

主催:三鷹市スポーツと文化財団

Rev1 2025/4/11

主管:三鷹市弓道連盟

1. 概要 次ページ「初心者講習会受講希望のみなさまへ」も必ずお読みください。

弓道(和弓)を**一から始めてみたい方など**を対象にした基礎講習会です。

- ① 開催日程: 前期5月10(土)~7月5日(土)、(8回)(途中休み週あり、日程は別紙参照)
- ② 開催日時: 原則として毎土曜日15:15~17:15 (15時までに弓道場前に参集)
- ③ 講習内容: 弓道を見る・知る、基礎的動作・射法の習得、補助付きの行射、所作と心構え

2. 対象 ①~③に**全て該当する健康な方を募集します**。

- ① 三鷹市民(市内在学、在勤の方を含む)で高校生相当年齢以上の方
- ② 弓道初心者
初心者とは、弓道を**これから始めようとする方**とし、学生時代や他での講習会・入会などの**短期の経験はあるものの再び一から始めたい方**を含みます。
※ 現に部活動中、他所などで半年以上経験した方、級・段位をお持ちの方はお控えください。
※ 初心者への入会は、原則として講習会修了者と経験者となります。
※ 経験者で入会希望の方は別途「三鷹市弓道連盟」をご覧の上ご相談ください。
- ③ 講習会期間中(実施予定日)**を継続して参加できる見込みの方**
※ 欠席が多い場合、結果として他の希望者の参加機会を逃すことにつながります。
※ 仕事などの都合であらかじめ欠席が複数回ある方はご遠慮ください。
※ 年齢・体力などで不安のある方は、事前に稽古風景の見学(希望)を申し出てください。

3. 定員と応募方法

募集定員:10名**申込締切り:4月19日(土)正午**

- ① 応募には下記「申込所定事項」を全て記入すること。
- ② 初回に参加費(初期費用)を負担頂きます。
5,000円(保険料、テキスト、消耗品・資料など)
※ 途中取り止めても負担金の返金は出来ません。

申込先: 三鷹市弓道連盟ホームページ

<https://mitaka-kyudo.jimdofree.com/>

「初心者対象の講習会について」⇒「初心者講習会(土曜)概要」応募から

申込 所定 事項	1. 氏名・フリガナ(必須)	
	2. 年齢	※(講習会開始当日)
	3. 身長	※(弓具の確認用)
	4. メールアドレス(連絡方法として必須)	※正確に確認して記入する
	5. 現住所(在勤・在学は会社・学校名と所在地を併記)	
	6. 電話番号(任意ですが、補助の連絡方法として推奨)	※メール間違い時など
	7. 応募の動機(始めたい理由、経験有無など)や短信	

4. 注意事項・その他

- ① 参加者が準備するもの
・参加費(初期費用、初回のみ)
・服装は運動に適した平服で構いませんが、靴下(または足袋)を必ず着用(ストッキングは不可)
・筆記用具、水分補給の飲み物など
- ② マスクなど各自コロナ対応は各自判断のこと

2025初心者講習会(土曜コース、前期8回)にご参加を検討いただきありがとうございます。

□弓道は飛び道具を使いますので危険を伴います。基礎をしっかりと学びましょう！

□事故防止のため講師の指示に従い、安全に心がけながら受講されますようお願いいたします。

□本講習会ではあくまでも基礎編で、修了しても単独で弓を射るレベルではありません。

□進捗には個人差がありますが、自分のペースで続けることが要点です。

「初心者講習会」は年間23回のコースを前提にしており、**今回は基礎を身に着ける前期8回分です。**

- ・前期は、弓道がどんなものかを知り・体験し、基礎的な動作を中心とした内容です。
- ・安全上からも、この講習では指導者の補助のもとに行射を行います。
- ・後期(フォローアップ)は、弓道をより深めて武道としての作法や矢を一人で射るための内容が加わり難しくなります。
- ・前期修了者は優先的に後期講習会(フォローアップ)に応募できます。
- ・フォローアップは約5か月間(8/23～2/7)を予定しており、改めて募集します。

記

1 日 程 (2025年度前期・後期) 途中変更されることがあります

前期実施日	5月	10、24、31 日
	6月	7、14、21、28 日
	7月	5 8 日
後期予定日 (参考)	8月	23、30 日
	9月	6、13、27 日
	10月	4、18 日
	11月	15、 22 、29 日
	12月	6、13、20 日
	1月	24、31 日
	2月	7 日

2 時 間 午後15時15分 ～ 17時15分(15時集合)

3 服 装 上着は前ボタンのないもので、動きやすいもの。短パン・スカート不可。

靴下または足袋を着用してください。(タオル・手ぬぐい等もお忘れなく)

4 用具(弓具) 弓道連盟で用意します。(身長を参考にして対応する弓を確認します)

5 テキスト 弓道連盟で用意します。

6 指導員 三鷹市弓道連盟会員

7 傷害保険 スポーツ保険加入します(参加費に含む、年度末まで有効)

8 参加費 初期費用を頂きます(初回に納めてください)

※後期講習会(フォローアップ)に参加を希望される場合は、新たに
3,000円程度の参加費を予定しています。

9 駐車場 三鷹市役所内の駐車場をご利用ください(講習会時間内は無料)