

# 体捌き競技についての考察

## — 体捌き競技の必要性と体捌き競技が抱える問題 —

大森竜一\* ・小森富士登\*

(\*国士舘大学)

### 1 体捌き競技の必要性

「体捌き競技」とは一方の選手がソフト短刀を使用した直突きによる攻撃をして、もう片方の選手がその攻撃を捌く、という極めてシンプルな競技である。しかしながらこの競技は「目付」「間合い」「移動力」「体捌き」といった合気道にとって最も重要な要素によって構成されているのである。

まず短刀側の攻撃について触れると、短刀側は乱取競技のような返し技が認められていないので、得点を確保するためには「突き有り」ととらなければならない。近い間合いから突きを繰り出せば「間合い指導」という反則行為となり、更に短刀突きをした際に指定された部位以外を突いてしまえば、こちらも反則行為となり「指導ポイント」が相手に与えられることになる。従って「一足一刀の間合い」からの指定された部位への正しい突きが必須となる。(写真1参照)

また、徒手側に関しても乱取競技のように技を掛けることが許されていないので、徒手側がポイントを確保するためには相手の攻撃をギリギリまで引き付けた正しい姿勢からの体捌きが必要となり、且つ捌いた時の姿勢が技に結び付くような状態(構え)になっていなければならない。この条件を満たして初めて「体捌きポイント」が与えられるのである。

つまり体捌き競技で得点を得るためには、短刀側も徒手側も本来あるべき理想の「短刀突き」や「体捌き」をする必要がある。言い換えれば「体捌き競技」を行うことで理想の「短刀突き」や「体捌き」を身につけることができるようになるということである。



写真1 一足一刀の間合いからの突き

## 2 体捌き競技と乱取競技

### 1. 乱取競技における体捌きに関する問題点

乱取競技において短刀側に許されている攻撃としては、一足一刀の間合いから指定された部位へと短刀を突くことと、相手に片手を両手で組み付かれた場合、もしくは関節技(浮技を含む)を施技された場合に「返し技としての当身技」を掛けることである。

一方徒手側に認められている攻撃(徒手技)としては、短刀側の突きによる攻撃を捌いてから施技する「後の先」の攻撃と、相手が突きを出す前に間合いを破り施技する「先の先」の攻撃である。他には短刀側が「当身技による返し技」を施技してきた場合には「裏技」(徒手側による返し技)も施技することが可能である。

上記のように短刀側も徒手側も攻防において多様な条件の下でルールはどんどん複雑化してきてはいるが、基本的には乱取競技は短刀側が短刀突きによる攻撃をし、徒手側はその攻撃を捌いて技を掛ける競技である。

#### 1) 短刀側の問題点

ソフト短刀による突きを繰り出す場合、一足一刀の間合いから突かなければならないことは先に記したとおりである。しかしながら競技の中で選手は、何とか短刀を相手選手に当てたいという思いから、だんだんと間合いが近くなってしまう。勿論近い間合いから突きを繰り出せば「間合い指導」を受けることになるわけだが、白熱した試合の中では多少間合いが近くとも、短刀がしっかりと相手選手に届いて曲がっていれば「突き有り」を貰えるケースもでてくる。これは審判技術に係わる問題ではあるが、相手に技を掛けられる可能性が高くなる「一足一刀の間合い」から短刀を突くというリスクを冒すよりも、相手選手が体捌きをしにくいように間合いを詰めてから突きを繰り出す選手も出てくるようになってくる。

こうなると、一方の選手にソフト短刀を持たせて「離隔体制の武道」とした意味がなくなってしまう。

#### 2) 徒手側の問題点

乱取競技において、短刀側が「突き有り」をとれるのは、一足一刀の間合いからの正しい突きのみである。逆に言えば、徒手側は短刀側に正しい突きを出させなければ良いことになる。即ち、武道的な要素を無視してでも間合いを詰めて相手選手に近づき、一度組み付いたら離れないことに終始し、短刀側に突きを出させなくしてしまうのである。勿論接近した状態で試合に動きがなければ、審判により「待て」の号令がかかり、開始線からの仕切り直しとなるのだが、この戦法はいわゆる時間稼ぎになるので、残り時間を考えて敢えて策略として使用する選手もいるのである。

こうなると「間合い」は「手足が容易に届く間合い＝柔道の間合い」となり、何の競技を行っているのか分からなくなってくる。

また、徒手側がポイントを得るためには相手を「投げる」「倒す」もしくは「制する」必要があるが、この時に重要なのは徒手側の姿勢である。合気道競技の乱取規程では危険防止のために「捨て身技」を禁止しているが、実際には試合中に「捨て身技」を頻繁に目にする。勿論反則技なので通常は「反則ポイント」として施技した選手に「指導」もしくは「注意」が与えられるが、稀に審判の目が技の効果を注視してしまった場合などは倒した者勝ちとなるケースもある。合気道競技では「短刀」対「徒手」という「異種格闘形態」を採用しているので、その攻防は早くて複雑であり、現実問題として審判が反則等を見逃す場合でてくる。従って、戦略論的に敢えて「捨て身技」を仕掛ける選手が後を絶たない現実がある。

## 2. 体捌き競技を行うことでの乱取競技に及ぼす効果

体捌き競技によって「理想の短刀突き」や「理想の体捌き」を身につけることができることは「体捌き競技の効果」の部分で述べたが、乱取競技に及ぼす影響について考えてみる。

### 1) 体捌き競技における短刀突きが乱取競技に及ぼす影響

体捌き競技において短刀側ができる攻撃は短刀突きのみであり、得点を得るためには一足一刀の間合いから理想の突きを繰り出す必要がある。そのためには下記の動作が必要になる。

- (1) 膝を一瞬深く曲げて重心を落とす。
- (2) 一気に間合いを破り、相手選手めがけて勢いよく突きを出す。
- (3) 短刀突きが捌かれた場合には、次の攻撃に移るために前足にのった重心を後ろ足に移す。もしくは後方へと移動して、次に突くために十分な間合いを取る。

体捌き競技では短刀側の選手は技を掛けられることがないので、短刀突き（短刀突きに関する技術）に集中することができる。従って体捌き競技を稽古することにより、乱取競技においても勝



写真2 尽きたる勝機を捉えた瞬間

機を捉えて「突き有り」をとれる技術が身につくのである。

ところで、この三つの動作は短刀側がポイントを得るために必要な動作であるが、それと同時に徒手側にとっても大変意味ある動作となっている。

短刀側が「一足一刀の間合い」から突きを繰り出すことにより、徒手側にとっては短刀側の動作の起こりを捉えた「起こりの勝機」を捉えるチャンスが生まれる。突く動作が完了したときには動作完了の瞬間を捉えた「尽きたる勝機」(写真2参照)を捉えるチャンスが生まれる。そして、突きを捌かれたときに次の動作に入るために重心を後ろ足へと移した(突くために伸ばした腕を戻して曲げた)瞬間には「引きたる勝機」を捉えるチャンスが生まれるのである。因みに徒手側が先をとって攻撃を仕掛けたときに「短刀側が応じた瞬間」を捉えた「応じたる勝機」は「引きたる勝機」と勝機のタイミングは同じである。

つまり体捌き競技で身につけることができる正しい短刀突きの技術は、乱取競技において短刀側の技術を伸ばすだけでなく、徒手側が「技の勝機」を捉えるためにも必要な技術なのである。

## 2) 体捌き競技における体捌きが乱取競技に及ぼす効果

先にも述べたとおり体捌き競技において徒手側がポイントを得るためには相手の攻撃をギリギリまで引き付ける必要があり、且つ捌いた時の姿勢が技に結び付く姿勢でなければならない。そのためには相手の突き(短刀を突く動作)を見極める「目付」が必要であり、更に攻撃を捌くための「運足法による俊敏な移動」と「手刀動作を用いた手捌き」が必要となる。

「運足法」とは自然体を保ちながら、前後・左右・左右斜め前方・左右斜め後方へと移動する「自然体の運用方法」である。(図1参照) 合気道競技の創設者である富木謙治師範(1900~1979)は「移動力は始まりにして終わりである。移動力が全てで

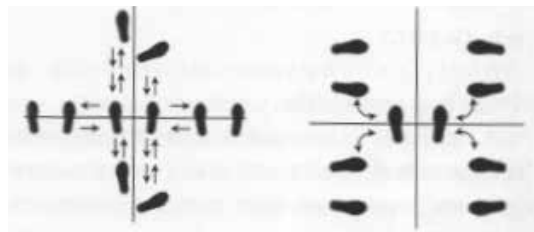


図1 運足法

ある。」という言葉を残している。この言葉は乱取競技に限らず合気道全般に当てはまる言葉であるが、この言葉からも「移動力」の大切さが窺える。

「手刀動作」とは手刀を刀剣に見立てて行う動作であり、剣の術理である「剣道原理」を合気道の動きに生かすためのものである。

このように体捌き競技は合気道の動きの基本となる「運足法」と「手刀動作」を用いて相手の攻撃を捌くことに特化した競技なので、この競技を繰り返すうちに自然と理想の体捌きが修得できるようになり、乱取競技においても体捌きをしたときに自身の体勢を崩すことなく技に入れるようになるのである。

また、体捌き競技では徒手側が間合いを詰めることを禁止しているので、乱取競技

にありがちな「無理やり間合いを詰めて相手に突きを出させない」といった状況にはなりづらい。むしろ常に「一足一刀の間合い」を基準とした「有利な間合いの取り合い」そして「不利な間合いからの逸脱」を互いに繰り返すことになるので「離隔体制の競技武道」として成り立つための基礎(基盤)を身につけることができるようになるのである。

### 3 体捌き競技の現状

#### 1. 体捌き競技のルール

##### 1) 突き有り

体捌き競技は文字通り体捌きの妙を競う競技である。一方の選手がソフト短刀を持ち、一足一刀の間合いから直突きによる攻撃を行う。ソフト短刀による攻撃は決められた部位(両脇の下を結んだ線を上限とし、帯より上を下限とする)への順突きによる攻撃のみ認められ、逆突きや逆構えから始まる突きは反則となる。

「突き有り」になるための突きの深さに関しては、相手の体に届いたソフト短刀の先端が1/3～1/2程度曲がった深さが認められており、その短刀突きが「気・剣・体」の伴った突きであり、正中線上で突かれていれば「突き有り」(写真3参照)として「突きポイント=1点」が与えられる。

この「突き有り」の考え方は「剣道原理」が基になっており、短刀の先端の曲がり方(突きの深さ)まで規制しているのは、胸腹部に拳が当たらないための安全面への配慮である。



写真3 突き有り



写真4 体捌きポイントが取れる体捌きの例

## 2) 体捌きあり

一方、徒手側の選手は短刀側の選手の攻撃を「手捌き」と「足捌き」により無効にする。この時相手の攻撃をギリギリまで引き付けて捌き、捌いた時の姿勢が技に結び付くような姿勢の捌きであると判断(3人の審判員の内、2人以上が認めた場合)されれば「体捌きあり」として「体捌きポイント=1点」が与えられる。(写真4参照)

## 3) 格闘形態

体捌き競技の格闘形態は、乱取競技と同じく「短刀」対「徒手」の「異種格闘形態」である。短刀側の攻撃は「短刀突き」のみであり「返し技」等は認められていない。一方、徒手側の攻撃は「理想的な体捌き」をすることであり、こちらも技を施技することは認められていない。

## 4) 短刀突きの本数制限と競技時間

競技時間は乱取競技(正味3分)よりも短い正味1分で行われ、競技開始30秒(ロスタイムを除く)で短刀を交替する。短刀突きの本数制限については、短刀側は30秒間に5回短刀を突く(およそ6秒に1回)ことができるのだが、仮に15秒で5回突き終えてしまったのであれば、持ち時間の30秒を待たずして終了(前半戦であれば短刀交替となり、後半戦であれば競技終了)となる。

## 5) 試合場の広さと場外指導

乱取競技の試合場がたたみ50畳で行われるのに対し、体捌き競技は32畳の広さで行われる。場外指導については乱取競技が「一方の選手の片足が完全に場外に出た状態で、もう片方の足が畳から離れた時点で場外指導」となるのに対し、体捌き競技は「片方の選手の片足が僅かでも場外に出た時点で場外指導」となる。

## 6) 間合い

体捌き競技は前述のように「間合い」をととても大切にしている競技であり、短刀側の繰り出す突きは「一足一刀の間合いから踏み込まれた突き」でなければ認められない。また、徒手側も「間合い」を破って短刀側に近づくことを認められていない。

## 7) 勝敗について

体捌き競技の勝敗については競技終了時点の総得点の多い方が勝者となる。得点が高同点の場合の優勢順位は1.体捌きポイント2.短刀ポイント3.反則ポイントの順になる。なお、乱取競技の場合にはこの時点で勝敗が決しない場合には審判員による協議が行われた後に「僅差の判定」となるが、体捌き競技では審判員同士の協議は認められておらず、審判員各自が「僅かにポイントに至らない捌き等があったかどうか(認めた審判員数の不足等)」「短刀側の攻撃のときに「突き有り」に極めて近い突きはあったかどうか

か（認めた審判員数の不足等）」「姿勢・間合い・移動力を総合的に判断してどちらに優位性が見られたか」等を判断し、主審・副審が同時に旗判定（僅差判定）をし、旗が多く上がったものが勝者となる。

#### 4 体捌き競技の抱える現行ルール上の問題

ここまで「体捌き競技の効果」や「乱取競技に与える影響」について考え、また「体捌き競技の必要性」について記してきたが、体捌き競技にも競技をする上で問題点がある。それは「体捌き競技の現行ルールに関する問題」で、競技そのものの「公平性」に係わる問題である。

徒手側が「体捌きポイント」を取得するためには、短刀側の繰り出した突きをギリギリまで引き付け「手捌き」と「足捌き」によって紙一重でかわし、捌いた時の姿勢が直ぐに技に結び付くような姿勢でなければならないわけであるが、この部分が問題となるのである。視点を変えると、徒手側が「徒手ポイント」を獲得するためには短刀側による「一足一刀の間合いからの素晴らしい突き」が必要であり、仮に短刀突きが徒手側の選手に届いて先端が曲がった場合でも、ポイントを得られないような「気・剣・体」が一致しないような突きであったならば、徒手側の「素晴らしい体捌き」は成立し辛くなるのである。以下に具体例を挙げてみる。

前半戦に徒手側であった選手が「徒手ポイント」を1点獲得していたとする。この選手は後半戦に入り短刀側となるわけだが、なにも積極的に「突きポイント」を取りにいかずとも適当に短刀突きを5本突いてしまえば1対0で勝利できるのである。

多少難易度は上がるが逆のケースもある。前半に「突きポイント」を獲得していた場合には、後半戦は危険を冒してまでギリギリの体捌きによる「徒手ポイント」を狙う必要はなく、短刀側が「一足一刀の間合い」に入りそうになる度に極端な移動を繰り返し、時間の経過を狙う方法である。

競技の場は日ごろの稽古の成果を如何なく発揮する場であり、武道である以上相手選手を最大限に敬い、己の最善を尽くす場である。そしてルールは公平でなければならない。そのルールの盲点を突いて勝利至上主義に陥ったのでは、武道としての競技をする意味がなくなってしまう。

体捌き競技が考案された背景には、富木師範の教えである「形と乱取は車の両輪の如くどちらも疎かにせずに行うことが大切であり、形と乱取の偏りのない稽古が真の実力を身につける早道である」という教えが根底にある。そして何より体捌き競技は「昭道館合気道」の特徴の一つでもある「目付」「間合い」「捌き」に光を当てた競技であり、体捌き競技をすることで乱取競技をさらに良いものにするという意図が含まれている。体捌き競技そのものの存在価値を否定するようなアンフェアな戦い方は看過できるものではなく、競技をする資格がないと言っても過言ではないくらいである。

しかしながら競技を行う上でルール上の問題点が見つければ、ルールは改善していかなければならない。解決策としてこれまでに講じてきた方法には「短刀突きは最低2本以上つかなければならない」「短刀突きが5本に満たない場合には、足りない本数1本につき反則ポイント1点を与える」「徒手側が極端に逃げの姿勢を見せている場合には指導ポイントを与える」などがあるが、どの策も良策とは言えない現状がある。

他には「突きの本数を無制限にする」などの意見もあるが、無制限にすれば「一足一刀の間合いからよく狙って突く」という部分が疎かになるのは言うまでもない。

残念ながら「体捌き競技」であるにもかかわらず「短刀突き」により勝負が決まるケースも少なくないので、中には「これでは体捌き競技ではなく、まるで短刀突き競技なので「短刀突き競技」に名称を変更した方が良いのではないか。」とか「体捌き競技そのものが競技としては不必要なのではないのか。」といった意見もでていのである。

## 5 体捌き競技の今後の方向性

富木師範亡き後、合気道の総合力を競い合う競技として考案されたのが「種目別混合団体戦」である。「種目別混合団体戦」は現在では地域ごとに幾つかのバリエーションで開催されているが、最初に考案されたオリジナルの内容は「古流護身の形・座技」「古流護身の形・立技」「体捌き競技」「徒手乱取競技」「短刀乱取競技」の5種目による構成であり、体捌き競技を境に前半2種目は「演武競技」、後半2種目は「乱取競技」となっている。

「乱取競技」とは多岐に亘る合気道の技を数種類に絞って「試合」ができるようにルールを整理して競技化したものである。「演武競技」とは「乱取競技」に盛り込めない数多くの技について「演武」として互いに競い合えるように競技化したものである。そして「剣道原理」と「柔道原理」の基本的な部分を大切に競技として、新たに考案されたのが「体捌き競技」である。

合気道の総合的な実力を図る「種目別混合団体戦」の中の一つ目として「演武競技」「乱取競技」と並んで「体捌き競技」が採用されている意義を考えると、体捌き競技は短刀突きを捌く単純な競技ではなく、合気道にとって大切な技術性を持っており、合気道にとって重要な位置づけを担う競技として考案されていることが分かる。

ところで、ここまでは乱取競技を深めるためにはどうすれば良いかについて考えてきたが、それ以外にも「競技人口」を増やすことが大切である。競技人口が増えればそれだけ多くの選手と切磋琢磨できる機会が増えることになり、結果として乱取競技を深めることにつながるからである。そのためには裾野となる「子どもの競技人口」を増やすことが最も効果的であり、少年大会において体捌き競技を行うことは合気道競技全体の人口拡大にとって大変有益といえる。

少年大会で採用されている体捌き競技についてであるが、少年大会では種目別混合団体戦の中の1種目としてではなく、単独の競技種目として取り扱われている。その理由としては種目別混合団体戦が1試合に要する時間が長いことが理由の一つではあるが、一番の理由は乱取競技に比べて「怪我をする危険性が極めて低い」ことが挙げられる。

乱取競技では相手に投げられたり倒されたりしたときに、身を守るために受身をとらなければならない。受身をとらなければ重大な事故につながるからである。特に乱取競技中には技を掛けられても何とか倒れまいと頑張ることになるので、どのタイミングで受身をとるのが重要になってくる。それに比べて「体捌き競技」は受身をとる必要がないので、とても安全な競技といえる。

もう一つの理由としては、体捌き競技の手軽さが挙げられる。体捌き競技に参加するためには、合気道の基本動作である「運足法」と「手捌き」そして「短刀の突き方」を修得するだけで良い。これに対して乱取競技に参加するためには、受身は勿論のこと、乱取競技で使用が許されている「乱取基本技17本」という技全てを覚えなければならない。知らない技を掛けられることは、大怪我につながる可能性があるからである。

子どもにとって「競技そのものが安全であること」「初心者でも手軽に行えること」は非常に重要な要素であるので、この意味において体捌き競技は子どもの大会に向いている競技であるといえる。

体捌き競技が単独の競技種目であることにより、子どもたちは小さい頃から乱取競技の前段階ともいえる体捌き競技を沢山経験することができるので、将来的に「質の高い乱取競技」ができるようになる可能性が高いといえる。それだからこそ、体捌き競技は「質の高い大会」である必要があるのである。

ところで、体捌き競技の「安全性」と「手軽さ」を考えると、子供の大会だけではなく、シニアの大会でも十分成立すると考えられる。積極的にシニアの年齢層に体捌き競技の良さをアピールすることで、年齢に関係なく体捌き競技を楽しめる人々が増え、広い意味で「合気道競技の人口増大」に繋がることになると考えられる。

さて、富木師範は幾つもの著書の中で「形と乱取は車の両輪の如くどちらも疎かにせずに行うことが大切であり、形と乱取の偏りのない稽古が真の実力を身につける早道である」という内容の説明をしている。そして「心・技・体」を養う最善の方法であるとも説いている。

体捌き競技は「目付」「間合い」「捌き」「移動力」といった合気道にとって最も重要な部分に光を当てた競技であり、稽古すればするほど合気道全般の実力養成につながるという長所をもっている。そして体捌き競技を稽古することにより、乱取競技においても「一足一刀の間合いから突く」「移動力と手捌きにより紙一重で体を捌く」「勝機を捉えて入り身する(打ち込む)」といった技術性の高い、そして合気道競技の特徴を生かした試合をすることが可能となるのである。

しかしながら体捌き競技は「突き」対「捌き」という単純明快な競技であるがゆえに、現行ルールにおける「公平性」についての課題は山積みである。

「短刀突きの本数制限」や「反則ポイントの在り方」などについて更に熟考していかねばならないが、最も大切なことはルールによる縛りをどうするかではなく、選手一人ひとりの考え方が変わるように指導していくことだと考えている。

それでも体捌き競技が「単独種目」として少年大会で採用されていることを考えると、一日も早く解決策を打ち出す必要がある。

「理想の乱取競技の実現」のためにも、競技の公平性を如何にして保つかについて考えながら「体捌き競技」を普及・拡大していく所存である。

#### ＜ 参考・引用文献 ＞

富木謙治：合気道入門，ベースボールマガジン社 1958

講道館（解説 富木謙治）：講道館護身術，ベースボールマガジン社 1958

富木謙治：新合気道テキスト，稲門堂 1963

富木謙治：体育と武道，早大出版部 1970

成山哲郎監修 大森竜一 成山哲也著：合気道競技，共栄出版株式会社 2010