

全高知県の  
武術太極拳  
情報交流誌

# とんだんしゃーペ

No. 69

2024年2月発行 編集・発行 高知県武術太極拳連盟

〒780-8052 高知市鴨部 2-3-20 カーサ鴨部 101

〈TEL〉 088-840-7450

〈FAX〉 088-854-7508

〈ホームページ〉 <http://re.kochi-taijiquan.com/>





30 YEARS

# 高知県武術太極拳連盟 創立30周年記念事業



創立30周年を記念して色々なイベントや広報活動を行いました！

ウーシュー

## 武術エクササイズ

高知県武術太極拳連盟  
30周年記念特別講習会

『体幹力』と『体感力』をアップせよ！

講習はすべて無料！  
どの日でも参加OK！

日程 7/17 (月)  
8/19 (土)  
10/28 (土)

講習内容  
①10:00~12:00 徒手のキホン  
手技や足技の基本技をレクチャー！  
②13:30~15:30 武器のキホン  
【剣】 【扇】 を使って  
かっこいい演習を体験しよう！

対象年齢 大人・12才以上

場所 高知県立武道館3階  
〒780-0850  
高知県高知市丸の内1丁目8-3

お問い合わせ・お申し込み  
高知県武術太極拳連盟  
TEL.088-840-7450  
E-Mail: kwanpon@kwanpon.ne.jp  
ウェブサイト: http://kwanpon.com

申し込みフォームはこちら  
※このQRコードを読み取ると  
スマートフォンからでも  
申し込みいただけます

当日は体育館用シューズと動きやすい服装でお越しください

## 特別講習会 武術(ウーシュー)エクササイズ

3回の日程で実施。延べ60名の皆さんがカンフーや剣・棍を使ったエクササイズを体験しました！



FM高知放送とコラボ！  
うちわを作って配布！若い世代に  
太極拳をアピールしました



FM高知放送で特別番組  
「Let's太極(タイチー)」を  
放送しました！

FM高知で放送！  
(タイチー)  
**Let's太極**  
まとめて  
聞き逃し公開中



# 太極拳野外演武会 IN 四万十

2023年10月8日(日) 雨天で具同体育館での開催になりましたが、66名の皆さんが参加しました！



無料体験会も開催  
多くの方が体験してくれました



ジュニアカンフーも  
披露しました！

四万十川の遊覧船も楽しかった！

## 創立30周年記念パーティ@サンピアセリーズ

11月12日(日) 交流大会終了後に創立記念パーティを開催しました。86名の会員の皆さんで30周年をお祝いしました！



美味しいお料理♡



有志の皆さんによる音楽演奏



魅惑!?の出し物も





完全復活！

# 第28回 高知県 武術太極拳交流大会

2023年11月12日(日)  
サンピアセリーズ体育館

昨年はコロナによる影響で、参加は集体のみでしたが、今年度は各チームの参加を受け、たくさんの表演が発表されました。隊形を変えたり、音楽を工夫したり各チームの創意工夫が、たくさん見られ、日々の練習の成果を発表しあうことができました。参加チーム23チーム。延べ250人も会員の皆さんが参加しました。



坂本茂雄会長よりご挨拶。連盟創立 30周年事業において様々なご尽力を頂きました！

3年ぶりに復活の24式集体演武！初めて参加の人も一体感に感動していました！



(参加者の感想より)  
〇久しぶりの表演で、緊張しました。他のチームの表演を見て、勉強になりました。もう少し練習しなければ、と思いましたが楽しかったです。  
(70代 女性)

〇初めて参加しました。みんなと練習したことで、チームのつながりが深まったように感じました。  
(60代 男性)



岡田理事長による  
総合太極拳の演武



24式太極拳 1位 風雲チーム



その他の部門 1位 泰山木チーム

## ゲスト出演 津野山神楽



今年は県連創立30周年記念に合わせて、特別に津野山神楽の皆様に来ていただきました。

30分間の迫力ある歌舞と演奏に、魅了されました。

一瞬たりとも目が離せない伝統ある舞でした。

### 入賞

#### <24式太極拳自薦部門>

1位 風雲 2位 彩雲  
3位 あっきいな 4位 しんじょう君

#### <その他の部門>

1位 泰山木  
<梅原杯> サタデーモーニング  
<岡田杯> 浦戸WAN'S+2ファンソン  
池田 隆一さん

おめでとうございます！！



# 太極拳野外演武会 in 丸の内緑地

11月19(日)青空の元、高知城を仰ぐ公園に太極拳を愛する146人が集まり、下記のプログラムで演武が行われ、観光客の方々や日曜市に行かれる方もしばし足をとめ見入っていました。

- 1 開演式・準備体操（練功十八法）
- 2 初級太極拳
- 3 24式太極拳
- 4 ジュニアカンフー
- 5 32式太極剣
- 6 22式太極扇
- 7 24式太極棍
- 8 簡化連環扇
- 9 対刀剣
- 10 無料体験会（入門太極拳・カンフー体操）
- 11 入門太極拳
- 12 閉演式



簡化連環扇



24式太極棍



無料体験会



対刀剣



## 参加された方の感想

○青空と赤シャツと白パンツすごくキレイ。従兄弟が見に来てくれて「優雅さと様式美を感じました。」との感想をいただきました。

○対刀剣、初めて見ました。すばしかったです。今は、初級であたふたしていますが、いつかは扇をやりたいです。

○今日は大変楽しかったし、得した気分です。

○自分がやるのは自信がないし、不安でしたが実際に観て、感じて、学べて楽しかったし、本当によかったと感謝しています。



# ねんりんピック 愛顔のえひめ2023

2023.10.29

愛媛県西条市総合体育館



ねんりんピック愛媛大会が開催され、太極拳は西条市総合体育館で開催されました。高知県からは「土佐らんまんチーム」が参加しました。遠方のメンバーもあり、なかなか練習時間の確保が難しい中、当日まで練習を積み重ねてきました。

レベルが年々上がっている雰囲気を感じる中、土佐らんまんチームが笑顔でチャレンジする姿に、勇気をもらいました。



土佐らんまんチームのみなさん

息を合わせて！  
リハーサルの様子



## 参加者の声



中熊いづみさん：

我が「土佐らんまん」チームは、遠方からのメンバー、初参加の人、また勤務しながらのメンバーも多く、練習は日曜に限られましたが、可能な限り参加し、少しずつ息が合っていく実感がありました。岡田先生には肝となるアドバイスを頂き、大変ありがたかったです。

たくさんの応援をいただき、ありがとうございました。

今村美智子さん：

ねんりんピック愛媛大会に向けた練習は、有意義な時間となりました。練習を重ねる毎に仲間としての絆が深まり、西条の会場では安心して表演できました。又、この大会の為に頑張ってきた他県の表演を見られた事も良かったです。

森光久美子さん：

私以外は皆さん高知協会で、私は皆さんの足を引っ張らないように頑張らなければと思ったのが始まりでした。ほぼ毎週末練習するうちに、みんなの士気も高まっていったように思います。

初めてのねんりんピック、メンバーの皆さんと一緒に同じ目標に向かえたことは、いい経験になりました。この機会をいただけたことに感謝です。ありがとうございました！

来年2024年は、鳥取県でねんりんピックが開催されます。太極拳は鳥取市で行われます。また、2025年は2年間開催待ちでも残念ながら、コロナの蔓延で実行できなかった岐阜県で行われます。

