スクールカウンセラー便り

呉市立下蒲刈中学校
第３号　令和元年７月３日
スクールカウンセラー　前川　拓

古式泳法(神伝流)のこと

夏といえば水泳も思い浮かぶ事の一つですが、今回は日本泳法(古式泳法)について書いてみます。クロールや平泳ぎといった泳ぎ方の他に日本には日本古来の泳ぎ方があります。それは日本泳法(古式泳法)と呼ばれ，寒中水泳などで披露されます。古式泳法は日本全国に 14 流派があり、海で生まれた游ぎなのか、川で生まれた游ぎなのか、游ぎに対する考え方の違いによって各流派の游ぎ方が違っています。広島や呉に伝わるのは神伝流。愛媛県大洲市で生まれた川で游ぐ事を主体とした游ぎです。江戸時代、広島藩の武士が愛媛県大洲市に行き，持ち帰ったのがその始まりです。古式泳法はできるだけ顔を水につけず、浮きを取り、少ない動作でより優雅に游ぐ事が基本です。神伝流の極意は游ぎ方『草』。宗家に伝わる「水書」という書物にはこうあるのだそうです。『蒼海一身の位にして当流の極意となす』と。

游ぐという字について・・水(さんずい)に遊ぶと書いて「およぐ」と読みます。神伝流の游ぎを記した「水書」という書物の中にみられる神伝流独特の漢字です。神伝流の思想は水心一如。游ぐということは水と心を一つにする事。水と心を一つにして、水と遊ぶ。游ぐという字は神伝流の思想を最もよく表した字といえるでしょう。

寒中水に舞う

広島で古式泳法大会

動画は中国新聞アルファで



和傘を持って泳ぐ同志会のメンバー

古式泳法による寒中水泳大会が14日、広島市中区の原爆ドーム近くの元安川であった。神伝流広島游泳同志会が主催し、13～75歳の約40人が心身を鍛えた。

この日、午前10時の川の水温は９度。同志会の会員がクロールに似た基本泳法の「片手抜」など15種類の技を披露した。立ち泳ぎをしながら、手に持った色紙に筆で「平成」と書くと、観客から拍手が起こった。

広島大と広島経済大の水泳部員やボーイスカウトの中学生たちの寒中水泳もあった。吉島中２年の柴田翔さん(14)＝中区＝は「寒かったけど最後まで泳げた。風邪をひかないように健康に過ごしたい」と意気込んだ。（山川文音）

平成 31 年 1 月 15 日　　中国新聞