

【原著論文】

原典的文献の読解による「柔の形」の間合いに関する研究

稲川 郁子

日本体育大学健康医療系

A study of the Maai of “Ju-no-Kata” based on the original documents

INAGAWA Ikuko

Abstract: This paper is about *Ju-no-Kata*, one of the seven types of *Kata* handed down in Kodokan.

It is based on “Judo-Hongi,” written by Jigoro Kano, and “A Study of Teaching Methods in Ju-no-Kata,” written by Kunio Murakami. The method is to sort out the characteristics of these documents and to focus on the passages that mention *Maai*. Kano attempted to convey the correct *Ju-no-Kata* movements and their significance to practitioners. Murakami wrote mainly about the rational teaching method of *Ju-no-Kata*.

The *waza* in which relatively large differences were found in the descriptions of the both documents were *Naname-uchi* and *Tsuki-age*. The *waza* with relatively significant changes after the publication of both documents was *Katate-age*. From several discourses, it can be seen that Kano had a flexible attitude toward the modification of *Kata*. After Kano’s death, the *Kata* underwent several minor revisions due to research by Kodokan students. The current unified view is contained in a textbook published by Kodokan. Some of the descriptions are different from those of Kano and Murakami. In recent years, *Kata* has become a competition. The judging criteria for *Kata* competitions clearly states “position and *Maai*.” The concept of *Maai* is important for each competitor, instructor, and judge. In *Kata*, it is important to understand the significance of each movement, and to practice with an awareness of the *Maai* necessary for the expression of *Riai*.

要旨：本研究は講道館柔道の7種の形のうち、「柔の形」について、原典的文献とされる嘉納治五郎の連載による「柔道本義」および嘉納の門弟である村上邦夫の連載による「柔の形教授法研究」より、両文献の特徴を整理するとともに、特に間合いに言及された箇所に着目し考察することを目的とした。嘉納は、修行者に対し正しい柔の形の動作とその意義を伝えようとし、村上は、時に嘉納の主張に修正を加える形で合理的な教授法に主眼を置いた記述を行っていた。両文献の記述に比較的大きな差異がみられた施技は斜打と突上、両文献の後に比較的大幅な改変が加えられた施技は片手拳であった。また、複数の言説から、嘉納は、形の改変に対し柔軟な態度であったことが看取できた。嘉納の没後、各種の形は講道館の門弟による研究により細かな修正が重ねられている。現在の統一見解は講道館発行の「教本」に記され、嘉納や村上の言説と異なる記述も散見される。近年競技化された形においても、審査基準に「位置および相手との間合い」が明記され、競技者・指導者・審査員の各々にとって間合いの概念は重要である。しかし、競技者であるか否かを問わず、形においては、個々の動作の意義を理解した上で、理合いの表出に必要な間合いを意識した稽古が重要である。

(Received: March 26, 2021 Accepted: June 11, 2021)

Key words: Judo, Ju-no-Kata, Maai, KANO Jigoro, MURAKAMI Kunio

キーワード：柔道、柔の形、間合い、嘉納治五郎、村上邦夫

1. 緒 言

本研究は講道館柔道の7種の形のうち、「柔の形」について、原典的文献とされる嘉納治五郎（以下、嘉納）の連載による「柔道本義」（1915–1917）および嘉納の

門弟である村上邦夫（以下、村上）の連載による「柔の形教授法研究」（1918–1920）より、両文献の特徴を整理するとともに、特に間合いに言及された箇所に着目し、現行の講道館による統一見解と突き合わせながら考察することを目的とする。

講道館柔道の形は、公式には投の形、固の形、柔の形、極の形、講道館護身術、五の形、古式の形の7種が定められ、現在も柔道家は、乱取と併せ形の稽古に励むことが求められる。1997（平成9）年より全日本柔道形競技大会、2009（平成21）年より世界柔道形選手権大会が開催されるようになり、柔道の形は競技化された。柔道修行において、自由度の高い乱取と比較し形が閑却されやすいことは、嘉納が再三にわたり懸念していた事実（稲川、2019）であるが、形の競技化により、全日本大会への出場や上位入賞、また日本代表として世界大会で活躍する、さらに競技会での実績が昇段審査に反映されるなどの新たな価値が生まれた。最近では競技として形に取り組む者が増え、形の愛好者は増加傾向にあると推測される。

先に講道館柔道の7つの形を示したが、このうち柔の形は、1887（明治20）年に制定され、第一教から第三教まで各々5本、合計15本から成り立つ形である。嘉納（1913a）は、柔の形について「おのずから美的情操を起さしむるものにして、その見る者に快感を感じしむるや大なり」と述べ、柔の形は五の形と並び、美的・芸術的要素の高い形として知られる。さらに嘉納は、そもそも「柔」を冠したこの形について、柔道修行は「先ず柔の型〔ママ〕から始めるのが適当」（1921^{注1）}とし、「柔の型〔ママ〕から這入った柔道の如きは女子でも小学児童でも出来る」（1917a）と述べ、初心者だけでなく児童や女性にも適した形であると説く。現在も、柔の形は特に女子柔道において重視されている。

柔道の修行を柔の形から始めるのが適当とする理由について、嘉納（1921）は、「柔道の最も大切な方面である、相手の力に順応して勝ちを制するという理屈を理合〔ママ〕せしむるに都合がよ」く、さらに「投げられることもなく、かつ静かな運動であるから、初心者に習いやすい」とする。また、「従来の形は概して動作を緩（ゆ）っくりとしない習わしになって居るから柔道の理合を説明するに都合が悪いが、柔の形はその辺にも心を用いて拵えてある」（1915a）ため、柔の形は他の形と比べ速度が緩徐であり、この点も修行の導入に際し都合がよい理由であると考えられる。

本研究は柔の形の間合いに着目している。競技として柔の形を捉えると、各施技の最初の位置取りを誤ると正しい間合いでの演技は困難となり、例えば、先の嘉納の引用にあるように「緩っくりとしない」、速度の速い投の形の施技などと比較し、その後の動作での施技の立て直しが難しい。講道館柔道形競技規定のうち、第9条「審査基準」には、評価の観点として、「位置および相手との間合い」が明記されており、競技者にとっては取（とり）・受（うけ）^{注2）}双方が施技開始時

の間合いを確実にとることは、その後の表現の端緒として重要である。いずれの形においても間合いが重要であることは言を俟たないが、とりわけ柔の形の競技者は、施技の最初の位置取りに細心の注意を払う。柔の形の特性を鑑みながら、原典的文獻を整理し、柔道修行者の形の修練に資することも本研究の目的の一つである。

2. 対象と方法

①雑誌『柔道』に連載された「柔道本義」のうち柔の形の解説（嘉納、1915-1917）、②雑誌『柔道』および『有効の活動』に連載された「柔の形教授法研究」（村上、1918-1920）を読解し、各々の趣旨と特徴を分析した。特に施技開始時の間合いに関する言及に着目し、現行の講道館の統一見解を示す「教本」（講道館、2007）ほか関連文献を含め文獻的考察を行った。なお本稿では、旧漢字・旧仮名遣いの一部を現代表記に改めた。また、言説の引用にあたり本文中に示した年号に付記したアルファベット（例：1917a）は、引用順であり、同一年内の発行月日の順を反映していない。

3. 結果

結果を表1に示す。本表では、嘉納の連載を「柔道本義」、村上の連載を「教授法」、現行の公益財団法人講道館が発行した通称・教本は「教本」と表記した。各施技の名称は現在用いられている漢字表記とし（例：両手捕→両手取）、漢数字はアラビア数字で記載した。「約」の表記有無や「位」「程」「およそ」などは原典に忠実に記載し、1尺は30cm、1寸は3cmで換算した。なお、「教本」における「約○歩」と「約○間」の表記における「約」は、例えば数字が2であったのであれば「1～3歩程度」の含意ではなく、1歩を約40cm、1間を約180cmと換算した場合の数値にかかるものである。

4. 考察

1) 嘉納治五郎と「柔道本義」

嘉納は、1882（明治15）年に私塾を設立し講道館と名づけた。嘉納は柔道の開祖として名高いが、東洋人として初めてIOC委員に就任したほか、これも東洋初となる五輪の東京誘致の成功などの種々の功績により「日本体育の父」と呼ばれることもある。嘉納がこのような活躍を果たせたのは、嘉納が柔道界のみならず広く世間から尊敬され、国際的にも認められた人物であったからに他ならない。

嘉納は、1914（大正3）年、柔道の普及発展を図ることを目的として会員制組織「柔道会」を創設した。1915（大正4）年、柔道会の一事業として雑誌『柔道』

表 1 柔の形の間合いに関する各文献の記述

	柔道本義(1915-1917)	教授法(1918-1920)	教本(講道館, 2007)
総論	身長 5 尺 2~3 寸(約 156~159cm)を想定 「その人々の身長如何により実際に臨んで <u>相当の斟酌をする必要</u> のあることは勿論である」(嘉納, 1915c)	「受も取も互に移動して、その位置に就いてもよろしいし、又受一方が移動してその距離を取っても差支えない。場所の都合で、又柔の形全体について如何にして位置を取るか、その規定で定めてよいと思う」(村上, 1919j)	
礼法	5~6 尺(約 150~180cm) (嘉納, 1915b)		5.5m(約 3 間)の位置で礼、1 歩前に出て(約 2 間)、その後左・右・左の順で約 90cm(約半間)進み、約 1.8m(約 1 間)に立つ
つきだし 突出	6 尺(約 180cm) (嘉納, 1915c)	6 尺位(180cm) (村上, 1920a)	約 1.8m(約 1 間)
かたおし 肩押	「左後隅に <u>接近</u> して」 (嘉納, 1915d)	受の「右足先が取の左踵の後約 5 寸(約 15cm)」 (村上, 1919b, 1919c)	「受の右足先が、取の左踵の後ろ <u>近く</u> 」
りょうてどり 両手取	約 1 尺(約 30cm) (嘉納, 1915d)	「6 尺(約 180cm)の距離より互に大幅に一歩踏み出し <u>接近</u> 」(村上, 1919d)	「間合いを <u>近く</u> 取って相対し」
かたまわし 肩廻	5 寸程(約 15cm) (嘉納, 1915e)	「真後に <u>接近</u> して立つ」 (村上, 1919e, 1919f)	「両手取が終わった位置」「取は前、受はその後ろに間合いを <u>近く</u> とり」
あごおし 腰押	約 6 尺(約 180cm) (嘉納, 1915e)	6 尺(約 180cm) (村上, 1919g)	※肩廻の後、取が 3 歩目で方向転換し終えた時点での距離の言及なし
きりおろし 切下	3~4 尺(約 90~120cm) (嘉納, 1915f)	約 3 尺(約 90cm) (村上, 1919h)	約 2 歩
りょうかたおし 両肩押	約 1 尺(約 30cm) (嘉納, 1915g)	凡そ 1 尺位(約 30cm) (村上, 1919i)	約 1 歩
ななめうち 斜打	約 3 尺(約 90cm) (嘉納, 1915h) ※現行では、受は第一動で踏み出さない。	「広くしてもよいが」約 1 尺位(約 30cm) (村上, 1919j)	約 1 歩
かたてどり 片手取	「並んで(申略)立っている」 (嘉納, 1915i)	「相並んで立つ」 (村上, 1920b)	「取は、受の左横に並び」
かたてあげ 片手拳	約 6 尺(約 180cm) (嘉納, 1915i)	6 尺(約 180cm) (村上, 1920c)	およそ 2.7m(約 1 間半)
おびとり 帯取	約 2 尺 5 寸位(75cm) (嘉納, 1915j)	3 尺位(約 90cm) 「初心の者には(中略)1 尺位(約 30cm)」(村上, 1920d)	約 1 歩
むねおし 胸押	「互いに <u>接近</u> して向い合い」 (嘉納, 1915k)	約 1 歩 (村上, 1920e)	狭めの 1 歩
つきあげ 突上	約 2 尺 5 寸(約 75cm)か 3 尺(約 90cm) (嘉納, 1915l)	「両手取又は胸押と同じ位の距離か、またはそれよりも少し距離を遠く」 (村上, 1920f)	約 1 歩
うちおろし 打下	3 尺(約 90cm) (嘉納, 1917b)	3 尺(約 90cm) (村上, 1920g)	約 2 歩
りょうがもつき 両眼突	3 尺(約 90cm) (嘉納, 1917c)	3 尺程(約 90cm) (村上, 1920h)	広めの 1 歩

※傍線および数値換算(括弧内)は筆者による

が刊行され、嘉納が柔道界や世間一般に対し、柔道論や自らの思想を発信する媒体となった。『柔道』誌はその後、度々の変遷、改題を経て、再び『柔道』の名で

現在に至る(東, 2012)。

『柔道』の 1 巻 1 号より、「柔道本義」の連載が開始された。嘉納(1915a)は連載の序言として「本欄は講

道館柔道の精神及びその教育の方法を正しく世に伝える目的で設けたのであるから、力（つと）めて予自ら筆を執ってその主旨の徹底を期するつもりである」と記しており、この企画が嘉納の肝いりであったことが窺い知れる。「柔道本義」の記事は、本人の言のとおり嘉納が執筆したほか、山下義韶七段（以下、山下）、永岡秀一七段（以下、永岡）（段位は連載開始時）、そして四段でありながら村上が指名され執筆した。「柔道本義」では、当時講道館で教えられていた種々の形の解説がなされたが、嘉納自らが執筆したのは柔の形のみである。その他の形の解説は、「予に久しく親炙したものは、予に代って殆ど正しくこれを説くことを得べきと信ずる」（嘉納、1915a）とし、山下・永岡・村上が担当した^{注3)}。嘉納自らの詳述が存在している点において、本連載の記事は、柔の形の原典であると考えられる。

嘉納による各施技の解説は「仕方」と「説明」に分かれ、図が添えられている。動作の詳細は「仕方」で、意義や注意点などは「説明」で解説されている。「説明」では、体育的な価値についての言及も散見される。例えば、両肩押においては、「かく体を低くして種々動作することは、平素使い慣れぬ筋肉を働かせるので身体鍛錬の目的からも有効な運動」（嘉納、1915g）、片手拳においては施技中の「自身に高く手を上げる〔ママ〕運動と対手の手を高く釣り上げる運動と対手の体を左右真横に屈（ま）げる運動」について「この三種の運動は柔道の乱捕〔ママ〕の場合には殆ど全くない種類のもの」（嘉納、1915i）と解説している。記事からは、乱取では補えない身体運動の要素を柔の形に盛り込んだ嘉納の工夫を読み取ることができる。武術に体育としての価値を見出し、理論立て体系的に学ぶための方途を整えたことは嘉納の大きな功績である。柔の形の解説を通じ、嘉納の体育に重点を置いた思想とその具体的な内容を端的に知ることができる。

この連載は、1915（大正4）年12月発行の1巻12号において、柔の形15本中13本目の「突上」について掲載された後、1917（大正6）年3月発行の3巻3号「打下」までの間、嘉納の多忙のため休載されていた^{注4)}。この時の嘉納は57歳、さらに国際的には第一次大戦が勃発した時期であった。しかし、嘉納は同時期の『柔道』誌に他の複数の記事は執筆しており、本研究においては、残り2つの施技（打下、両眼突）を残し一時中断した理由は不明であった。

2) 村上邦夫による「柔の形教授法研究」

「柔の形教授法研究」は、1918（大正7）年、『柔道』4巻8号より、『柔道』改題後の『有効の活動』6巻7号まで連載された村上（連載時は五段）による著述で

ある。内容は、題名のとおり教授法に力点が置かれ、嘉納による「柔道本義」が修行者の動作を中心に著述されたのに対し、指導者として留意すべき点についての言及が多い。村上（1918a）は、連載の緒言において、柔道が師範学校および（旧制）中学校で正課となったこと、さらに（旧制）小学校でも柔道を課する動きが「晩近の趨勢」であることを述べ、柔の形が「その教材の主要なものである」とし、特に小学校における教授法を念頭とした執筆であることを表明している。また、柔の形の「用途」には、「体育」、「理合の玩味」、「慰心法」^{注5)}の3種があるとし、このうち小学校においては、「体育」を主にして教えるべきと述べる（村上、1918a）。

教授の形式は、「団体的に取扱う方式」と「個人的に取扱う方式」を挙げ、後者が望ましいとしつつも「四十人なり三十人なりの子供を教えるのに、一時間の授業をして、（中略）一人一人すべてに教師が稽古をつけてやるという事は不可能」（村上、1918a）とし、団体的に教授する場合の修行者の配列とその距離や順番、号令の方法にまで周到に言及している（村上、1918b）。また村上（1918b）は、団体への柔道の教授にあたり、例えば号令と配置について、外部からの「折角体操で学んだ事を応用するがよい」との指摘に対し「いちいち番号をつけて前進させる、方向を変換させる、距離をとらせる、間隔を開かせる、なかなか手間が取れる、この時間が惜しい」、「いちいち号令に寄らずして一の号令ですぐにその場につく事を修行させたい」と反論し、徹底した合理主義者であった嘉納の門弟であることを思わせる。

また、村上（1919i）は、「動作の意義を克（よ）く理解して居る事は第一に必要な点であるが、少し練習して形を記憶すると、却って動作の意義を忘れて形が変る事がある」と形の単純な身体運動化を戒めている。嘉納（1913b, 1927, 1931）は、学校や軍隊で行われるいわゆる体操を、動作に目的がなく効果も少ない、熟練の概念が伴わず興味も抱きにくいなど、生涯にわたり痛烈に批判していた。「教授法」連載の最終回において、村上（1920i）自身も体操批判を展開しており、ここにも嘉納の影響を看取することができる。

嘉納の精力善用思想は、今日では、「各人が持てる自身の力を善事に用いる」の意に偏って捉えられている場合が多い。しかしこの思想は、嘉納の徹底した近代合理主義の象徴として解釈したほうが種々の事象を理解しやすい。嘉納（1915m）は「いやしくも無謀に敵に向い無益に精力を費すことを戒め、常に最も穏当に最も合理的に、些（すこ）しの無駄もないようにおのれの力を用いて目的を達」することの重要性を説き、さらに「制御防衛の練習中に養われたあくまで無駄を

避け、合理的に物事を成就させようとする精神は、実社会に立ってまことに必要なことである」と述べている。嘉納に「予に久しく親炙した」と言わしめた村上は、嘉納の思想と技を正確に理解し、体現することのできる門弟であったと考えられる。村上^{注6)}は連載を通じ、一貫して教授者が柔の形をいかに合理的に教授するのかについて記述している。例えば村上（1918c）は、柔の形の指導について、初心者は「柔道の業〔ママ〕」に対する大体の考もないのであるから、動作の意義も不明しないし、従って動作と動作の連続する意義も不明である」と述べたうえで、「教授の上からは分解するが便利」と述べた。村上は各施技の動作を「分解」と「結合」に分け、さらに「分解」は（施技によっては「結合」でも）、第一動、第二動の順で、「随分複雑で記憶にも骨が折れる」柔の形の手順と動作の意義を細やかに記述した。村上（1918c）は「分解」の時機について、「形（かたち）として区別し易い点」と「動作の意義が変化する点」の二点を標準とすべきと述べる。「分解」も「結合」も、嘉納の「柔道本義」にはない分析^{注6)}で、連載では、村上の各施技における「分解」の試行錯誤が看取できる。一方、「結合」については、連載が進むにつれ簡素な記述となっていく。柔の形の稽古においては、現在もなお、技の連続性を途切れさせないことに指導の力点が置かれる。村上（1918c）は「分解」は「教授上の便宜からする事であって、業〔ママ〕本来の性質としては一つの纏（まと）まったものであって、全体纏まって、始めて〔ママ〕業〔ママ〕として成立するのであるからして、ここの意味をよく承知して分解しなくてはならない」とし、技の流れが滞ることを戒めている。

3) 各文献にみる施技開始時の間合いと考察

嘉納（1915c）は、柔の形の間合いについて「その人々の身長如何により実際に臨んで相当の斟酌をする必要のあることは勿論である」とし、各々の身長に合わせて適宜の間合いを設定すべきであると表明している。例えば、「投の形」の施技のうち背負投は、現在では約1間（約180cm）の間合いに入ってから受が打ちかかることが基準（講道館、2006）^{注7)}となるが、児童など小柄な修行者にもこの間合いを強制すれば、間合いが遠過ぎることで受の初動の攻撃は威力を失い、天倒（てんとう、頭頂部の急所）に打ちかかっていく理合いを表現することは不可能となる。緒言で述べたとおり、競技化された形においても間合いの表現は重要であり、審査基準に明記されている。審査員からすると、各施技の開始時は競技者が静止するため、この時に「正しい間合い」を評価することが採点の足がかりとなる。

間合いの基準の表記について、現行の柔の形「教本」では、「柔道本義」や「教授法」にみられる距離（寸・尺）による表記から歩数による表記に改められている。これは「その人々の身長如何により実際に臨んで相当の斟酌をする」ために含みを持たせたものと理解できる^{注8)}。なお、1歩は約40cmと解釈されることが多い。

以下、各文献の各施技開始時の間合いについて考察した。

①突出（つきだし）

各文献ともに約1.8m（約6尺、約1間）と同等の記述で、差異はみられない。「教授法」において、村上（1918c, 1918d, 1918e, 1919a）が実に連載の4回分を費やして記述したのは柔の形の嚆矢となる突出である。しかし村上はこの4回の連載の中で、突出の間合いについては言及していない。村上（1920a）が突出の間合いについて言及したのは、『有効の活動』の別の連載である「初心者の手引き」においてである。村上（1918c）は、「教授法」においては、第一動における歩幅について「その人の身長に依りて幾分の差等がある」としたうえで、「広すぎて、為に身体が上下動しない程度である事が必要」と言及している。嘉納（1915c）も、「最初右足を二尺五寸（約75cm）踏み出し次いで左足を一尺五寸（45cm）だけ進める（中略）とあっても必ずしも正確に寸尺を量って〔ママ〕歩むには及ばぬ」としており、彼らが形における歩幅や間合いを、理に適っていることを前提におおらかに捉えていたことが類推される。

②肩押（かたおし）

「柔道本義」では「左後隅に接近して」、「教授法」では約5寸（約15cm）とされる。「教本」は、「後ろ近く」を採用している。村上（1919c）は、受の「右足先が取の左踵の後約五寸の所に正しく位置しなくてはならぬ」とし、距離もさることながら、受の第一動の攻撃、つまり後方からの取の肩甲部への圧迫力を確実に作用させるためには、受の右足の位置が正確であることの重要性を説いている。

村上（1919b）は、突出が終わった後、肩押に移るまでの動作について、「受が向い合った位置から取の後に来る際に取に背を向けない様に動作させるが、これは敵に後を向けぬということ、及び礼の方からも後をむける〔ママ〕事は善くないから」としている。現行の柔の形では、突出の後、両者はそのままの位置で右に90度方向転換するのみである。片手取にも類似した記述がみられるが、村上の連載は「教授法」を題材としており、通し稽古ではなく施技を個別に稽古する場合の注意点を述べている可能性がある。

③両手取（りょうてどり）

「柔道本義」では1尺（約30cm）,「教授法」では「接近」とされる。「教本」は「間合いを近く」を採用している。「教授法」では「六尺（約180cm）の距離より互に大幅に一步踏み出し接近す」（村上, 1919d）と記述されているが、これは現行の柔の形では行われない動作である。嘉納（1915d）は、受と取が「約一尺（約30cm）程離れて向い合って自然本体で立つ」と記述しており、現行の柔の形および「教本」はこれに準ずる。

④肩廻（かたまわし）

「柔道本義」では受は取の「真後に爪先を踵から五寸（約15cm）程離して」,「教授法」では「真後に接近して」立つとされる。「教本」は「両手取が終わった位置」を「間合いを近くとり」と補足している。現行の柔の形では、両手取の「巻込」の形を解かれた受は、着地したその場から足を動かさないこととされ、概ね各文献の記述の通りとなる^{注9)}。

⑤腮押（あごおし）

「柔道本義」,「教授法」とともに6尺（約180cm）とされる。肩廻で受が着地した後、取は左足、右足と進み、3歩目で右足を軸にして右に向いて立ち、この位置が腮押の開始位置となるが、「教本」ではこの時点での間合いについては記載されていない。「柔道本義」では、取の歩幅について、突出と同様に、まず右足を2尺5寸、次いで左足を1尺5寸と進めながら、3歩目で受の腮に当てる旨の記述がある（嘉納, 1915e）。このことから、また現行の腮押を考慮しても、概ね突出と同様の約180cmが基準となると考えられる。

⑥切下（きりおろし）

「柔道本義」では3～4尺（約90～120cm）,「教授法」では3尺,「教本」は2歩とされる。1歩は約40cmと解釈される場合が多いと述べたが、当然、この施技においても「身長如何により実際に臨んで相当の斟酌をする必要」がある。村上（1919h）は、受は「愈々（いよいよ）切るつもりで気を込め、力を入れて切り下ろし」,取は「まさに吾頭に触れんとする一瞬時に体を退」き、攻撃に転じるために「切られない範囲内に於て最も相手に近く居なくてはならぬ」述べる。

⑦両肩押（りょうかたおし）

「柔道本義」,「教授法」とともに1尺（約30cm）,「教本」では1歩とされる。両肩押では、受は一度上肢を伸展し、緩徐に両手掌で取の両肩を押し下げるが、この時肘関節は伸展位のまま屈曲しない。そのため位置

取りは、取と受の身長差と受の上肢長に基づく「相当の斟酌」が求められる。村上（1919i）は「後の受が手を延ばして〔ママ〕手の平が取の肩にのる距離とすれば距離はとり易いが後で都合の悪い点が生じてくる」としているが、その後の記述には具体的な「都合の悪い点」についての言及はない。この施技で、受は、肘関節伸展位にある両上肢を真上へ挙上し伸展位のまま降下させる。この時、肩甲胸郭関節の可動域により受の手掌の位置がずれ、結果として最も力を込められる手掌が取の肩の直上に位置しなくなる懸念がある。

⑧斜打（ななめうち）

「柔道本義」では3尺（約90cm）,「教授法」では1尺（約30cm）とされ、差異が大きい。この理由は受の初動の攻撃動作の違いによる。「柔道本義」では、受の初動は、右足を一步踏み出しながら烏兎を狙って右手を打ち下ろすとされているが、「教授法」および「教本」では踏み出さずその場で打ち下ろすとされる。さらに「柔道本義」において、嘉納（1915h）は、「もし少し反らしただけでは外すことが出来ぬ程接近して打って来た場合は左右両足共一步ずつ退いてこれを外す」とも述べており、これも現行の柔の形ではみられない動きである。村上（1919j）は、間合いについて「約一尺位でよろしい」とする一方で、「広くしてもよいが、初（はじめ）はこれ位で教えるがよい」とも述べており、嘉納の解説を念頭に記述した可能性がある。

⑨片手取（かたてどり）

各文献ともに取と受が並び立つ旨が記述されている。現行の柔の形では、斜打が終わった後、両者が自然に向きを変えたその位置が片手取の開始位置となる。村上（1920b）は、「受が取の右に位置を占める際、取に背を向けてその位置に就くという事は好ましくない」,その理由として「敵に対しては何時でも攻撃し防御する事が出来る様に顔を前にしながらその位置に就きたい」と述べている。肩押でも述べたように、村上が施技を個別に稽古する際の留意点を述べた可能性があるが、かつての施技では斜打と片手取の間に数歩の移動が伴っていた可能性もある。

⑩片手拳（かたてあげ）

「柔道本義」,「教授法」では6尺（約180cm）,「教本」では約2.7m（1間半）とされる。「今迄の業〔ママ〕と異って、受も取も双方同時に動作を始める」（村上, 1920c）施技であり、両者ともに爪立てた小足（「教本」, 嘉納は「小股」と記述）で進み、嘉納（1915i）によれば両者の右上肢が「二三歩進むと（中略）衝突せんとする」。嘉納から直接薫陶を受け、女性初の講道館

指導員となった乗富（1972）は、片手拳の間合いを3.6 m^{注10）}と述べているが、この距離を「小足」かつ「二三歩」で「衝突せん」とする間合いまで接近することは困難であり、施技の変遷が看取できる。次節で述べるように、形の所作は嘉納の没後も研究が進められ、現行の柔の形では、約2.7 mの間合いから概ね5～6歩で取と受が「衝突せん」とする。嘉納が主張した「約六尺」と「二三歩」が改められたことがわかるが、「教本」には歩数の記載はない。

⑪帯取（おびとり）

「柔道本義」では2尺5寸（約75 cm）、「教授法」では3尺（約90 cm）、「教本」では1歩とされる。片手拳と同じく、帯取も各文献のばらつきが大きい。現行の柔の形では、受の初動では「左足をわずかに前に出す」とされる（講道館，2007）。「教授法」でも、受の初動は左足を踏み出すとされるが、「或（あるい）は踏み出さず」（村上，1920d）とも併記されている。村上（1920d）は「初心の者には、より距離を縮めて、双方の距離を一尺位にして行はしめるのも一の方法」としており、前帯を取りに行くのであればこの方法（約1尺の間合い）のほうが適切と思われる。さらに村上（1920d）は、「柔道本義」で嘉納が言及しなかった帯取の成り立ちについて言及している。「真剣の場合として考えるならば、昔の人が大小二刀を挟（たばさ）んで居た場合に、その両刀の柄に手をかける形と考えるがよい」と述べている。帯ではなく両刀の柄に手をかけるのであれば、自ずと間合いを広くとる必要が生じる。嘉納と村上は、この理合いの表現を考慮し、間合いを広く設定していた可能性がある。

⑫胸押（むねおし）

「柔道本義」では「接近して」、「教授法」では1歩、「教本」では狭めの1歩とされる。

村上は「教授法」において、胸押の解説のみ歩数で表記しているが、大意はあく間合いの近さの表現であると思われる。胸押は、15本のうち最も間合いを近くとる施技である。胸押は至近距離から手掌で心臓を狙う施技であり、「教本」ではこれを「押してくる力に順応して胸を反らせながら」避けるとする（講道館，2007）。村上（1920e）は胸押を「体育的に観察すると、（中略）柔道の他の場合に比較的少い動作が含まれて」とし、この「体を後に反る動作」もその一つであるとする。一方、嘉納（1915k）は、「最初胸を押すのに手の先を曲げて掌（たなごころ）の手頭に接した処で押させるのは、手の先を十分に曲げて平素使い慣れて居らぬ腕の筋を働かせる為」と述べる。「手の先を十分に曲げ」た、つまり背屈位にある手関節から手掌に

かけて力を込めるには、間合いを近くとる必要がある。村上も嘉納も、体育的な着眼点から胸押の意義を説いている。

⑬突上（つきあげ）

「柔道本義」では2尺5寸～3尺（75～90 cm）、「教授法」では「両手取又は胸押と同じ位の距離か、又はそれよりも少し距離を遠く」、「教本」では1歩の間合いとされ、三者三様である。この理由は、突上の初動が各文献で異なることによる。現行の柔の形では、受の初動で「右足を大きく1歩退き」ながら右上肢を大きく後方に伸展し、その後右足を踏み出しながら右拳を突き上げる（講道館，2007）。「柔道本義」では、受の初動で足を退くことはせず、自然本体のまま右上肢を後方に引き、その後右足を踏み出しながら突き上げる（嘉納，1915l）。「教授法」では、「右足をそのまま或は右足を一步踏み出しながら」とされ、足を踏み出さなくてもよいとし、さらに上肢を後方に伸展する動作についての言及はない（村上，1920f）。嘉納の突上がその場から大きく踏み込んでいく攻撃であるとする、村上の突上はその場で踏み出さずに行ってもよい攻撃で、現行の突上は肩関節の可動域に無理なく、体幹の移動により威力を増した攻撃であるといえる。各文献では、各々に書かれた攻撃に合わせた間合いが記述されている。

村上（1920f）は、受の初動の攻撃を「猛烈な攻撃」、「腮の関節を脱せしめることもあろうし、或は又頸の関節を脱す事もあり（中略）、後に突き倒されることも」ある。「仲々〔ママ〕恐るべき攻撃」と述べている。取の応じ方について、嘉納（1915l）は、図に示しながら「頭を実線の位置（後方）に移す」、「もし単に頭の位置を移しただけで除け切れぬ程近く突いて来た時は左右と両足を一步宛〔ママ〕急に退がる」とし、胸押の解説にある「少々（やや）後に胸を反らせながら」（嘉納，1915k）に類する記述はしていない。図では顎を引き軽く頸部を伸展するような状態が描かれており、胸を反らせている様子はない。一方、近い間合いからの攻撃を提唱する村上（1920f）は、「取は上体を少し後にそらしてその攻撃を避け」と明記しており、現行の「教本」ではこの双方の要素を含む「顎をひき、上体を反らして」との記載となっている（講道館，2007）。

⑭打下（うちおろし）

「柔道本義」、「教授法」とともに3尺（約90 cm）、「教本」では2歩で、ほぼ同等の記述である。村上（1920g）は打下を「初心の者に教う場合には切下を教うれば省略しても差支ない、敢て重複して教えなくてもいい」、「相当に進んだ方に教える場合には是非必要のあ

る業〔ママ〕』と述べている。嘉納(1917b)も村上(1920g)も、受の初動に「高尚なる意義」があることを強調しているが、「教本」においては意義についての記述は省かれ、動作について述べるに留まっている。

⑮両眼突(りょうがんつき)

「柔道本義」,「教授法」とともに3尺(約90cm),「教本」では広めの1歩とされる。現行の柔の形では、受の初動で「右足を進めながら」,右手で取の両眼を突いていく(講道館,2007)。「柔道本義」では、受の初動で右足を踏み出すことは記述されておらず、図においても受は足の位置を動かしていない。しかし、3尺の間合いからでは、右足を踏み込まなければ威力のある攻撃は不可能であると考えられ、村上(1920h)は、「突いて行く時は右足を同時に運ぶのであるが、これは体の運用上自然で安定を得るためである」としている。

4) 嘉納の言説と形の改変

前項で述べたとおり,「柔道本義」と「教授法」では、施技開始時の間合いのみに着目しても異なる箇所が散見される。間合い以外の部分でも,「教授法」では、例えば斜打の解説で「嘉納先生は烏兎(うと、眉間の急所)を打っていく様に説いて居られるから今はこれに従うが、或は独鈷(とっこ、耳の下の急所)を打ってもよろしいし、或は腮の関節を外すように打つとしてもよろしい」(村上,1919j)などの記述があり、嘉納と門弟が闊達な意見交換をしていたことが窺われる。また、腮押においては,「師範の説明せられた形と、在来行って来た形とで差異がある、その為疑問を起こす人もある様に聞くが、師範も何れもよろしいと仰せられたから、孰(いず)れを採って用いてもよい」(村上,1919g)とも記述され、ここでも嘉納が形の所作に対し寛大な態度であったことが窺われる。

嘉納は、晩年に至ってからも、形の発展に関する種々の言説を残している。例えば,「今日はあまり多くの種類はないが、形は何程でも殖やすことが出来るのであるから、将来は特種〔ママ〕の目的をもって行う色々の形が新たに出来てよい筈である」(嘉納,1930),また、思想や感情、天地間の物の動きなどの表現を目的とした「舞踊式(体育)」を挙げながら「昔の柔道にはこの種類の形はなかったかもしれぬが、講道館柔道の形には、現在もすでに出来ているし、将来はそういう形を多数拵えて、精神の修養にも資し、また体育と興味を結び附ける方法とをしたい」(嘉納,1934a)と述べ、古希を越え講道館が隆盛を極めてもお、形の創出に意欲的であったことが理解できる。さらに,「在来の形や乱取についても、将来の研究を待って改めたいと考えて居る点は少なくないから、そういう研究指導

の任に当る人も、多数出来なければならぬ」(嘉納,1932a),「自分の教えたことでも科学の教えに背いたことがあったら、自分のいうことより寧ろ科学に従え」と説いて居るのである。それ故に講道館柔道は、未来永劫低下する気遣いはなくかつ講道館柔道には流派はあり得ないのである。これが形・乱取に於ても講道館柔道の特色である」(嘉納,1934b)と説いている。工藤(2019)は、嘉納には、近代合理主義に基づいた自身を絶対視させない姿勢があったと分析する。自身を意図的に教祖化・神格化させない態度は、柔道の「未来永劫」の発展を願うものであり、嘉納が教育者として歩んだ証左であると考えられる。

講道館における各種の形は、嘉納の没後も研究が進められた。1940(昭和15)年、講道館は「形研究会」を発足、1956(昭和31)年に極の形に現代的要素を取り入れた「講道館護身術」を制定、1960(昭和35)年に投の形と固の形について、次いで1977(昭和52)年に柔の形と極の形についての統一見解を盛り込んだ小冊子(教本)を発行した。その後も細かな技法の一部が修正されるなど、進化、変遷を遂げているが、例えば施技を新たに加えたり名称を変えたりするなどの大幅な改変を伴うものではない。嘉納は、各種の言説や村上の記述との齟齬からも看取できるように、柔道の改変・改良に対して柔軟な態度であった。しかし、嘉納の没後、特に1956(昭和31)年の講道館護身術の創設以降、日本国内の柔道界には「形の改変」を拒む保守的な雰囲気・態度が形成された(永木,2008a)。永木は、国際柔道連盟(IJF)におけるイニシアティヴの問題や競技における海外勢の台頭、またヨーロッパで独自に形を創設する「換骨奪胎」の動きなどを踏まえ、日本国内で形における「権威化」志向が生じ,「嘉納の憂いどおりにますます『形』の実践は不振化し、今日に至っている」と考察している。

武道における形は、各々の武道の核となる原理を示した文化の一形態であり、後進が軽々に変化させてはならないものである。しかし同時に、嘉納はあえて自らを絶対視させない態度をとり、折にふれその態度を表明してきた。柔道の一側面である乱取は、海外の多くの格闘技や屈強な肉体との対峙を迫られたことで否応なく変化し、日本の選手は変化を進化としてきた。「国際的な競技スポーツとしての柔道」と「日本古来の柔道」に関しては,「柔道かJUDOか」などと題され柔道界を越えての論議を呼び、この現象については永木(2008b)による詳述がある。嘉納(1932a,1932b)は、棒術、剣術、拳闘(ボクシング)、レスリングの名を挙げながら、講道館における狭義の柔道に留まらない武術研究の必要性を明言している。嘉納(1934c)は,「後世どうすればよいかということが分らなくその原

理を辿って求むれば自然本当のことが分って来る」と述べている。現代の柔道人には、乱取だけでなく形に關しても、まず従来の形の研究と普及、そして新たな展開についての思考が求められている^{注11)}。

5. 結 論

本研究では、講道館柔道の柔の形について、嘉納治五郎による「柔道本義」、村上邦夫による「柔の形教授法研究」の両文献を読解することにより、各々の特徴を整理し、特に施技開始時の間合いに言及された箇所に着目し考察した。その結果、嘉納は「柔道本義」において、修行者に対し正しい柔の形の動作とその意義を伝えようとし、村上は、時に嘉納の主張に修正を加える形で合理的な教授法に主眼を置いた記述を行っていた。両文献の記述に比較的大きな差異がみられた施技は斜打と突上、両文献の後に比較的大幅な改変が加えられた施技は片手拳であった。また、複数の言説から、嘉納は、形の改変に対し柔軟な態度であったことが看取された。

注

- 1) 嘉納は、大正13(1924)年、「理想的な体育」を追求し国民に膾炙させるために「精力善用国民体育」を考案した。その後、柔道修行の順序として「まず国民体育〔ママ〕を学び、それから進んで専門的に普通の形を学ぶのが順序であろう」と述べている。「精力善用国民体育」の背景となった嘉納の「体操」批判は、本論で述べた通りである。
嘉納治五郎(1931) 精力善用国民体育と従来の形と乱取。柔道, 2(6), [嘉納治五郎大系 8 pp. 214-219]
- 2) 『柔道大事典』によれば、取は技を施す者、受は技を施される者である。しかし、柔道の形は、それぞれの施技が受の攻撃から始まることが多く、当身技や抱きかかえ、さらには武器による攻撃など、投技と固技以外の攻撃も技の一種として考えるのであれば、最終的に制する者を取、制せられる者を受と表現した方が合理的である。
柔道大辞典編集委員会(1999) 嘉納行光ほか監, 柔道大事典。アテネ書房：東京, p. 46, p. 334.
- 3) 「柔道本義」は、2016(平成18)年、『柔道』87巻11号より再録された。また「柔道本義」のうち「柔の形」は、1927(昭和2)年、『作興』6巻3号より再々録された。
- 4) 連載が再開された『柔道』3巻3号(1917)では、「編輯より読者へ」として、「柔の形解説は、師範御多用の為、一昨年の十二月限で暫く中絶されて居たが、多数読者の切なる願望を諒とせられ、激忙の間を裂いて師範親しく執筆せられたる」との記載がある。また、この連載を「近々一冊の単行書に纏め、本会より出版する予定になって居る」とも記載されているが出版には至らなかった。
- 5) 慰心法としての柔道とは、娯楽として修行する柔道をいう。「勝負を決するときの単純な筋肉の快感、勝負の仕方、技の巧拙を味わうことの快感、五の形、

- 柔の形など勝負の性質を離れ、美的情操を起こさせるような形を観ることの快感など」を目的として柔道を行うことをいう。
柔道大辞典編集委員会(1999) 嘉納行光ほか監, 柔道大事典。アテネ書房：東京, p. 34.
- 6) もちろん、嘉納が技を「分解」する発想を持たなかったわけではない。村田(2001)は、嘉納が幕末の柔術諸流における「分習法」による形の教授とその限界を認識していたことを論じている。「総体として存在する筈の一個の運動技術が分解写真の如く分解されて学習された結果、其処に生ずべき運動の流動性、律動性に欠け、運動課題を解決する一個の“ワザ”として存立し難いものとなる」としている。本論で述べたとおり、村上もまたこの危険性を理解し「分解」だけでなく「結合」を併せて論じたものと思われる。
村田直樹(2001) 嘉納治五郎師範に学ぶ。財団法人日本武道館, pp. 89-92. ※現在は公益財団法人
 - 7) 山下・永岡・村上は、「柔道本義」の投の形の解説において、背負投は「3尺(約90cm)よりいくらか広」い間合いと解説している。現在の感覚の投の形では、この間合いは近過ぎる。
山下義韶・永岡秀一・村上邦夫(1915) 柔道本義 柔道形解説 各論「投の形」。柔道, 1(4), ※2017年, 『柔道』88巻5号に再録されたものを参照。
 - 8) 「歩」による表記は、曖昧なため、特に海外の修行者には受け入れ難い場合があるようである。筆者は、講道館において毎夏開催される講道館夏期講習会第一部(全日程で形を学ぶ)で、複数の海外の修行者から、1歩の具体的な距離や身長に基づく1歩の計算方法、さらに本稿では触れていないが施技最後の姿勢の角度について質問された経験がある。
 - 9) 「教授法」は、『有効の活動』5巻6号および7号では休載となっている。肩廻は、この前後5号と8号に各々「分解」と「結合」が掲載されており、記述の内容には大差はない。
 - 10) 乗富は講道館女子部において、女性指導者として先駆的な役割を果たした。嘉納の没後に発刊された5巻からなる『柔道講座』には、乗富ほか当時の講道館女子部の指導員の執筆による柔の形の解説があるが、本研究では嘉納本人と嘉納の存命中に発行された資料を対象とした。この文献においては、片手拳の間合いは「約二米」と記載されている。
乗富政子・福田梅子・二星温子(1956) 柔の形解説。三船久蔵ほか編, 柔道講座第4巻。白水社：東京, pp. 138-158.
 - 11) 2019(令和元)年、世界柔道選手権東京大会のエキジビションとして、「子どもの形」が披露された。この形は、講道館・国際柔道連盟・フランス柔道連盟により考案され、柔道修行の初期において習得すべき内容が段階的に示されているものである。「特種の目的をもって行う色々の形が新たに出来てもよい」とした嘉納の思想を汲み、また講道館のみの監修ではなく、海外の機関がその一端を担った点において、柔道の形文化における新たな局面となる試みであった。
公益財団法人講道館(online) 世界選手権会場にて、講道館少年部による「子どもの形」が披露され

ました、公益財団法人講道館ホームページ, <http://kodokanjudoinsitute.org/news/2019/08/epost-197/>, (参照日 2021 年 3 月 19 日)。

文 献

- 嘉納治五郎大系に収録された文献は、例えば 1 巻 1 頁であれば〔嘉納治五郎大系 1 p. 1〕と示した。また本研究では、嘉納治五郎の著述について、「柔道本義」のうち「柔の形」については原典を参照した。その他の文献については原典を集成、印刷した『嘉納治五郎大系』（本の友社、1988）を参照した。
- 東 憲一（2012）嘉納治五郎の啓蒙雑誌の変遷。東京外国語大学論集, (84): 313–324.
- 稲川郁子・畑山元政・阿部恭子（2019）嘉納治五郎の教えから考える柔道形修行の現代的意義。常葉大学健康プロデュース学部雑誌, 13(1): 133–139.
- 嘉納治五郎（1913a）柔道概説。磯貝一編, 柔道概要。大日本武徳会修養団本部: 京都。〔嘉納治五郎大系 3 pp. 104–118〕
- 嘉納治五郎（1913b）欧米巡視所感—体育の方針。教育時論, (1013)。〔嘉納治五郎大系 8 pp. 4–15〕
- 嘉納治五郎（1915a）柔道本義「序言」。柔道, 1(1)。〔嘉納治五郎大系 3 p. 120〕
- 嘉納治五郎（1915b）柔道本義「柔の形」。柔道, 1(2): 40–44。〔嘉納治五郎大系 3 pp. 176–180〕
- 嘉納治五郎（1915c）柔道本義「柔の形」。柔道, 1(3): 38–42。〔嘉納治五郎大系 3 pp. 180–190〕
- 嘉納治五郎（1915d）柔道本義「柔の形」。柔道, 1(4): 26–28。〔嘉納治五郎大系 3 pp. 191–198〕
- 嘉納治五郎（1915e）柔道本義「柔の形」。柔道, 1(5): 25–28。〔嘉納治五郎大系 3 pp. 199–207〕
- 嘉納治五郎（1915f）柔道本義「柔の形」。柔道, 1(6): 30–33。〔嘉納治五郎大系 3 pp. 207–215〕
- 嘉納治五郎（1915g）柔道本義「柔の形」。柔道, 1(7): 24–26。〔嘉納治五郎大系 3 pp. 215–220〕
- 嘉納治五郎（1915h）柔道本義「柔の形」。柔道, 1(8): 22–24。〔嘉納治五郎大系 3 pp. 220–225〕
- 嘉納治五郎（1915i）柔道本義「柔の形」。柔道, 1(9): 25–28。〔嘉納治五郎大系 3 pp. 225–234〕
- 嘉納治五郎（1915j）柔道本義「柔の形」。柔道, 1(10): 18–20。〔嘉納治五郎大系 3 pp. 234–239〕
- 嘉納治五郎（1915k）柔道本義「柔の形」。柔道, 1(11): 24–25。〔嘉納治五郎大系 3 pp. 240–245〕
- 嘉納治五郎（1915l）柔道本義「柔の形」。柔道, 1(12): 19–21。〔嘉納治五郎大系 3 pp. 245–250〕
- 嘉納治五郎（1915m）立功の基礎と柔道の修行。柔道, 1(3)。〔嘉納治五郎大系 2 pp. 47–52〕
- 嘉納治五郎（1917a）国民の体育について。愛知教育雑誌, (356)。〔嘉納治五郎大系 8 pp. 23–47〕
- 嘉納治五郎（1917b）柔道本義「柔の形」。柔道, 3(3): 60–62。〔嘉納治五郎大系 3 pp. 251–258〕
- 嘉納治五郎（1917c）柔道本義「柔の形」。柔道, 3(4): 72–74。〔嘉納治五郎大系 3 pp. 258–264〕
- 嘉納治五郎（1921）一般の修行者に形の練習を勧める。有効の活動, 7(11)。〔嘉納治五郎大系 2 pp. 244–249〕
- 嘉納治五郎（1927）将来の国民体育について。作興, 6(4)。〔嘉納治五郎大系 8 pp. 48–54〕

- 嘉納治五郎（1930）道場における形乱取練習の目的を論ず 第 2 回。柔道, 1(3)。〔嘉納治五郎大系 3 pp. 269–272〕
- 嘉納治五郎（1931）国民体育の大方針について。中等教育, (69)。〔嘉納治五郎大系 8 pp. 58–66〕
- 嘉納治五郎（1932a）多方面に互れる講道館の事業は多方面の人々が分担してこれに当るがよい。柔道, 3(3)。〔嘉納治五郎大系 1 pp. 180–183〕
- 嘉納治五郎（1932b）講道館の創立満五十周年を迎えて。柔道, 3(5)。〔嘉納治五郎大系 1 pp. 378–381〕
- 嘉納治五郎（1934a）形と乱取の職能について。柔道, 5(12)。〔嘉納治五郎大系 3 pp. 285–287〕
- 嘉納治五郎（1934b）講道館の過去現在および将来を述べて館員の奮闘を望む。柔道, 5(2)。〔嘉納治五郎大系 1 pp. 184–186〕
- 嘉納治五郎（1934c）柔道の本義と修行の目的。武道宝鑑。大日本雄弁会講談社: 東京。pp. 290–294.
- 工藤龍太（2019）1940 年に講道館に設置された「形研究会」の歴史的意味—嘉納治五郎の形の構想と「武術としての柔道」論の継承に着目して—。講道館柔道科学研究会紀要, 17: 19–37.
- 村上邦夫（1918a）柔の形教授法研究。柔道, 4(8): 45–47.
- 村上邦夫（1918b）柔の形教授法研究。柔道, 4(9): 42–44.
- 村上邦夫（1918c）柔の形教授法研究。柔道, 4(10): 55–57.
- 村上邦夫（1918d）柔の形教授法研究。柔道, 4(11): 40–42.
- 村上邦夫（1918e）柔の形教授法研究。柔道, 4(12): 57–59.
- 村上邦夫（1919a）柔の形教授法研究。有効の活動, 5(1): 52–54.
- 村上邦夫（1919b）柔の形教授法研究。有効の活動, 5(2): 64–65.
- 村上邦夫（1919c）柔の形教授法研究。有効の活動, 5(3): 42–44.
- 村上邦夫（1919d）柔の形教授法研究。有効の活動, 5(4): 47–50.
- 村上邦夫（1919e）柔の形教授法研究。有効の活動, 5(5): 43–44.
- 村上邦夫（1919f）柔の形教授法研究。有効の活動, 5(8): 34–36.
- 村上邦夫（1919g）柔の形教授法研究。有効の活動, 5(9): 33–35.
- 村上邦夫（1919h）柔の形教授法研究。有効の活動, 5(10): 26–28.
- 村上邦夫（1919i）柔の形教授法研究。有効の活動, 5(11): 34–37.
- 村上邦夫（1919j）柔の形教授法研究。有効の活動, 5(12): 32–34.
- 村上邦夫（1920a）初心者の手引。有効の活動, 6(1): 47–48.
- 村上邦夫（1920b）柔の形教授法研究。有効の活動, 6(1): 44–46.
- 村上邦夫（1920c）柔の形教授法研究。有効の活動, 6(2): 32–34.
- 村上邦夫（1920d）柔の形教授法研究。有効の活動, 6(3): 38–40.
- 村上邦夫（1920e）柔の形教授法研究。有効の活動, 6(4): 45–47.
- 村上邦夫（1920f）柔の形教授法研究。有効の活動, 6(5): 24–26.
- 村上邦夫（1920g）柔の形教授法研究。有効の活動, 6(6): 41–43.

- 村上邦夫（1920h）柔の形教授法研究．有効の活動，6(7): 22-24.
- 村上邦夫（1920i）柔の形教授法研究．有効の活動，6(8): 38-40.
- 永木耕介（2008a）嘉納柔道思想の継承と変容．風間書房：東京，pp. 200-212.
- 永木耕介（2008b）嘉納柔道思想の継承と変容．風間書房：東京，pp. 265-273.
- 乗富政子（1972）柔の形．女子柔道教本．潤泉荘：東京，pp. 137-139.

財団法人講道館（2006）投の形．財団法人講道館：東京，pp. 8-9. ※現在は公益財団法人

財団法人講道館（2007）柔の形．財団法人講道館：東京．※現在は公益財団法人

〈連絡先〉

著者名：稲川郁子

住 所：神奈川県横浜市青葉区鴨志田町 1221-1

所 属：日本体育大学健康医療系

E-mail アドレス：inagawa@nittai.ac.jp