

# 細腕なんて言わせない!!

233



「スポーツ。運動は楽しいのが一番ですね。太極拳も鞭杆も皆さんと、毎回、そりゃー、楽しくやっていますよ」と、丸い笑顔で続ける矢野さん

## スポーツは楽しく、ですよね

「日本流だとチャンバラかな」と話す

矢野 宣子さん

■太極拳師範(太極鞭杆講師)  
■いわき市東田町二ノ二ノ一三

電話／〇二四六六二一〇〇三

心身にとって、最も効果的なクセスリは、運動といわれる。だが、ただ、むやみやたらに動けば逆効果になることも多い。自分の年齢などを考え、そして、自身が納得しながら励み続けることが一番だ。

「平成五年に、夫の赴任でいわきへやってきました。友達もいないし、かといって家でごろごろしては、体がクブクブになっちゃうため、あれこれ教室を探し、選択していたら太極拳があったんです。それで、訳もわからず見学したところ、『いける』と思い、始めました」  
柔らかな笑顔を見せながらこの道へのきっかけを話す矢野宣子さん(七四)、習い続けてざっと二十年近い。腕前は、師範の免状を持つ「猛者」。

「太極拳のモットーは、『競わない』こと。あくまで自分のペースでやる、ということです」と話す矢野さん、現在は平の夏井、勿来の川部の両公民館を会場に、月数回にわたって、地元の主婦らを対象に指導を行っている。

「始めてからは、例えば、日常でのイ



# 太極拳と鞭杆で、市内の主婦ら指導

ライラ感もなく、気持ちも落ち着きます。たまにカゼはひきますけど、体調はいいですよ」  
胸を張ってこう語る矢野さんは、好奇心おう盛なのか、五年ほど前からまた新たなスポーツを開始した。  
市内はもちろん、県内でも初めてとみられる太極拳の流れをくむ「太極鞭杆（たいちべんがん）」という、中国・山西地方に伝わる武術だ。

## 東京での大会にも出場

中国の山岳地帯に住む羊飼いが、長さ一・二メートル（直径約二センチ）の杖（じょう）を武器として使っていた武術。杖の材質は白蠟（はくろう）樹で、これを持つことによって、両手、体幹部の刺激につながり、呼吸器や体全体の動き

が滑らかなになる、という。毎年五月に東京で合宿があり、その後、全国からの武芸者が参加しての大会も年に一度、東京で開かれているほど。

この合宿や大会には矢野さんも出場し、「昨年、受けたのですが、落ちましたあー」と、苦笑い。

本場中国は当然だが、日本国内でも人が出てきたスポーツでもあり、アジア圏のスポーツ大会では競技種目にしつかり取り上げられている。

「太極圏は『静』ですが、鞭杆は『動』ですね。結構、ハードなんですすよ。ちょっと体を動かすと汗が出ます。日本流に



言えばチャンバラですね。でも、勝ち負けはないんです。とにかく楽しいんです。太極拳よりもですね」と、その魅力を話す。

この鞭杆の教室は平、勿来など三地区で月に各三回開き、

二十五人が参加している。太極拳教室と同様、中高年の主婦ら女性が多いが、男性二人も熱心に励んでいる。

矢野さんは、「こうしたスポーツを続けていけば太らないし、太らなければ、ヒザも痛くならないですよ」と目を細めながら話す一方、「年ですから少々きつい時もありますけどね。でも、楽しいうちはまだまだ続けたいと思っています」と、だいたい味を語りながら、自らをも強く鼓舞していた。

### プロフィール

#### やの・のぶこ

1938年10月6日生まれ。東京都出身。OL時代、高知・土佐へ旅行。その折、同地出身で帰郷していたクレハ社員の重廣さん（75）と知り合い、結婚。「来年、金婚式なんですよ」と、矢野さん。富士通に勤める一人息子は今、インドに駐在中。2人で愛犬「ラッキー」の散歩が日課。得意な料理は「和食、カレー。主人の口に合うもの」。A型

## 河井寛次郎とその一門展

創太・博次・透

■ 会期 / 平成25年3月7日(木)～19日(火)  
午前10時～午後6時（最終日は午後5時閉場）

生涯“無位無冠”を貫いた陶芸家にして、民藝運動の推進者、河井寛次郎。  
一陶工として美を追求し続けた河井と、その遺志を受け継ぐ、創太・博次・透ら一門の作品を、一堂に展示します。

有限会社 **小野美術**

いわき市平字中町22番地の2 Kビル1F

☎0246-35-0383

HP: <http://onobijutsu.jp> e-mail: [onobijutsu@sirius.ocn.ne.jp](mailto:onobijutsu@sirius.ocn.ne.jp)



吳洲花碗  
共箱  
高さ10.2cm・径11.9cm  
1949(昭和24)年頃



花扁壺  
共箱  
高さ31.7cm・幅31.6cm  
奥行14.6cm  
1957(昭和32)年頃