



NCS  
Japanchess.org  
2021.12.1

# NCS Letter 33

"While all artists are not chess players,  
all chess players are artists."

- Marcel Duchamp

## NCS 理事選挙立候補者紹介 JAPAN OPEN 2021 ほか



# #33

03 | NCS 理事選挙  
1月に行われる選挙方法について

04 | NCS 理事選挙 立候補者紹介  
権田 源太郎 / 真鍋 浩 /  
小笠 誠一 / 遠山 玲央

08 | JAPAN OPEN 2021  
神田 大吾 / 黒坂 雄基

11 | NCS Sunday Cup 2021  
GP6 レポート  
神田 大吾

13 | ハロウィンチェス大会 レポート  
編集部

14 | ルーキーズチェス レポート  
黒坂 雄基

15 | 名局から学ぶ必修パターン  
～オクトパス・ナイトで締め上げろ～  
山田 弘平

19 | From Tyler's Desk:  
Chess and Fitness  
Scott, Tyler

23 | 初心者向け講座(7)  
坂井 延寿

25 | チェス大会 in アメリカ  
上杉 賀子

26 | Theme and Variations(10)  
前嶋 啓彰

28 | Information  
12月の配信予定表など

30 | 編集後記



# NCS理事選挙

## 1月に行われる選挙方法について

**投票日：1月15日(土)**

**投票時間帯：17時~22時**

12月中旬に、投票資格をお持ちのNCS会員宛にメールを送ります。

送られてくるメールに返信の形で投票希望であることを知らせてください。

投票に関して使われるメールアドレスは [NCSelection2021@gmail.com](mailto:NCSelection2021@gmail.com) です。

メールの返信には ①**フルネーム** ②**NCS ID** を忘れずに書いてください。

11月10日時点で会員であった方に投票資格があるものとします。

送信したメールへのNCSからの返信をもって投票権の確定とします。

投票はオンラインプログラム simply votingにて行われます。

投票はオンラインでのみ可能であるためネット環境が必要となります。

選挙については選挙管理委員が監督します。

**選挙管理委員： 黒坂雄基 (N09111424) 塩見亮 (N00420790)**

### 選挙管理委員について

今回の理事選挙はNCS2年目において、大きな転機となることは間違いありません。

組織というのは理事の意向によって、組織自体の前進後退が大きく左右されるからです。その理事を決めるにあたってNCS全体として重要なポイントは、NCS会員にとって、「公正公平な選挙がオープンに行われていること」となります。

立候補者の中にはNCS会員のよく知っている人もいるかもしれませんが。それは現在NCSを運営をしているメンバーも例外ではありません。しかし運営しているメンバーの付度がある中で選挙を行っても、公正公平な選挙は実現致しません。

それぞれの立候補者、投票権を持っているNCSメンバー全員に対して平等に考え、「公正公平な選挙がオープンに行われていること」を念頭に選挙を遂行する人が、すなわち選挙管理委員となります。

チェスの世界でアービターが基準であり、絶対であるのと同様の立ち位置と考えてください。



# Gonda, Gentaro

## 権田 源太郎

1950年生まれ（71歳） 神奈川県在住  
 1973年3月 慶應義塾大学経済学部卒業  
 同年4月（株）トーマン入社  
 1977年9月 同社退職。権田金属工業株式会社（伸銅品製造販売、不動産賃貸）入社  
 1983年11月より同社代表取締役社長  
 外部団体役職  
 日本伸銅協会理事 過去副会長2回  
 日本銅センター監事  
 神奈川経済同友会 幹事  
 褒章  
 2020年 旭日単光章受章

### 著書

「挑戦するチェス」 中央公論事業出版刊 2001年  
 「はじめてのチェス」 中央公論事業出版刊 2002年

### チェス略歴

1969年12月当時の日本チェス協会入会。  
 以来、全日本チャンピオン12回。世界選手権（個人戦）第10ゾーン代表1回、チェスオリンピアード代表4回。  
 チェスではほとんどプレーに専念していましたが、1980年前後の一時期は松本氏の依頼で5人ほどで運営委員のようなことをやっていました。当時は大会も多く参加者がいました。今日までに数回チェスが盛り上がりそうな時期がありましたが、うまく生かせていません。

NCSの会報発行や会員の管理、大会運営など以前の団体の時と比べ格段に良くなっていると思います。これをヒーバート・由美子さんと山田さんの二人の理事を中心に10数名のボランティアの方で行われているのは素晴らしいことだと思います。

私は長年チェスをやって来て、楽しいこともたくさんありましたし、いろいろ勉強になることもありました。チェスに対する恩返しもかねて、NCSがこれからさらに発展するために貢献したいと思い、理事に立候補いたしました。

はじめにお断りしておかなくてはなりませんが、私の英語は簡単な会話程度で、英語を使っているの交渉には不十分です。また現役の社長のためすべてのイベントに参加することは難しいと思います。ただし、チェスをやる方には英語の堪能な方も多く、またいろいろな役をやって頂ける方も多いと思っています。そういう方たちと一緒に協力しながらNCSをさらに発展させたいと思います。長年経営者としてやってきて、失敗もありましたが、組織運営や会の発展、人材登用などにおいて、経営者としてやってきた知識、経験と、今まで培ってきた人脈は、必ずやお役に立てると思っています。

一般社団法人NCSが日本のすべてのチェスプレイヤーを代表す

る組織としてやるべきことは、大きく分けて次のようなことだと考えます。

1. 会員相互の交流の場を作ること
2. 会員の数を増やすこと
3. トッププレイヤーのレベルを上げること
4. F I D Eをはじめ海外の団体との交流を図ること

そのためには、まず一般社団法人としての会の運営を強固にしていく必要があります。初めのうちは無給のボランティアが中心にならざるを得ないと思いますが、複数名の理事と監事が必要ですし、会計監査も必要です。また、いろいろな役割を果たして頂けるスタッフも必要になります。もちろん会の理念や目標に賛同して頂ける方を募る必要があります。会の方針決定や大会運営、会報発行、会員管理等々、やるべきことはいろいろあると思いますが、チームワークよく力を合わせて取り組んでいきたいと思っています。

会員数を増やすことに関しては、来るものは拒まずはもちろんのこと、まだNCSに入っていない、いろいろなチェスの会に入会を求めているかどうかと思います。「仲間が多いほど楽しい。」「仲間が多いほど強くなれる。」の精神でやればと思い

ます。もちろんこれも会の理念と目標に賛同して頂くことが前提ですが。

組織をより良く、しっかりとしたものにするには、資金面の充実が欠かせません。会員拡大や大会の主催はそのためにも必要です。

会員が増え、大会参加者が多くなれば、スポンサーを募ることも可能になります。外部のいろいろな方と話していて、一般の方が持っているチェスのイメージはかなり良いものです。藤井さんの活躍で将棋に大変注目が集まり、若い人の関心が高まっていますが、チェスの持つ国際性やスピーディーな試合運び、プロアマの壁のないオープンかつ世界的な広がりなど、地道に啓蒙を続けていけばさらに普及させることは可能です。

コロナ前のチーム戦などは多くの参加者が集まり、インパクトがありました。スポンサーを募るに関しては、将来的に私の人脈も役に立てると思います。

理事に選んで頂いた際には、お手伝いして頂ける方と協力しながら、先頭に立って会を盛り上げていきたいと思っています。



# Manabe, Hiroshi

## 真鍋 浩

1966年生まれ(55歳) 東京都在住

学歴：1989年 東京大学理学部卒

2002年米国バンダービルト大学経営大学院卒

職歴：1989年 住友銀行(現三井住友銀行)入行

同行 経営企画部付部長、マーケティング戦略室長、  
リテール統括部付部長等を経て

2015年より SMBC信託銀行

同行 執行役員経営企画部長、執行役員人事部長等を経て

現在 執行役員コーポレートスタッフ部門副担当

主なチェス入賞歴：

2007年 東京オープン3位、快速選手権4位

2008年 ジャパンリーグ2位、ジャパンオープン4位

2010年 全日本百傑戦4位、快速選手権4位、チーム選手権優勝

2017年、2018年 シニア選手権連続優勝

### 自己紹介

私のチェス歴は約25年ですが、本格的にトーナメントに出始めたのは米国留学中の2001年で、地元のナッシュビル・チェスセンターに入会し、市の大会でも優勝しました。日本に帰国後は、継続的にJCAの大会に参加し、2007年以降、2000点超のレーティングを維持して来ました。過去の大会では、何度か上位入賞を経験し、また直近では2017年と2018年にシニア選手権で優勝しました。地域クラブは北千住チェスクラブ（旧名称：松戸チェスクラブ）に所属し、チーム選手権ではリーダーを務めて来ました。また、日本唯一のチェスプロブレムの専門誌「プロブレムパラダイス」誌の編集にも長年携わって来ました。

私は今年55歳になり、これからはプレイヤーとしての活動は縮小し、NCSの組織運営や大会運営を通じてチェス界に貢献、恩返しがしたいと考え、今回の立候補に至りました。

### 理事職務の遂行

選挙要綱に記載されている通り、理事は様々なスキルが求められ、かつ多様な職務を精力的に遂行して行く必要があります。

まず、英語力に関しては、海外留学（米国）や海外勤務（シ

ンガポール）経験の他、企業買収を含む豊富な英語での交渉経験があります（TOEICは985点）。ヒーバートさんが築いて来られたFIDEとの良好な関係を維持・強化し、日本のプレゼンス向上や、国際資格取得者の増加、組織運営や大会運営へのグローバル視点の取り入れといったNCSの活動を一層推進して行きたいと考えています。

判断力や組織運営力に関しては、銀行勤務で経験して来た経営企画・人事・新規事業等、様々な知見をNCSのこれからの運営に活かすことができると考えています。特にNCSは、年齢・性別・国籍・棋力等、非常に多様な人々の集まりであり、理事には強いリーダーシップが求められます。私は長年、大きな組織の管理職・経営職を務めて来ており、NCSの理事としても、強いリーダーシップを持って、職務に当たりたいと思います。

またNCSの特長のひとつは、インターネットの活用にあると思います。会報発行を含む会員とのオンライン・コミュニケーションや、オンライン大会の開催は、今後も強化推進して行く必要があると思います。私はネットマーケティングの実務経験も含めて、豊富な経験とスキルを持ち合わせていますので、これを活かして、一層の取組強化を図って行きたいと思います。

### 今後の抱負

2019年に立ち上がったNCSはヒーバート由美子さんと山田明弘さんのリーダーシップでこれまで順調に発展して来ました。まだ歴史の浅い組織であり、後任の理事はNCS創設の理念を共有し、継続性を重視して組織運営を行うことが重要であると考えます。幸いにも私は、ヒーバートさんとも山田さんともこの3年間良くコミュニケーションを取らせていただいております。チェスに対する想いや価値観は共有できる部分が大きいと思っています。円滑に運営を引き継いだ上で、更にNCSをより大きく活発な組織としていく為に、例えば、会員の皆さまの意見を伺い、日本のチェス界の目指す姿（ビジョン）を定め、そこに至るアクションプランを決め、それを皆さまと共に着実に実行して行く、そのような理事としての活動を行いたいと考えています。

チェスに対する熱い思いを持ち、運営に関する透明性を保ち、会員の皆さんとの公平なコミュニケーションを続けることで、チェスを楽しむ人々のコミュニティを、より活発でより大きなものにして行きたいと思っています。

# Ogasa, Seiichi

## 小笠 誠一

1954年生まれ（67歳） 千葉県在住  
 1979年3月 慶應義塾大学 経済学部 卒業  
 1980年4月 権田金属（株） 入社  
 1981年3月 権田金属（株） 退職  
 1981年7月 日本信販（株）（現 三菱UFJニコス（株）） 入社  
 2007年12月 三菱UFJニコス（株） 主査で 退職  
 2008年12月 東京海上日動火災保険（株） 入社（損害サービス主任）  
 2017年6月 東京海上日動火災保険（株） 定年退職  
 2017年7月 （株）東京海上日動キャリアサービス 入社（派遣社員として前職務をパート勤務）

チェスの経歴  
 1977年 3月 慶應大学チェスクラブ入部（チェスを本格的に始める。）  
 1994年 柏サンキンキングチェスサークル（現北千住チェスクラブの前進）を設立。  
 1994年 チェス 3 段取得（日本チェス協会）  
 2005年 静岡チェスサークルを設立。  
 2008年 『チェス戦略大全Ⅰ』（翻訳本）を出版。  
 2010年 『チェス戦略大全Ⅱ』（翻訳本）を出版。  
 2013年 松本メモリアルゴールデンオープンで優勝。  
 2015年 「チャレンジ4」で初心者コースのレッスン講師を始める。  
 2019年 クリスマス・チェスパーティで優勝。  
 2019年 テレビドラマ『相棒』（テレビ朝日）のチェス指導を担当。  
 2020年 千葉チェスクラブの代表となる。  
 2021年 『チェス戦略大全Ⅲ』（翻訳本の完結）を出版。

私は昨年（2017年）の10月、心筋梗塞による心肺停止状態となり、外出先で倒れ、生死の狭間をさまよいました。

しかし大変幸運なことに、倒れた直後から、迅速で的確な救命措置が施されました。

そして私は奇跡的に一命をとりとめ、また後遺症もなく現在に至っています。

私はこれを天に生かされた命と思っています。

この頂いた命を日本チェス界の発展に捧げていきたいと強く思い、応募に至りました。

今日日本チェス界に求められているものは会員の増加です。いかに増やすかが喫緊の問題です。会員がチェスをできる環境を作ることが急務です。幸いなことに今もチェス活動をしているクラブないし休止しているクラブがたくさんあります（登録クラブ以外）。そうしたクラブをNCSに取り込むことが必要です。そうした活動家に働きかける繋がりを私小笠は持っていますしそれを十二分に発揮したいと思っています。また新たにクラブを作ることの支援も必要です。また関連各種団体の連携が

必要です。（JOCへの任意団体復帰など）

このことはクラブ活動ばかりでなく今まで歩んできた人生の人のつながりある（高校・大学）同窓生（例えば「チェス戦略大全」の出版社社長など）に日本チェスへの支援・協力を仰ぐことは吝かではありません。

以上 応募理由・経歴を述べました。どうぞよろしくお願い致します。

# Toyama, Leo

遠山 玲央

1981年生まれ（40歳） 東京都在住  
2005年3月 慶應義塾大学法学部政治学科卒業  
2011年4月 早稲田大学印欧語研究会入会  
2013年5月 早稲田大学印欧語研究会中退

## 職歴

2001年10月 メーリングリスト配信開始  
2007年7月 個人投資家開始

## 資格

2007年12月 日仏ギリシア・ローマ学会会員  
2013年6月 居合道初段合格  
2020年8月 ジャーナルルポ『CKOYする世界』出版  
2020年10月 同英訳を自分で出版  
2021年10月 続編『CKOYのトリセツ』出版

## 特技

クラシックギター 35年  
ラテン語(英仏語併用) 10年  
テニス 25年

初めまして、遠山玲央と申します。40才、チェスでは中盤の殴り合いが得意です。

私はNCSの前身である日本チェス協会にも所属していました。渡井さんとも面識があります。日本チェス協会では小6の時にGWオープンで知り合った同い年の男の子(現:英国屋の社長)と中学受験を経て中学で(慶應義塾中等部)で再会した思い出があります。そうしたエリート子女の交流の場は新組織NCSでも提供可能と考えています。

私は父(最終レーティング1635)と何度も公式戦を戦いました。4年前のGWオープンでやっと父に勝利する事ができ、父からも一目置かれる存在になれたと自負しています。そうした親子の交流の場としてもNCSは機能すると考えています。

大学時代は専攻していた国際政治学と趣味の法学とギターのサークル運営に打ち込んでおりました。在学中から始まる今までの15年の私の活動は私の著作物『CKOYする世界』を読んで頂ければご理解頂けると思います。投資家兼ジャーナリストとして激動のグローバルマーケットから生活資金を調達しながら生存・自活できた事で、国際感覚や駆け引き・組織マネジメントに関して経験に裏打ちされた

確固たる自信を持つようになりました。

そして、本を上梓してその活動がひと段落したタイミングで、ひょんな機会にWikipediaに記載のあった『Deep BlueVSカスパロフ』の棋譜を自分なりに分析して感動し、今まで鍛えた学識・美学を集中して一念発起しチェスのグランドマスターを目指そうとNCSに加入しました。しかしよくよく考えてみると、プレイヤーとしてよりは組織運営の面でチェス文化に貢献できる理事の方が性に合っていると考えられるようになりました。

現在のチェス界隈はオンラインが主流と聞きます。オンラインで行われるイベントを逐次フォローし共有しつつ、オフラインでの会員同士あるいは凡そチェスプレイヤーのコミュニケーションを促進する触媒となる事がNCS理事には求められると考えます。その点において、私の情報収集能力とコミュニケーション能力はまさに適任と考えます。

また、私はトラブルコントラクターとしても有能です。世界政治におけるコンフリクトを取り巻く政治力学的論理を解明しその解決策を提示した私のジャーナルルポ『CKOYする世界』は、20世紀世界を総括し21世紀

の開闢を記念する上で政治史においてとても有益であると考えています。チェスの組織を運営する上で生じ得るトラブルについても同様に、その原因と経過に論理的にアプローチし事態を改善する癒しの方策を提示できると思います。

英語力に関しては、大学院(ただし非正規学生として)でラテン語原典を英仏語訳を併用して読みこなすカリキュラムを父(早稲田大学名誉教授)の指導の元、習得しました。英会話に関しては実践する機会が余りなかったため未知数ですが、readingとwritingのスキルは既に備わっておりメールやチャットでならば十全に対応可能です。またBBCやCNBCなどの英語ニュースを視聴している時間が多く、hearingスキルについても不安はありません。

またパソコンスキルに関しては時代の最先端のツールを駆使する事ができます。Youtube個人チャンネルは再生回数30万超・登録者数2000人超ありまして(チェス関連の動画ではありませんが)、Twitterでは常に世の中の出来事に気を配っています。

NCS会員の皆様におかれましては、是非、私・遠山玲央をNCSの新しい理事に選出して頂きたく、よろしくお願い致します。





November 20 (Sat) – 23 (Tue), 2021

Venue: Shinagawa Ward General Kumin Hall "Kyurian" (Across from JR Oimachi Station), Tokyo  
("Daikaigi-shitu" 6th floor and other rooms)

Time Control: 90min+30sec/move, 7Rounds, Swiss, NCS and FIDE rated

# JAPAN OPEN 2021



11月20日(土)から23日(火・勤労感謝の日)の4日間、ジャパンオープンが開かれました。毎年秋に行われる伝統の大会ですが、昨年はコロナ禍で中止となり、2年ぶりの開催です。OTBを待ちわびた70名が東京大井町駅そばの「きゅりあん」に集いました。IM小島慎也、FM山田弘平、FM青嶋未来、CM Tran, Thanh Tu、CM松尾朋彦、WCM小島なつみ、WCM坂井あづみ、とタイトルホルダーが7名も参戦し、全日本選手権さながらの豪華な顔ぶれとなりました。持ち時間は90分+30秒/手、7Rスイス式で行われるNCSとFIDE公式戦です。



## DAY 1-2

20日10時30分に第1R開始。大会の初戦にはアップセットが起これやすいもので、今年のジャパンオープンも例外ではありませんでした。岡部悠真1454が1933に勝ち、田中智1346が1927に勝ち、岡山涼大1566が2036からドローをもぎ取る波瀾の幕開けとなりました。

翌21日午後の第4Rが終わった時点でTu、青嶋、Asaka、Samuelが全勝4ポイント(p)で同率首位。続いて、この第4Rの直接対決で引き分けた小島と山田(弘)が3.5pで追いかけます。



## DAY 3



3日目の22日、大会が動きます。午後の第6Rにおいて、そこまでただ一人5戦全勝で首位を走るTuと、0.5p差で2位の小島がぶつかり、勝った小島が入れ替わって首位に立ちました。

終局直後、アービターに結果報告を済ませると、勝った小島はさっと席を立ててその場を離れますが、敗れたTuは座ったまま、うつろな視線で盤面を見るときも見たまま、立ち上がれません。勝者と敗者で明暗がくっきりと分かれた様子を、中継カメラは残酷なまで克明に映し出すのでした。

## DAY 4

翌23日が最終日です。第7R開始時点の状況は5.5pの小島がトップで、次いで5pにTu、山田(弘)、大多和優斗、篠田太郎。彼らが相互に当たるサバイバルマッチです。

トップボードの小島は篠田の頑張りを突き破れずにドロー。2番ボードの山田(弘)も大多和とドローになる一方、3番ボードのTuは松尾に勝って小島と同じ6pに並びましたが、タイブレークで一歩及ばず。結果は次頁のとおりです。



## Results

**1位** 小島慎也 (2022年のチェスオリンピック日本代表に内定)

**2位** Tran, Thanh Tu

**3位** 山田弘平

**4位** 青嶋未来

**5位** 大多和優斗

**6位** 篠田太郎

**7位** 塩見亮

**8位** 東野徹男

**9位** 中村尚広

**10位** 大塚翔生

この10名が来年の全日本選手権シード権を取得。

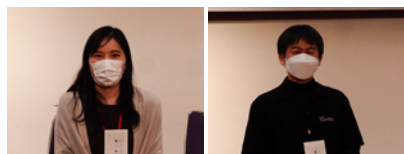
**女子1位** 坂井あづみ (2022年のチェスオリンピック日本代表に内定)

**女子2位** 賈雲茜 (Jia Yunxi)

**ジュニア(U-18)1位** 岡部悠真

**シニア(O-50)1位** 義之岳史

この4名が来年の全日本選手権シード権を取得。



## 1800未満部門入賞者

**1位** 大西弘祐

**2位** 高橋英晃

**3位** 山田真明

**4位** 石塚美来

**5位** Heckel, Markus

**6位** Clark, Domenic

**7位** 中澤亮



今年のジャパンオープンでは、トップボードのゲームの様子が3台のカメラで中継され、毎ラウンド、多くの視聴者が訪れて、熱い戦いの一部始終を観戦しました。大会に出場した皆さん、アービターほか運営関係者の皆さん、YouTubeから選手に声援を送った視聴者の皆さん、お疲れ様でした！

(文／神田大吾)



## JAPAN OPEN 2021 ライブ中継レポート

Japan Openの  
ライブ配信を終えて

今回ライブ配信の企画、制作をまとめて行った黒坂です。

オンラインでの試合が増えていく一方で、現場でないと味わえない緊張感や選手それぞれの感情が少しでも伝わればと思い、今回やってみましょうよ、と大会3週間前くらいに私が話に挙げたのが発端でした。

実は大会前日時点で音が配信に乗らないトラブルなど、直前までバタバタしておりましたが、何度もテストをした甲斐があって、当日はちゃんと試合の様子をお送り出来たのかな、と思います。

幸いな事に、4日間の大会の中で今回のライブ配信が好評だともお聞きしました。



私自身も視聴者がリアルタイムにチャット欄で検討し合いながら、胸が躍る感覚を肌で感じる事が出来て、チェスはやっぱりスポーツだな、と改めて思いました。

今回は試験的な立ち位置での実施をさせていただきましたが、今後解説者の追加や複数ボードでの実施など、まだ構想はありますし、海

外の配信はより進んでいます。

良いところは取り入れつつ、今後に繋がればと思います。

ただ忘れてはならないのは、良い試合があってこそこのライブ配信なので、選手の皆さんは、4日間本当にお疲れ様でした！

(文／黒坂雄基)



# NCS SUNDAY CUP 2021

## グランプリ第6戦

オンラインで行われるチェス大会、サンデーカップグランプリ予選第6戦が11月14日に開催されました。有資格者16名の内、ファイナルに進めるのは6人です。前回までの総合成績で5位が青嶋未来、6位は馬場雅裕。この2人を追いかけて、7位中村尚広、8位Scott, Tyler、9位東野徹男、10-11位塩見亮と東芝輝臣が逆転を狙います。全日本選手権の優勝経験がある選手でも当落線上という熾烈な競争となりました。

当日YouTubeでの解説はおなじみの篠田太郎。ゲーム展開をこまめに実況しながら、ポーンの形の安全性を「コタツに入ったネコ」にたとえたり、相方のIM池田惇多にさりげなく振って、即席の「IMが教えるIQP講座」(\*)を引き出すなど、真面目で充実した内容を軽妙なトークにくるんで提供し、局面のツボを分かりやすく解説します。未見の方はどうぞアーカイブでご視聴ください。

\*IQPとはIsolated Queen's Pawnの略称で、白はd4、黒ならばd5にポツンと一つだけポーンが残った形を指します。中盤の局面でよく出現する形なので、この形での攻め方と守り方はとても大切です。

1Rと2Rはレーティング上位者がほぼ順当に勝ち上がり、迎えた第3R、今大会で白眉の一局がこちらです。

**Baba, Masahiro**  
**Nanjo, Ryosuke**  
[B15]

1.e4 c6 2.d4 d5 3.Nd2 dxe4  
4.Nxe4 Nf6 5.Nxf6+ exf6 6.c3  
Bd6 7.Bd3 0-0 8.Qc2 Re8+  
9.Ne2 h5 10.0-0 h4 11.h3 Nd7  
12.Bd2 c5 13.Rae1 cxd4  
14.Nxd4 Ne5 15.Bb5 Bd7

16.Bxd7 Qxd7 17.Re4 Ng6  
18.Rfe1 Re5 19.Nf3 Rh5 20.Be3  
b5 21.Rd1 Qc7



駒を手堅くまとめた白に対し、黒はポーンを突き越して大きく展開。対照的な陣形でぶつかり合う戦いがクライマックスを迎えます。

22.Red4 Bc5 23.Rd7 Qb6  
24.R1d6



白のルークが七段目(d7)に入り、斜線(e3-d4-c5-b6)を使ってもう一枚のルークが突入する

(24.R1d6)。この瞬間、白の技が決まったように見えたが...

24...Qxd6(!) 25.Rxd6 Bxd6  
26.Qe4 Rd8 27.Bxa7 Ne5 28.Bd4  
Nxf3+ 29.Qxf3 Rd5 30.Qg4 Be5  
31.Bxe5 Rxe5 32.Qxh4 Rd1+  
33.Kh2 Rd2 34.c4 Rxb2 35.cxb5  
Rexb5 36.Qc4 g6 37.Kg1 Rf5  
38.f3 Rg5 [Time forfeit]

0-1

Q対R+Rの激戦を制した南條が3戦全勝。続く4Rも難敵を53手の長手数で振り切って4連勝。最終戦を待たずに4回目の優勝を決めました。

最終ラウンドの注目は2位争いです。4Rが終わって2.5pで馬場、中村、塩見、Scott、Cabrolの5人が並び、第5Rは彼らの直接対決、ファイナル進出をかけた戦いです。結果は中村 1/2-1/2 南條、塩見 0-1 Scott、馬場 1-0 Cabrolとなり、1位南條に次ぐ2位にScott、3位に馬場、4位中村、5位東芝となりました。

6月6日の第1回から半年にわたり繰り広げられてきたGP予選はこうして全6回が終わり、総合順位は次のページのようになり、グランドファイナルに進む6人が決まりました。最終決戦は12月19日に行われます。予選6回の内、4回で1位となった絶対王者、南條遼介の前に立ちはだかるのは誰か？選ばれし6名による頂上決戦にご期待ください！

## グランプリ順位（最終結果）

Rank	Name	Lichess Name	Final GP Point
1位	南條 遼介	rnanjo	30
2位	山田 弘平	kou88	19
3位	Tran, Thanh Tu	gm3t	18
4位	青嶋 未来	sniper_boy	15
5位	馬場 雅裕	masahirobaba	14
6位	Scott, Tyler	Nobunaga_Oda	14
次点7位	中村 尚広	rye7	9

[グランプリポイントは、予選各回で1位:10点、2位:7点、3位:5点、4位～5位:3点、6位～7位:2点、8位以下:1点のポイントを獲得し、ベスト3回の合計点]

関連リンク：大会会場 <https://lichess.org/swiss/YcVyfGCP> 大会実況 <https://youtu.be/XogyYopC8ko>

## 次の一手 ～チャンピオンに教えてもらおう～

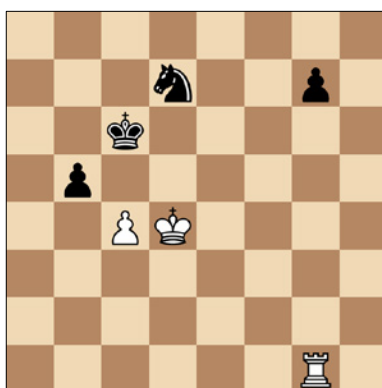
11月14日に行われた第6回グランプリ予選で優勝した南條遼介の実戦から「次の一手」を出題します。チャンピオンが指した手を当ててください。

## 1. ▼黒番



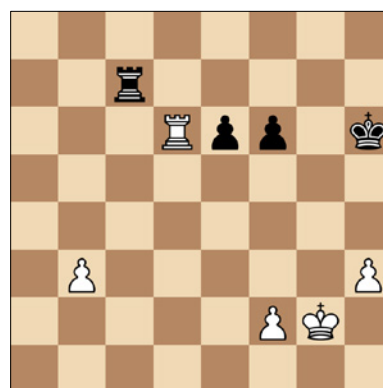
19.Qh4まで。白がクイーン交換を要求してきました（19.Qe4-h4）。どうしますか？ 黒は勝ちたい。勝つための手を探してください。

## 2. △白番



51.Kd4 b5まで。黒が51...b5とポーンをぶつけてきた局面です。駒割りがR対Nなので白が勝勢ではありますが、単にRxc7と黒のポーンを取っていいでしょうか？

## 3. ▼黒番



38.Rd6まで。黒はポーンが1個少ない上、残る2個もむしり取られそうで、苦しい局面です。ひとまず38...Rc7-e7と、取られそうなポーンを守りましょうか？

ヒント：NCSレター先月号（第32号）の「名局から学ぶ必修パターン」

（解答は巻末p.30に掲載）

# Halloween Chess

ハロウィンチェス大会 レポート by 編集部

## 小川トミー優勝

コロナ禍でほとんどのチェス大会が開催中止の憂き目にあいました。3月の大会を最後に半年以上のブランクです。直前の東京チェスフェスティバルは3年連続の中止…。しかし、事態は急に好転し、10月24日に東京「きゅりあん」で5試合の大会を行うことができました。お待たせしました！

持ち時間は15分+10秒/手のラピッドですから集まりはどうかと思いましたが、あっという間に34名の席は埋まりました。大会は小川トミーさんの初優勝でした！ 同ポイントの斎藤寛将さんも優勝者と同じ成績でしたが、全勝以外はタイブレーク使用なので準優勝となりました。Gondhalekarさんもオンライン以外でグループ優勝は初だったそうです。NCSがスタートしたわずか3年前、入賞者はほとんど無名の方々でした。日本チェス界のマグマは地下で活発に動いています。それがトップクラスまで及ぶのはまだ早いでしょうか？

いや、噴火は意外に近いかもしれません。

### オープン

- 1位 - 小川 トミー 4.5
- 2位 - 斎藤 寛将 4.5
- 3位 - 黒田 裕之介 4.0

### U1600 (1600未満グループ)

- 1位 - Gondhalekar, Mayur 3.5
- 2位 - 竹内 惇 3.0
- 3位 - 岡山 涼大 3.0

詳細はチェスリザルツにて > [LINK](#)





ルーキーズ  
チェス

初心者を対象にしたチェス大会

# ルーキーズチェス

Rookies Chess Report

フォトレポート

10月30日（土）に大田区産業プラザ PiO にて、初心者を対象にしたルーキーズチェスを開催致しました！今回は前半後半の2部制での実施でした。その昔、チェスの大会に初めて参加した時のような自分の姿を重ねつつ、今回はアービターのお手伝いとして参加致しました！

厳格なルールがありつつも、老若男女関係なく真剣に試合をしている姿を見るとチェスってやっぱりいいな〜と改めて感じました。アービターは初めての経験でしたが、皆が真剣に試合をしているからこそ、何かあった時には冷静に判断・対応する立場の人が必要なんだと肌で感じました。大会終わりには自分も何年かぶりの試合もしましたが、実際に盤面の前で考えると手が震えるし、見えていない手があったりと、当時の感覚を思い出させられました。

今回のイベントはチェスの大会に出始めるキッカケにはとても良いイベントだと思いましたし、自分にとっても大変刺激的な日となりました。

次回開催時にはぜひご参加ください！

大田区産業プラザ PiO

子どもも！

大人も！



# 名局から学ぶ必修パターン

～オクトパス・ナイトで締め上げろ～

山田 弘平



Karpov – Kasparov 16...Nd3 まで

チェス史上、最も激しい世界選手権となったのは、1984年から1985年にかけて行われたKKマッチ、世界チャンピオンKarpovと挑戦者Kasparovの戦いでしょう。1984年の48ゲーム、1985年の24ゲームを戦った結果、Kasparovが新世界チャンピオンになりました。以降、2000年にKramnikに敗れるまで、Kasparovはチェス界の王者として君臨することになります。

図の16...Nd3は1985年の第16ゲームで現れたオクトパス・ナイトです。相手陣地の奥深くで8本足を伸ばしたナイトが、相手の動きを制限する非常に強力なピースとなっています。

今回はこのオクトパス・ナイトに焦点を当てて、名局を鑑賞していくことにしましょう。中盤戦におけるナイトの使い方の参考にしてみてください。

オクトパス・ナイトの概念を広めた図のゲームについては、Youtubeの講座 (<https://www.youtube.com/watch?v=MFdRwFdzexc>) でお楽しみください。

みなさん、こんにちは。この記事が発行されているときには、世界チャンピオンCarlsenと挑戦者Nepomniachtchiの間で行われているマッチで、チェス界が大いに盛り上がっている頃でしょう。

Youtubeの講座では世界選手権直前ということもあり、私が一番勉強した世界選手権であるKarpov-Kasparovのマッチから題材を選びました。そして、紹介した第16ゲームは、私が最も気に入っている古典の1つです。

皆さんも、今年のマッチからお気に入りのゲームを見つけて、ぜひ将来人に紹介できるくらい、並べてほしいと思います。良質なゲームをたくさん並べることは、上達に欠かせない練習方法です！

さて、今回のテーマは「オクトパス・ナイト」です。相手陣地3段目に設置されたナイトは、8本足を伸ばしたタコに見えることから、オクトパス・ナイトと呼ばれます。オクトパス・ナイトは相手の駒の展開を邪魔すると同時に、攻撃を仕掛ける際の重要な拠点となります。

NCSレター第26号で紹介した、c6にポーンを利かせてナイトを飛び込むパターンも、このオクトパス・ナイトの一種と呼んで良いでしょう。

まずは、このパターンを紹介する際に必ずといって良いほど取り上げられる、名局中の名局を紹介します。

GM Byrne, R

GM Fischer, R

USA-ch 1963 (3)

[D71] Grunfeld Defence Fianchetto Variation

1.d4 Nf6 2.c4 g6 3.g3 c6 4.Bg2 d5  
5.cxd5 cxd5 6.Nc3 Bg7 7.e3 O-O  
8.Nge2 Nc6 9.O-O

伝説のチェスプレーヤー、Bobby Fischerのゲームです。1963年の全米選手権で、Fischerは驚異のパフォーマンススコア、11戦11勝(!)で優勝したのですが、このゲームは第3ラウンドのゲームになります。

Fischerが得意としていたGrunfeld Defenceに対し、白のByrneは3.g3とFianchetto Variation

で対抗しました。



Byrne – Fischer 9.O-O まで

黒のフィアンケットビショップは白のポーンチェーンによって封じられていますので、黒は...e5からのブレイクを狙うことになります。

一方の白はd5にプレッシャーをかけることで、黒からのカウンターを阻止するプランを取りました。e3を突かずにNf3-Ne5と進めるプランも有力です。

9...b6 10.b3 Ba6 11.Ba3 Re8  
12.Qd2?!

白黒ともにビショップをaファイルに出し、相手のルークにプレッ



シャーをかけます。互いに似た陣形となっていますが、eファイルのポーンがまだ動いていない黒だけが...e5と手損せずにブレイクできるため、個人的にはやや黒を持ちたい局面です。

とは言え、12.Re1!? e5 13.dxe5 Nxe5 14.Nf4のように、d5への反撃を用意する変化もあり、白黒ともにチャンスがある序盤と言えます。

本譜の12.Qd2も自然な手ですが、Fischerは白の弱点を正確に見抜いていました。



Byrne – Fischer 12.Qd2まで

12...e5!

体勢が良いのは黒と見て、Fischerはセンターへの攻撃を始めます。

13.dxe5 Nxe5 14.Rfd1?



Byrne – Fischer 14.Rfd1まで

14...Nd3!

これがオクトパス・ナイトです！c1、b2、e1など、白の駒が展開しやすい場所を狙うほか、f2のようにキング周りの弱点にも狙いを定めています。

Kasparovのゲームのように、これから白を抑え込むように指すこともできますし、本譜のように相

手のキングを急襲することも可能になります。

### 必修パターン：オクトパス・ナイト

相手陣地の3段目に設置された強力なナイト。八方に手足を伸ばして盤面を制圧することからこう呼ばれる。ビショップやポーンでサポートされることが多い。

相手の駒の動きを妨害することで抑え込みに使うことができるが、攻撃の拠点としても活用していこう！

なお、日本人にとってタコは美味しい食材だが、海外の神話などでは海のモンスターとして恐れられている。

15.Qc2?

最もシンプルな15.Nd4には15...Ne4! 16.Nxe4 dxe4 17.Bb2 Rc8で白が困ります。ナイトがc1のマスを抑えていることから、白はcファイルで対抗することができません。

すぐにナイトを消す15.Nc1?には15...Ne4!? 16.Nxe4 dxe4や15...Nxf2! 16.Qxf2 Ng4のような手で勝勢です。

また、次の...Ne4を防いで15.f3も考えられますが、15...Bh6! 16.f4 Bg7!が覚えておきたい手筋。白は結局e4のマス进行をコントロールすることができません。

結局、15.Nf4が唯一戦える手ですが、15...Ne4 16.Nxe4 dxe4でd3のマスが強化され、黒が優勢です。白からNxd3と取ると...exd3と取り返され、強力なパスポーンができてしまいます。ただし、この変化で注意すべきは、15.Nf4 Ne4 16.Nxe4に対して16...Bxa1?と欲張らないこと。白からの17.Nd6! [変化図]が絶好の切り返しになります。



[変化図] 17.Nd6!まで

変化図から17...Nxf4 18.gxf4と進むと、今度は白がオクトパス・ナイトを持つことになります。次にd5のポーンが取られてしまうため、エクスチェンジアップ程度では白の攻めに対抗することができません。それだけ、3段目のナイトは強力な存在なのです。

本譜に戻って、15.Qc2?は危険な一手でした。とはいえ、上で見たように、白はオクトパス・ナイトの存在によって、相当追い込まれていることが分かるはずです。

Fischerの指した決め手を当ててみてください。

15...Nxf2! 16.Kxf2 Ng4+ 17.Kg1 Nxe3

f2へ強力なサクリファイス！このようにキングへ直接攻撃する起点となれるのも、オクトパス・ナイトの優秀なところですよ。

18.Qd2 Nxe3! 19.Kxe3 d4!

黒はビショップの方を取り、ダブルビショップを活用するためにポーンを突きます。

18...Nxd1? 19.Rxd1では、一応黒が駒得であるものの、d5のポーンが弱いこと、白のピースがアクティブになることから、はっきりしない形勢となってしまいます。

20.Nxd4 Bb7+ 21.Kf1

21.Kg1には21...Bxd4 22.Qxd4 Re1+!が絶好の一手になります。対して23.Rxe1は23...Qxd4+でクイーンが落ちるので、23.Kf2と逃げますが23...Qxd4+ 24.Rxd4 Rxa1で白が駒得。22...Re1+からa1のルークを落とすのは頻出の手筋です。

### 必修パターン：ディフレクション

相手の駒を重要なマスからそらす、基本中の基本パターン。

駒得やチェックメイトに直結するので、ディフェンスの駒が邪魔だなと感じたときは、このパターンを思い出そう！

21.Kf2にも21...Qd7! 22.Rac1 Qh3 23.Nf3 Bh6!のように進めて、黒勝勢です。



そこで白は21.Kf1と下がります。攻めがつかないければ駒得の白にもチャンスがありそうですが…。

## 21...Qd7!! 0-1

静かにクイーンが上がったこの手が決め手。ゲームが終わったと聞かされた別室の解説者たちは、駒損しているFischerがリザインしたと勘違いしたという伝説がありますが、実際にリザインしたのは、受けがないと悟った白のByrneでした。

何もしないと(例えば22.Rac1)、22...Qh3+ 23.Kg1 Bxd4+ 24.Qxd4 Qg2#までのメイトですが、22.Ndb5のように受けても22...Qh3+ 23.Kg1 Bh6とされて次の...Be3+が激痛です。

一見、22.Qf2が前述の変化を避けて上手いディフェンスに見えますが、22...Qh3+ 23.Kg1 Re1+!!がまたもや絶妙なディフレクション。24.Rxe1 Bxd4 25.Qxd4 Qg2#までで黒の勝ちです。

このゲームはオクトパス・ナイトがタクティクスの起点となり、単手数で勝負が決まった有名な例です。NCSレターでも過去に何度か取り上げられていることから分かる通り、歴史上とても有名なゲームの一つです。

もう一つ、オクトパス・ナイトの古典ゲームを紹介しましょう。

**Botvinnik, M**  
**Flohr, S**  
Moscow 1936



Botvinnik – Flohr 28...Qa5まで

まずは局面を見渡してみましょう。駒の損得はありませんが、白の方がスペースを取っており、互角かやや指しやすそうな局面です。しかし、黒にも...Bb4からc3の

ナイトとa2のポーンを狙う手や、...b5からポーンを崩す手など、反撃手段が残されています。

Botvinnikはここから遠大なプランを立てて、黒を封じ込めにかかります。狙うのはオクトパス・ナイトを召喚することですが、さて、どのように実現するか見えますか？

## 29.a4!

まずは次の...Bb4を消してaポーンを突きます。a2のポーンを取られることがなくなり、ナイトが自由に動けるようになりました。

## 29...Rd7 30.g3 Qd8 31.Kg2

お互いに陣形を整えて、戦いに備えます。31...c5のような手には常に32.d5!が利くため、白は時間をかけても問題ありません。

## 31...Bg5?!

ビショップを活用し、Ne2-Nf4も牽制する一石二鳥の好手に見えますが、31...Bf8の方が粘りのある一手でした。後のNa4-Nc5の活用を抑えつつ、...g5から...Rf7のようにキングサイドから反撃する味もあります。

そこで、31...Bf8には32.h4! g6 33.Ne2 Qc7 34.Nf4のような展開が考えられます。白の方が理想的な駒組みになってはいますが、仕掛ける場所も難しく難解な形勢です。

## 32.Qf3 Qe7



Botvinnik – Flohr 32...Qe7まで

ここで、Botvinnikは(おそらく)29手目から思い描いていた形を作り始めます。

## 33.c5!?

まずはd6に強力なアウトポストを作ります。このマスにナイトを設置できれば、オクトパスが黒を締め上げることになります。さて、c3のナイトはどのようにd6に向かえば良いか、考えてみてください。

ちなみに、ここでは33.a5!も有力な一手です。次に36.a6からc6のポーンを弱めることができるので、33...a6としますが、34.Na4!が継続手になります。これでb6やc5にナイトが侵入できれば白のイニシアティブが継続します。31手目の変化で示した31...Bf8は、このナイトの活用を抑えている意味もありますね。

## 33...a5 34.Nb1!

Nimzowitschを彷彿とさせるナイトマニューバー！c3のナイトはb1-a3-c4を経由して、d6のマスを目指します。

## 34...Qf8?

Flohrは白のプランを防ぐ手を発見できず、Bd8-Bc7でディフェンスに徹します。

代えて、34...Rd5!が唯一の反撃筋で、35.Na3には35...b6!とポーンを崩しにいきます(a3のナイトが浮いていることに注意)。以下、36.Nc4 bxc5 37.dxc5 Qxc5 38.Qh5 Qe7 39.h4 Bh6 40.Nb6のような変化が一例で、白はポーンを捨てることになりますが、dのオープンファイルの支配権を握ります。Stockfishによると全く互角の局面ですが、実戦的には白黒どちらにもチャンスがありそうです。

## 35.Na3 Bd8

ここで35...b6?は36.Qxc6でうまくいきません。

## 36.Nc4 Bc7 37.Nd6

Botvinnikは当初の構想通り、オクトパス・ナイトの召喚に成功しました。黒は37...Bxd6 38.cxd6とはできますが、オクトパス・ナイトの代わりに強力なd6ポーンを残してしまうことになります。

このように、オクトパス・ナイトの恐ろしさは、ナイト自体が消えてもプレッシャーが残るため、容易に撃退できないところにあります。



38...Rb8 38.Rb1 Qd8 39.b4 axb4  
40.Rxb4

オクトパス・ナイトが黒を捕まえてしまえば、白の方はゆっくり攻めの体勢を作っていくだけです。Botvinnikはbファイルに1つ目のターゲットを作りました。

40...Bxd6 41.exd6!

そしてeファイルに2つ目のターゲットを作ります。エンドゲームでは2つの弱点を作ること、という原則がありますが、それは中盤でも同じこと。黒がb7とe6を同時に守るのは困難です。

41...Qa5 42.Rdb3 Re8 43.Qe2 Qa8  
44.Re3 Kf7 45.Qc4 b5!? 46.Qc2  
Rxd6!?

黒の「最後のお願い」ですが…。

47.cxd6! c5+ 48.Kh3 cxb4 49.Qc7+!  
+-

冷静に対処しておけば、dファイルのパスポンが強力で、白勝勢。d7-Qd6-Qe6-Qe8のように手数をかけてdポーンをプロモーションする狙いがあります。

本譜は、手数はかかったものの、ポーンアップのルークエンディングとなり、白のBotvinnikが危なげなく勝利しました。

オクトパス・ナイトを召喚するためには、Botvinnikのような戦略眼だけでなく、タクティカルな視点も必要です。相手陣地の3段目に侵入するチャンスがあるならば、積極的にトライしましょう。

GM Gretařsson, H  
GM Agdestein, S  
Gausdal Eikrem Memorial 1996



Gretařsson - Agdestein 15...Rd8まで

白がやや序盤でリードし、15.Rfd1に対抗して黒が15...Rd8と指したところです。一瞬スキができたのに気が付きませんか？

16.Ng5! Nc6 17.Ne6!

16.Ng5で突如、オクトパス・ナイトが現れます！16...fxg5 17.Bxg5+ Ke8 18.Bxd8 Kxd8 19.Rxd6+があるため、g5のナイトは取れません。

17...Rg8 18.Rac1

ここまで進むと、e6に居座ったオクトパス・ナイトの強力さが分かります。オープンファイルであるcファイルとdファイルは、白のルークが制圧しています。しかし、黒はこのルークに対抗することができません。d8のマスはナイトが抑えていますし、18...Rac8? 19.Nxg7! Rxc7 20.Bxc8 Bxc8 21.Rxc6で白勝勢です。

18...g6 19.Rc2 Na5 20.b4 Be4  
21.Rc3 Nb7

2つ並んだ白のルークと、bポーンの圧力で、黒のナイトは端に追いやられました。ここで、オクトパス・ナイトを活かした、見つけにくいタクティクスがあります。



Gretařsson - Agdestein 21...Nb7まで

22.Nc7! Rad8

よく見ると、黒のビショップ、ナイトには安全地帯がありません。そこをついて、22.Nc7と飛び込むのが好手。

22...Bxc7? 23.Rxc7+ Ke8 24.Be6! +-ですし、22...Rab8も23.Nb5! Rbd8 24.Nxa7+-までで黒が保ちません。そこで、22...Rad8とd6のビショップを守るくらいですが…。

23.Rc4! Bf5 24.Bg2!

今度はb7のナイトに狙いをつけます。d8がふさがってしまったため、b7のナイトは動けません。

24...Bc8 25.Nd5+ Ke6 26.Nxb6!  
axb6 27.Bxb6 +-

黒は仕方なくビショップを引いて守りますが、26.Nxb6が粘りを許さない決め手になります。Bxd8やBd5+など、厳しい狙いが多く残ってディフェンス困難な状況となりました。

一例として、27...Rgf8には28.Bxd8 Rxd8 29.Rxc8! Rxc8 30.Bxb7ですし、27...Rde8も28.Rxc8! Rxc8 29.Bxb7で次にBd5+があり白勝ちです。

スキについて出現したオクトパス・ナイトが試合を決めた好例と言えるでしょう。

今回は相手陣地の3段目に侵入するオクトパス・ナイトのパターンを紹介しました。

攻める側の視点を中心に解説しましたが、逆にオクトパス・ナイトを許してしまうと身動きが取れなくなります。Byrne - Fischerのゲームでも序盤早々に弱くなったd3のマスを利用されてしまっています。このように、d3、e3のマスを代償なく弱めることには戦略的なリスクがあることを覚えておきましょう（NCSレター第27号のBilek - Smyslovでもd3を弱めたことで抑え込まれたパターンがありましたね）。

さて、この記事を書いている11月は、日本でJapan Open、世界では世界選手権とビッグイベントが続く月です。読者の皆さんもたくさんのゲームを観戦する機会に恵まれることと思いますので、ぜひ講座で取り上げたパターンを探してみてください。

Youtube及びOPENREC.tvの公式チャンネルでも、これらのイベントの様子は追っていききたいと思いますので、ぜひチャンネル登録、サブスクライブをお願いします！



# From Tyler's Desk:

## Chess and Fitness

### Can improving your physical fitness improve your game?

By Scott, Tyler

**T**hose of you who know me well know that I was a gym rat before I became a chess player. I have often wondered whether being fit improves one's chess game, and if so, how much? Is there a difference in performance between fit players and unfit players? Can we improve our rating by spending more time being active and eating healthier food? In this article, I attempt to answer some of these questions.

Firstly, I must stress that I am not a fitness or health pro-

fessional, and hence, any advice or ideas that you take away from this article should not be followed blindly. If, after reading this article, you decide to make drastic changes to your diet and/or lifestyle, you should probably consult a professional beforehand.

That said, I have tried to back up my claims with scientific literature, whenever possible, instead of my own anecdotal experience. Therefore, parts of this article might read a little bit like an academic paper.

## Case Studies:

### Magnus Carlsen and Fabiano Caruana

It is worthwhile to look at the lives of top players, both in and out of tournament play, to see if chess ability and fitness level have some sort of relationship. Fortunately, several articles have been written on the world number 1 and number 2 players in respect to their exercise and dietary routines.

Several years ago, Carlsen would drink orange juice and water for energy during tournaments, but he often found that his energy levels crashed towards the end of the games due to the high sugar levels of orange juice. He has since switched to drinking a mix of chocolate milk and regular milk, which although relatively high in sugar, gives him other important nutrients such as protein and calcium. These nutrients in turn help him maintain his energy levels for the duration of an entire FIDE game – even at the World Championship level (Stieg, 2019).

Furthermore, as with many professional athletes in other sports, Carlsen has a personal chef who tailors his meals to fit his specific nutritional requirements. For example, before tournaments the chef might include more carbohydrates, such as pasta, in Carlsen's diet because, as has been demonstrated in other sports, carb-loading increases the energy stored in muscles – or in Carlsen's case, the brain (Stieg, 2019).

Of course, most of us non-professional chess players cannot afford a

personal chef, but we can still learn a lot by looking at how top players and other athletes vary their diets before important tournaments, and can adjust our diets accordingly as well.

In addition to his diet, Carlsen takes his physical training very seriously. During tournaments, he usually runs for 30-60 minutes a day. When he is not playing, he engages in other sports, such as tennis, skiing and soccer, as a way to have fun and stay in shape. He also practices yoga for 20 minutes every day (Merritt, 2020).

When interviewed by the *Wall Street Journal*, Carlsen explained that “long games are very tiring, especially at the end. If you are in good shape and can keep your concentration, you will be the one who will profit from your opponent's mistakes. Games are lost or won in the final hours due to mistakes caused by fatigue” (Merritt, 2020).

As for Caruana, the world number two also takes his diet and exercise routines very seriously, especially before a tournament. Months before a tournament, he stops eating sugar and does not consume any alcohol (Stieg, 2019). Considering how often he plays, this suggests that he never stops to enjoy some sweets or a drink, but even if this is the case, his chess prowess surely compensates for it.

To increase his physical stamina, Caruana usually runs, swims and plays basketball – often in the very same

day! Preparing physically makes him feel more confident before a competition, and can also help reduce the stress and anxiety that an upcoming event often produces (Stieg, 2019).



**To stay in shape, Carlsen regularly plays a variety of sports, such as tennis. World number two Fabiano Caruana trains intensely for hours per day – both on and off the chessboard!**

## What I learned from the literature

Every chess player knows that the brain is the most important 'muscle' when it comes to playing good moves, but how many of them take steps to optimize their brain health?

Our brains, while only making up about 2% of our overall bodyweight, are responsible for roughly 20% of our daily energy usage. To put this into perspective, on a regular day when we are not engaging in intensive exercise, our muscles, which account for about 40% of the average person's total body weight, use the same amount of energy as our brains (Merritt, 2020).

In addition, during a chess tournament, our brains work much harder than normal, causing us to burn energy (calories) comparable to athletes in physical sports. This is evidenced by a study done in 2018, by Polar, an American-based company that monitors heart rates. They found that Mikhail Antipov, a young Russian grandmaster, burned 560 calories in just two hours of chess playing. This might not sound like a lot until you hear that it is roughly the same amount that Roger Federer burns in an hour of professional singles tennis (Merritt, 2020).

According to Robert Sapolsky, a professor at Stanford University, chess players can burn up to 6000 calories per day, despite barely moving their bodies for hours at a time (Merritt, 2020). To put this into perspective, the average adult male burns between 2000 and 3000 calories per day, and

plenty of women burn fewer than 2000. This massive increase in caloric expenditure during games is due to several factors, including increased breathing rates, elevated blood pressure levels, and muscle contractions, all of which occur before, during and after tournaments. These physiological changes are due to stress, and Sapolsky suggests that at the professional level, chess players' stress responses to chess are equivalent to what professional athletes of other sports experience during competition, and they can last for days or even weeks (Merritt, 2020).

Burning so many calories, coupled with high stress and hectic eating and sleeping schedules characteristic of tournaments, causes many professional chess players to lose a lot of weight during important tournaments (Merritt, 2020). Caruana, for instance, commonly drops 15 pounds (6.8 kilograms) over the duration of a 10-day event (Kumar, 2020). To combat this, many players are adopting strict exercise and eating routines, such as those of Carlsen and Caruana outlined above, which help them maintain a healthy weight and have enough energy to stay in good form for the duration of the tournament (Merritt, 2020).

While tournaments here in Japan are seldom as long or as stressful as professional tournaments, I think we, as players of various levels, can stand to improve by following in the footsteps of chess professionals. In other words,



eating well, exercising regularly, and getting good quality sleep might make the difference between winning, drawing or losing key games in any given tournament.

Outside of chess, a multitude of human and animal research has demonstrated the positive effects of physical exercise on brain health and function. For instance, Sibley and Etnier (2003) found that children who engaged in regular physical activity not only performed better on math and language tests, but also retained more of the content afterwards. Magnetic resonance imaging (MRI) scans have also shown that aerobic exercise leads to alterations of brain structure, including increased hippocampus (memory storage area) size in humans (Erickson *et al.*, 2011). Animal research has done much to reveal the mechanisms underlying the beneficial effects of exercise on the brain. For instance, Van Praag *et al.*, (2005) demonstrated that rodents that exercise regularly on a running wheel have better learning and memory skills, which correspond with positive changes in brain structure. For a good summary of research on exercise and brain function, I recommend that you look at the article *Be smart, exercise your heart: exercise effects on brain and cognition* by Hillman *et al.*, (2008).



The 1984 World Championship match had to be called off because Karpov lost too much weight!



## What kind of exercise?

Hopefully by now I have convinced you that exercise is beneficial for your chess game in more ways than one, but you may still be wondering what kind of exercise you should do. All types of physical exercise can be classified into two distinct categories: aerobic and anaerobic. I will explain a bit about them below, but the short answer is that they are both beneficial for your brain!

Aerobic exercise is another term for cardiovascular exercise, which refers to activities such as distance running, cycling, swimming and team sports. Essentially, this type of exercise works your endurance, as you have to keep your muscles – and especially your heart – working hard for long periods of time.

Anaerobic exercise is the opposite. This refers to activities such as weight-

lifting, sprinting, and gymnastics, where large amounts of force are exerted over short periods of time. This type of exercise generally does not burn as many calories as aerobic exercise, nor does it exercise the heart to the same extent, but it has other benefits, such as increased joint strength, bone density and metabolic functioning (Kelly, 2019).

Overall, for those who are interested in maximizing their health and fitness, I would recommend a mixture of aerobic and anaerobic exercise in



order to reap the benefits of both. For people just looking to improve their health, and perhaps their chess, however, I would recommend simply doing whatever you like, as long as you are moving, be it simple walking or intense martial arts practice.

## The importance of posture

The way we sit during a tournament may also affect our results. Many chess players extend their necks too far forward, and according to recent research, this can lead to a 30 percent loss of lung capacity. Furthermore, leaning 30 degrees forward dramatically increases stress on the upper back and neck muscles, causing players to tire faster and experience headaches, irregular breathing and a lack of oxygen to their brains over time (Kumar, 2020).

Carlsen is well aware of this, and has gone to lengths to perfect his sitting posture during his games. He sits with his lower back against the chair, knees slightly apart, and feet firmly placed on the floor. He also leans forward at an angle of roughly 75 degrees. This position allows him to stay alert and conserve his energy simultaneously, resulting in him often winning his games after hours of play, when his opponents burn out and make mistakes (Kumar, 2020).

Prior to writing this article, I had never put much thought into how I sit during my games. Of course, we have heard for most of our lives that good posture is important, but how many of us are mindful of it in the critical moment of a tournament game? Perhaps it would pay off to be attentive to our posture while we play, and to correct it as needed. After all, it may make a critical difference in our levels of alertness and fatigue.

## Something to consider: load management

In sports, the term 'load management' refers to how many events, games or matches an athlete participates in per year in relation to his or her energy levels and required recovery time. Too few events, and a professional chess player will not be able to maintain his or her ranking and make enough money. Too many events, and he or she will likely underperform due to exhaustion (Kumar, 2020).

The average elite player plays in 12 to 14 events per year, which, considering the time invested and level of stress that each tournament carries, is a lot. Since becoming world champion

in 2013, Carlsen has cut back on the number of tournaments that he plays per year, usually playing between six and eight events. This gives him more time to recover between events than most of his regular opponents, allowing him to come to a tournament feeling ready and rejuvenated most of the time (Kumar, 2020).

Here in Japan, the tournaments are much shorter than elite level tournaments, and most of us probably play in fewer than 10 events per year. Nonetheless, some of us could probably benefit from spacing out our tournaments, as still being tired from one at

the beginning of the next is a recipe for disaster.

This happened to me in the summer of 2018. I played in two FIDE tournaments with only a few days between them: the Japan League followed by the Malaysia Open. I did poorly in both, but especially in the second one, and I think it was partially because I still had not recovered from the Japan League before heading off to Malaysia for another nine FIDE rated games. I should have only played in one of these two events, and learned the hard way that having time to rest and recover between tournaments is vital!

# Foods for chess players?

In his excellent book, *Thinking Inside the Box*, renowned trainer and author Jacob Aagaard opines that adopting a vegan diet, as he has done, may be beneficial for chess players. His argument is based on his own anecdotal experience, rather than science, however, meaning that although going vegan worked for him, it might not necessarily work for you.

While I find the argument made by Aagaard to be interesting, I think the weight of biological evidence is against him. It is clear from our teeth that humans evolved to be omnivores, and evidence from archaeology has made a strong case that meat played a pivotal role in the evolution of our large brains. For millennia, the evolution of our ancestral brains was directly linked to meat consumption. To put it simply, larger brains led to better hunting tools, which led to more meat, which in turn led to larger brains (Kwang, 2016). Thus, I would not expect going vegan to improve one's game, but then again, I have never tried veganism myself, so what do I know?

The choice to consume or avoid meat and other animal products will probably not affect your chess performance, assuming you have a balanced healthy diet. Eating wholesome foods and plenty of fruits and vegetables, while keeping sugar intake low, is a good general guideline. If you want to follow a more specific diet for whatever reason, you ought to consult a dietician, as such a topic is beyond the scope of this article.

On the other hand, there are certain foods that serious chess players ought to avoid, regardless of their health and fitness level, especially during tournaments. Alcohol is probably the worst of

**Despite his vices, Mikhail Tal was an incredible chess player. Unfortunately, he was also usually sick.**

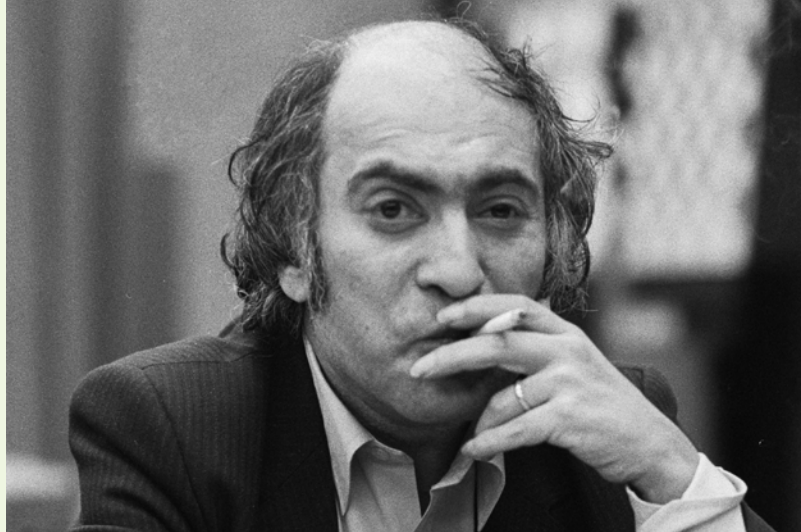


Photo : Croes, Rob C., National Archives of the Netherlands / Anefo

them. Being a nervous system depressant, alcohol can make one feel sleepy, but despite that, it is often the cause of poor sleep quality and duration, especially if consumed in excess (Pacheco, 2020). Sleeping well is essential before and during a tournament if you want to play your best chess, so save the beers for the after party when you are celebrating your tournament success!

As for what to snack on during a long game, Carlsen's mixture of milk and chocolate milk seems to provide a good flow of nutrients, though it may be a little bit high in sugar. Interestingly, although it is bad for your teeth, research suggests that chewing gum helps people stay focused on long tasks that require constant attention, and in visual memory tasks (Morgan *et al.*, 2013). Furthermore, no less a player than Carlsen himself chews gum during games to stay alert and energized, so there is certainly something to be said for grabbing a pack of Trident next time you are stocking up on snacks at the convenience store the morning before your next tournament (Stieg, 2019).

Personally, I am not a fan of gum, but if it helps me score some important tournament wins, it might be worth it! Sugarless gum is also an option if you are worried about rotting your teeth,

as it seems to be the chewing motion, rather than the sugar, that is responsible for the improved focus.

## Conclusion

While the effects of exercise on brain development, health and function are indisputably beneficial, their nuances are still being worked out by scientists. Although much remains unknown in the rapidly developing field of neuroscience, we can certainly agree that exercise is good for the brain (and hence, mind). Because chess is a brain-based game, it is logical to conclude that exercising regularly will improve the tournament results of any given chess player. In addition to this, having a good fitness level is important because it takes a lot of energy to concentrate at the board for hours and hours, and as Carlsen said, "games are lost or won in the final hours due to mistakes caused by fatigue."

If you are looking to make some lifestyle changes this coming year, try putting down your chess books and computers and going for a walk, riding your bike, or playing some sports. In addition to a variety of health benefits, it will most likely help your chess game as well.

## References

- Aagaard, Jacob. (2018). *Thinking Inside the Box*. Glasgow: Quality Chess.
- Erickson, K.I., Voss, M.W., Prakash, R. S., Basak, C., Szabo, A., Chaddock, L., Kim, J. S., Heo, S., Alves, H., and White, S.M. (2011). Exercise training increases size of hippocampus and improves memory. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 108(7), 3017-3022.
- Hillman, C.H., Erickson, K.I., and Kramer, A.F. (2008). Be smart, exercise your heart: exercise effects on brain and cognition. *Nature Publishing Group*, 9, 58-65.
- Kelly, E. (2019, March 6). What you need to know about anaerobic exercise. *Healthline*. <https://www.healthline.com/health/fitness-exercise/anaerobic-exercise>
- Kumar, A. (2020, April 27). The grandmaster diet: How to lose weight while barely moving. *ESPN*. [https://www.espn.com/espn/story/\\_/id/27593253/why-grandmasters-magnus-carlsen-fabiano-caruana-lose-weight-playing-chess](https://www.espn.com/espn/story/_/id/27593253/why-grandmasters-magnus-carlsen-fabiano-caruana-lose-weight-playing-chess)
- Kwang, H.K. (2016). Origins of human intelligence: The chain of tool-making and brain evolution. *Anthropological Notebooks*, 22, 5-22.
- Merritt, G. (2020, March 24). CHESS WORKOUT: Exercise and sports nutrition are transforming chess. *The Barbell*. <https://www.thebarbell.com/chess-workout-exercise-and-sports-nutrition-are-even-transforming-chess/>
- Morgan, K., Johnson, A.J., and Miles, C. (2013). Chewing gum moderates the vigilance decrement. *British Journal of Psychology*, 105(2), 214-225.
- Pacheco, D. (2020, September 4). Alcohol and Sleep. *Sleep Foundation*. <https://www.sleepfoundation.org/nutrition/alcohol-and-sleep>
- Sibley, B. A., and Etnier, J.L. (2003) The relationship between physical activity and cognition in children: a meta-analysis. *Pediatric Exercise Science*, 15(3), 243-256.
- Stieg, C. (2019, September 20). What chess grandmasters eat for peak concentration and performance. *CNBC*. <https://www.cnbc.com/2019/09/20/chess-grandmaster-diet-exercise-routine-before-tournament.html>
- Van Praag, H., Shubert, T., Zhao, C., and Gace, F.H. (2005). Exercise enhances learning and hippocampal neurogenesis in aged mice. *Journal of Neuroscience*, 25(38), 8680-8685.

# 初心者向け講座(7)

## ～弱点はどこだ！？～

坂井 延寿

今回は戦略的な内容になります。皆さんはチェスを学ぶ際に相手の弱点を狙いなさいとか、\*\*が弱点になっているなどという話を聞くこともあるかもしれませんが、では、チェスにおいて弱点とは何なのか、ご存知でしょうか？今回はチェスにおける弱点について学んでみましょう。

### チェスの弱点

E「今回はチェスにおける弱点について解説します。」

A「弱点？ナイトフォークじゃないの？」

E「それは私の個人的な弱点！ここで言っているのは一般的なチェスの局面に関する弱点のことです！」

A「あ、そういうことですか。つまり『ポーン』ってことですね。」

### 弱点はポーン？

E「お、いきなり核心を突くね。18世紀のフランスのチェスプレイヤー、フィリドール（当時世界最強と目されていた）は『ポーンはチェスの魂』と言ったそうだけど、『弱点はポーン』というのはどういうことでしょうか？」

A「えーと、ポーン以外の駒は比較的自由に動くことができるので、逃げるができるけど、ポーンは動けないことが多く、動いても1歩進むだけなので、狙われやすい。だから長期的な弱点になります。」

E「そうだね。ポーン以外のピースについては短期的には狙われやすいことがあるけど、それはあくまでもタクティカルな観点。戦略的に弱点と言えばポーンを指すよね。」

A「では、弱点になるような弱いポーンはどんなポーンでしょうか？」

E「それは、ポーンに守られていない、守ることができないポーンです。」

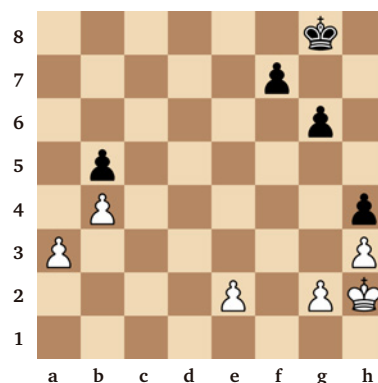
A「その弱いポーンについてこれから見ていきましょう。」

### 弱いポーン

E「図1を見てください。この局面でポーンに守られていないポーンはたくさんありますが、守ることができないポーンがどれか分かりますか？」

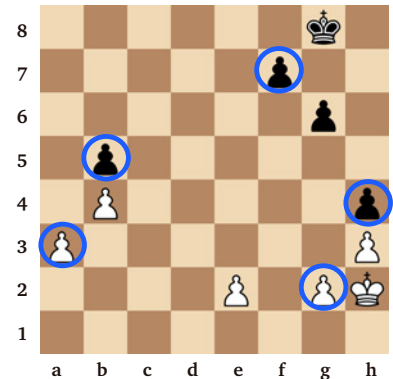
A「まずポーンで守られていないポーンを挙げてみましょう。」

図1



E「白のa3, e2, g2, 黒のb5, f7, h4のポーンが守られていないね（図2）。」

図2



A「次にポーンで守ることができないポーンはどれでしょう。」

E「一番わかりやすいのは白のe2のポーンと黒のb5のポーンだね。」

A「e2のポーンとb5のポーンは隣の列に味方のポーンがないので、当然ポーンで守ることができません。」

E「専門用語的にはアイソレイテッド（孤立）ポーンと呼ぶね。」

A「他のポーンは隣の列にポーンがいるけど、まだ弱点とみなせるポーンはいるよね？」

E「うん、ポーンは斜め前の駒を守る（取れる）ので、並んでいるポーンの中で最も手前側にいるポーンはポーンを進めない限り守れないので、弱いポーンだと言えます。」

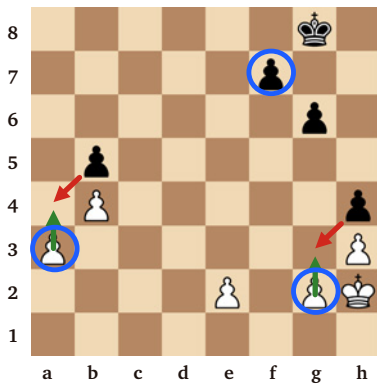
A「つまり、白のa3, g2のポーンと黒のf7のポーンだね。」

E「そうそう。中でもa3とg2のポーンは、黒のb5とh4のポーンに進めるマスを抑えられているの



で、特に弱い形です。専門用語的にはバックワードポーンと呼びます(図3)。」

図3

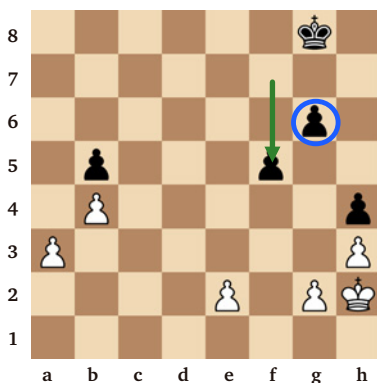


A「黒のf7のポーンについてはf5と突いて守ることもできるので、弱いのか疑問に思う人もいそうだね?」

E「うん、言われたことを鵜呑みしないそういう視点は大事だね。ただ、f5と突いても今度はg6が弱点になってしまうので、弱点を解消することはできない(図4)。だからf7の時点でこのポーンは弱点と考えていい。」

A「もちろん、孤立ポーンやバックワードポーンよりは弱くないけどね。」

図4



A「こうなると最後に残ったのはh4のポーンですね。ポーンで守られていないポーンのうち、このポーンだけが弱点ではないことになる。ちょっと意外だね。」

E「そうだね、見た目とっても弱そうだし、実際に狙われやすいポーンではある。でもg5と突いて簡単に守れるんだ。こういうポーンを狙って、『あれ?取れなかった』という経験をしている人も多いんじゃないかな。」

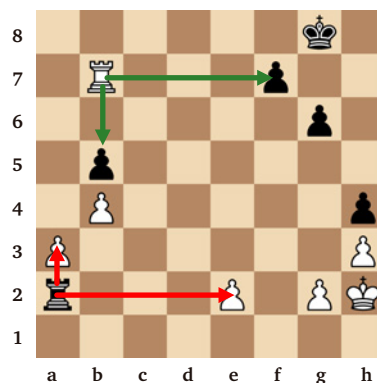
A「ただし、h4のように相手陣近くに突いたポーンは守りにくいのも事実なので注意してね。ここではあくまでも『弱いポーン』の定義にのっとっています。」

A「最後に図5に白黒のルークを一つずつ配置して、弱点を狙ってみました。」

E「相手の弱点がどこであるかが分かっていれば、その弱点を狙う場所、特に同時に複数の弱点を狙う場所にピースを配置すべきであることが分かるはず。」

A「特にルークエンディングではこのことが分かっているだけで随分違うと思います。」

図5



### なぜポーンで守るべきか

E「最後に、ポーンで守られていないポーンがなぜ弱いのか確認しておきましょう。」

A「まず、ポーンで相手ポーンをタダで取るのは基本的に不可能

です。つまり、ポーンを安全に取ることができるのはポーン以外のピースです。」

E「ポーンは斜め前のポーンしか取れないし、(斜め前に配置すると)お互いを取ることができる位置になるからね。」

A「また、ポーンは価値が低い駒なので、ポーンで守られているポーンはポーン以外では取れません。」

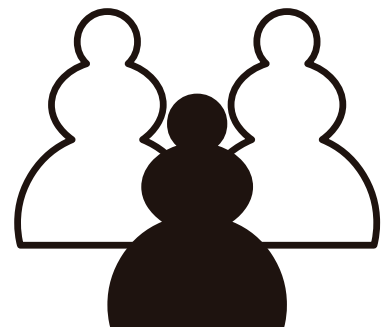
E「駒損になっちゃうよね。」

A「以上のことから、ポーンをタダで取って駒得するためには、基本的にポーンに守られていないポーンを狙うしかないんです。」

### まとめ

#### —ポーンはチェスの魂—

今回は「弱点はどこだ!」と題して「弱いポーン」という概念について説明しました。正直初心者の方には少し難しい話かなとも思いました。ですが、パッと相手のポジションのどこを狙うかと考えた時に、弱いポーンの問題はとても重要です。また、その弱いポーンの問題そのものが、ポーンによって守られているかどうか、というこれまたポーンによって定義されていることにも注目です。まさに「ポーンはチェスの魂だ」という気がしてきませんか?



# チェス大会 in アメリカ 上杉賀子

## NO. 54 アーリントンチェスクラブ選手権大会

2005年12月3日~4日

晋作 (14歳)の結果: 3.5P/4Game

レーティング\*1996→2003

大会詳細: [USCFサイトより](#)

バージニア州アーリントンで首都圏で一番強いチェスクラブ(大人)のチャンピオンシップがありました。晋作はクラブ員ではありませんが初めて挑戦しマスター達に混じって2位タイとなりました。最終戦、不利な展開を我慢して我慢して最後逆転圧勝しました。私は順位そのものよりも、晋作が指す一手一手にその部屋にいる(上位5テーブルは別室です)マスター達が反応して(晋作が一手さして時計を押す音に反応して)自分の対戦中にもかかわらず見に来てくださったことに驚きました。注目される存在に成長したということです。



アーリントンチェスクラブで  
対戦する晋作

最終ラウンドは野球のためbyeです。この週末、長男はまたもやクロスカントリーの遠征に参加。主人はチェス大会の途中に抜けて、往復5時間かけて応援に行き、写真をとってきてくれました。

グランドマスターと熱戦の末、引き分けたこのあたりの高校生のナショナルマスター(その年代全米ランキング1位、オールアメリカンのメンバー)の方から握手を求めてきてくれました。晋作はどこかの地域のチェスクラブに所属しているわけではないので、定期的の実戦の練

習をするわけにはいきません。晋作にとってのチェスクラブは「大会」です。

その夜の帰宅は11時前でそのままmake up(補習)の試験勉強も宿題もできずメガネもかけたまま寝てしまい翌朝は「もう終わりだ!」といいながら社会のテストに出かけていきました。なにもかもと欲張るわけにはいかないので今期の成績はしかたがありません。(といつもチェスで頑張った時はそう思うのですがすぐに忘れてまた悪い成績だと「えー」ってしてしまう悪い親です)晋作は地域の公立中学生です。世界ジュニアに行ったときも先生から出された課題のため電話帳のような分厚い教科書などをかかえ空港の荷物検査でその重量で引っかかってしまい、大会期間中も先生方のホームページで宿題をチェックする毎日でした。日本のように中間、期末など大きなテストで挽回できるシステムではなく日々の成績、試験が大事で一日でも休むと大変なので熱が出て無理して行くくらいです。来年9年生からはハイスクールで特にこの時期の成績でハイスクールの特進クラスへいけるかどうかが決まります。2週間以上の長期欠席は致命的で大会の疲れも取れないまま休んだ日数と同じだけ毎日早朝テストを受け、徹夜でプロジェクトを仕上げています。

3日夜、長男のクロスカントリーのBanquet(晩餐会)があり、大会会場とBanquet会場を州をまたいで移動しました。Thanks-giving(感謝祭)もその後も毎晩のように友人宅に集まり出し物で色んな準備をしたようです。長男はVarsity Letterを頂きました。そして2005 New Comers of the Yearの名前入りのトロフィーをいただきました。小さいトロフィーですがいろんな思いが詰まっています。なんだか僅かワンシーズンだけだったのに私に

とってもとても思い出深いものです。あちこち遠征の応援に行き選手、保護者の方と親しくなれたからです。名物のslideshowでも長男の写真が沢山登場し、そしてひとりずつのSeniorの挨拶「Senior Words of Wisdom」でちゃんと皆の前で「英語で」(当たり前ですが)スピーチしている姿を見てよくここまで頑張ったなあちょっと感動しました。



長男がもらったクロスカントリークラブの  
トロフィーとVarsity Award

12月10日、晋作はチェストーナメントダイレクターの仕事をしました。ずっとスコアキーパーもしていてトイレに行く一瞬私が代わる以外はずっと働いていてかなり疲れたようです。同じ中学の子たちも出場し、主人はその中の新人の子の相手をしてやり、午後2時ごろになって長男の室内陸上の大会応援に行き、1レース見れなかったようですがあとの2レース分はビデオをとってきてくれました。なので帰りはいつもお世話になっているMさんのところがマイクロバス状態で私たちも一緒に乗せてもらって帰ってきました。

ところで、この頃、晋作の身長は174cmになり、長男に追いついてきました。



トーナメントダイレクターを行う晋作

# Theme and Variations (10)

前嶋 啓彰

## 1. はじめに

プロブレムにおいては、OTBで使われる言葉が少し異なった意味で使われるということが往々にして発生します。今回のテーマとする「ピン」も、その例の一つです。

OTBではピンという言葉は、相手のラインピース（ビショップ・ルーク・クイーン）に自分の駒が狙われており、さらにその線上にもう1つ自分の駒があってその駒が動きづらくなっている（あるいは、動けなくなっている）状況を言います。例えばこのような状況を、「f6のナイトがg5のビショップによりピンされている」と言います。



プロブレムにおいては、ピンという言葉は相手のラインピースに自分のキングが狙われており、間に挟まれた自分の駒がそのライン上以外にルール上動けなくなっている場合に限定されます。

つまり、上記の図の状況をピンと言うことはありません。なぜなら、f6のナイトはe4やh5に動けるからです。（もちろん、動けばd8のクイーンを取られますが、それをもって「動けない」とは言いません。）

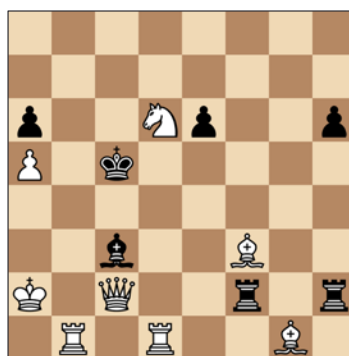
ここでプロブレムにおけるピンの定義で「ライン上以外に動けなくなっている」と言ったのは、以下のようにピンされている駒が動ける状況があるためです。



この局面では、d7の黒ビショップはb5の白ビショップに（プロブレムの定義においても）ピンされています。（逆に、この状況をOTBでピンということは少ないかもしれませんが。）しかし、d7のビショップはc6やb5というマスに動くことができます。

さて、このようにピンされた駒が動けるということが、プロブレムで面白い効果を生むことがあります。2手メイト問題です。

Apro, L. Schach-Echo, 1969



#2 #2 (8+7) 8+7

解

1.Qe2! (Threat: 2.Sb7#)

1...Bb2 2.Qc4#; 1...Bd2 2.Qe5#

一見、軽やかな問題です。しかし、含まれている内容は想像以上に重厚です。

まず、初手は1.Qe2!としてc4を押さえ、2.Sb7#を準備します。こ

こで注目したいのは、このクイーンはルークにピンされているということです。そのため、クイーンは2段目しか動けません。しかし、2段目を動けるということが、非常に大きな意味を持ちます。

（このように、ピンされているラインに沿った駒の動きをPelle Moveと言います。）

なお、黒ルークも白ビショップにピンされているため、ルークでクイーンを取ることはできません。面白いことに、この黒ルークは白クイーンを取れませんが、それでも白クイーンの動きを制限することができます。

さて、初手で黒のビショップは白のクイーンにピンされていましたが、1.Qe2!の後は動くことができます。これをアンピン (Unpin) と言います。アンピンされたビショップが動くことで、白の2.Sb7#を不可能にすることができます。一つはb4に逃げ道を作るための1...Bb2, もう一つはd4に逃げ道を作るための1...Bd2です。どちらも、ルークの利きを止めて逃げ道を増やしていることにご注目ください。

しかし、1...Bb2も1...Bd2も、どちらも白クイーンをアンピンしていることにご注目ください！これで、今度は白クイーンが動くことができ、前者には...2.Qc4#, 後者には2.Qe5#としてメイトになります。

初手から見ると、

1.Qe2!→ピンされている白クイーンが動き、黒ビショップをアンピン

1...Bd2/Bb2→ピンされていた黒ビショップがアンピンされ、白クイーンをアンピン

2.Qc4/Qe5#→ピンされていた白クイーンがアンピンされ、メイトとなっています。アンピンが連続



し、非常に面白い効果になっています。このような形でのアンピンの連続が含まれるテーマを、Howard Themeと呼びます。

## 2. Schiffmann Defense

プロブレムにおけるピンで面白いのは、「ディフェンス側がわざと自分からピンされる」という手が効果的になることが発生することです。どういうことか、実例を見てみましょう。

**Ivanov, A & Timonin, V. 1st Prize Nakhodkinskii Rabochii, 1967**



この局面では、白はg3のビショップをどこかに動かせばメイトです。そして、そのためにビショップにe5のマスを開ける、**1. Re8!** (Threat: 2. Be5#)がKeyです。

黒は、このメイトスレットに対して、**1...Qxe4!**というディフェンスがあります。これは、自分からルークにピンされに行く手（セルフピンと言います）ですが、2.Be5+?に対して2...Qf3! (2.Be5で黒クイーンのピンが外れていることにご注目ください) というディフェンスを生みます。このように、セルフピンをすることでスレットに対してディフェンスが生まれる手のことをSchiffmann Defenseと呼びます。

白は1...Qxe4に対して**2.Qa7#**で黒キングをメイトにできますが、これは黒クイーンがピンされていることを利用していることにご注目ください (2...Qd4ができません)。

同様に、黒には1...Bxe4というディフェンスもありますが、**2.Qb3#**でメイトです。

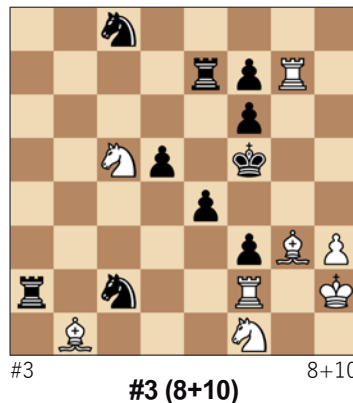
2種類のSchiffmannが組み合わさった面白い問題だと思います。

## 3. Half-Pin

プロブレムにおけるピンはいくつかのバリエーションがあります。ここで紹介する形はHalf-Pinと呼ばれる形で、間に同色の駒が2つ挟まっており、一つが動くともう一つがピンされる形です。

以下の3手メイトは、このHalf-Pinを使ったシンプルな佳作だと思います。

**Handloser, R. 2nd HM harmonie-activ, 2014**



b1の白ビショップ、c2の黒ナイト、e4の黒ポーン、f5の黒キングの関係にご注目ください。ナイトかポーンの一方が動くと、もう一方がピンされます。

解

**1.Rg4!** (Threat: 2.Bf4~3.Sg3#)

これに対するディフェンスは、d6を押さえているc5の白ナイトを取りに行く1...Ra5か1...Rc7です。

**1...Ra5 2.Se3+[A] Sxe3 3.Rxf3[B]#; 1...Rc7 2.Rxf3[B]+ exf3 3.Se3[A]#**

それぞれ、e4の黒ポーン、c2の黒ナイトがピンされていることで、メイトが成立していることをご確認ください。このようなメイトをPin-mateといいます。

さらに面白いのは、1...Ra5のラインと1...Rc7のラインでは白の2手目と3手目が入れ替わっており、かつZilahiのパターン (片方の

ラインで取られる駒が、もう片方のラインではメイトする駒になっている)が含まれていることです。

## 4. ピンの方法

駒にピンが発生する場合は、以下のような6通りがあります。このうち、3)-6)はセルフピンになります。

1)ピンする駒を動かしてのピン。

2)ピンする駒と、相手のピンされる駒の間にあるピンする側の駒を動かしてのピン。

3)ピンされる側が、自分のキングをピンのラインに動かしてのピン。

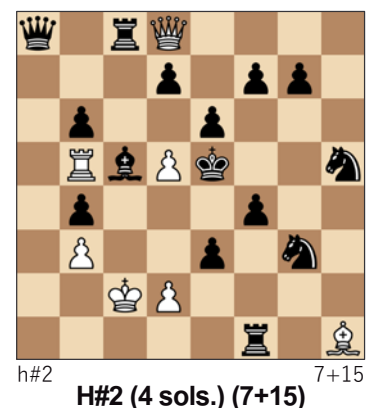
4)ピンする駒とキングの間にある、ピンされる側の駒を動かしてのピン。

5)バッテリーの前側の駒を、ピンされる側が取ってのピン。

6)チェックに対して合駒をすることでのピン。

それでは最後に、4種のピンの2手ヘルプメイトを紹介し、今回の記事の締めとしましょう。

**Janevski, Z., Kotelec, 1987**



解

**1.Kd4 Qxb6 2.e5 Rxb4#** (1...Qxb6が1)のピンです)

**1.f5 dxe6 2.dxe6 d4#** (1...dxe6が2)のピンです)

**1.Se4 d4+ 2.Kxd5 Qxd7#** (2.Kxd5が3)のセルフピンです)

**1.exd5 Be4 2.d4 Qe7#** (2.d4が4)のセルフピンです)

# INFORMATION

## TOURNAMENT

### 花金ブリッツ 12 TGIF Blitz Tournament 12 12/17 (Fri)

Chess.com・7R スイス・ブリッツ  
(3分+2秒/手)・NCS主催・月1回  
のオンラインチェス大会・当日飛  
び込み参加可！非会員でも参加自  
由！無料！

### クリスマスチェスパティー Christmas Chess Party 12/18(Sat)

東京きゅりあん・4R(30分+30秒/  
手)・NCS主催  
申込: [registration@japanchess.org](mailto:registration@japanchess.org)

### NCS Sunday Cup Grand Final 12/19 (Sun)

lichess.org・5R(15分+10秒/手)  
招待者のみ・YouTube配信あり・  
国内最強Rapid決勝戦

### 全日本学生チェス選手権 Japan Collegiate Chess Championship 12/25(Sat) - 26(Sun)

文京区民センター・6R (45分+30  
秒/手)・NCS公式戦・学生チェス連  
盟主催

Google Form にて申し込み

<https://forms.gle/5urNox-iViCNHmhKB7>

\*全日本チェス選手権について

Japan Chess Championship  
2022/4/30 (Sat) - 5/4 (Wed)  
東京（北とぴあ）が会場の予定



## FOLLOW US & SUBSCRIBE US

 @Chess\_Society

 PENREC.tv

 NCS OFFICIAL CHANNEL

日本チェス連盟 -  
[National Chess Society of Japan](https://www.nationalchesssociety.jp/)



Right Mood, Right Move!

Chessmoodは、グランドマスター達がチェス愛好家に向け  
開設したオンラインラーニングです。

チェスのスキルアップをしたい、単にゲームを楽しみたい、  
そうした皆様にご活用いただけます。

高品質のビデオレッスンやウェビナーなど、  
あなたのステップアップをお手伝い。

さあ、Chessmoodであなたのチェス力をアップさせましょう！

Chessmood is a place created by GMs for chess enthusiasts who want to improve their chess skills or just enjoy this beautiful game. High-quality video courses and webinars will empower you to step up to the next level. This is our mission, let us help you to become a better player.

<https://chessmood.com>



# STREAMING GUIDE

## 充実のコンテンツ！

先月は、ジャパンオープンの中継やスーパースタリッシュマスター Anish Giri対日本のマスター3人の同時対局配信など、今までになかったコンテンツの提供が実現しました。そして、12月は通常のチェス世界選手権の解説やジャパンオープンの振り返りなど、タイムリーなコンテンツも盛りだくさん！ ぜひチェックしてみてください。

## DECEMBER

12/08 (Wed)	21:00	Openrec	初心者向け講座「読みのキホン」#6
12/10 (Fri)	20:00	Openrec	Master Blitz FM山田弘平
12/11 (Sat)	15:00	YouTube	名局から学ぶ必修パターン
12/15 (Wed)	21:00	Openrec	「メインライン探訪」シーズン2 1.d4 #1
12/19 (Sun)	13:00	YouTube	NCS Sunday Cup Grand Final
12/22 (Wed)	21:00	Openrec	初心者向け講座「読みのキホン」#7
12/29 (Wed)	21:00	Openrec	「メインライン探訪」シーズン2 1.d4 #2
未定	未定	YouTube	Japan Open 振り返り

※上記は予定です。予告なく追加・変更・中止場合があります。その他、配信スタッフによる突発配信なども行っています。

## CHECK OUT!



Japan Open 2021 Round 1 - Round 7

ジャパンオープンのトップボードでの熱戦を実際の対戦の様子とともにご覧いただけます。当日会場にいても、いなくても、これほどまでにじっくりと対戦を見ることができるのは録画ならではの。ライブでご覧になられた方も見逃した方も、アーカイブでぜひお楽しみください！



SGM Anish Giri  
Simul with Japanese Masters

世界ランク第6位のスーパー GM Anish Giri が日本のトッププレーヤー、IM小島慎也、CM Tran, Thanh Tu、FM青嶋未来の3人を相手に同時対局を行い、視聴者の方々と共に大盛り上がりしました。各ゲームの解説やインタビューも後日公開予定です！

## 編集後記 33

### 年末年始の思い出

りんごぼうず：「今年もこの日がきた！」「今夜はサンタさんがやってくる！」クリスマス・イブには弟と一緒にたくさんのクッキーを焼き、紅茶とともにセットする。～ワクワクと少しの不安を添えて～

「今年こそは絶対起きとくんのだ！」と心に決めるのに、「おはようー！クリスマスだよー！早くおいで～」というお母さんの声で毎年目が覚めるのでした。

これが幼い頃のクリスマスの過ごし方。当時はプレゼントをもらえるのが嬉しかったけど、今こうして振り返ってみると、何をもらったかより誰とどう過ごしたかが心に残っていますね。

山内美加：サンタさんが来なくなってから、クリスマスを特別なイベントとして過ごすことに疑問を感じるようになりました。ドイツに滞在した時「ドイツ人にとってのクリスマスは、日本人にとっての正月と同じじゃないか！」と感じ、一層その想いが強くなりました。デザイナー時代、基本的に年末年始は忙しかったので、残業している同僚・上司と「そういや今日クリスマスでしたね」と顔を見合わせる事が通例でした。とはいえ、クリスマス時期の、キラキラした街の雰囲気は好きです。そんな時に敢えて盤上で殴り合うのも、面白そうですね。クリスマスチェス大会はいつか参加してみたいです！

神田大吾：年末になると思い出すが、2014年12月27日に参加した函館チェス大会です。朝市の食堂で新鮮な海産物に舌鼓を打ち、雪道を踏みしめながら会場に向かい、大会はスムーズに運営されて快適でした。翌日は五稜郭を見学しました。展望台から眺めた見渡す限り純白の銀世界はとても美しく、まぶたに焼き付いています。自身、初めての北海道旅行は大満足でした。

## 次の一手 (p.12) の解答

1.

Higashino - Nanjo  
NCS Sunday Cup 2021 GP6(1)

19...Qxh4 20.Nxh4 e4

駒を取った後、白のナイト(Nh4)が身動きとれなくなる、と読んで黒は交換に応じました。以下、21.e3 Kf7 22.Bh3 g6と進み、この先、最後までこのナイトは「自陣が崩される一部始終を遠くから眺めているだけ」の駒となっていました。

2.

Nanjo - Shiomi  
NCS Sunday Cup 2021 GP6(4)

52.Rg6+ Nf6 53.Rxg7 1-0

話の前提は「ポーンがゼロだと、R対Nはドローになる可能性が高い」ことです。白はc4のポーンを残すため、一旦はルークが(将棋用語で言うと)「途中下車する」(52.Rg6+)のがポイントです。黒のナイトを吊り上げ(52...Nf6)てから取れば、以下53...bxc4 54.Rg6のピンでナイトが落ちるので、黒はポーンを取れない(白のポーンが残る)。それが分かって、黒はここでリザインしました。

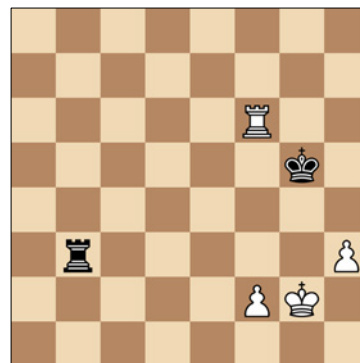
3.

Nakamura - Nanjo  
NCS Sunday Cup 2021 GP6(6)

ルーク・エンディングで「守る側になってしまった場合は、自分のルークが復活する手段を全力で探そう。ときにはポーンを捨ててもルークをアクティブにすべし！」

【「名局から学ぶ必修パターン」、NCSレター第32号、p.13.】

38...Rc3 39.Rxe6 Rxb3 40.Rxf6+ Kg5



残ったポーンの数に白の2個に対して黒はゼロ。黒の負けに見えますが、実はそうではありません。白の2個のポーンがfファイルとhファイルに割れている形は「かなり複雑ではあるけれど、ドローになることが多い」(\*)。

\* Mark Dvoretsky, *Dvoretsky's Endgame Manual*, Russel Enterprises, 2014 (4th Edition), p.169.

実戦では、白は勝ちを目指してこの先30手近くも手段を尽くしましたが、黒はよく踏みとどまり、68.Kh5まででドローとなりました。

尚、問題図の局面でソフト(Houdini)は38...Rb7 39.Rxe6 Kg5 40.Re3 f5を推奨します。ポーンが0-2よりも1-3が良いということでしょうが、アウトサイド(b3)にパスポーンが残るのは、人間の感覚ではかなり抵抗感があります。

### 編集部

木下奏子・山田明弘・神田大吾  
ごまめ・黒坂雄基・山内美加・  
りんごぼうず・ヒーバート由美子  
(順不同)

### 発行

日本チェス連盟(一般社団法人  
National Chess Society of Japan)

本誌に掲載された写真、イラスト、記事、棋譜の解説等について、無断転載および無断配布を禁止します。著作権はそれぞれのクリエイターにあります。