てゝ行く。機を見て、取は右足をやゝ右斜前に踏み、突然振り向きながら、左踵で受の右膝關節を、その右前隅から踏み挫き、その足を直ちに受の右側に、受の方向に向けて下ろすと共に、之を軸として體を受の方に向けて廻轉し、右手を受の

左胸にあて、左手ではその右外中袖を握り、大外刈で刈り倒す。

(ハ) 突掛。拳で烏兔を突いてくるのを制する形である。取は自然本體で立ち、受は約一米離れ、左足を踏出し、左拳を前右拳を右脇に構へ、左拳で僅かに突く眞似をして取を索制しながら、左足を踏み出し、右拳で取の烏兔を突いて行く。取は右足を退き、體を右に開いて之を外すと共に、右手で受の左袖を握つて前下に引き、受の體を崩す。そして受が立直るに順應して、左足より受の後ろに飛び込み、右前膊を受の首に捲きつけ、受を後ろに崩しながら、裸絞で極める。

(ニ) 突上。拳で頤を突上げてくるのを制する形である。接近して自然本體で對し、受は右足を少しく踏み出し、右拳で、手背を向ふに向けながら、取の頤を下から突上げる。取は頤を引き、上體を反らして之を外し、突上げる受の右拳に沿うて、その右手首を兩手で握り、尙、引上げるやうにしなから、大きく弧を畫いて、受の右手を左腋に抱へ、その體を前に崩し、肘關節を腋固に極める。

(ホ) 摺上。居取の摺上と同じ意味のものである。接近して自然本體で對し、受は右足を少しく踏出しながら、右手で取の額を、斜上後方に摺上げる。取は頤を引き體を反らし、左手の掌を上に向くやうに外轉させて上げて、受の右手を下から支へ、その力を外らし、同時に右拳で受の水月に當て、直ちに左の浮腰で投げる。

(へ) 横打。居取の横打と同じ意味のものである。接近して自然本體で對し、受は右足を踏み出しながら、右拳で取の霞を打つて行く。取は體を低め、左足を受の右側に深く進め、頭を受の右腋下から潜らせ、右手で受の左襟をとり、體を受の後ろに廻して、左手を受の左肩から廻してその右奥襟をとり、左足を一步退き、受の體を後ろに崩し、頭を受の後頭にあて、支へ送襟絞に絞める。

(ト) 蹴上。釣鐘を蹴つてくるのを制する形である。少し離れて對し、受は右足を上げて、取の釣鐘を蹴つて行く。取は右足を退いて體を右に開き、左手でその足首を握つて之を避け、次に右手を受の足首に握り副へながら、之を左に開き、右足で受の釣鐘を蹴る。

(チ) 後取。居取の後取と同じ意味のものである。取は無心に歩む。受は後ろから跟いて行き、右足を踏出し、取の兩手の上から抱きつく。取は體を下げながら兩手をあふり、左右の手で受の右袖のなるべく奥を握つて、前に背負落しながら右膝をつき、同時に右の手刀で受の烏兔に當てる。

(リ) 突込。居取の突込と同じ意味のものである。受は短刀を懐にして取と對し、右手で刀を抜き、左足を踏み出しながら、取の水月を突いて行く。取は右足を退き、體を右に開き、居取の突掛と同じ要領で避けながら、左手を受の左肩から廻してその右襟を握り、左足を受の前に進め、受を前に崩し、左手では絞めながら、右肘を腹固で極める。

(ヌ) 切込。居取の切込と同じ意味のものである。受は短刀を懐にして取と對し、右手で刀を抜きながら右足を踏み出し、取の眞向から切込む。取は體を右に開いて之を避け、居取の切込と同じ要領で、受の體を右前隅に崩しながら、その右肘を腋固に極める。

(ル) 拔掛。受が太刀を抜かうとする所を制する形である。受は太刀を腰に帯び、約一米五〇離れて對し、左手で鯉口を抑へて立つ。次に受は右足を踏み出しながら、右手で刀を抜かうとする。取は右足を進め、右手で受の右手首を抑へ、左足を受の後ろに廻し、左手を受の左肩から廻してその右横襟を深く握ると同時に、右手を受の右手の下から差込んでこじ上げ、指を揃へて伸ばし、受の頭の後ろに突込み、その體を後ろに崩して片羽絞に絞める。

(ヲ) 切下。太刀にて切下ろしてくるのを制する形である。受は太刀を腰にし、約二米五〇離れて取と對す。次に受は右足を踏み出して太刀を抜き、中段に構へて取を制しながら、右足を退いて上段の構となり、取の眞向から切下ろす。取は右足を退いて體を右に開き、受の太刀先を避けながら、切下ろし來る受の右手首を右手で握り、受の體を右に廻はし氣味にし、左手を受の左肩から廻はして、その右襟を握り、右肘關節を腹固に挫くと共に、首を絞める。

注意 兩刀は受が右手で持ち來り、互の禮をする位置から少し離して置く。刀はすべて眞劍の威を以て鄭重に

扱ふ。形が終つたらまた受が右手にて持ち去る。最初と終りに、約四米離れて坐禮をする。儀式のときは柔の形の心得に準ずる。

四 講 話

講話は實地の修鍊と相俟ち、柔道教授の効果を完うするために行ふものである。しかしながら柔道教授の中心は飽くまで亂取であつて、講話はその効果を補足し強化するものであるから、特別の場合を除くほか、講話のために多くの時間を費すことは避くべきである。

講話の材料はその内容から見て、四つの系統に纏めることが出来る。即ち、柔道大意、柔道修行についての基本的知識、訓話、柔道術理の四つである。このうち、基本的知識の中に於ては、禮儀作法の大事なことを忘れてはならず、訓話に於ては、柔道の修行に即して生徒を鼓舞激勵し、動もすれば陥ることがある弊を誡め、柔道修行者としての正しき、而て望ましき態度品性の養成に努め、尙、柔道の本旨たる精力善用自他共榮の精神に基いて廣く實生活の方法を指導するを要する。

柔道術理は基本動作の、姿勢、組み方、進退、力の用法、崩し、「作り」と「掛け」等をも含むが、特に上學年になつては、技を掛ける好機、技の掛け方とその抑へ方、心氣力の一致、先と後の先、懸

待一致等の事項についてもその理を授け、以て技と心とを修鍊することが大事である。しかし技術の進まぬうちに、あまり高遠な理論を授けることは、少しも益なき故、慎まなければならぬ。

なほ講話の取扱については、『教授上の注意』を参照されたい。



附 錄

行 進 遊 戲

曲 譜

