

## 令和5年度「外国人留学生のための礼法・弓術体験教室」を実施しました

1. 日 時： 令和6年2月3日(土) 9:45 ~ 12:45
2. 内 容： (1)小笠原流概要説明  
(2)礼法体験(上座・下座について、立ち方・座り方(正座・<sup>そんきょ</sup>蹲踞)・歩き方・お辞儀・<sup>しつこう</sup>膝行について)  
(3)弓術体験(歩射、騎射)
3. 会 場： 小笠原教場
4. 参 加 者： 21名(アルゼンチン、イラン、インド、エクアドル、エストニア、カナダ、カンボジア、韓国、グアテマラ、シリア、ジンバブエ、スイス/フランス、スリナム、スロバキア、中国、ドイツ、ネパール、ベトナム、ポルトガル、ボスニア ヘルツェゴビナ、レバノン 各1名)

### 5. 実施状況：

外国人留学生に日本固有の伝統文化を体験する機会を提供することで、日本文化に対する理解の深化を図るため、小笠原流の協力を得て、鎌倉時代より伝わる礼法・弓術を体験する「外国人留学生のための礼法・弓術体験教室」を実施、外国人留学生21か国籍21名を引率しました。

始めに、小笠原流の歴史の説明を受けました。小笠原流の家元である小笠原家は天皇家から分かれて武士になり、源家・足利家・徳川家という3つの将軍家に仕え礼法・弓術を教授していたそうです。現在はその教えを性別・国籍・年齢問わず、すべての方に教授しているとのことでした。

次に、実際に礼法を体験。礼法は武士の所作を学ぶためのもので、普段の礼儀から人生の通過儀礼まで様々な礼法があるとのことでした。この日は「上座・下座の考え方」の説明を受け「立ち方」「座り方(正座・蹲踞)」「歩き方」「お辞儀」「膝行」の練習をしました。上座・下座については、その部屋の入口から一番遠いところが上座、入口から一番近いところが下座が基本だが、日本人でも最近では知らない方も多い。ビジネスで役に立つので覚えておいたほうがよいとの説明がありました。留学生にとっては、正座をするために畳に片膝ずつつき、足首を畳につけること、その逆の動作で立ち上がることは難しいらしく、何度か練習を繰り返すうち、体幹の使い方を覚えて安定して姿勢をとることができるようになりました。「蹲踞」や「膝行」は日本人でもなじみのない動きですが、留学生にとってはなおのこと。講師の説明と実演に見入っていました。

次に、弓道場に移り、弓術体験。まず、道具の説明がありました。日本の弓は飛ぶ鳥を射るためなど、矢を遠くに飛ばすために他の国の弓に比べて特別な形をしている、弓は用途によって種類が分かれているとのことでした。馬に乗るときに使う鞍は今は作られておらず、昔から伝わるものを使い続けており、一番古いものは600年前のものとのこと。道具ひとつにも意味と歴史が込められていることが分かりました。

次に、歩射の実演をしてくださいました。実演後、一人ひとり弓を射る体験をしました。講師の指導のもと、全員矢的的に向けて射ることができました。実際に矢を放つと「おお！」と声を上げて嬉しそうな様子が見られました。

次に、騎射の実演をしてくださいました。騎射とは馬に乗って弓を射ることですが教場には馬がないので木馬での練習を見せていただきました。講師が発声しながら木馬に乗って実演すると、その迫力にどよめきが起こりました。参加者が木馬に乗るのは<sup>あぶみ</sup>鞍が特殊で危険なため、騎射体操という門人の方が馬に乗るための筋力を鍛える体操を全員でしました。

最後に質疑応答。「なぜ現代では鞍は作れないのか。」「馬に乗るまでにはどのくらい練習が必要か」「門人になりたい場合はどうすればいいのか」などの質問がありました。鞍は技術的には作れるが材料がない、馬に乗るには1年程度の練習が必要、門人になりたい場合はお問い合わせくださいとのことでした。

JEES スタッフも日本人でありながら初めて見聞きすることばかりで新鮮な驚きを受けました。ましてや留学生であれば、その世界観も含めて大きなインパクトを受けたことが想像に難しく、まさに異文化体験にふさわしいイベントでした。

## 6. 参加者の感想

- ・正確なマナーについて学ぶことができとても勉強になりました。
- ・日本の古い伝統を発見し学ぶことができとても楽しかったです。
- ・一見するととても繊細に見える動きの裏に、どれほどの労力がかかっているのか知りませんでした。正座したり、ただ歩くだけでも足のトレーニングのように感じられるとは予想していませんでした。それには嬉しい驚きを感じました。
- ・パワーポイントでのプレゼンテーション中に、武士の礼儀作法と弓道の歴史についてさらに詳しく知ることができ、日本文化についてさらに知ることができ、素晴らしい経験になりました。
- ・ずっと弓道をやってみたいと思っていたので、やっと体験できて嬉しかったです。
- ・騎射のデモンストレーションもとても印象的でした。馬に乗るときの立ち方を練習したとき、この技を実行するために必要な脚力にさらに感銘を受けました。

## 7. 体験の様子





以上