

地域文化資源の身体感覚教育論の視点からの分析 —信州上田下之郷三頭獅子舞保存会の事例を中心に—

Analysis of Regional Cultural Resources from the Viewpoint of Physical Sensory Education Theory : Focusing on the Case of the Shinto Ritual "Shimonogou Mikasira-Jishi" Preservation Association

松田和彦*

Kazuhiko MATSUDA

はじめに —今こそ、和の身体技法の再興を—

和の身体技法を再興させるという課題の解決のために、体育教育理論家である中森（1990）は「私たちは、数年前から『日本の子どもに日本の踊りを』を合言葉に、私たち自身が日本の民舞を身につけ、それを大胆に授業で教える実践を展開してきた。」という¹⁾。日本の学校教育課程は、明治以降西洋に追いつけ追い越せという国策の中、日本独自の伝統文化を切り捨ててきた現実がある。中森（1990）は「程度の差こそあれ、全ての国民が、上からの近代化政策の一環をなす学校教育によって、伝統文化に対して無知・無教養にさせられ、そればかりか、民衆が生産労働を中心とする生活の中から生み出してきた文化を、時代遅れのもの、低俗なものとして蔑視する意識すら植えつけられてきたといえよう。（中略）明治以来の近代的学校教育においては、民衆がつくりだしてきた文化は教育内容から排除され、女学校を中心とする舞踊教育は外来のダンス一辺倒であった。」という²⁾。その結果、日本人でありながら日本の歌は歌えない、踊りは踊れないという実に不可解な現実が生まれている。現状の小、中、高等学校体育学習指導要領にも日本の民俗舞踊に関する内容は少なく、創作ダンス、フォークダンスが主流を締め、和の身体技法については「腰をぐっと落とした」や「ナンバ」程度の記述しかない。グローバル化が叫ば

れる昨今、自国の伝統文化としての日本独自の和の身体技法を学び身につけることは、幼、小学、中学、高校さらに大学をふくめた日本の学校教育課程における大きな課題でもある。

筆者はこれまで体育教師として33年間にわたり幼児、小学、中学、高校、大学という教育現場で、古くから日本各地に伝わる踊りや太鼓などの伝統的な郷土芸能を教材とした教育実践に取り組んできた³⁾。そのなかで痛感したことは、高度情報化社会の中で生活文化の変化に伴い自身の体を使う機会も減り、正座の形はできるが正しく座れない、ナンバという言葉は知っていてもナンバ感覚がわからない、踵を返すという言葉すら知らないなど、日本文化としての和の身体技法を学んでいない若者が増えているという現実である。矢田部（2011）は「身体技法とは人間の姿勢や動作の集合的な特徴であり、たとえばそれは、一個人の示す一片の『しぐさ』のなかにも映し出される場合がある。身体技法は日常生活の無意識的な反復によって身につけられていることが多く、それを実践する当事者にとっては、技法内容が明確に自覚されていることは稀である。それゆえ身体技法を形成する深層部分は、異文化との衝突や生活環境の一時的な変化によっては容易に変更の利かない恒常的な性質をもつ。」という⁴⁾。すなわち、身体技法を指導し意図的に日常生活に生かす手立てが

*長野大学非常勤講師、自由の森学園中学校・高等学校非常勤講師、身体感覚教育研究所・所長

あれば、洗練された体捌きを身につけることは可能であり、理にかなったいわゆる所作が体現されるということでもある。安田(2007)が「所作『身のこなし』」⁵⁾と述べているように、本論で用いる「身体技法」と「所作」との関係については、身体の動かし方における主体的能動的側面を「身体技法」とし、その結果として得られる様態を「所作」として定義する。さらに中森(1990)は「地域の風土と生活に根ざして生まれ、その地域に生きる人々の共有の文化であった舞踊のことを、私たちは民俗舞踊とか郷土舞踊とか呼んでいる。考えてみれば、文化というもの、本来それぞれの地域の、生産活動を土台として生まれ、そこに根ざして受け継がれてきたものである。」という⁶⁾。つまり日本の踊りや太鼓という伝統的な郷土芸能における手捌きや足捌きは、途絶えることなく続いてきた第一次産業である農業・漁業・林業などの労働動作が元になっており、日常的な労働動作の理にかなった体捌きを集約し、身体技法の合理的な「型」として形成されている。養老(1996)は「『型』は身体表現の完成したものであり。」という⁷⁾。また、斎藤(2000)は「型は、混沌とした世界に座標軸を立てるようなものである。(中略)型を持たない場合には、直前の動きとの相対的な比較にとどまる可能性が高い。(中略)複雑に散乱する現実の行為を秩序化の機能が、型にはある。(中略)型は、現実のさまざまな動きの中で、もっとも機能的でなおかつ美しい動きをめざして設定される(中略)無駄なものこそぎ落していったところにあられる機能美が、型にはある。」という⁸⁾。

「型」とは労働において代々継承され洗練された無理、無駄のない体使いの様式のことであり、伝統的な郷土芸能を学ぶことは、日本文化としての身体技法を学ぶことでもある。

本来であれば幼児、児童、生徒、学生に接する立場の教師が、伝統的な郷土芸能を一つでも身に付け指導することが望ましいが、管見の限りで言えば、現場の指導者不足から専門家に指導を依頼するのが現状である。それでもやはり時間的制約の中では演目の振りを伝えるに留まり、体捌きそのものの持つ和の身体技法まで深める指導には至っていないのではないだろうかといえよう。また和の身体技法を後述するように、身体の動きを外面的ではなく内観的な感覚⁹⁾にもとづいて捉えて、分析・記述・教育するという身体感覚教育論的な視点で分析した先行研究

例¹⁰⁾はほとんど見当たらず、和の身体技法を定義した文献も少ない。それゆえ、和の身体技法の伝承を推進し、さらには指導者不足を補う手立ての一環としても、和の身体技法をカリキュラム化するための基礎的な研究を行う必要がある。具体的には、和の身体技法を体現する日本の伝統的な郷土芸能の学校教育の現場におけるカリキュラム化を目指し、そのための事例研究として信州上田下之郷三頭獅子の動きを中心に分析することを目的とする。

本論では和の身体技法における、①軸、②丹田、③沈み、④ひねり・半身、⑤撞木・撞木の感覚、⑥ねじり、⑦踵を返す、⑧肩幅、⑨ナンバという9つの身体技法の動きや型について、先行研究で得られた知見を踏まえつつも、筆者の経験から再定義し、現象学的還元¹¹⁾の手法を参照しながら、日本の伝統的な郷土芸能に携わる人たちの身体技法をいわば純粹意識に立脚して記述することで欧米の身体論や舞踏論とは異なる特性¹²⁾を持った和の身体技法を分析しようとする試みである。本論が研究対象とする「下之郷三頭獅子」は動作が非常にシンプルであり、管見の限りでは三頭獅子発祥当初時動作の原型に近いであろうと推測され、分析も比較的容易である。また「下之郷三頭獅子舞保存会」は、筆者の勤務する長野大学の近くに所在し、さらには生島足島神社の所在地も下之郷であることから10世紀に成立した延喜式神名帳に記載されているいわゆる式内社の生島足島神社との関係も深い。筆者は、すでに保存会との連繋もできている。

下之郷三頭獅子の概要とその動きを作り出す前提条件

笹原(2003)によると「三頭獅子の全国分布数は、1400以上に及んでいる」といい¹³⁾、さらに笹原(2001)は「長野県では、廃絶や中断も含めて25箇所を所在を確認することができる。」と指摘している¹⁴⁾。また上田市では図1¹⁵⁾に示すように下之郷を含む8箇所に三頭獅子が伝承されている。

下之郷三頭獅子は現在下之郷三頭獅子舞保存会によって継承され、生島足島神社に奉納されている。以下にまとめる内容は、生島足島神社氏子総代長 依田延嘉氏¹⁶⁾、三頭獅子舞保存会会長 渡辺正博氏¹⁷⁾、同副会長 児玉賢一氏¹⁸⁾・松沢和宏氏¹⁹⁾からの聞き取り調査を行ったものによって得られた知見である。

また、筆者も2017年度の祇園祭を見学²⁰⁾しており、ここにその内容をまとめる。



図1 上田地区三頭獅子分布図



写真1 上田市指定文化財指定書

1. 名称

◎下之郷三頭獅子 (しものごうみかしらじし)

◎市文化財指定名称「下之郷三頭獅子」

◎指定日：平成11年2月9日 (写真1)²¹⁾

『上田市誌 文化財編27』には「田を這う格好で踊り『田の草獅子』ともいわれました。」という記述がある²²⁾。

また小林 (2006) によると「田を這い回るような形の腰の曲がりが多いことから田の草獅子とも呼ばれています。」という²³⁾。加えて依田延嘉氏によると「地元では、『みかしらじし』・『さんとうじし』・『みつかしらじし』とも呼ばれる。また、動きが田の草を取る仕草に似ていることから、『田の草獅子』とも呼ばれる。」という²⁴⁾。さらに児玉賢一氏によると「いろいろ呼び名はあるようですが、我々は『みかしらじし』と言っています。」という²⁵⁾。総合的に判断すれば下之郷では、通称「みかしらじし」、または「田の草獅子」とも呼ばれている点で一致している。

2. 所在地

◎長野県 上田市 下之郷

3. 時期

◎2017年においては7月最終日曜日

小林 (2006) によると「七月第三日曜日」という²⁶⁾。また『信仰と芸能 上田市誌 民俗編 (3)』には「七月第四日曜日」という記述もある²⁷⁾。加えて、依田延嘉氏によると「祇園の神が、毎年7月1日夜、御歳代仮殿にお降りになられ、7月31日まで滞在される。この間に祇園祭を行う。これは米作りや農作業の区切りの時期であり、この間に行われます。」という²⁸⁾。さらに生島足島神社 (2018) の『延喜式内名神大社生島足島神社恒例祭事儀式表』²⁹⁾には「7月最終日曜日」という記述がある³⁰⁾。総合的に判断すると過去において日程の変更はあったようだが、2017年は7月最終日曜日に行われたようである。

4. 場所・奉納数

◎場 所：下之郷公民館および生島足島神社内 神楽殿

◎奉納数：下之郷公民館で一回、神楽殿において生島足島神社を正面に一回、諏訪神社を正面に一回の計三回

『上田市誌 文化財編27』には「区の公会堂で一踊りして、(中略) 神社に進みます。(中略) 舞殿に上がり、まず上社『生島足島神社』へ演舞を奉納し、



写真2～4 最も古い獅子頭 生島足島神社保管

次に向きを変えて下社『諏訪神』へ同様に繰り返します。」という記述がある³¹⁾。また峯岸(1998)によると「公民館の庭で1舞し(中略)道祖の先導で西島居参入(中略)神楽殿で舞を奉納する。」という³²⁾。さらに渡辺正博氏によると「以前は公民館を公会堂と呼んでいたこともあるが、総見と言って踊りの出来栄を確かめるために公民館でひと踊りしてから、神社の神楽殿で生島足島神社と諏訪神社へ1回ずつ奉納します。」という³³⁾。総合的に判断すると、生島足島神社東側の公民館³⁴⁾で1回と、本殿と諏訪神社に挟まれる位置にある神楽殿で2回演じているようだ³⁵⁾。

5. 由来

◎元禄四年(1691)に鈴子の来光寺池の築堤工事に獅子舞が出没したという記録があるようだ。

峯岸(1998)によると「由来には、獅子舞を奉納する生島足島神社、工藤康正宮司によると古文書などの資料には存在しないが、伝承では昔当地方に疫病が広がり、村人多数死亡したので、天照大神の弟神でたいへん元気な須佐之男命を勧請し疫病を追い払って戴いたことに由来する」という³⁶⁾。また『上田市誌 文化財編27』には「古くは元禄四年(1691)来光寺池の土手を築く工事の地固めに出場した記録もあり」という記述もある³⁷⁾。加えて小林(2006)によると「かつて七月『旧暦』中頃の田植祭りに苗代の周囲に集まった近所の農民たちが、祝詞が終わると太鼓を合図に苗代田に飛び込み、苗を持ち帰って自分の田に植えたといわれ、その時近くを獅子舞が

通って祭りを盛り上げたと伝えられています。また元禄四年(1691)には鈴子の来光池の築堤工事に獅子舞が出没したという記録があります。」という³⁸⁾。さらに依田延嘉氏によると『御歳代田』³⁹⁾の作業途中に獅子が田の脇を通り舞い踊ったという言い伝えから、お宮の神事である『植苗祭』⁴⁰⁾の中で行われていたとされる。最も古い記録は、元禄四年(1691)の鈴子の来光寺池拡張築堤工事において地固めとして踊られたとある。しかし写真2・3・4⁴¹⁾の生島足島神社保管の最も古い獅子頭は、中世から近世の江戸幕府成立時にかけて作られているのではないかと⁴²⁾。総合的に判断すると、江戸幕府成立が1603年であることから、三頭獅子は江戸時代以前から存在すると推察され、その過程においての盛衰や交流があったことは類推されるが、五穀豊穰、悪霊退散、長寿祈願を旨とし生島足島神社と深く関わりながら、下之郷一帯での伝承と振興で現在に至っているようだ。ただそれぞれに信憑性はあるがその由来書の所在は不明であり確かなことは言えない。

6. 内容

6.1. 組織

◎下之郷三頭獅子舞保存会 平成12年5月23日設立

渡辺正博氏によると「下之郷三頭獅子舞保存会は平成12年5月23日設立」という⁴³⁾。このことから判断すると当事者の証言であり、ごく最近のことであることからこの設立日付は間違いのないようだ。

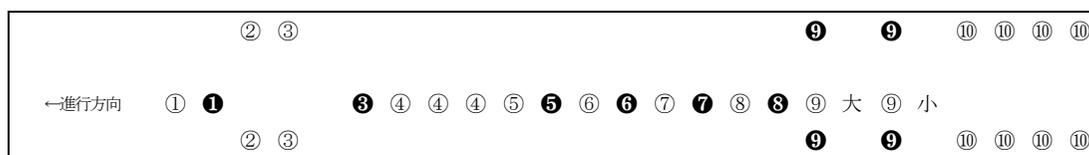


図2 2017年度行列順 ○数字は先頭から役割順番を表し、●数字は役割の警固を表す

6.2. 構成 (アラビア数字、漢数字は人数を示す)

◎道祖1・道祖警固1 (自治会管理部長)・七夕笹持ち2・露払い2・警固1 (自治会会計)・御先導3 (自治会長)・(副自治会長)・(保存会会長)・獅子方指南役1・青獅子 (青大将) 1・警固1・獅子雄1・警固1・獅子雌1・警固1・締め太鼓大胴1・警固2・締め太鼓小胴1警固2・笛方8

『上田市誌 文化財編27』には「露払い『二』・笹持ち『二』・区長『一』・道祖『一』・三頭獅子『三』・締め太鼓『二』・笛『四・五』」という記述がある⁴⁴⁾。また小林 (2006) によると「区長を先頭に道祖一人・笹持ち四人・獅子三人・太鼓二人・笛四人・警固『指南役を含む』十人ほど」という⁴⁵⁾。さらに松沢和宏氏によると「先頭から、道祖1・道祖警固1『自治会管理部長』・七夕笹持ち2・露払い2・警固1『自治会会計』・御先導3『自治会長』・『副自治会長』・『保存会会長』・獅子方指南役1・青獅子『青大将』1・警固1・獅子雄1・警固1・獅子雌1・警固1・締め太鼓大胴1・警固2・締め太鼓小胴1警固2・笛方8」という⁴⁶⁾。総合的に判断すると、毎年の事情に合わせ変化するようであり確かなことはいえない。

6.3. 行列順 (図2) ⁴⁷⁾

◎①道祖1・①道祖警固1 (管理部長)・②七夕笹持ち2・③露払い2・③警固1 (自治会会計)・④御先導3 (自治会長) (副自治会長) (保存会会長)・⑤獅子方指南役1・⑥青獅子 (青大将) 1・⑥警固1・⑦赤獅子雄1・⑦警固1・⑧赤獅子雌1・⑧警固1・⑨締め太鼓大胴1・⑨警固2・⑨締め太鼓小胴1⑨警固2・⑩笛方8⁴⁸⁾

6.4. 行列行程

◎下之郷公民館→生島足島神社西鳥居→本殿→神橋→諏訪神社→神楽殿

峯岸 (1998) によると「道祖の先導で神社西鳥居参入、宮司、責任役員が鳥居の入り口で出迎え宮司

の先導で本殿に、『獅子舞奉納報告祭』を齋行の後道祖の先導で神橋を渡り諏訪神社に拝礼し、神楽殿で舞を奉納」という⁴⁹⁾。しかし、小林 (2006) によると「夕刻に公民館を出て笛と太鼓の囃子で道練りして神社に向かいます。行列は神社の表『南』鳥居の前で神職と氏子総代の出迎えを受け、交互に挨拶を交わして境内に入ります。まず本殿で神事が行われて神職のお祓いを受け、三頭の獅子と囃子方が神楽殿の舞殿に上がります。」という⁵⁰⁾。また依田延喜氏によると「下之郷公民館を出発し、生島足島神社正門、西の鳥居から入る。宮司出迎え後、本殿にてお祓いを受け、普段は使わない本殿前の神橋を渡り、下社の諏訪神社に詣で神楽殿へ行く。」という⁵¹⁾。上記はほとんど同じだが、西鳥居と南鳥居の違いがある。筆者見学時の祇園祭では西鳥居から入った⁵²⁾。総合的に判断すると、神社正門は西鳥居であることから、下之郷公民館を出発し、生島足島神社西鳥居より入場、本殿にて神事後、神橋を渡り諏訪神社に詣で、神楽殿へ行くというのが正しいといえる。

6.5. 扮装・採り物 (図3) ⁵³⁾

◎2017年度使用

- ・獅子頭青大将 (写真5)・獅子頭雄 (写真6)・獅子頭雌 (写真7) ⁵⁴⁾
- ・白地に黒の格子柄広袖襦袢 (写真8) ⁵⁵⁾
- ・写真4白地にクリーム色の縞模様の裁着袴 (写真8) ⁵⁶⁾
- ・黒の手甲 (写真8・9) ⁵⁷⁾
- ・黒の脛巾 (写真8・10) ⁵⁸⁾
- ・打面に直接巴紋を描いた桐胴の桶胴太鼓 (写真11) ⁵⁹⁾
- ・草鞋

『上田市誌 文化財編27』には「青大将」と呼ぶ竜型をした青色の角二本をたて、金歯の口を開いた獅子面」という記述がある⁶¹⁾。また『上田市誌 民族編3』には「五色の紙を垂状に切り一緒に下げている

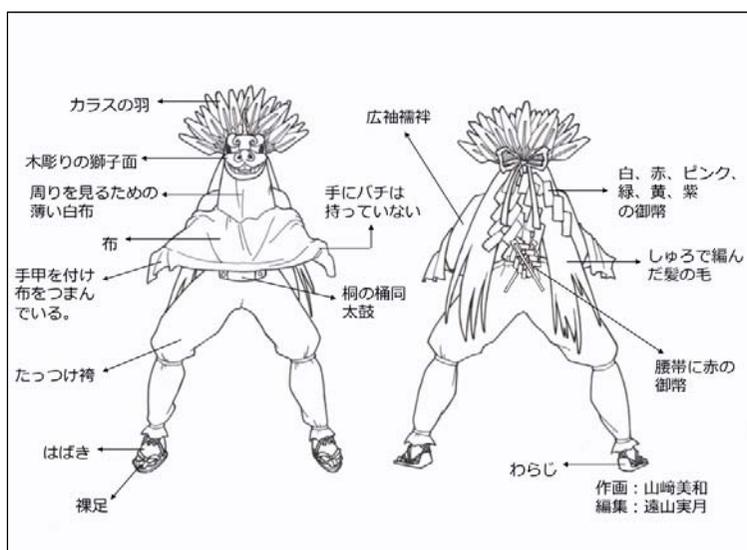


図3 扮装・捕り物図解

す。」という記述がある⁶²⁾。さらに小林 (2006) によると「獅子頭は、竜頭型で頭上に黒く染めた烏、あるいは鶏の尾羽を立てて細長く紙垂状に裁断した金銀紙を後ろに下げて『生鳥』の文字を染めた前垂れを下腹部まで垂らしています。青大将の獅子頭は、青色で二本の角があって口を開き、雄獅子の頭は赤く塗られて二本の角があり口は閉じています。雌獅子の頭も赤く塗られて一本の角があり、口は閉じています。(中略)獅子役は、白地に格子柄の広袖の襦袢を着て、黒の白地に黒の縞模様の裁着袴をはき、黒の手甲に黒の脛巾をつけて草鞋を履き、手に桴を持って腰に桶胴で皮の部分に巴紋の紙を貼った太鼓をつけています。」という⁶³⁾。裁着袴の色・巴紋のつけ方・桴の所持の相違点について児玉賢一氏によると「裁着袴は今までのものが古くなり作り直すときにこの色柄にしました。桴は随分前から持っていないですね。太鼓も自分が踊った頃から変わっていません。」という⁶⁴⁾。総合的に判断すると桴の所持、太鼓巴紋についての変容は不明だが、現状とほぼ同じ扮装が伝承されているといえる。

6.6. 演目順

◎2017年度実施演目

- ①シャギリ・②道行・③トーロロ・④岡崎・⑤トロヒヤ・⑥天竺・⑦舞い込み・⑧シャギリ

峯岸 (1998) によると「舞は、シャングリ、ミチ

ユキ、トーロロ、オカザキ、トロヒヤ、テンジク、マイコミ、シャングリ、で構成される。」という⁶⁵⁾。また小林 (2006) によると「道行・ふりこみ・岡崎・トロヒヤ・天竺・舞い込みの六曲」という⁶⁶⁾。また児玉賢一氏によれば、「①シャギリ・②道行・③トーロロ・④岡崎・⑤トロヒヤ・⑥天竺・⑦舞い込み・⑧シャギリを休憩を入れながら、通して行きます。」という⁶⁷⁾。総合的に判断すると現在の演目と順序や呼び方が異なる理由は不明であり確かなことは言えないが、2017年度は8演目を演じたようである。

6.7. 各演目の意味

◎不明

児玉賢一氏によると

- 「①シャギリ：天地の神への祈り。五穀豊穡、悪霊退散、長寿祈願。笛・太鼓の見せ場であり、獅子は構えのみ。
 ②道行：神々が訪れ、行進。神田へ向かう動作および地固め。
 ③トーロロ：神による地ならし。田植え、田の草取りの動作。
 ④岡崎：天の神への霖雨創生の祈りと雨乞い。農作業区切りの夏祭り。
 ⑤トロヒヤ：地の神への五穀豊穡の祈り。農作業区切りの夏祭り。
 ⑥天竺：天・地の神へ収穫の感謝と報告。」

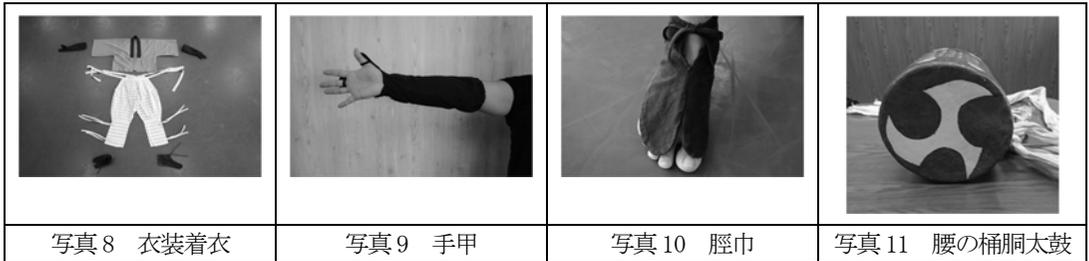
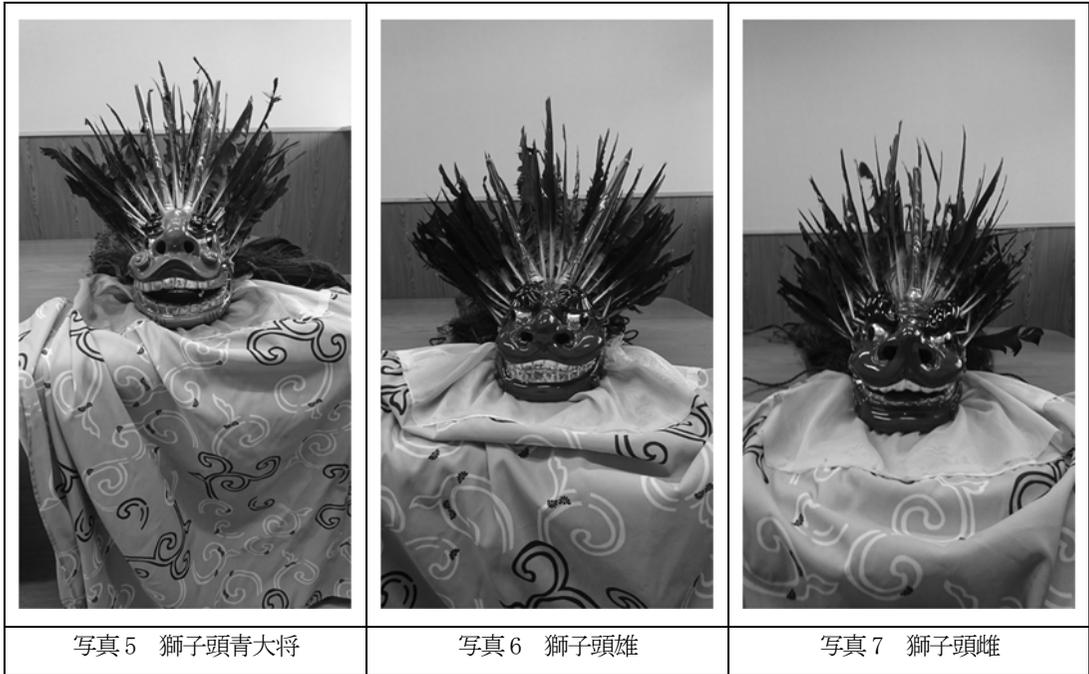


写真5～11⁶⁰⁾ 獅子頭・扮装・捕り物 2017年度使用

⑦舞い込み:収穫と無事を感謝し喜びを村人たちと分かち合う。

⑧シャギリ:次の年へ向け天地の神への祈り。

①から⑧を休憩を入れながら、通して行う」という⁶⁸⁾。

演目の意味付けをしている記述は見当たらず、各演目の意味が古来より伝承されてきたものか不明である⁶⁹⁾。

6.8. 踊りの配置

◎図4⁷⁰⁾のように生島足島神社に向かって、右側が氏子総代、神社関係者が並び、左側にお囃子が並ぶ。

小林(2006)によると「両側は、氏子総代が並び、

獅子舞は舞殿の中央で笛と太鼓の囃子」という⁷¹⁾。また児玉賢一氏によると「生島足島神社に向かって、右側が氏子総代、神社関係者が並び、左側にお囃子が並びます。諏訪神社に奉納するときは逆になります。」という⁷²⁾。総合的に判断すると図4のようになるようである。

6.9. 芸態

◎生島足島神社正面に、演目別に縦一列から三角形になり再び縦一列。

小林(2006)によると「舞の形や曲目によって分けられ、二頭の雄獅子と一頭の雌獅子が並列になったり、三角形になったりして踊ります。」という記述がある⁷³⁾。

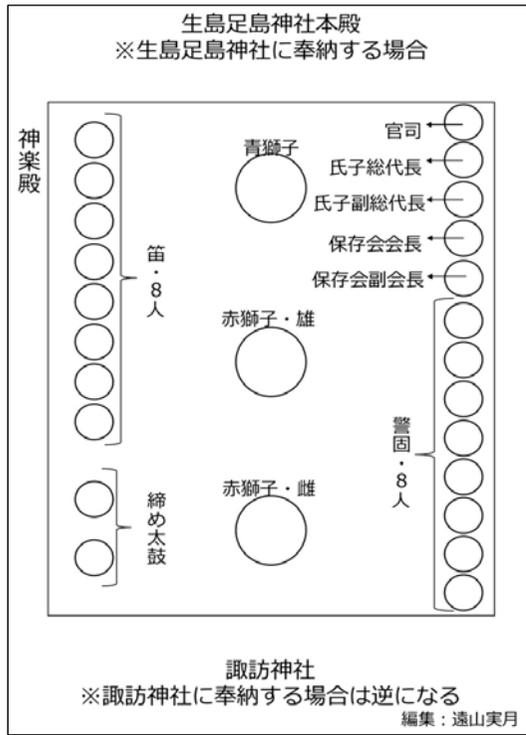


図4 踊りの配置

また児玉賢一氏によると「シャギリ、道行、ト一口ロ、岡崎は縦一列です。トロヒヤ・天竺で三角形になって、舞い込みでまた縦一列になります。」という。筆者見学時は生島足島神社を正面に、縦一列と三角形であった⁷⁴。総合的に判断すると正面に向かい、演目により縦一列から三角形になり再び縦一列に戻るといった形態が正しいと言える。

6.10. 芸風

◎格調・躍動・静寂

田口 (2001) によると「全体的に格調高く」という⁷⁵。また『上田市誌 文化財編27』には「全体に格調が高く」という記述がある⁷⁶。さらに依田延嘉氏によると「格調と躍動ですね。シャギリのところも考えると静寂もあると思います。」という⁷⁷。総合的に判断すると近年の芸風は、格調・躍動・静寂と表現することができる⁷⁸。

6.11. 音楽

◎締め太鼓大洞1・小洞1・篠笛8

『上田市誌 文化財編27』には「締め太鼓『二』・笛『四一五』という記述がある⁷⁹。また小林 (2006) によると「太鼓二人・笛四人」という⁸⁰。さらに松沢和宏氏によれば、「締め太鼓の大きさは同じだが、基本のリズム大洞、小刻みなリズムの小洞の順番です。笛は今では8人ですね。」という⁸¹。総合的に判断すると、笛の人数にばらつきがあり何時頃からの伝承であったか確かではないが、2017年度は松沢和宏氏の話のようである。

6.12 楽譜 (図5)

◎口唱歌⁸²

図5 口唱歌 口伝を文字化したもの

表1 口唱歌 上記の口唱歌1~3を活字化したもの

<p>1: シャギリ</p> <p>テーレーロレ ドコドンヒヤレ ドコドンヒヤレ コレ ドコドンヒヤレ ドコドンヒヤレ コレ ドコドンヒヤレ ドコドンヒヤレ コレ ドコドンヒヤレ ヒヤレコレヒヤ ヒヤヒヤヒヤヒヤヒヤ ヒロドコズンドコ ヒヤレ</p> <p>ドコドンヒヤレ コレ ドコドンヒヤレ ドコドンヒヤレ コレ ドコドンヒヤレ ヒヤレコレヒヤ ヒヤヒヤヒヤヒヤヒヤヒヤ ヒヤレレー ヒヒーヒヤヒヤー ホ ヒヤ テーレーローレ</p>	<p>コテーンテン オーカザキ イーテコテンコ テンテコテー コテーンテン (3回繰り返す)</p>
<p>2: ミチユキ (道行)</p> <p>(ヨー!)</p> <p>テーレロトーレロレロ トーレロレロレーレ トーレロロ トーレロレレロ トーレロレー ローレ トーレロロ トーレロレレロ トーレロレー ローレ (4回繰り返す)</p>	<p>5: トロヒヤ</p> <p>トロロヒヤヒヤ トロロヒヤヒヤ ホロ ヒーヒヤヒヤヒヤー トロロヒヤヒヤ トロロヒヤヒヤ ホロ ヒーヒヤヒヤヒヤー トロロヒヤヒヤ トロロヒヤヒヤ ホロ トーロロヒヤトヒヤトヒヤ トーロロロートーロロロ ヒヤヒヤホロヒヤトヒヤトヒヤ ヒヤヨヒヤ ヒヤトヒヤトヒヤトヒヤ トーロロヒヤヒヤホロヒヤトヒヤ ヒヤト ヒヤホロヒー (3回繰り返す)</p>
<p>3: トーロロ</p> <p>トーロロ トーロロ トーロロレーレーロ テーレロレレ レーロレーロ トーレロロロ トーロロ レーロレーレ トーロロロー トーロロロトロ レーロトー ロロロー (ドッコイ) トーレーロロートー トーレロロレ レーロ ロレーレ トーレロロトーロロロ レレーロトーロロ ロー (マーダ!)</p> <p>トーロロトー レロレロ レーレロレロレー レ (3回繰り返す)</p>	<p>6: テンジク (天竺)</p> <p>テーエーンジクノ (ハイ) シヤクシムスメ カーミノタガターレタ (ハイ) トーロロヒヤ ヒヤホロヒヤトヒヤ ヒヤト トーロロレレロロー トーロロレ レロロー レレーロ レレーロ レレーロローロ テレトーロロローロロ テレレーロロローロロロ レレーロトーロロ ローロロ トーロロローロローロロ ロロロ トーロ ローロロ トーロロトーロロレレーロレーロ (3回繰り返す)</p>
<p>4: オカザキ (岡崎)</p> <p>オーカザキジョロショショ オーカザキジョ ロショ オーカザキ イーテコテンコ テンテコテー</p>	<p>7: マイコミ (舞い込み)</p> <p>テレロ レロト トーレロレーロ テレロ テ トーロロローロ トーロロ トーロロローロ ローロ ローロロートローロロ (2回繰り返す) ローロローロローロロ ロロロ ローロ ローロロ トーロロトーロロ レレーロレーロ</p>

テーレロー (イチ、ニ) テーレローレ レーローレローレ ロ レーローロロ レーローレローレ ロ レーローロロ テーレローローレ
8: シャギリ
テーレローレ ドコドンヒヤレ ドコドンヒヤレ コレ ドコドンヒヤレ ドコドンヒヤレ コレ ドコドンヒヤレ ドコドンヒヤレ コレ ドコドンヒヤレ

松沢和宏氏によると「最近のもので、笛と太鼓の響きを口唱歌にしたものですが、いつ、誰からかははっきりしないですね。」という⁸⁹⁾。日本の伝統的な郷土芸能の伝承は口伝が基本であり、その口伝を文面に起こしたと推察できるが、何時頃からのものであるか不明である。

6.13. 歌詞・詞章

◎無し

小林 (2006) によると「笛と太鼓と唄に合わせて奉納されます。」という⁸⁴⁾。しかし児玉賢一氏によると「ヨッ・マーダ・イチ、ニの合いの手はありますが唄はないですね。」という⁸⁵⁾。筆者見学時⁸⁶⁾も、ヨッ・マーダ・イチ、ニの合いの手は入ったが唄はなかった。総合的に判断すれば、現状で唄は入らないが、発祥時に唄があったかどうかは不明である。

6.14. 儀式・典禮

◎清払い・奉納報告祭

峯岸 (1998) によると「獅子舞奉納報告祭」という⁸⁷⁾。また小林 (2006) によると「まず本殿で神事が行われてお祓いを受ける」という⁸⁸⁾。さらに『上田市誌 文化財編27』には「神主のお祓いを受ける」という記述がある⁸⁹⁾。加えて依田延嘉氏によると「清払い・奉納報告祭」という⁹⁰⁾。

総合的に判断すると現状では清払い・奉納報告祭という性格をもっているようだ。

6.15. 古記録・文献

◎詳しくは不明

小林 (2006) によると「元禄四年『1691』には鈴子の来光池の築堤工事に獅子舞が出没したという記録があります。」という⁹¹⁾。また『上田市誌 文化財

編27』には「古くは元禄四年『1691』来光寺池の池の土手を築く工事の地固めに出場した記録もあり」と記述している⁹²⁾。さらに渡辺正博氏によると「古記録は、しおだ町報に載っていると思います。」という⁹³⁾。総合的に判断すると現存することは明確であろうが、本調査では発見できず本記録の所在は不明である。

6.16. 備考

以下に示す通り、田口 (2001) 『祭りと三頭獅子』によると地域共同社会の絆の役割⁹⁴⁾についての記述がある⁹⁵⁾。

一次世代で正しく伝えるために一

・祭りの基本

○ハレの非日常性 - 俗から聖へ生活のリズム『新鮮なタマを身につける』

○去来する神 - 祭場標示のヨリシロ、媒体となるヨリシマ。

○神意を待つ祈りの心 - 祭りを生み出す。

○祭りの二重構造 - 厳粛な神事と喧騒な祭事。

・祭りの庭に咲いた祈りの表現-民俗芸能の発生

○信仰を背景に祭りの場に神を迎え、長寿を祈り、五穀豊穡を願い、悪霊退散を乞う、地域ぐるみの祈りの手立て。

○神が祭場に訪れたことを示す行進『道行き』- 芸能化していく表れ。

○宗教性を表面にまとった集団の興奮 - 呪術性のある行為。

夏の祓いの芸能としての祇園祭 - 御霊信仰、怨霊『崇り神』鎮送。

○演じることで平安と繁栄を願う心を繁栄。

和の身体技法による下之郷三頭獅子の動作分析

はじめに本論で使用する用語説明について、管見ではあるが筆者の定義 (表2) を記述し用語説明を行う。

文中使用用語一覧

①軸、②丹田、③沈み、④ひねり・半身、⑤撞木・撞木の感覚、⑥ねじり、⑦踵を返す、⑧肩幅、⑨ナンバ

1. 和の身体技法の定義 (表2)

①：軸
<p>軸とは、中心線感覚のことであり、立位時において、頭頂から背骨・骨盤の背中側中央にある仙骨を結び、地面と垂直に交わる線のことであり、動作を伴う場合は軸が背骨から外れ体の外になることもあるが、立位時に立てた軸を感覚的に抽象化させたもので、常に体の左右のバランスを取りながら地面と垂直に交わる。美しい歩行とはこの軸に振れがないことである。一般的に、武道では正中線・体軸といい、ダンスではセンターとよばれ重要とされる。</p> <p>高岡 (1995) は「センターは身体内部に“軸”状の強い意識を形成する」という⁹⁶⁾。また、高岡 (2003) は「地球の中心らしき方向から天へ向けて、自分の体の中を通っているような(垂直線)をセンターと呼んでいた(中略)日本の伝統文化では正中線と呼び、現代スポーツの野球やゴルフでは軸、体軸と呼び、それから同じ現代スポーツのスキーやシンクロではセンターと呼んでみたり、(中略)まずここで一つの結論として、それはそういう『空間的な形状をした意識』なのである。」という⁹⁷⁾。</p>
②：丹田
<p>丹田とは、中心点感覚のことであり、ヘソ下三寸、下腹部の上方に位置する。左右の手どちらかの人差し指・中指・薬指をそろえ、ヘソに人差し指先を当てた時の薬指先の場所である。呼吸音がしないように、静かにフーッと息を吐きながら丹田に指を当てると膨らむ感覚が出る。芸道、禅や武道などではもっとも重要視される場所であり、肚を据える、決める等の肚は丹田を意味する。</p> <p>池見 (1998) は「丹田とは道教における言葉で、丹葉、すなわち『不老不死の妙薬を作り、たくわえる田』という意味で使われております。そして、丹田に『気』(生命エネルギー)を集めることによって、心身の健康が得られると考えられてきました。丹田には、上丹田、中丹田、下丹田とありますが、中でも、身体の『気』を司るところとして、(臍下丹田)が重要視されています。」という⁹⁸⁾。また矢田部 (2011) は「下腹部に息を深く溜め込むことによって生まれる、『丹田』という中心感覚を自覚することにある。」という⁹⁹⁾。</p>

③：沈み
<p>沈みとは、垂直感覚のことであり、膝を抜き、腰を地面に対して垂直に落とした姿勢である。その方法は、まず立位時足裏の体重を足指先と足親指の付け根の第一跗骨に乗せ、足裏を地面から離さないようし体軸を前傾させる。次に膝裏から膝頭へ向け意識の線を通すことで行う。動作そのものは一見屈伸のようだが、膝を曲げるのではなく抜くのである。曲げるは一本の鉄の棒を筋肉の力で湾曲するような膝使いであり、抜くは蝶番が閉じるように膝を使うことで、筋肉ではなく骨に意識がいくことである。矢田部 (2011) は「脱力の果てに、『骨』をとらえること」という¹⁰⁰⁾。</p> <p>矢田部 (2011) は「骨盤を前傾させることから自然と発生する膝の柔らかい屈曲は、基本の立ち姿勢が地面の方向へ降りてゆく『動作の方向性』を指している日本舞踊における腰の技術というのは、『常の腰』から『歩み腰』で軽く沈み、『沈み腰』から『極まり腰』でさらに沈んだ安定感を高め、『すわり腰』から『正坐』に至って最高の安定姿勢に至る。こうした一連の『腰の技術』からもわかるように、日本舞踊の立ち姿勢や歩行姿勢は、大地を指向した『沈み動作』を基礎に成り立っていることがわかる。」という¹⁰¹⁾。</p>
④：ひねり・半身
<p>ひねりと半身は、いずれも斜め感覚を指す。ひねりとは、半身をつくり出すための動きのことを指し、体を左右に分け、左右どちらかを前方に出す動作のことである。これに対して、半身とは、ひねりで作られた体の姿のことを指す。つまり、対象に対して斜めに構える姿勢の事である。このひねり・半身は、両足でソの字をつくり、前方に出した足先方向に膝と同側の肩を向ける事で行うことができる、代表的な姿勢はいわゆる「お控えなすって」であり、昔の渡世人が仁義をきる時の姿で、相手に対して礼を尽くす意味がある。</p> <p>新藤 (1994) は岩手県に伝わる黒川さんさ踊りの身体技法分析において「右足がでると同時に、右半身がでて。」という¹⁰²⁾。</p>

⑤：撞木・撞木の感覚

撞木と撞木の感覚とは、どちらも前後感覚のことであり、撞木は具体的に体を左右に分け足を前後させ、前方に出した足の踵と、後方の足の踵で直角の関係をつくることであり、撞木の感覚とは具体的な踵と踵の直角関係は取らないが身体感覚としては撞木と同様に前後感覚のことである。撞木は仏具として半鐘などを鳴らす道具であり、多くはT字形に作られている。お寺の釣り鐘を叩く丸太はT字形ではないが、鐘の打面に対しT字に当たるように設置されていることから撞木といい、対象に対して迫ったり押し込んでいける姿勢のことである。

横山・百鬼 (1984) は「撞木足＝両足が撞木型すなわちT字形になり、右足に対して左足先が左方向に開きすぎ、左足踵が右足の踵の延長線を越えて踏むこと。」という¹⁰⁵⁾。

⑥：ねじり

ねじりとは、回転感覚のことであり、一つの軸を中心に、右と左、上と下を逆転させる事で起こる動きのことである。基本的にはネジを締めるイメージで、回転軸を動かすが、実際には外側を回すことであり、肩を回すとは、右と左の肩先を同時に回転移動させることである。日本の踊りでは、前向きから後ろ向きに方向を変えるときや、左右に体を回すように振るときなどに使い、左回転では右肩を前に、左肩を後ろに移動させ、右回転では左肩を前に、右肩を後ろに移動させることで回転をつくりだすことである。

金城・花城 (1980) は「琉球舞踊動作の腰づかい(ひねり)動作は、大胸筋と外腹斜筋が主として用いられるのに対し、日本舞踊動作やインド舞踊動作では、僧帽筋と体幹起立筋が働いている。

(中略)要するに、日本舞踊動作の『胸でおどる』といわれ、“腰を入れて、肩をおとし、胸を使い”上半身でくねったり、ねじったり、まげたりする表現、上半身をしなやかに波うたせる表現、を特徴づけているとみられる。」という¹⁰⁶⁾。

⑦：踵を返す

踵を返すとは、向き合おうとしていた対象に対して方向転換をする動きである。方向を変化させるときは意識的に踵を内側または外側に押し出

し、上体を平面に保ったまま踏み出した足に乗ることが重要である。踵の動きで方向を移行させることでメリハリと重厚感のある動きができ、身のこなしに品を出すことができる。

堀切 (1998) は「起立時・その場での足の動かし方は、踵を中心点に『外輪』に動かす、爪先を中心点に『内輪』に動かす2種である。」という¹⁰⁵⁾。

⑧：伝統的な郷土芸能における肩幅の足幅

伝統的な郷土芸能における肩幅の足幅とは、肩先と内踝を結ぶ直線が地面と垂直に交わる足幅を指す。

野瀬・大保木・野瀬 (2002) は「『足幅は肩幅程度に開く』この姿勢を武道では自然体と呼んでいる。」という¹⁰⁶⁾。

足を肩幅に開くという行為は誰でも経験するが、その時々動作目的や解釈の仕方により曖昧であり肩幅の足幅を定義することは難しい。管見ではあるが今回筆者の経験から伝統的な郷土芸能における肩幅の足幅を上記のように定義し、この足幅を基準に踊りの演目や動作目的に合わせ調整することが望ましいとする。

⑨：ナンバ

ナンバとは、右前左後ろに集中する斜めの感覚であり、ナンバ歩きに代表されるように同側の手足を同時に動かす日本人古来の動きかたの基本である。また農作業における草刈り鎌や鋤などを使うときもナンバの体使いが基本であり、無理無駄がなく合理的な作業ができる。伝統的な郷土芸能の身のこなしはナンバで構成されている。近年ではスポーツにおいてもナンバの効用の研究が進んでいる。

小森 (2004) は「伝統ある武術の世界はおおむね『ナンバ』で動いていますが、ずいぶん高齢の方でも素晴らしい技を見せてくれることがあります。これは『ナンバ』の世界だからこそおこる現象であり、その中で発達した身体運用技術が、最近スポーツなどに導入されるブームになっているのです。(中略)『ナンバ歩き』という歩き方は、前述のように『右手右足、左手左足が同時に前に出る』ような歩き方だといわれてきました。」という¹⁰⁷⁾。また、新藤 (1994) は「『ナンバ』とは、『右下肢が前方にあるとき、右肩右上肢も前方

へと向かう形態』という¹⁰⁸⁾。

動きを伴う身体技法の③沈み、④ひねり・半身、⑤撞木・撞木の感覚、⑥ねじり、⑦踵を返すは、ナンバの動きに含まれる。

2. 分析対象

信州上田下之郷三頭獅子（青獅子・赤獅子雄・赤獅子雌）

- ・⑤トロヒヤで1列隊形から3角隊形へ移動し、⑥天竺で3角隊形から1列隊形へ移動する。移動時の歩数は同じだが方向転換での向きが異なる。それ以外、全獅子全演目で同じ動きをする¹⁰⁹⁾。
- ・撮影モデル¹¹⁰⁾は、赤獅子雄の動きを行う。

3. 分析方法

1. 下之郷三頭獅子舞保存会が作成した下之郷三頭獅子教材用DVD¹¹¹⁾をモニターにてスロー再生し分析を行った。

教材用DVDは衣装を着けての演技である。

2. 現三頭獅子舞保存会会長で踊りの指南役でもある渡辺氏に、和の身体技法の定義(表2)を説明し三頭獅子の動きとの関連を問いながら実際に踊っていただき、一眼レフカメラ1台での連続写真撮影¹¹²⁾を行い分析した。「5. 各演目の身体感覚的動作分析結果」に示す動作分析写真はこの時のものである。

渡辺氏には衣装無しでお願いした。

3. 管見ではあるが、筆者の経験から教材用DVDの衣装着用の踊りだけでは細かな動きの判断が難しく、衣装着用と衣装無着用の両方で動作分析を行った。

4. 身体感覚的動作分析対象演目一覧

- ①シャギリ・②道行^{ミチユキ}・③トーロロ・④岡崎^{オカザキ}・⑤トロヒヤ・⑥天竺^{テンジク}・⑦舞い込み^{マイコミ}・⑧シャギリ

5. 各演目の身体感覚的動作分析結果

三頭獅子は、一回目は生島足島神社へ、二回目には諏訪神社へと奉納され、各神社を正面とし、右は警固側、左はお囃子側である。以下の説明は一回目生島足島神社奉納時の隊形である。したがって、生

島足島神社側を「正面」、警固側を「右側」、お囃子側を「左側」、諏訪神社側を「後方」と表記する(図4)。

各演目に入る姿勢は両足を平行に「肩幅」で開いたシャギリの構えとシャギリに「撞木の感覚」を加えた構えであり、お囃子と踊り始めの合図は、笛のリーダーが短めに吹く笛の音からである。

①シャギリ



写真12 前



写真13 横



写真14 後ろ

写真 12～14 シャギリの構え

(主に各演目別の動作注意点に、和の身体技法と写真番号を対応させてあるので参考にしてください。)

***シャギリの動作分析説明**

シャギリは左側向きから始め、シャギリの構えは「軸」を立て、足幅を「肩幅」にし「軸」を前傾させて「沈み」をつくる。肘は肩の高さに保ち(写真14)、目線は真正面より少し上にし(写真13)、下を向かないことである。前布は肩の高さに維持し手のひらは逆ハの字に保ち、前布を小指から軽く握り込み、親指で押さえる(写真12)。みぞおちを下から突き上げるようにすることで背中を丸める(写真13)。シャギリは構えのみで動きはないが、今後の動作すべての基本となる。

***シャギリの動作注意点**

- a. シャギリの構えに動きはないが、「軸」(写真12)・「肩幅」(写真13)・「沈み」(写真12)が重要であり、踊り始めにあたっての心構えでもある。
- b. シャギリの構えは、踊り全体の基本の姿勢となる。
- c. 「沈み」で膝裏を緩めておくことは、動きの柔らかさにつながる。
- d. 肘が肩より上がると首が詰まり、下げると踊りの大きさがでない。
- e. 目線を下すと、獅子頭も下を向き躍動感がでない。
- f. 背中を丸めるとき、背中を意識で丸めると単なる猫背になる。

②道行 ターン

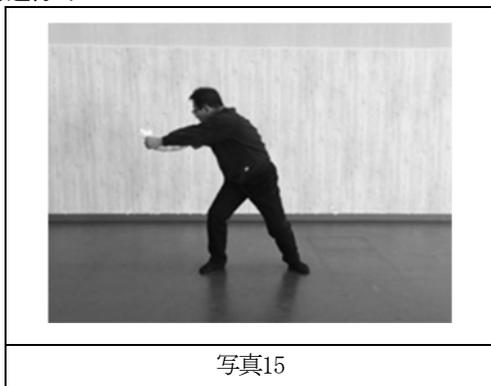


写真15



写真16



写真17



写真18



写真19

写真15～19 道行ターン

＊道行のターンの動作分析説明

道行ターンは「軸」を右足に移し踏み跳ね「踵を返し」左回りに180°反転しながら左足、右足の順で着地する。

＊道行のターンの動作注意点

- a. 「踵を返す」(写真16)、「ねじり」(写真17・18)で向きを変えるときは足、右足の順で移動するが、常に最初に構えた2足の足位置に「軸」(写真15)移動で着地することである。
- b. 「ねじり」(写真17～19)、「踵を返す」を使う。肩先を回すが、肩を意識しすぎると踊りが小さくなるので、手先を遠くに持っていく(写真18・19)イメージを持つことである。
- c. 支点となる足の逆足を振って回転するのではなく、上げた足の「踵を返す」ことで方向を決めることである。
- d. 動きは全て「ナンバ」(写真15～19)である。

②道行 本動作



写真20



写真21



写真22



写真23



写真24

写真20～24 道行本動作

＊道行の本動作の動作分析説明

道行は、まず左側の構えから右側に向きを変えるためのターンをする。ターンは(ヨー!)の声の合図で「軸」を右足移し踏み跳ね「踵を返し」左回りに180°反転しながら左足、右足の順で着地、右側向きになり、同時に先に置いた左足で「沈み」になる。沈みから伸び上がる動きを利用して右足を上げ「撞木」の型で地面を踏み動作を3回行う。右側向きと同様のターンをし、左側を向き踏みも同様の動きを行う。

右側へターン右側の踏みの動き、左側へターン左側と右側の動きを1セットとして、4セット行う。

終了後、笛の合図により右足で踏み跳ね「踵を返し」ながら左回りに90° 反転しながら左足、右足と移動し正面を向く。①シャギリの構えで次の演目のトーロロの態勢になる。

*道行の本動作の動作注意点

- a. ①のシャギリの形を崩さず、「軸」(写真21) 移動と「沈み」(写真24)、「撞木」(写真24)・「ねじり」(写真20～24)、「踵を返す」(写真22)を使うことである。
- b. 右足を上げているが、左足を踏むことで右足が上がるのが基本である。
- c. 動きのエネルギー発露は「丹田」(特に写真23)から行うことである。
- d. 動きの間は呼吸でとることである。
- e. 動きは全て「ナンバ」(写真20～24)である。

③トーロロ

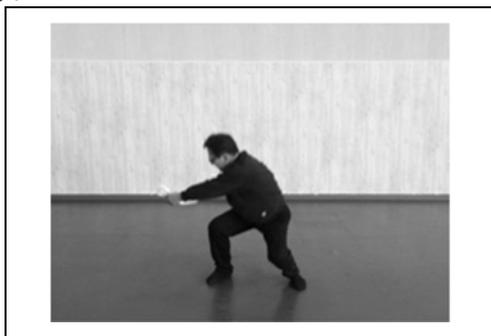


写真25



写真26

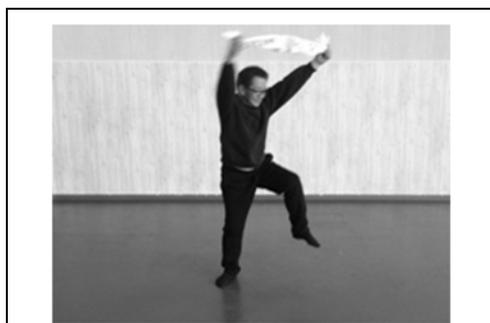


写真27



写真28



写真29



写真30



写真31



写真35



写真32



写真36



写真33



写真37



写真34



写真38

写真25～34 トーロロ 左振り



写真39

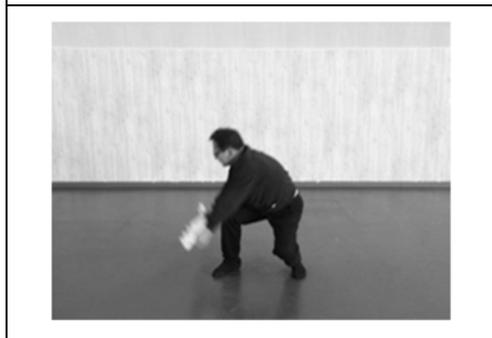


写真40

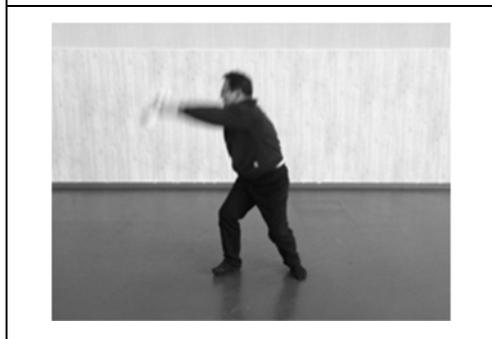


写真41

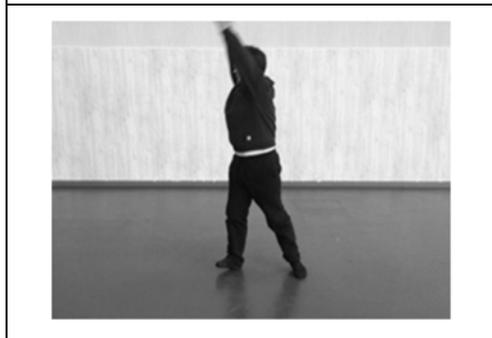


写真42

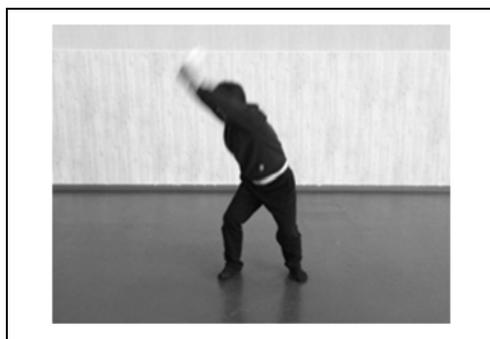


写真43

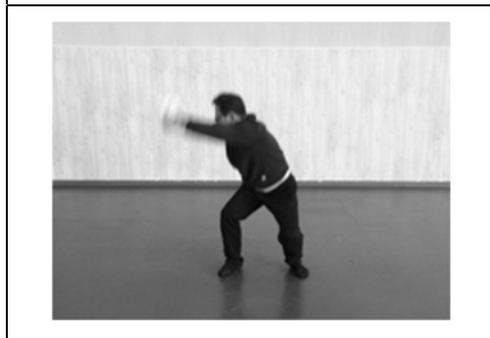


写真44

写真35～44 トーロロ 右振り

*トーロロの動作分析説明

トーロロは正面の構えから始め、右への動きから始める。右への動作は右に「沈み」左に向け「撞木」で、「踵をかえす」で左足を上下に踏む動作を4回行う。4回目の踏みに合わせ「丹田」を起点に上体を上下に1回振り、続けて両足を止め2回目の上体振りを行う。2回目の振り下ろしと同時に左への動きを始める。

左への動作は左に「沈み」右に向け「撞木」で右足を上下に踏む動作を4回行う。4回目の踏みに合わせ「丹田」を起点に上体を上下に1回振り、続けて両足を止め2回目の上体振りを行う。

右・左を1セットとし9セット行う。トーロロ終了後笛の合図で左回りに「踵を返し」ながら90°反転し右足で踏み跳び、左足、右足と移動し左側を向き①シャギリの構えて次の演目の岡崎の態勢になる。

*トーロロの動作注意点

- a. 「沈み」(写真25・30)と「ねじり」(写真25～29・35～39)「撞木」(特に写真34・39)、「踵を返す」

(写真27・38)の連続である。

- b. 左足を踏み出すときは、起点となる右足に対して左足を、右足を踏み出すときは、起点となる左足に対して右足を「撞木」の角度に決めるのである。
- c. 上体を振り込む動作では、腕を上下に振るのではなく、シャギリの姿勢を保ち「丹田」(写真31～33・41～43)を支点に上下に振ることである。
- d. 足を上げる基本は単独で足を上げるのではなく、上げようとする足の逆足を踏むことで上げることである。
- e. 動きは全て「ナンバ」(写真25～44)である。

④ オガサキ 岡崎



写真45



写真46



写真47



写真48



写真49



写真50



写真51



写真52



写真53



写真54



写真55



写真56



写真57



写真58



写真59

写真45～59 岡崎

*岡崎の動作分析説明

岡崎は①シャギリの構えで左側向きから始め、右・左へ「ナンバ」(写真45)での踏み跳びである。上体はシャギリの手の位置から右踏み跳びでは右手が右斜め上になり、左踏み跳びでは左手が左斜め上にある。

まず笛の合図で右足へ「軸」を移動し、右足で右斜め上方に、左足踵を右足内膝に軽く合わせながら踏み飛ばす。上体は「丹田」を支点に前傾させ踏み跳ねると同時に上体を起こし、①シャギリの手の位置から右手は斜め右上を指し、左手は「丹田」の位置に持っていき、右脇腹を伸ばし、左脇腹を締め払い切る。視線は両手の間から右斜め上に移す。

次に左足へ「軸」を移動し、左足で左上方へ右足踵を左足内膝に軽く合わせながら踏み飛ばす。上体は「丹田」を支点に前傾させ踏み跳ねると同時に上体を起こし①シャギリの手の位置から左手は斜め左上を指し、右手は「丹田」の位置に持っていき、左脇腹を伸ばし、右脇腹を締め払い切る。視線は両手の間から左斜め上に移す。

左右の動きを1セットとして3セット行い、3セット目の左足着地後、右足を右斜め前方へ踏み出し「ひねり・半身」で跳ねながら、左足踝を右足内膝に軽く合わせる。左足、右足の順で定位置に戻る。

間を空けず、「ねじり」と「ナンバ」で上体を右、左、右に3回振りながら、「撞木」で右足、左足、右足と踏む。3回目右に振った後、①シャギリの構えを保ちながら、「丹田」を支点に上体を前傾させ、「撞木の感覚」で右手は前に、左手は丹田側にし、両手を地面に下ろす。

一呼吸間を置き右足で踏み跳ねながら、「踵を返し」、「ねじり」の動きで左へ180°反転し右側を向く。右足着地後、シャギリの構えで左に「軸」を移動しながら左足に乗り踏み跳ね、「ひねり・半身」で右足を右斜め前方へ踏み出し左足踝を右足内膝に軽く合わせ跳ね戻りながら、左足、右足の順で定位置に戻る。

間を空けず「ねじり」で体を右、左、右と3回振りながら、「撞木」で上下に右足、左足、右足と踏む。3回目右に振った後、①シャギリの構えを保ちながら、「丹田」を支点に上体を前傾させ、「撞木の感覚」で右手は前に、左手は「丹田」側にし、両手を地面に下ろす。

一呼吸間を置き、「踵を返し」、「ねじり」で右足を

踏み跳ねながら左へ180°「踵を返し」ながら反転し左側を向く。右側、左側の動きを1セットとし3セット行う。

最後は、①シャギリの構えを保ちながら、「丹田」を支点に上体を前傾させ、「撞木の感覚」で右手は前に、左手は「丹田」側にし、両手を地面に下ろし終了。笛の合図で、左へ90°「踵を返し」ながら反転し左足、右足と移動し正面を向き、①シャギリの構えで次の演目のトロヒヤの態勢になる。

*岡崎の動作注意点

- 前後に「軸」(写真45・48)を移動させるので、「軸」の感覚を常に持つことである。
- 上体振り下ろしは「丹田」(写真47・58)を起点にし腕だけをを振らないことである。
- 地面を払う動きは、「ひねり・半身」(写真47・48)、「ナンバ」(51・53)の感覚を大切にすること。ここを間違えると、布を左右に振り回すだけになる恐れがある。
- 左右に踏み飛ばす動きは①シャギリの基本姿勢をくずさず、腕を上げるのではなく、脇腹の伸び、縮みでつくることである。
- 斜め前方踏み出しでは、「ひねり・半身」(写真45)をつくること。動きのキレと次の動きへの移行がスムーズになる。
- 十字で動くことが原則であり右・左に降るときは「撞木」(特に写真54・57)で行うことである。
- 特に180°反転は手先で回ってしまう恐れがあるので「ねじり」(写真50～57)と「踵を返す」(写真53・56)で行うことである。
- 最後は「撞木の感覚」(写真59)で構える。
- 動きは全て「ナンバ」(写真45～59)である。

⑤トロヒヤ



写真60



写真61



写真62



写真63



写真64



写真65



写真66



写真67



写真68

写真60~64 トロヒヤ 右払い



写真69

写真65～69 トロヒヤ 左払い



写真70



写真71



写真72



写真73



写真74



写真75



写真76



写真77



写真78



写真79

写真70～79 トロヒヤ 歩行

* トロヒヤの動作分析説明

(一列隊形から三角形隊列に移動するが、移動時以外は同じ動きである。)

トロヒヤは①シャギリの構えで正面向きから始める。右足を右後方へ一歩引きながら「撞木」で右手は丹田側、左手は前にし、右後方へ払い上げる。目線は払いに合わせ両手の間に置き、払い切る動きに合わせて右斜め上方に移す。

続けて左足を一歩後方へ引きながら「撞木の感覚」

で左手は後ろ、右手は「丹田」側にし、左後方へ布で払い上げる。目線は払いに合わせ、両手の間に置き、最後は左上方へ移す。

上体を起こしながら、右、左、右と3歩前進。上体は「ねじり」で歩に合わせ右側、左側、右側を向く。「撞木の感覚」で右手は前、左手は丹田側にし、構えに戻る。後退、前進を1回とし2セット行う。

歩行の動きは3回目に2歩後退した後、①シャギリの姿勢を保ち、最初の肩幅の足位置へ移動する。「ナンバ」・「ねじり」・「撞木」を使い分け右足、左足と2歩前進する。さらに3歩目の右足からは、最初の足位置で、「ナンバ」・「ねじり」・「撞木」を使い分けながら左右への振りを行う。2歩前進を加え、右足、左足で1回の踏みめを26回、52歩を行う。27回目、53歩目の右足で歩を止め、①シャギリの構えを保ちながら「丹田」を支点に前傾し、「撞木の感覚」で右手は前、左手は「丹田」側に構える。

ここまでを1セットとし、2セット目は歩行前進の動きで、青獅子は正面左斜めへ2歩前進し、3歩目左足で左回りに「踵を返し」赤獅子雄の場所である中心を向く。赤獅子雄は2歩右側へ前進し、3歩目左足で左回りに「踵を返し」元いた場所である中心を向く。赤獅子雌は後ろ右斜め前へ前進し、3歩目左足で左回りに「踵を返し」赤獅子雄のいた場所である中心を向き三頭の獅子で縦1列から三角の隊形をつくる。動きとしては縦1列で行ったものと同じであるが、中心に向かっての動きになる。最後の構えは中心に向かって①シャギリの構えを保ち、足は「撞木」の型を取る。外見は中心に向かって、右手が下がり、左手が上がって見えるが、右脇腹を縮め、左脇腹を伸ばすことで体勢を作っている。

隊形が縦1列から、三角形になるが、同じ動きを2セット行う。終了後三角形の体型は崩さず囃子は無いが笛の合図で、右足で中心に向かい踏み跳ね、左足で左回りに180°「踵を返し」左足、右足と三頭が離れるように中心から外へ移動する。一呼吸間を空けその場で右足を踏み上げながら左足を上げ、止めるように左足を下ろし「ひねり・半身」になる。その動きに合わせて、上体は、中心に向かって左手を向ける。外見は中心に向かって左手が下がり、右手が上がって見えるが右脇腹を伸ばし、左脇腹を縮める動きで作り出す構えであり次の演目の天竺の態勢である。

* トロヒヤの動作注意点

- a. 「撞木」(写真62)と「踵を返す」(写真 71・76) 動きが多いので、しっかり踵を返さないと回りきれず流れに合わなくなることがある。
- b. 歩行の動きは、その場で前進しているように見せるために、「撞木の感覚」(写真70～74・79)で「ねじり」(写真71・72、75・76)を使い後ろの足のつま先で前へ踏み出すようし、着地後は反対の足をつま先で後ろに押し出すイメージで動かすことである。
- c. 隊形が変化すると動きが違って見えるが、同じ動きであり惑わされないようにすることである。
- d. 中心に向かっての構えは、外見は中心に向かって腕が上下しているように見えるが、腕の位置は基本的に同じで、脇腹の使い方で見せることである。
- e. 同じ構えでも、「撞木」(写真71・74)と「ひねり・半身」(写真62～64・67～69)の違いを明確にすることである。
- f. 動きは全て「ナンバ」(写真60～79)である。

⑥ テウジツ天竺

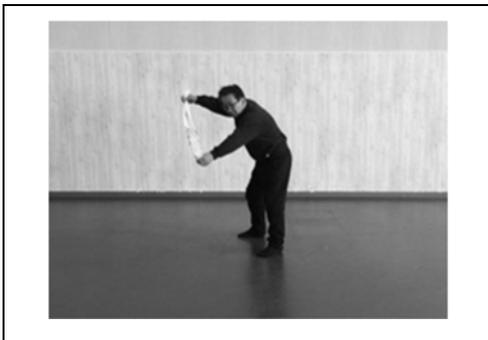


写真80



写真81

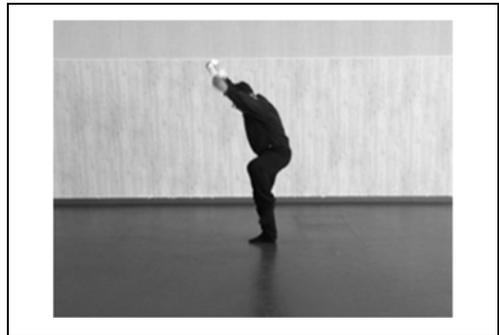


写真82

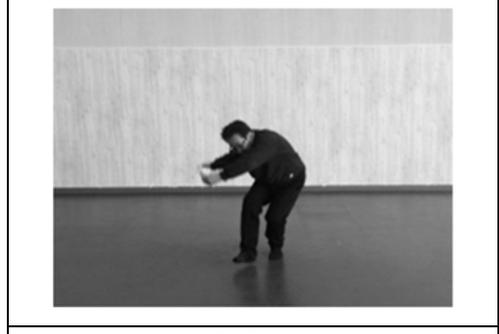


写真83



写真84

写真80～84 天竺 左足が中心を向いた動き



写真85



写真86



写真87



写真88



写真89



写真90



写真91



写真92



写真93

写真85～89 天竺 右足が中心を向いた動き



写真94

写真90～94 天竺 歩行

*天竺の動作分析説明

天竺は三角形態の中心に向かって踊り始める。天竺では、1:左足が中心を向いた動き、2:右足が中心を向いた動き、3:最後に歩行の動きに分けて説明をする。

1:天竺 左足が中心を向く動きの動作分析説明

左足中心向きの動きは「軸」を右に移動しながら左足を上げ踏み込む。半呼吸空けて左足で踏み跳ね、着地後ただちに左回りで左足、右足をトトーンと中心に向かって前後に入れ替え右足が中心に向くようにし、ただちに右足で中心に向かって踏み跳ねる。上体は中心に向かって「丹田」を支点に上体を前傾させ、「撞木の感覚」で左手が中心に向かい「軸」を左に移しながら地面を払う動作から踏み跳ね、右足の内踝を左膝内側に合わせる。踏み跳ねると同時に上体を起こし右脇腹を伸ばし、左脇腹を縮め、布を払い切る。目線は両手の間から右斜め上に移す。

2:天竺 右足が中心を向く動きの動作分析説明

右足中心向きの動きは「軸」を左に移しながら右足を上げ踏み込む。半呼吸空けて右足で踏み跳ね、着地後ただちに右回りに右足、左足をトトーンと中心に向かって前後に入れ替え左足が中心に向くようにし、ただちに左足で中心に向かって踏み跳ねる。上体は中心に向かって「丹田」を支点に上体を前傾させ、「撞木の感覚」で、右手が中心に向かい「軸」を右に移しながら地面を払う動作から踏み跳ね、左足の内踝を右膝内側に合わせる。踏み跳ねると同時に上体を起こし、右脇腹を伸ばし、

左脇腹を縮め、布を払い切る。目線は両手の間から右斜め上に移す。左足中心側、右足中心側の動きを1回とし2セット行う。

3:歩行の動きの動作分析説明

歩行の動きは、右左1回とし11回で22歩踏み、12回の23歩目の右足を中心に向ける。上体は①シャギリの構えを保ちながら「丹田」を支点に前傾し、「撞木の感覚」で右手は前、左手は「丹田」側に構える。左足中心側、右足中心側、歩行の動きを1セットとして3セット行う。

*天竺の動作注意事項

- 三角形で行うため、互いの距離感が大切になる。しっかり「軸」(写真80～82・85～87・89)を立て、近すぎず、遠すぎない距離を探ることが重要である。組んだ相手によっても違ってくるので注意することである。
- 前進する場合は「ひねり・半身」ではなく「撞木の感覚」(写真83・88)であることに注意することである。
- 歩行の動きでは「丹田」(特に写真91・93)と「軸」(特に写真91・93)を意識しないと動きがぶれてしまうので注意することである。
- 動きとしては⑤トロヒヤまでに動作したものである。ここまでの注意事項を参考にすることである。
- 動きは全て「ナンバ」(写真80～94)である。

⑦舞い込み



写真95



写真96



写真97



写真98



写真99

写真95～99 赤獅子雄の動き

*舞い込みの動作分析説明

(三角形隊形から一列隊形に移動するが、移動時以外は同じ動きである。)

舞い込みは三角形の中心に向かい、右足が前で「ひねり・半身」で構える。上体は①シャギリの構えを保ちながら「丹田」を支点に前傾し、右手が前、左手は「丹田」側に構える。笛の合図で三角隊形から1列に戻る。

青獅子は右足で踏み飛び2歩目の左足で左回りに「踵を返し」正面を向き左足着地し3歩目右足から歩行の動きになる。

赤獅子雄は右足で左側へ踏み飛び2歩目の左足で左回りに90°「踵を返し」ながら後側を向き3歩目の右足から歩行の動きになり、4歩目踏み出した左足で左回りに「踵を返し」180°反転しながら最後尾になり正面を向く。

赤獅子雌は右足で右側へ踏み飛び、2歩目の左足で左回りに「踵を返し」ながら90°反転し正面を向く。3歩目から歩行の動きで真ん中の位置へ移動する。最初の並びは前から、1青獅子、2赤獅子雄、3赤獅子雌だが、舞い込みでは並び順を1青獅子、2赤獅子雌、3赤獅子雄に入れ替わる。

三角隊形から1列に移動開始、歩行の動きは3歩目から始まる。3歩目の右足前を1歩と数えを18歩目左足前、21歩目右足前、22歩目左足前、24歩目左足前、48歩目左足前、51歩目右足前、52歩目左足前、54歩目左足前、では歩を止め両足で2回ググッと地面に「沈み」ながら押す。77歩目右足、78歩目左足、79歩目右足、左足を正面に向け、①シャギリの構えを保ちながら「丹田」を支点に前傾し、「撞木の感覚」で、右手は前、左手は丹田側に構える。その場で左足の「踵を返し」ながら90°反転し左回りで左側へ、右足、左足、右足と3歩進む。上体は歩に合わせ「ねじり」と「ナンバ」で右、左、右と振る。シャギリの構えを保ちながら「丹田」を支点に前傾し、「撞木の感覚」で、右手は前、左手は「丹田」側に構える。一呼吸間を取り上体を起こし、(イチ、ニ)の声に合わせ右足、左足と2歩後退する。構えてから後退する間、囃子は無い。

続いて、囃子に合わせ右足、左足、右足と3歩進む。上体は歩に合わせ「ねじり」と「ナンバ」で右、左、右と振る。①シャギリの構えを保ちながら「丹田」を支点に前傾し、「撞木の感覚」で、右手は前、左手は「丹田」側に構える。笛の合図で、左回りに歩行

の動きを左右4回ずつ行い、正面を向き、①シャギリの構えを保ちながら「丹田」を支点に前傾し、「撞木の感覚」で、右手は前、左手は「丹田」側に構える。

笛の合図でその場で左足の「踵を返し」ながら90°反転し左回りで左側へ、右足、左足、右足と3歩進む。上体は歩に合わせ「ねじり」で右、左、右と振る。①シャギリの構えを保ちながら「丹田」を支点に前傾し「撞木の感覚」で右手は前、左手は「丹田」側に構える。

*舞い込みの動作注意点

- 動きに関してはここまで行ってきたものであるが、方向転換をすることが多いことに加え「ひねり・半身」(写真95・96)で三角隊形の中心に向かい踏みとぶので獅子同士の連携を取ることである。
- 歩行の動きでは変則的に両足を止め踏む動きがあるので、特にお囃子をよく聞き流れに乗ることである。
- 動きは全て「ナンバ」(写真95～99)である。

⑧シャギリ

*シャギリの動作分析説明

笛の合図で①シャギリに戻る。「軸」を右足に移し踏み跳ねながら左足を上げ「ねじり」で左に180°反転しながら左足、右足の順で着地し、右側向きになり最初の①シャギリの構えに戻り終了。

*シャギリの動作注意点

- ①シャギリと同じ構えであるが、納めの構えとしての心構えでもある。(写真12～14)
- 和の身体技法をよく理解し、どの演目も自己流の動きやすい方向に流れないことである。

おわりに —まとめと今後の課題—

本論は、和の身体技法のカリキュラム化へ向けての基礎的な研究として、和の身体技法に関する新しい認識方法としての身体感覚教育論の視点から、具体的な素材として下之郷三頭獅子舞を分析したものである。

今回の分析で明らかになったことは、下之郷三頭獅子においては全ての動きが、①軸、②丹田、③沈み、④ひねり・半身、⑤撞木・撞木の感覚、⑥ねじり、⑦踵を返す、⑧肩幅、⑨ナンバの9つの和の身体

技法の要素から構成されていることである。管見の限りではあるが、これまでに筆者が見聞き体験してきたほとんどの伝統的な郷土芸能である踊りや太鼓は、先に述べた9つの和の身体技法で構成されていることができ、本論の分析結果もそれと一致するものであった。特に、①軸、②丹田、③沈み、⑧肩幅、⑨ナンバは日本の伝統的な郷土芸能である踊り・太鼓の具体的な動作に共通する和の身体技法であることが本研究における分析においても再確認できた。また下之郷三頭獅子は、筆者がこれまでに体験した他の伝統的な郷土芸能と比較しても動きが非常にシンプルで覚えやすい踊りであると思われる。しかし、シンプルがゆえにごまかしが効かない踊りでもあることから、意図的に本論にある和の身体技法を身につけることが必要であろう。

したがって、①軸・②丹田・③沈み・⑧肩幅・⑨ナンバの身体技法を学習者に正しく習得させるためには、和の身体技法を体現する日本の伝統的な郷土芸能の学校の教育現場におけるカリキュラム化が必要である。教育現場においてカリキュラム化する場合、特に、④ひねり・半身、⑤撞木・撞木の感覚、⑥ねじり、⑦踵を返すについては伝えかたの難易度が高いが、筆者の経験によれば、伝統的な郷土芸能を学ぶ学習者が実際に具体的な演目に取り組む中で、動作場面ごとに説明することで和の身体技法をつかませることは可能である。また、動きと和の身体技法を演目の中で伝えることは、学習者にとって和の身体技法に対する浸透が深まると思われる。

今回は、学校教育の現場における伝統的な郷土芸能のカリキュラム化を念頭に分析を進めたが、学校教育の現場に限らず、各保存会、講習会などで、実際の指導に当たる際に、①軸、②丹田は最も重要な動作起点であることから必ずつかませておくべき内容である。また④ひねり・半身と、⑤撞木・撞木の感覚については、足を前後する点では同じように見えることからその違いを明確に伝えることが必要である。さらに、⑥ねじりの回転の感覚においても、バレエ・ダンスのように軸足を支点に、逆足の回りで回転や方向転換をするのではなく、上げた足の⑦踵を返すことで回転や方向転換をさせる指導が大切である。それは系列が同じで似たような踊りの動作であっても、伝承地域により動きに対する意味付けの違いがあるため、そのことを指導者がよく理解した上で指導に当たらないと、演目の質と伝承形態を

変化させてしまう恐れがあるからである。現在、伝統郷土芸能の後継者不足もあり、各地域の伝統郷土芸能保存会は万人にその門戸を開く傾向が強く、指導者自身も学習者として伝統的な郷土芸能に向き合う真摯な姿勢は欠かせない。

伝統的な郷土芸能は第一次産業の労働から生まれたものであり、前述したが伝統的な郷土芸能を学ぶことは、日本文化としての和の身体技法を学ぶ事であると同時にそれは学校体育においても同様である。久保・新藤・高橋・原田・三上(2001)は「既存のスポーツが無条件に良しとされ、そこに刻み込まれている社会的矛盾や人間疎外要因が自覚されていない(中略)『からだ』にとって自然な動きを『からだ』の内側から探る力や、『からだ』がどう動きたがっているかを感じ取る力が育ってくると、子どもは、様々な生活行動や運動文化を『からだ』から捉え直すことができるようになってきます。そして、私たちは、『からだ』の快・不快や『からだ』がどう動きたがっているかという要求を育てることは、子どもの自我や人格の祖型としての『からだ』(からだの自我)を育てることにもつながる。」¹¹³⁾。学校体育におけるスポーツ中心の運動能力主義体育で欠け落ちてしまいがちな「体を育てる」という本来あるべき体育の本質に和の身体技法は有効であると同時に、本来かつての第一次産業の労働の中での身体的な動きから生まれた、伝統的な郷土芸能や学校体育で学んだことを普通の生活に還元する必要があると考えれば、今後はより積極的に伝統的な郷土芸能の和の身体技法を学校体育のカリキュラムとして取り入れるべきであろう。

今回、伝統的な郷土芸能における和の身体技法を本論のような内在的な身体感覚教育論の視点で分析した研究は管見の限りで言えば我が国では初めてであるが、今後に向け和の身体技法の学校教育のカリキュラム化を視野に入れた課題の一つは、本研究のように9つの和の身体技法で伝統的な郷土芸能全般を分析し、その特徴を体系化することができることを実証することである。さらに伝統的な郷土芸能と学校体育スポーツ教材との接点、および和の身体技法と普通の生活の所作とのつながりについての研究も行うことが必要である。まずは筆者がこれまでに取り組んできた伝統的な郷土芸能(踊りは岩手県・朴の木沢念仏剣舞、太鼓は神奈川県・ぶちあわせ太鼓)と、上田地区他7箇所の三頭獅子について本論と

同様の研究を進めることが当面の課題である。

謝辞：本論は、生島足島神社氏子総代長の依田延喜さん、下之郷三頭獅子舞保存会会長の渡辺正博さん、同副会長の児玉賢一さん、松沢和宏さん、さらに下之郷三頭獅子舞保存会の方々、そして遠山実月さん、山崎美和さん、大山豊彦さんほか長野大学和太鼓サークル「和(NAGI)」のみなさんの多大なるご協力のもとで作成された。ここに記して深く感謝申し上げます。

注

- 1) 中森孜郎『民部教育の探求 日本の子どもに日本の踊りを』大修館書店、1990年、66頁。
- 2) 中森孜郎『民部教育の探求 日本の子どもに日本の踊りを』大修館書店、1990年、13頁。
- 3) 筆者は、1985年以降、現在に至るまで埼玉県の自由の森学園中学・高等学校で「保健体育科」の枠内で、また課外活動として「伝統芸能部」でも伝統芸能を教材として指導し、定期発表会を含む年5回以上の公演活動を行い、演技者としても参加してきた。さらに2014年以降、現在に至るまで長野大学での教養科目「身体パフォーマンス 日本の踊り・太鼓」を指導してきた。作成した教材として単著『なににしてあそぶ？保育園・幼稚園で人気の和太鼓いろは』草土文化、2008年、を出版した。その他『体育科教育2005.02『からだの授業』実践④』『『からだ』を感じる授業』大修館書店、2005年2月1日、寄稿、48頁～52頁。愛媛大学での共同研究で発表「文部科学省 平成18年度 現代GP採択事業 瀬戸内の山～里～人がつながる環境教育 一大学と地域との相互学びあい型環境教育指導者育成カリキュラムの展開一』『愛媛大学 環境ESD報告書Vo1,3』2009年3月、32頁。2017年8月16日から21日にベルギーのデンデルモンデ・ジャンプナミュールで行われた「第57回国際民族フェスティバル」に日本代表として参加した長野大学・和太鼓サークル「和(NAGI)」を引率・指導した。参照：

- <https://www.facebook.com/wadaiko.nagi/>
- 4) 矢田部英正『たたずまいの美学』中央口論新社、2011年9月25日、6、7頁。
 - 5) 安田登『日本人の身体能力を高める『和の所作』』マキノ出版、2007年4月25日、3、150頁。
 - 6) 中森孜郎『民部教育の探求 日本の子どもに日本の踊りを』大修館書店、1990年、68頁。
 - 7) 養老孟司『日本人の身体観の歴史』法蔵館、1996年、318頁。
 - 8) 斎藤孝『身体感覚を取り戻す』日本放送出版協会、2000年、101～102頁。
 - 9) 矢田部 (2011) は『内観』の技術内容は、言葉で説明することは極めて困難であるが、(中略)『じっと見る』ということと密接な関係がある。もちろんこれは肉眼で観察することではない。強い弓を引きながら、腕と肩をリラックスさせておくためには、上肢の骨格の位置関係を適切に保つこと。それと同時に、筋肉を硬直させないための高度な自己観察能力が必要とされる。すなわち『じっと見る』という心得は、身体のある部分に『気』をつけておくための技術に他ならない。』という。矢田部英正『たたずまいの美学』中央口論新社、2011年9月25日、77～78頁。
 - 10) 関連する国内の研究として、例えば、森永道夫編『芸能と信仰の民族芸術』(和泉書院、2003年)、があるが、伝統芸能の身体技法の内在的な分析まで行っていない。他方、身体技法について、堀雄紀『身体技法の伝承における言語の役割：ヴォイス・トレーニングを例として』(『教育学研究』第84巻第3号、2017年)は、分析対象が「発声」という領域ではあるが身体技法の言語化という点では本論に比較的近い研究として位置づけることができる。
 - 11) 現象学的還元とは、フッサールの哲学の用語で、自然的な態度の根底にある根強い習性をいったん停止し、意識の根底にある世界の根源的なあり方を露呈させる手法を指し、廣松渉ほか編『岩波哲学・思想辞典』岩波書店、1998年、461～462頁を参照されたい。
 - 12) 矢田部 (2011) は『日本人と西洋人とは歩き方が異なる』という、人間の基本的動作の歩行が異なれば、身体論や舞踏論も異なると推測する。矢田部英正『たたずまいの美学』中央口論新社、2011年9月25日、9頁。
 - 13) 笹原亮二『三匹獅子舞の研究』思文閣出版、2003年、21頁。
 - 14) 笹原亮二『三匹獅子舞の分布』『国立民族学博物館研究報告』第26巻、第2号、2001年、171頁。
 - 15) 図1 (上田地区三頭獅子分布図) 遠山実月 (長野大学環境ツーリズム学部学生) 監修。
 - 16) 取材日2017年11月29日、2017年12月6日。
 - 17) 取材日2017年12月2日。
 - 18) 取材日2017年12月17日。
 - 19) 取材日2017年12月21日。
 - 20) 見学日2017年7月30日。
 - 21) 写真1 (上田市指定文化財指定書) 撮影者松田和彦 撮影日2017年11月29日。
 - 22) 上田市誌編さん委員会編『上田市誌 文化財編27』上田市誌刊行会、1999年2月9日、189頁。
 - 23) 小林幹男『祈りの芸能 信濃の獅子舞と神楽』信濃毎日新聞社、2006年、147頁。
 - 24) 取材日2017年11月29日。
 - 25) 取材日2017年12月17日。
 - 26) 小林幹男『祈りの芸能 信濃の獅子舞と神楽』信濃毎日新聞社、2006年、146頁。
 - 27) 上田市誌編さん委員会編『上田市誌 民族編3』上田市誌刊行会、2002年3月1日、138頁。
 - 28) 取材日2017年12月6日。
 - 29) 生島足島神社『延喜式内名神大社生島足島神社恒例祭事儀式表』2018年1月1日。
 - 30) 2017年12月17日の取材の中で、児玉賢一氏によれば「各種行事・祝賀会等でも依頼され演じた」ということから判断すると7月最終日曜日の他にも、依頼されれば演ずるとのことである。
 - 31) 上田市誌編さん委員会編『上田市誌 文化財編27』上田市誌刊行会、1999年11月1日、189頁。
 - 32) 峯岸三喜蔵『峯岸三喜蔵写真集 獅子の詩 日本の三匹獅子舞』けやき出版、1998年、143頁。
 - 33) 取材日2017年12月2日。
 - 34) 公会堂と公民館は同じ建物であり通称公民館と呼ばれていることから以下公民館と記す。
 - 35) 「各種行事・祝賀会等でも依頼され演じた」ということから判断すると依頼されれば依頼先舞台で演ずることもある。
 - 36) 峯岸三喜蔵『峯岸三喜蔵写真集 獅子の詩 日本の三匹獅子舞』けやき出版、1998年、143頁。
 - 37) 上田市誌編さん委員会編『上田市誌 文化財編27』上田市誌刊行会、1999年11月1日、189頁。

- 38) 小林幹男『祈りの芸能 信濃の獅子舞と神楽』信濃毎日新聞社、2006年、146頁。
- 39) 神社への奉納米を作る田。
- 40) 神様の供物として稲を植える祭り。
- 41) 写真2・3・4 (最も古い獅子頭) 撮影者松田和彦 撮影日2017年11月29日。
- 42) 取材日2017年12月6日。
- 43) 取材日2017年12月2日。
- 44) 上田市誌編さん委員会編『上田市誌 文化財編27』上田市誌刊行会、1999年2月9日、189頁。
- 45) 小林幹男『祈りの芸能 信濃の獅子舞と神楽』信濃毎日新聞社、2006年、147頁。
- 46) 取材日2017年12月21日。
- 47) 図2 (行列図) は松沢和宏氏の聞き取りの元、松田和彦が作成 取材日2017年12月21日。
- 48) 2017度以前の行列順は不明。
- 49) 峯岸三喜蔵『峯岸三喜蔵写真集 獅子の詩 日本の三匹獅子舞』けやき出版1998日、143頁。
- 50) 小林幹男『祈りの芸能 信濃の獅子舞と神楽』信濃毎日新聞社2006年、147頁。
- 51) 取材日2017年12月6日。
- 52) 見学日2017年7月30日。
- 53) 図3 (扮装・捕り物図解) 松田和彦監修・遠山実月 (長野大学環境ツーリズム学部学生) 編集・山崎美和 (長野大学環境ツーリズム学部学生) 作画。
- 54) 写真5・6・7撮影者松田和彦 撮影日2017年12月7日。
- 55) 写真8、撮影者松田和彦 撮影日2017年12月8日。
- 56) 写真8、撮影者松田和彦 撮影日2017年12月8日。
- 57) 写真8・9、撮影者松田和彦 撮影日2017年12月8日。
- 58) 写真8・10、撮影者松田和彦 撮影日2017年12月8日。
- 59) 写真11、撮影者松田和彦 撮影日2017年12月7日。
- 60) 撮影者松田和彦 撮影日2017年12月7日。
- 61) 上田市誌編さん委員会編『上田市誌 文化財編27』上田市誌刊行会、1999年、1999年2月9日、189頁。
- 62) 上田市誌編さん委員会編『上田市誌 民族編3』上田市誌刊行会、2002年3月1日、140頁。
- 63) 小林幹男『祈りの芸能 信濃の獅子舞と神楽』信濃毎日新聞社、2006年、146~147頁。
- 64) 取材日 2017年12月17日。
- 65) 峯岸三喜蔵『峯岸三喜蔵写真集 獅子の詩 日本の三匹獅子舞』けやき出版 1998年、143頁。
- 66) 小林幹男『祈りの芸能 信濃の獅子舞と神楽』信濃毎日新聞社、2006年、147頁。
- 67) 取材日2017年12月16日。
- 68) 取材日2017年12月16日。
- 69) 筆者の憶測であるが後世に伝えるためにあえて意味付けをしたであろう。児玉賢一氏の伝承者としての熱意と姿勢に敬意を表する。
- 70) 図4 (踊りの配置図) 松田和彦監修・遠山実月 (長野大学環境ツーリズム学部学生) 編集。
- 71) 小林幹男『祈りの芸能 信濃の獅子舞と神楽』信濃毎日新聞社、2006年、147頁。
- 72) 取材日2017年12月16日。
- 73) 小林幹男『祈りの芸能 信濃の獅子舞と神楽』信濃毎日新聞社、2006年、147頁。
- 74) 見学日2017年7月30日。
- 75) 田口光一『祭と三頭獅子 一次世代へ正しく伝えていくために-』三頭獅子舞保存会、2001年2月28日。
- 76) 上田市誌編さん委員会編『上田市誌 文化財編27』上田市誌刊行会、1999年2月9日、189頁。
- 77) 取材日2017年12月6日。
- 78) 氏子総代長の意見を尊重し格調を基本に躍動、静寂であると推察した判断である。
- 79) 上田市誌編さん委員会編『上田市誌 文化財編27』上田市誌刊行会、1999年2月9日、189頁。
- 80) 小林幹男『祈りの芸能 信濃の獅子舞と神楽』信濃毎日新聞社、2006年、147頁。
- 81) 取材日2017年12月21日。
- 82) 図5 (口唱歌) とは、笛、太鼓の響きを言葉に表したもので、音楽という楽譜である。これを覚えると、踊りが踊れる、笛がふける、太鼓が叩けるという日本独特の伝承法である。松沢和宏氏提供、2017年12月21日、作者不明。
- 83) 取材日2017年12月21日。
- 84) 小林幹男『祈りの芸能 信濃の獅子舞と神楽』信濃毎日新聞社、2006年、147頁。
- 85) 取材日2017年12月17日。
- 86) 見学日2017年7月30日。
- 87) 峯岸三喜蔵『峯岸三喜蔵写真集 獅子の詩日本の三匹獅子舞』けやき出版、1998年、143頁。
- 88) 小林幹男『祈りの芸能 信濃の獅子舞と神楽』信濃毎日新聞社、2006年、147頁。

- 89) 上田市誌編さん委員会編『上田市誌 文化財編 27』上田市誌刊行会、1999年2月9日、189頁。
- 90) 取材日2017年12月6日。
- 91) 小林幹男『祈りの芸能 信濃の獅子舞と神楽』信濃毎日新聞社、2006年、146頁。
- 92) 上田市誌編さん委員会編『上田市誌 文化財編 27』上田市誌刊行会、1999年2月9日、189頁。
- 93) 取材日2017年12月2日。
- 94) 田口光一『祭と三頭獅子 一次世代へ正しく伝えていくために一』三頭獅子舞保存会 2001年2月28日。
- 95) 保存会としての役割を果たそうとする姿勢であろう。加えて他の三頭獅子は庭先で舞うことを基本としていることに比べ、下之郷三頭獅子は生島足島神社内の神楽殿が舞台であることは貴重である。
- 96) 高岡英夫『意識のかたち 現代に蘇る天才の秘密』講談社、1995年9月25日、30頁。
- 97) 高岡英夫『武蔵とイチロー』小学館、2003年1月1日、120頁、121頁。
- 98) 池見酉次郎『肚・もう一つの脳 究極の心身健康法』1998年12月25日、潮文社、163頁。
- 99) 矢田部英正『たたずまいの美学』中央口論新社、2011年9月25日、175、176頁。
- 100) 矢田部英正『たたずまいの美学』中央口論新社、2011年9月25日、178頁。
- 101) 矢田部英正『たたずまいの美学』中央口論新社、2011年9月25日、55～56頁。
- 102) 新藤貴美子「民族舞踊の身体技法：黒川さんさ踊り『庭ならし』を例に」『年報いわみざわ』第15号、1994年3月、77頁。
- 103) 横山直也、百鬼史訓「剣道の中段の構えにおける左足先方向が足底力と正面打撃動作に及ぼす影響について」『武道学研』1984年2月16日、18頁。
- 104) 金城光子、花城洋子「舞踊動作の表現リズムに関する研究〔Ⅱ〕琉球舞踊・日本舞踊・インド舞踊の筋放電及び呼吸パターンについて」『琉球大学教育学部紀要』第24集、1980年6月30日、78頁。
- 105) 堀切紋子「素足で踊る舞踊のための技術としての『回転』『舞踊学』第29号、1998年、50頁。
- 106) 野瀬清喜、大保木輝雄、野瀬英豪「武道の伝統的な行動のしかたについて」『埼玉大学紀要教育学部（教育科学Ⅱ）第51集、2002年、92頁。
- 107) 小森君美『ナンバの効用 整体動作がカラダを変える』徳間書店、2004年9月15日、20～21頁。
- 108) 新藤貴美子「民族舞踊の身体技法：黒川さんさ踊り『庭ならし』を例に」『年報いわみざわ』第15号、1994年3月、77頁。
- 109) ⑤トロヒヤ、⑥天竺の動作分析で説明する。
- 110) 写真モデル 下之郷三頭獅子舞保存会会長 渡辺正博（三頭獅子踊り歴40年）、撮影者大山豊彦（長野大学環境ツーリズム学部学生）、撮影日2017年12月2日。
- 111) 下之郷三頭獅子舞保存会『下之郷三頭獅子教材用DVD』下之郷三頭獅子舞保存会制作、2001年9月20日。
- 112) 撮影日2017年12月2日、撮影者大山豊彦（長野大学環境ツーリズム学部学生）。
- 113) 久保健・新藤貴美子・高橋和子・原田奈名子・三上賀代『『からだ』を生きる 一身体・感覚・動きを開く5つの提案一』創文企画、2001年1月10日、202～203頁。

引用文献

- 1) 生島足島神社『延喜式内名神大社生島足島神社恒例祭事儀式表』生島足島神社、2018年
- 2) 上田市誌編さん委員会編『上田市誌 文化財編27』上田市誌刊行会、1999年。
- 3) 上田市誌編さん委員会編『上田市誌 民族編3』上田市誌刊行会、2002年。
- 4) 池見酉次郎『肚・もう一つの脳 究極の心身健康法』1998年。
- 5) 延喜式内名神大社『生島足島神社 恒例祭事儀式表』2018年。
- 6) 小林幹男『祈りの芸能 信濃の獅子舞と神楽』信濃毎日新聞社、2006年。
- 7) 金城光子、花城洋子「舞踊動作の表現リズムに関する研究〔Ⅱ〕琉球舞踊・日本舞踊・インド舞踊の筋放電及び呼吸パターンについて」『琉球大学教育学部 紀要』第24集、1980年。
- 8) 久保健・新藤貴美子・高橋和子・原田奈名子・三上賀代『『からだ』を生きる一身体・感覚・動きを開く5つの提案一』創文企画、2001年。
- 9) 小森君美『ナンバの効用 整体動作がカラダを変

- える』徳間書店、2004年。
- 10) 斎藤孝『身体感覚を取り戻す』日本放送出版協会、2000年。
 - 11) 笹原亮二『三匹獅子舞の研究』思文閣出版、2003年。
 - 12) 笹原亮二「三匹獅子舞の分布」『国立民族学博物館研究報告』第26巻、2001年。
 - 13) 新藤貴美子「民族舞踊の身体技法：黒川さんさ踊り『庭ならし』を例に」『年報いわみざわ』第15号、1994年。
 - 14) 高岡英夫『意識のかたち 現代に蘇る天才の秘密』講談社、1995年。
 - 15) 高岡英夫『武蔵とイチロー』小学館、2003年。
 - 16) 田口光一『祭と三頭獅子 一次世代へ正しく伝えていくために』三頭獅子舞保存会、2001年。
 - 17) 中森孜郎『民部教育の探求 日本の子どもに日本の踊りを』大修館書店、1990年。
 - 18) 野瀬清喜、大保木輝雄、野瀬英豪「武道の伝統的な行動のしかたについて」『埼玉大学紀要教育学部（教育科学II）第51集、2002年。
 - 19) 廣松渉ほか編『岩波哲学・思想辞典』岩波書店、1998年。
 - 20) 堀切綾子「素足で踊る舞踊のための技術としての『回転』」『舞踊學』第29号、1998年。
 - 21) 堀雄紀『身体技法の伝承における言語の役割：ヴォイス・トレーニングを例として』『教育学研究』第84巻第3号、2017年。
 - 22) 峯岸三喜蔵『峯岸三喜蔵写真集 獅子の詩 日本の三匹獅子舞』けやき出版、1998年。
 - 23) 森永道夫編『芸能と信仰の民族芸術』和泉書院、2003年。
 - 24) 安田登『日本人の身体能力を高める『和の所作』』マキノ出版、1998年。
 - 25) 矢田部英正『たたずまいの美学』中央口論新社、2011年。
 - 26) 養老孟司『日本人の身体観の歴史』法藏館、1996年。
 - 27) 横山直也、百鬼史訓「剣道中段の構えにおける左足先方向が足底力と正面打撃動作に及ぼす影響について」『武道学研』第16巻第2号、1984年。