

長岡京吟詠会会員総会開催される！

去る2月26日の大変寒い日に、長岡京こらさで総会が開催されました。議長を西本さんに、副議長を後藤さんをお願いをして議事に入りました。財務関係の議案に多くの質問や意見が出されました。また、P.4の4.2.1の橋本(孝) [3位] 愛連出場は、[7位] 愛連出場と訂正がありました。

今回は多くの会員さんが発言をされたことが特徴でした。また、出席者が少ないのが気になりました。それと会員と賛助会員が共に減少傾向にあることも気になります。

執行部は会員から出された意見については真摯に受け止め柔軟に対応をして、改めるところは前向きに検討して欲しいものです。

予定の時刻を過ぎても討議が続き、最終的にすべての案件は承認されました。新しく承認された事業計画等に基づいて、会員みんなで協力をして充実した1年となるように力を出し合いましょう。(事務局)

華やかな愛連フェスティバルを鑑賞して

前原久子

令和5年3月5日(啓蟄の日)、「あましんアルカイクホール」で第13回愛連フェスティバルが開催され鑑賞。有意義な一日を過ごすことができました。

第一部では、吟士権者上位入賞者の吟詠で、素晴らしい吟詠ばかりで、皆さんが切磋琢磨されてこられた雰囲気伝わってきました。

第二部は各地区で活躍されている先生による吟詠で、会場では録音しながら聞き入っておられる光景が多く見受けられました。次の構成番組では、詩仙李白、詩聖杜甫の漢詩を、唐の時代にタイムスリップし、二人の生活環境を交えて味わうことができ、日ごろ学んでいる多くの詩の背景や状況をリアルに学ぶことができました。

休憩時のロビーでは、「素晴らしい声や！」と感嘆の声があちらこちらで聞こえました。これからの私の詩吟の勉強にとって、漢詩をよく勉強し、日ごろからの練習を大切にすることを、愛連フェスティバルを鑑賞できたことで学び、大いに励みになりました。



第22回賀堂流京都本部役員総会の報告

第22回賀堂流京都本部役員総会が3月12日(日)10時00分より、道の駅「丹波マーケス」内コミュニティホールAで、令和5年度吟道賀堂流京都本部役員総会議案書の審議をしました。

令和5年度京都本部新役員構成の件、令和4年度事業報告、決算報告・会計監査報告及び令和5年度事業計画案、予算案等が審議され了承されました。

尚、牧水吟詠会、長岡京吟詠会における各種活動報告及び会運営に関する活発な意見交換等がありました。(伊藤)

京都府連総会の報告

京都府詩吟連盟・京都府吟剣詩舞道総連盟の役員総会が、去る2月25日(土)、京都アスニーで3年振りに開催され、賀堂流京都本部より、長岡2名(本庄会長、長尾事務局長)、牧水6名が出席しました。行事報告、決算報告、新役員、行事予定、予算、連盟規約改正のすべての議案が承認されました。

今年は、府連60周年・府総連45周年記念祝賀会が、9月10日(日)に予定されており、多くの会員さんの参加の呼びかけがありました。(事務局)

私と詩吟の出会い

奥 信

私と詩吟との出会いのきっかけは、孫が長岡京の小学校のすくすく教室で、昔私がやっていた謡曲と勘違いして詩吟を申し込んだことからです。その縁で、市民詩吟教室に行ってみると、出る先生はみな真剣。熱意に圧倒されて入会してしまったことを今も覚えています。習ったのは故山本賀秀雲先生で、詩吟だけでなく人間性も豊かで多くを学びました。八木先生や、高木先輩・西本後輩との軽妙な会話も好きでした。

私は、昭和20年敗戦の年に小学校に入学しました。GHQ(国連軍)が都市のホテルを占領して、好きだった学校剣道を禁止したせいか、私はいまだに職業軍人を好きになれません。しかし、詩吟を通して、幕末武士の優れた漢詩と吟と出会うことができました。紆余曲折はありましたが、詩吟を始めて約10年。数年前には自身の声が詩吟に不向きと思ひ至りました。とはいえ、私の今の目標は、元気なうちに、愛連と府連に入賞することです。健康寿命向上に努め何とか実現したいものです

R5/4・5月の予定

4/ 9(日) 全国吟詠コンクール	ラポール京都
4/23(日) 総本部審査員研修会	姫路まねき食品3F
5/17(水) 公サ連祭りリハーサル	
5/21(日) 公サ連祭り	
5/21(日) 全国剣詩舞 京都府大会	右京ふれあい文化センター
5/28(日) 一般研修会	こらさ交流室

(事務局)

全国吟詠コンクール京都府大会に17名が出場！！

4月9日の全国吟詠コンクール京都府大会が目の前に迫ってきました。総勢260名の参加予定で、長岡京吟詠会からは17名が出場します。皆さん持てる力を存分に発揮してください。(事務局)

詩吟の基礎技術 その8 高橋賀秀正

吟詠におけるよい呼吸法とは

【胸式呼吸】

- ①胸郭を広げることで胸腔を陰圧にし、空気を肺に取り込む方法です。
- ②息を吸った時に肩が少し上がるのが特徴です。空気が肺に入った際に肺が上と前後左右にふくらみます。それが胸がふくらむ要因になり、体を押し広げて肩を上げることにもなります。深呼吸をしてみてください。息が肺の中に入っていくと胸がふくらみ、肩が少し上がるのが分かります。

【腹式呼吸】

- ①横隔膜を下げることで胸腔を陰圧にし、空気を肺に取り込む方法です。
- ②息を吸ったときにお腹が膨らむのが特徴です。空気が肺に入った際に肺が下の方にふくらみます。(腹式呼吸では肩は上下しません。)
- (2) 詩吟のように母音を長く引く発声では息の長さが重要です。これは肺活量にも関係しますが、肺活量が大きいと息が長く続くかといえば必ずしもそうではありません。声楽をはじめとし、詩吟でも腹式呼吸が要求されます。
- (3) 肺活量は腹式呼吸の方が大きくなり、瞬時に呼吸するには胸式呼吸の方が優れています。
- (4) 吟詠における腹式呼吸は、**自然の腹式呼吸(順腹式呼吸)ではなく逆腹式呼吸(臍下丹田呼吸)が必要です。**
- (5) **逆腹式呼吸は、胸式・腹式の両方を使った特別な呼吸法です。おへその少し上のお腹まわりを意識し、前方だけでなく、左右にも後方にも膨らませるように意識します。実際には、背中側には背骨があるので、最も大きく膨らむのはやはり前方ですが、腹部の前部のみを意識して息を吸った場合には前部のみが突出して膨らむのに対し、側腹を意識した場合には、前後左右がよりまんべんなく膨らみます。横隔膜をしっかり張る感じで、息を一度止めて(保持して)から、横隔膜を下方に除々に押しながら発声します。(お臍の下辺りを意識して支点を下げる。このとき少しづつ腹を膨らませる感じ)**

令和5年度 新入会員ご紹介



加藤 和子さん (かとう かずこ)
 住 所：長岡京市・八条ヶ丘
 入 会：令和5年2月より
 クラブ：長峰②詩吟クラブ

「60の手習い」という言葉がありますが、私の場合は「80の手習い」となります。私は今まで30年あまり社交ダンスをやっていましたが、「膝」を痛め、人工関節になり、もうダンスは踊れないなあと思っていたころ、ちょうど詩吟とのご縁をいただきました。高齢でもあり、初めての世界に飛び込むのは大変勇気がいりました。それでも人生最後のトライとして入会をさせていただきました。高齢、初心者ではありますが、どうぞよろしくお願ひいたします。

**シリーズ「クラブ紹介」その11
 【西山詩吟クラブ】 小林賀秀亨**

私が詩吟をはじめたきっかけは、千阪賀秀先生が「漢詩作詩の勉強会」を開講されており、そこに主人が生徒として入門し、その後、詩吟も教えられるようになったことから、主人と私も手ほどきを受けるようになったのが始まりです。その後、主人と私は互いに協力して、主人は「大山崎詩吟クラブ」(創設 昭和62年)、私は「西山詩吟クラブ」(創設 平成2年)を自宅で開きました。現在は新しく入会された方2名を含め、12名の生徒さんで勉強をしています。いつも千阪先生の教えを大切に、お腹の底から大きな声を出し、詩を吟じることをモットーにして、おしゃべりの多い勉強会ですが、和気あいあいと楽しみながらやっています。月見会やガレーコンサートなどもやってきました。これからも、皆さんにいつまでも楽しくお会いできる会にしていきたいです。

ほっと一息、休憩タイム

みのひとつだになきそ悲しき



少女が太田道灌に差し出した花一枝は、「七重八重花は咲けども山吹の みのひとつだになきそ悲しき」の山吹の花でした。道灌はどういう意味か分からず、心が乱れて、まるでもつれてほどけない糸のようであった。と言うことですが、山吹はバラ科の小低木で一重と八重があり、一重は山野で自生し八重は庭園で栽植されることが多いようです。ところで「み」ですが、一重には「み」がつき八重には「み」はつかないのです。歌では八重と言っているのに「み」は無いのですね。 長剣



『ぎんまい長岡京』 編集室
 編集委員長 尻枝賀秀道
 編集委員 市丸、櫻澤、後藤、宮小路
 ※連絡・問合せ先 尻枝賀秀道
 Tel: 075-954-9092