

港南劍友會劍道指導要綱

港南剣友会剣道指導要綱

目次

一、制定の目的、理由……………	1
二、剣道についての考え方……………	1
三、指導方針……………	2
四、指導要領……………	2
(一) 道場における作法……………	2
(二) 稽古における作法……………	3
(イ) 座礼の仕方……………	3
附 号令のかけ方……………	3
(ロ) 立礼の仕方……………	4
(イ) 構え方と納め方……………	5

(三) 稽古の方法、順序……………	8
(1) 準備運動と整理運動……………	8
(2) 基本動作……………	8
(3) 素振りと打ち返し(切り返し)……………	10
(4) 打ち込み稽古……………	13
(5) 懸り稽古……………	14
(6) 互格稽古……………	14
(7) 試合稽古……………	14
(四) わざの指導……………	16
(五) 剣道講話……………	17

## 一、制定の目的、理由

剣道は戦前は大日本武徳会において、戦後は全日本剣道連盟において大綱的に統一されているが、長い歴史の所産であるため、また実技を主とするためか、細部にわたる指導要領が示されていないので、指導者によって相違があり学習者殊にその取捨選択の能力を欠く少年学習者の方では、そのいづれに従うべきかに迷い、進歩のさまたげともなりかねない。このことは刊行されている剣道教本に於いても著者によって相違があることは広く認められるところである。

したがって港南剣友会における剣道指導の準備すべきものを全日本剣道連盟の諸規則に依拠しながら制定して、学習者の指導者によって異なる指導による迷いをなくし、指導者の進歩向上に資するとともに、指導者の指導の便に供することは極めて肝要なことを考え、指導者全員の十分な討議検討を経て本要領を制定した。

それ故に本要綱について他者からの或は自ら

の批判があるとしてもいやしくも港南剣友会において少年剣士の指導に当る者は、本要綱に従って統一的な指導をされるより強く要請する。

## 二、剣道についての考え方

現代剣道は外来スポーツと異り日本独自に発達して来た歴史の所産であることにかんがみ、広義のスポーツに包含される一方字義通りに剣（竹刀）をもってする心身鍛練の「道」であると考えた。したがって鍛練の場を道場と称し、神聖な場所とする。単なる競技斗争の場所ではない。

道場では「礼」を失するような行動があつてはならない。また剣は魂の宿るものと考えられ徒らな斗争のために用いべきものでなく破邪顕正のため、自他を守るために止むを得ず用いる心掛けであるべきである。正義のために振り剣であっても、不正者をこらしめるためには不正者より強くなければこらしめることが出来ない



ばかりでなく、身を護ることさえおぼつかないが故に平素心身を鍛練し、業の向上をはかっておくことが必要である。ここが剣道の一般スポーツと大いに異なる点である。

なお剣道は業七分に体三分と言われるぐらいに、心の働きをとらせた業は高度深遠なものがあつて、その業は竹刀を通して発揮される。したがつて修練を積めば老年になつても青壮年と互格、あるいはそれ以上に格技ができることも他のスポーツには見られない一大特色となつてゐる。

### 三、指導方針

当会の目的は次代の日本を背負つて立つ青少年（小学校生徒を主体とする）が、剣道の学習を通じて心身の健全な発達と社会奉仕の精神を修得することと指導育成することにある。単なる剣道の技の上達のみを目的としない。その副次的効果として少年の非行化の防止が期待される。

- (1) 道場の出入には正面増上に向つて四十五度上体を傾けて立礼を行うこと。
- (2) 道場を上下（道路側をかみとする）に分け防具着用の場合並びに稽古待機の場合には指導員以外は下座に居ること。ただし学習者多数のため、あるいは稽古の都合により指導員の指示によつて上座に居らしめることがある。
- (3) 道場においては飲食、高談、悪戯等礼を失する行動を禁ず。

る。

右の目的にそつため少年の精神的、身体的発育の歩度に適應する指導要領を定める。したがつて成年者を対象とする指導要領とは若干趣を異にすることは勿論、個人指導よりも集団指導に重点を置くことは止むを得ない。

剣道は本来対人格技であるから個人指導を重視すべきものであるが、多数者の訓練を限られた時間内で効率的に指導する為には集団指導の方法によらざるを得ない。

### 四、指導要領

#### (一) 道場における作法

道場は単なる格技の場ではなく、剣道を通ずる人間修養の場である。当会は体育館を借用しているから道場の体裁をなしていないが本来ならば正面に武みか鏡、経津主の両武神を祭りその下に師範席を設けるのが古来のしきたりである。



#### (二) 稽古における作法

- (1) 稽古を始めるにあつて、全員所定の位置に整列正座して指導者に対し座礼を行うこと。稽古終了時においても右に準ずる。座礼は学習者の中から指導者が指名した者をして号令により行わしめる。
- (2) 立ち合ひにあつては立礼の後双方三歩前進して正しい間合にはいつて蹲踞して竹刀を合わしてから稽古の態勢をとること。

#### (三) 座礼の仕方（附号令のかけ方）

先づ左膝を折つて床につけると殆ど同時に右膝を床につけて両足を重ね（左足の上に右足をのせる）両膝頭の間はこぶし二つはいる程度に開く。両肩を下げ、首すじ、背すじをまっすぐ伸ばす。両手は両もものつけ根の近くに、たなごころを下にして両手の指をくっつけてのばしておく。肘は殊更に張る事なく自然のままにする。目は目の高さ前方を直視する。

竹刀は左膝頭につばがあるように置く。号令者の「気ツツケ」で姿勢を正す。次に「静座」で両眼を軽くとして静かに安らかな呼吸（腹式呼吸がよい）をして気をしずめる。「ヤメー」で両眼を開き、「先生ニ対シ礼」で一斉に礼をする。礼の仕方は両手を左手からさき右手と、たなごころをびったりと床に「ハ」の字形につけて「ハ」の字のまん中に顔の中心が来るように頭を下げる。頭を下げる程度は顔が床上一五センチメートル離れたところまで来るようにする。その位置で一呼吸して元の正しい姿勢にもどる頭を下げるとき各自「オ願イシマス」と発声する。次に号令者の「オ互ニ礼」と同様の礼をする。ただし稽古終りの礼は前記に準ずるが、「オ願イシマス」にかえて「有りガトウゴザイマシタ」と発声する。

ないようにする。また竹刀を抜くときは、大きく抜き出し、右足を半歩前に踏み出して立ち上って構える。竹刀を納めて蹲踞するときも、前に出ている右足に左足を引きつける。後になつて左足に、右足を引きつけてはいけない。

#### イ 構え方と納め方

##### ① 構え方

構えには上段、中段、下段などいろいろあるが、中段（正眼、晴眼などともいう）を構えの中核とするから中段の構え方について説明することとする。

##### ② 体勢、足の踏み方

先づ体勢は右足を前に、爪先が手の中心線に向って、まっすぐに向くように、また、かかともその直線

#### ロ 立礼の仕方

立ち合にはいる場合は、通常立礼をするが、立礼の仕方は相手方と約九歩離れた位置にかかとをそろえ足先を爪先の間にこぶし一つはいる程度に開き、姿勢を正して竹刀を左腰に左親指をつばにかけてびったりと左手を体側にくっつけて立ち、相手を正視して後上体を約三十度（上増に対する礼より浅い）前に傾けて自然に頭を下げる。右と同時に稽古始めの立礼では「オ願イシマス」、稽古終りには「有りガトウゴザイマシタ」と発声する。

右の発声は指導者に対しては勿論学習者相互間においても同様とする。

なお蹲踞する場合は、膝をまげ両かかとをあわせて立て、重心がかかとの上に来るようにして、腰を立て腹を突き出し気味に両膝をなるべく両側に開き、腰とともに力を入れて上体が前後左右に傾か

上にあるように半歩踏み出す。左足も右足の左こぶし一つはいるかはいらないところに位置し、爪先をかかとの線を右足の線に平行するようにする。重心の位置は右かかとと左足先の間に来る。したがって体重を主として支えるところは左足の前半部、爪先よりとなる。右足の裏は踏みつけることなく、僅かにかかとをあげて軽く床につける。左足のかかととは少しあげて（あげ過ぎると前傾姿勢になるからよくない）膝はつっぱらず、まげすぎずほんの僅かにまがる程度に（弾力を持たせる程度）する。これは体勢を安定させると同時に、前後左右に敏速に体勢を移動し易くするためのものであって、剣道の上述にとって極めて肝要な点であるから前後左右に動作させて繰り返し訓練して習性と

なるように指導する必要がある。

右のような足の踏み方をする。自然と右肩、右腰がやや前方に出て少しく開くような姿勢になる。即ち相手に正対することにはならないが、これが自然の体勢である。

### ⑤ 竹刀の握り方

竹刀はつるを真上にして、両手の親指と人指指のまたをつると直線になるように上から握り、左手の小指は柄頭いっぱい小指に力を入れて順次やや軽く握り、右手はつばから指二本くらい拳をはなして軽く添えて（添え手という）握る。左こぶしはへそより少し下がったところより一にぎりほど体より離して前方に出し、正中線（体の中心線）に位置するようにする。剣先を相手のものに向うようにする。したがって、右肘

は伸ばさず、横に張らず、ゆったりとなる。

### ⑥ 目のつけ方

相手の目につけ、相手の目の動きを注視する。たゞし、「遠山の目つけ」と昔からいわれているように、同時に相手の全身の動きをとらえることができるように相手の目だけを凝視することはよくない。

（留意点）

① 右足先の方が相手の中心線からはずれて右左に向いている者がある。特に左足先が左に向きすぎる者が多い。次にはかかとをあげすぎて、右足に重心がかかったり、右足と左足の歩巾が広すぎて前傾姿勢になっている者も多い。

② 竹刀を横から握ったり、左手、右手は正しく握っていても右手、左手

を横から握ったり両手の握り方がバラバラになっている者、或いは左手を柄頭いっぱいではなく、柄頭をあまり握ったりする者が多い。また右手を添え手として軽く握らないでしっかりと握りしめているために、打突の操作を右手を主にして行うものが多い。したがって右肩に力がいり過ぎ剣先の方向が狂ってくる。

なお、右肘を突っ張ったり、まげ過ぎて体に引きつけるようにしたり（鳥刺のように）している者もある。（註）中段の構えと正眼（暗眼）の構えとは異ると説く人もあり、正眼の構え方には流派によって秘伝に類する構えを説く人がある。

また構え方にも上中下段のほか、剣道形にもあるように八相（撥相）、脇構えその他古流には多数の構えを用いているものもある。古流では構

えを城にたとえているが、城がなげ

れば戦えないということにならないので宮本武蔵の如きは有構無構、すなわち構えあつて構えなしとも説いている。

### ⑦ 納め方

通常は蹲踞してあだかも刀を鞘に納めるように左手を柄からはなして左腰骨のところに置いて、その位置に鞘の鯉口があるものとして剣先から納め、立つたまま納める場合も同様。

なお、構えを解く場合は中段の構えから剣先を斜め右下方に下げて（剣先を床につけてはいけない）両かかとを床につけて柔な姿勢となる。上記の姿勢、動作を集団で行わしめる場合には指導者は次の号令をかける。

「構えー」（命令であるから長く発声する）

「トウ(刀)」また「納メー」  
「トウ」また「構エツトケ」

構えをとして後再び構えさせる場合は予令として「後、命令として「構エ」と短く強く発声する。



### ③ 稽古の方法、順序

#### (1) 準備運動と整理運動

稽古にはいる前には準備運動を、稽古の終りには整理運動を助行すること。基本者(八級、八級上、七級の者)といえども同様とする。

準備運動に於いては特にアキレス腱の屈伸に留意すること。整理運動においては深呼吸(腹式呼吸を併用することが望ましい)を行わしめること。

脚力などを鍛練するのもよい。

#### (留意点)

① 足さばき、体さばきにおいては動作後の両足の位置が乱れないように注意する。特に竹刀をもって打ち込む場合後足が残る者が多い。また、手だけで打とうとして腰がひけている者、大きく振りかぶらないで手さきだけで打つ者がある。腰から行動を起こし、両肩を大きく動かすように注意すること。

② 竹刀さばきにおいて竹刀を振り上げる場合、左手が自己の正中線を外れて左よりになるため剣先が右側よりになって斜め振り下ろしになる者が非常に多い。また、胴打ちの場合右手を正中線から外して横打ち(平打ち)をする者、小手打ちを左斜めから行う者がある。胴打ちにおける手の返しはわずかしい動作であるから特に注意すること。  
③ 打ち込みの場合竹刀を振り上げながら前進して間合をちじめ振り下ろしたときは元

#### (2) 基本動作(主として基本者の稽古)

竹刀の抜き方、納め方、竹刀の握り方、構え方、足さばき、体さばき、竹刀さばき(さばき方の説明省略)を繰り返えし訓練し、習熟させること。砂上練習といういましめがあるように、土台がしっかりしていないものはくずれ易い。剣道上達の早道は迂遠のようでも基本動作が正しく身につけていることにある。いったん身についた悪い(正しくない)くせはなかなかなおりにくいもので、上達のさまたげとなることは幾多の事例が示している。

ただ、上記の演練だけでは単調になって興味をそぐことにもなるので、打ち込み練(または竹刀)打ち込み台を使用して正しい間合から面、小手、胴を正確に打つ指導が行うがよい。

また素振り、うさぎとび(蹲踞の姿勢のまま前後左右にとびながら面、小手、胴打ちを行う)などを行わしめて基礎的な腕力打ちとなる者が殆んどである。正しい間合(一足一刀の間合い)の位置で振り上げその位置から大きく一歩前進しながら振り下ろす呼吸(こつ)を体得させるよう繰り返し訓練することは極めて大切なことである。この点は防具着用者(有段者でも段位の低い者を含めて)にも共通して見られる欠点である。基本訓練において徹底的になおすべきである。

勝敗の分けられるところは間合と打突のタイミングの良否にあるときも要約できると思う。幼少年者に殊に多いが、近間にはいりすぎてから(一足一刀の間合いでは竹刀がとどかないと思って)打ち下ろすため有効打(ものうち)による相手の正確な部位を打つこと)にならないばかりでなく、接近しすぎているので腕と上体による押しくらをすすめる結果となる。

### ③素振りと打ち返し

①素振りとは相手を仮想して竹刀を振ることとて竹刀の操作に習熟し気剣体の一致を修得するためあるいは筋力を強めたり息を長続きさせるために行うものである。竹刀の通る道筋(太刀筋)は基本的には二通りある。

①正面や小手を打つときの竹刀が体の正中線を大きく上下する動きと

②左右面や左右胴を打つときの竹刀が頭上から左右斜めに下りる(ただし、左手は正中線にある)動きとである。

また、その方法には上下振り、斜め振り、正面、左右面の連続打ちがある。そのいづれをもその場で足を前後に軽く動かして行いほか踏躰したままで行うこともある。なお、前後左右の足さばきを組み合わせて行うことも効果的である。

り打ち)悪いくせの者がある。

④両腕の筋力を緊張させないで(肘をまげたまふ両手の上下運動だけを行(右手を押し手、左手を引き手とする正しい打ち方をしない)者があるがこれでは何回繰り返しても素振りの効果なし。

⑤振りかぶりが浅く、肩を動かささないで腕だけで行い者があるが、このような者は、このような悪い打ち方が習性になって、打ち合ひにあたっても小手先の打ちになって上達はおぼつかない。

⑥腰を突き出すようにしないで(腰に力が入らないで)行者も小手先の打ちをする者と同じく、気剣体の一致に欠けるものである。

### ②打ち返し(切り返し)

切り返しとか、打ち込み切り返しとかいう方が年配者には親しみ易い。剣道字



### (留意点)

①相手があるわけではないから大きく振りかぶって左手こぶしはいつも正中線を通すこと。殊に斜め振りの場合の左手の動きが正中線を外れやすいから注意すること。

②左右の腕に常時力を入れることのないように。また、肩の力は打ち止める瞬間以外は抜いておくこと。

③振りかぶるとき竹刀を右手で引き上げるのでなく、左こぶしを前方上に突き出すようにして上げること。

振り下ろすときは(正面、左右面打とも)右肘を十分に伸ばし、右腕が肩と同じ高さになるようにして止めること。右肘が十分に伸びないで右腕が肩の高さよりもさがって体に引きつけるような打ち方(たて打ち)をしたり、右肘が肩の高さにおりてから右こぶしを突き出すように腕を伸ばす(しゃく

習の教程では不可欠の訓練法である。

①一足一刀の間合いか、やや遠い間合いをとって正しく中段に構える。

②十分に吸気してその場で大きく振り上げ(左手の下から相手の全身が見えるまで)、左手は常に正中線上にあって剣先も左右にかたよらないようにまっすぐにする。

③気、剣、体を一致させ、踏み込み足で正面に「メーン」と発声しながら打



ち込む。送り足で二、三步前進して姿勢の安定をはかる。

③ただちに頭上に大きく振り上げて右手を右にひねり、元立ちの左面の方向に向け「メン」と発声しながら左面を斜め下り打ち下ろす。傘面打ちおろし。この場合足さばきは右足から送り足で前進する。左手を正中線上から左右にはずさない。右肘を十分伸ばし、左手を乳より少々上にあげる。

④打ち込んだらただちに打ち込んだときの竹刀の筋筋を逆に頭上に戻し、右面を「メン」と発声しながら斜め下に打ちおろす。戻すとき正中線上を戻す方法もあるが、不自然であるから採用しないこととする。

⑤上記の動作を連続繰り返ししながら、最後に正しい間合の位置に戻って中段から正面打ちを行って終る。

⑥左右面の連続打ちは一呼吸（息を吐

むづかしいため右面打ちが正面打ちに近くなる者が多い。

③元立ちの面の部位を目標にしないで竹刀を目標にして打つ者がある。

④元立ちに接近し過ぎて元打ちをする者が非常に多い。

⑤右とは逆に元立ちから離れすぎて空間をから打ちする者がある。これは上級者に多い。少年でもカッコよく見えると、みて、まねをする者があるが、これでは元立ちを立てる意味がない。すなわち打ち間の修得ができない。打ち返しの理想的なもの元立ちの動き（たとえば大きく前進したら大きく退るなど）に合わせて進退することである。

(註) 打ち返しは古くから剣道上達の基本的要素として重要視されている。千葉周作はその効果について剣術打ち込み十徳、剣術打ち込み台（元立ち）八

きつづけながら）で行い、最後の正面打ちにはいるために間合をとったとき吸気をして正面打ちを行う。

⑦第一回目は前進のみ、第二回目は後退のみで動作する方法。あるいは先づ三回前進、四回後退して動作する方法などいろいろのやり方があるが、当会では原則として後者の方法によるものとする。なお、いづれの方法による場合も左面打ちに始まって左面打ちに終るのよい。

(留意点)

①連続打の早打ちをしようとして竹刀を十分に振り上げることなく（肩を大きく動かさないで）両手を顔の前でひねりながら行い者が非常に多い。これでは打ち返しの効果なし。

②左手を正中線から大きく外して横打ちをする者があるが、手の返しの練習にならない。また、左手を返すことは

徳を挙げて剣術至極達者になる業であるといっている。

武道専門学校などにおいて、入学生（有段者）に対し当初は打ち返しのみを行われ、各学生の悪いくせを徹底的に取除くことに重点を置いたことである。また打ち返しだけを一年間やり遂げれば初段を与えることが出来るとも言われている。打ちがなめらかで早く、攻める場合息抜きをすることなく続けて相手のスキあるいは居ついたところを逃さず打ち込めるのも打ち返しをみっちりやった効果である。なお稽古のはじめと終りに打ち返しを行いと準備運動と整理運動ともなる。

#### (4) 打ち込み稽古

(主として、防具着用初級者の稽古)

元立ちには面、小手、胴を適宜あけて気剣体一致による正確な打ちを行うように指導



する。

### (5) 懸り稽古

通例指導者や上席者に対し、隙とか当りなどにとらわれず自己の能力を最大限に発揮して勇猛果敢に打突していく稽古法である。この稽古法によって体力、気力、打突の強さが養われ且つ息がつづき、併せて悪いくせの除去に役立つ。



### (6) 互格稽古

お互に力量に大差がない者同志で勝敗を重視しないで基本に忠実に打突を行う稽古法である。

自己の技能の程度を知ることができ、興味の多い稽古法である。各人の長所、短所、個性がよくあらわれるものである。

### (7) 試合稽古

前記の稽古の場合と異り勝敗が中心となるため精神的要素が大きき比重を占めようになる。勝敗にとらわれて、基本で修得した姿勢態度がくずれ易いので、これらを克服して試合することができるようになるための稽古法である。相手の心を読みとり、機先を制し、心をくじき、業を殺し、間合かけ引き、打突のタイミングなどを修得するよい機会である。



(留意点)

①懸り稽古は四級程度以上の者でなければ無理であるが、集団指導の場合には指導者の方で打ち込み稽古を併用して指導するほかあるまい。懸り稽古であるにもかかわらず、互格稽古が甚だしくは試合稽古のような稽古振りともなっているのが殆んどである。道場が広いせいもあって学習者が懸るのでなく、逃げまわって自己の

都合のよい時だけ打突を行うのが多い。したがって学習者が短時間に息があがるようなことがなく、一人一人の稽古時間がだらだらと長くなる傾向が一般である。このよりな悪い傾向が試合の時にあらわれて、やたらと思抜きをして居ついたりたところを打たれたり、果すべし隙に迅速に打ち込めなかつたりという悪い結果を来たしている。なお、引き立て稽古(指導者が竹刀をややたてにしていわゆる立て竹刀で相手が間合に入り易くするとか、スキを作って打ちの誘導をするなど)も懸り稽古の中で適宜行うがよい。

②懸り稽古の元立ちは、相手が幼少年であることを常に念頭において強打はさけるべきである。相手に恐怖心を与え、打ちがちこまって逃げまわるようになるばかりでなく、身体が発育不十分な幼少年の面を強打することは、脳の発育に障害を与えるおそれがあることに留意すべきである。

③なるべく正面を打ちを数多く行うように誘導し両手の伸ばし方(右手首は押し手、または切り手、左手首は引き手、または留め手)しめ方(茶巾しぼり、手拭をしぼるように固く握ってしめるのは刃筋をみだす腰の突き出し方(腰をひいて手先で打ち易い)など)に習熟させるように指導する。

④互格稽古はとくに感情的になつてなぐり合いとなりがちで基本をくずし易いから注意を与えること。また受身一方になる者、待ただけになる者があるから攻めに転ずるようによく注意を与えること。

一歩も退かない気構えで前へ前へと出る稽古するように指導する必要がある。

⑤試合稽古はなるべく技術伯仲の者同志を組み合せ、試合の途中においても一旦試合を中断せしめて各人の欠点を指摘するとか試合の要領、特に打突の好機を場合場合に応じて範示して教導するとかして試合に慣熟させるがよい。ただし、試合の場合には

各人の個性もあることだから忠告し、助言する程度に止めるべきである。

(註) 打突の好機

① 出がしら

相手が打突、または攻め込んでこようと  
する瞬間をのがさず打突する。

② 退くところ

相手が攻め立てられて、あるいは不十分な打突を行って退く場合、すかさず攻め込んで打突する。また間合にはいり過ぎて気をゆるめて退くところを打突する。

③ 技の尽きたところ

相手が不十分な打突をし、あるいは連続打ちを行っても不十分で次の打突に即座に移り得ないところをすかさず打突する。

④ 受けとめたところ

こちらの打突が相手が受け止めたただけで受身の気分で体勢のくづれたところに連続打ちを行う。

⑤ 居ついたところ

相手が打突に迷ったり気を抜いたりして消極的態度になっているところをすかさず打突する。

⑥ 引きあげたところ

相手が不十分な打突をして残心をなます引きあげを行って体勢をくずしたところをすかさず打突する。



四 わざの指導

「わざ」の指導は学習者の進度に依りて異なるし、中級程度まで(概ね四級以下)は行わない方がよい。なぜならば「わざ」にこだわって消極的になるおそれがあるからである。

上級者に対しては基本的「わざ」を教授するに止め、高度の「わざ」の教授は個人的に行うにすべきである。

「わざ」の解説については剣道入門書に譲り統一的範示はしないこととする。

(五) 剣道講話

上級者(概ね四級以上)に対し、剣道史の概要とか、精神修養の糧となる有名剣士の教訓、逸話とか、段位審査の学科試験に役立つ剣道用語の解説とかを時折講話して剣道人としての精神の鍛練と常識の養成に資する。

(留意点)

剣道が勝敗のみを目標として斗志と技術の修得に終始するものとするならば、他のスポーツと何ら異なることはないと断言してはばからない。剣道の発達と武士道の確立とが併行して伝統されて来ていることが、他のスポーツとの大きな違いであり、今日剣道が復興してますます盛大に行れるようになってきている原因である。

この特色と誇りを失ったならば、学剣者のみならず、父兄の魅力無くして、再び衰退の路を迎えることになるかも知れない。剣道人たるものこの点をしっかりと心に止めておくべきである。

昭和五十一年一月一日

港南剣友会

会長 紅 文 吉

事務所

横浜市港南区大久保一ノ四ノ六

電話 〇四五(八四四) 三八九三