



令和元年8月

## <8月の予定>

- ◎稽古時間：  
木曜日・・・17:00～19:00（稽古場所は針ヶ谷小学校体育館）  
※土曜日の稽古場所は駒場体育館です。  
土曜日・・・1部 13:00～15:00（初心者対象）  
土曜日・・・2部 15:00～17:00
- 3日(土)～5日(月) 夏合宿（河口湖 月山荘）
  - 12日(月・祝) 浦和区ブロック合同稽古会(サイデン化学アリーナ)
  - 15日(木) お盆休み
  - 24日(土) 令和元年度前期昇級審査会  
第2回浦和少年強化練習会 午前 ※対象者のみ（尾間木中学校）
  - 25日(日) OB合同稽古会(大宮武道館剣道場) 13:00～17:00
  - 31日(土) 一、二、三級審査 合同稽古会(サイデン化学アリーナ)

## <9月の予定>

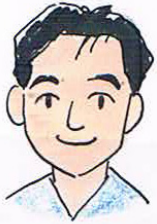
- ◎稽古時間：  
木曜日・・・17:00～19:00（稽古場所は針ヶ谷小学校体育館）  
※土曜日の稽古場所は駒場体育館です。  
土曜日・・・1部 13:00～15:00（初心者対象）  
土曜日・・・2部 15:00～17:00
- 7日(土) お父さん・お母さんのためのスコアつけ教室 14:00～17:00  
19:00～ 合宿慰労会 & 新入会員歓迎会 ※大人のみ
  - 22日(日) さいたま市民剣道大会前日準備
  - 23日(月・祝) さいたま市民剣道大会(サイデン化学アリーナ)

## <10月の予定>

- ◎稽古時間：  
木曜日・・・17:00～19:00（稽古場所は針ヶ谷小学校体育館）  
※10月10日(木)のみ稽古場所は駒場体育館剣道場  
土曜日・・・1部 13:00～15:00（初心者対象）  
土曜日・・・2部 15:00～17:00  
※土曜日の稽古場所は駒場体育館です。
- 6日(日) 第3回浦和少年強化練習会 午前 ※対象者のみ（尾間木中学校）
  - 10日(木) お父さん・お母さんの剣道体験稽古会 兼 錬成部(旧婦人部)発足20周年記念稽古会
  - 13日(日) 埼玉県剣道大会 小学生の部(埼玉県立武道館)

こまけんだよりは公式サイトでもご覧いただけます。  
是非カラーでもお楽しみください♪ <https://komaken.c.lub>





# 本荘先生からのお言葉

冷夏かと思われましたが、梅雨が明けたら昨年同様連日の猛暑、激しい運動を控えるようにと頻繁にメールが入ってきます。こういう時は、十分な睡眠としっかりと食事をとることが大事です。夏バテしないように気をつけましょう。

残暑よ見舞い  
申し上げます🍷

さて、まずは駒剣夏合宿の報告です。8月3日(土)から5日(月)まで、今年も山梨県河口湖の月山荘にお世話になりました。こちら暑くはありましたが、埼玉の暑さとは質が違いカラッとしていて過ごしやすい気がしました。朝晩などは特に涼しい感じも受けました。ただ、日中稽古をすれば汗はたっぷりかきますので、水分、塩分補給をまめに行いながら全体、グループでの稽古を進めました。今年の指導担当は、中学生以上が尾島先生、5・6年生が山田先生、3・4年生が本荘、初級者指導が錬成部の先生方交代で行いました。木刀による剣道基本技稽古法、日本剣道形もしっかりとできるようになりました。面をつけての稽古でもそれらを活用した応じ技をグループごとに身につけていきました。

最終日の試合について少し解説します。

【初級者 山田杯】轡田と大江、2人は面打ちと切り返しを披露してくれました。合宿前々日の木曜日の稽古で初めて面をつけたのですが、合宿中打ち込みなどにも意欲的に参加し上達していました。甲乙つけがたいところで判定も2-1と分かれましたが轡田に。

【3年生 山崎杯】最終戦の宮島、廣江戦が白熱しました。勝った方が優勝、宮島の引き小手に追っかけて面の廣江、どちらも有効打だったのでどちらに旗をあげるかにかかりましたが、宮島の小手に。両者の気迫も満点でした。

【4年生 本荘杯】柴田が見事な出小手を身につけ、それを気持ちよく決めていました。4か月前の6年生を送る会の快進撃からまた一皮むけた感じがしました。他の追従を期待します。

【5年生 木村杯】人数も多く混沌とした戦いに。秋本、上岡、宮島、廣江が星のつぶしあい。僅差で上岡が優勝しましたが、力が拮抗していました。良い技がたくさん見られました。

【6年生 丸山杯】素晴らしい選手宣誓をした竹中が全勝で優勝。昨年度初級者の部で優勝した宇野が良い技を決め3位に、成長が感じられました。

【中学生 菅原杯】2年生6人、1年生6人で戦いました。4人ずつ3つのリーグに分かれ、上位2名が決勝トーナメントに。1年生が2年生の壁を崩すのは難しいかと思われましたが、俵、上岡の2名が上位に。俵が飯田に負けはしましたが決勝戦に進んだのは見事でした。優勝した飯田の攻めの威力は一つ抜けていたように思います。

【成人の部 尾島杯】こちらにも触れておきましょう。前日前夜、くじ引きによりどっちのチームのどのポジションになるか決まります。そこから作戦会議(チームネーミング会議)が始まり、相手を飲ませて酔いつぶそうとする人や早目に就寝し明日に備える人などいろいろな動きが出てきます。今回は女性陣が多い“チームフジヤマ”に軍配が上がりました。

こうして小学生、中学生、大人、皆が楽しみながら最終日の試合を終えました。



忘れてはならないのは合宿委員さんが力を注いでくださるレクリエーションです。2日目昼間の恒例のスイカ割り、盛り上がったようです。割れたスイカの売れ行きもよくあっという間になくなったと。その後の体育館でのビーチボールなどを使っての遊びも楽しかったようです。その裏側で中2の男女6人が硬式テニスを、「3対3でシングルスやろう」とよくわからないながらもルールを作り、灼熱のコートで仲良く楽しくそれなりにやっていました。

夜の部は、はじめにグループ対抗の『竹刀つくり、稽古着・袴たたみレース』が行われました。ばらばらになっている竹刀と、たたまれていない稽古着・袴が渡され、より正確にきれいに仕上げるかを競いました。うまく分担して先月の教室の成果が出せたグループが良い結果を出したようです。もう一つは、『蹲踞手押し相撲』でした。大人対子どもなどいろいろな取り組みがあり楽しかったです。倒れ方もギリギリまでガマンし後頭部から落ちたり、かわされて相手に突っ込んでいたりで大爆笑でした。

合宿全般を通して、飯山さん、飯田さん、上岡さん、俵さん、廣江さん、百木さん、6名の合宿委員さんには大変お世話になりました。皆さんの献身的な働きにより大変楽しく安全な合宿ができました。ありがとうございました。心より感謝申し上げます。

7月15日(月)海の日に蕨東小学校体育館で行われました「塚越剣友会との交流稽古会」、今年も暑い中での実施となりましたが、楽しく稽古ができました。駒剣の子どもたちが早く面をつけ意欲的に稽古している様子が見られました。夜の懇親会も盛り上がり剣道談議に花が咲きました。また来年の再会を約束し名残を惜しみつつ散会となりました。

塚越剣友会の皆様、たいへんお世話になりました。

今月は合宿後も昇級審査会やOB・OG稽古会など大きな行事があります。また12日(月)には、浦和区ブロックの稽古会があります。小学生から大人までだれでも参加できますので時間がある人はぜひ。私の方で進行していきます。

暑さに負けず、短時間でよいので継続して稽古していきましょう。



# 新ジャイアンのはなつた♪



よっ！ みんな、元気か？

合宿、どうだった？いつもよりも長い時間の稽古だったから、大変だったんじゃないかな？でも、ちゃんと取り組めば、大変だった分だけ、自分の力になるから、今後が楽しみだぞ。

そして、みんなは、自分で決めた目標は達成できたかな？試合でも合宿でも、もっといえば普段の稽古でも、終わったあとが大切なんだ。「こんなところが悪かったな」とか、「こんなところが良かったな」とか、あのときの面は上手く打てたとか、「〇〇君に打たれた小手はすごく上手だったな」とか、やりっぱなしではなく、その後に色々思い返してみると、自分の身につくことが多いぞ。そして、合宿では、行く前に目標を立てて、帰ってきてから反省するので、とても身につくことが多いんだ。合宿のしおりの剣道ノートに書くだけじゃなくて、自分でも何かにまとめてみるといいと思うぞ。

ところで、合宿での初心者2人の立ち会い、みんなはどう思ったかな。ジャイアンは、2人ともとても頑張ったと思ったぞ。そして、審判の先生方も迷ったと言っていたけど、どちらが勝ってもおかしくないぞ。ジャイアンも感じたぞ。2人とも大変立派だったぞ。

では、2人のどこが良かったのか？何が良かったかをジャイアンなりに考えてみた。

まずは、2人とも一生けんめい気合いを出していた。大きな気合いを出すことは意外に大変だということを知っているよな。2人の気合には、大きな気合いを出そうという気持ちが表れていたと思うぞ。次に、教えてもらったとおり、大きく、正しく打とうという気持ちが体や竹刀の動きにあらわれていたと思うぞ。気持ちは、体や竹刀の動きに出てしまうものなんだ。だから、気を抜いた技を出すと、すぐに先生にばれてしまう。2人の立ち会いからは、一生けんめい、大きく正しく打とうという気持ちが伝わってきたな。最後に、2人の立ち会いには、受ける側が相手のことを考えているように見えたぞ。相手が打ちやすいように間合いを調整してあげるとか、相手の動きに合わせて自分も動くようにするとか、剣道では、相手を思いやる心がとても大切なんだけど、2人の立ち会いには相手を思いやる気持ちはあらわれていたな。

では、みんなはどうかな？これ以上出せないってくらい大きな気合いを出しているかな？慣れてきて、適当になっている人はいないかな？先生方に指導していただいているとおりに正しく打とうと思って稽古しているかな？悪いクセは、直そうと思わないと直らないぞ。そして、一番大切な相手を思いやる事が出来ているかな？秋からは初心者が一緒になって稽古するけど、ちゃんと相手が出来かな？あるいは、自分と同じとか、自分の上の人と稽古するときでも、相手のことを考えることができるかな？

心がけひとつで剣道は、楽しくもなり、つまらなくもなってしまうものなんだ。そして、相手のことを考えて稽古すると、相手も稽古が楽しくなるし、自分も楽しくなるぞ。そういう人が増えてくると、みんなが楽しく稽古ができることになって、全体が盛り上がっていくぞ。そういう稽古を目指して欲しいな。

今回は、初心者2人に、剣道で大切なことを思い出させてもらったというお話でした。

じゃあ、またな！

# 太郎の百錬自得



## 第 65 回

毎日暑い日が続きます。熱中症にはくれぐれも気をつけましょう。  
暑さ指数って知っていますか？熱中症予防のため覚えておきたい指数です。

暑さ指数 (Wet-Bulb Globe Temperature) は、環境省の熱中予防情報サイトに予測値などが公表されているほか、詳しい情報がのっています。ぜひチェックをしてみてください。URL はこちらになります。

<http://www.wbgt.env.go.jp/>

その暑さ指数、31℃を超えると危険、28～31℃で厳重警戒となります。湿度も関係するようですから、暑さ指数をチェックしながら、稽古を中止すべきか、こまめに休憩を入れてやるべきか、を判断していくのがよいんでしょうね。

それはそれで。

私は合宿には不参加でしたが、今年もみんな成長したことでしょね。最終日の試合の結果を見ただけでも、みんなの頑張りが想像できました。それぞれテーマを掲げて合宿に臨んだと思いますが、その達成度はどのくらいでしょうか？そして、9月の大会にむけて、新たな目標や課題がみつかったでしょうか？ぜひ合宿後の稽古につながるよう自分なりにまとめてみてください。

初心者組も稽古頑張っています。8月からはいよいよ剣道着に袴をつけています。袴でぐっと腰をしめることで、構えもいいものになりますよね。最初は体操着でやっているより動きにくいかもしれませんが、腰を意識していきましょう。だんだん防具もつけていきます。紐を締めて結ぶ、回数が多いですね、剣道は。しっかり結べるように自宅でも練習しましょう。

初心者組も経験者も同じことが言えますが、着装にはこだわらしましょう。着装の美しさは剣道の実力と比例します。剣道している姿をみなくても、剣道具をつけている格好をみるだけで、だいたいの力がわかります。適当につけても、まあ稽古できるからいいや、では剣道も強くなりませんよ。実際の稽古が始まる前に、着装の確認をしっかりしましょう。

夏休み、真っ盛りです。みんなにとって、この夏が楽しい夏になりますように！  
それではまた。

# 塚越剣友会交流稽古会



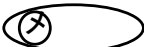
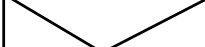



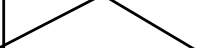
令和元年7月15日(月・祝)









@蕨東小学校体育館




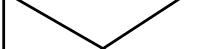



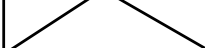
毎年恒例となっている塚越剣友会との交流会。今年は蕨東小の体育館におじゃましました。一緒に稽古をし、交流試合を行いました。暑い中、がんばりました◎  
塚越剣友会の皆様、ありがとうございました！

## 【交流試合団体戦】

※成人の名前の後の( )内は段数

	先鋒	次鋒	十三将	十二将
駒場 剣友会	小澤(小4) 	秋本(小5) 	飯山(小6) 	宮島英(小5) 
塚越 剣友会				
	高杉(小4)	高田(小5)	岡村(小6)	弦間(小6)
コメント	落ちついた試合運びでタイミング良く面が決まった。	積極的に攻めていた。引き面がきれいに決まった。	積極的に攻めていて早々に面が決まった。左足を揃えることに気をつけましょう。	先をとるように意識できていた。惜しい技もあった。もう少し強く打とう。

	十一将	十将	九将	中堅
駒場 剣友会	上岡(中1) 	飯田(小6) 	竹中(小6) 	今村(中1) 
塚越 剣友会				
	林(中1)	秋山(中2)	佐藤(中2)	高田(中2)
コメント	気合い充分でよく攻めていた。相手の攻撃の隙もうまくついて胴が見事に決まった。	動きが速く、素晴らしい小手が決まった。相手より先に技を出せていた。	得意の出ばな小手を決めた。中学生相手に積極的に技を出していて素晴らしかった。	リズムの合わない相手に良く頑張った。

	七将	六将	五将	四将
駒場 剣友会	俵(中1) 	飯山(2) 	宮島(3) 	斎田(5) 
塚越 剣友会				
	本田(中3)	弦間(3)	石黒(3)	高田(4)
コメント	大きい相手に小手や胴など技を出していたが1本決めきれなかった。	自分から攻めていて、きれいな面が打てました。	気迫が出ていて良かったです。	先をとって仕掛けていた。惜しい技がたくさんあった。

	三将	副将	大将	勝数(本数)
駒場 剣友会	近藤千(5)	近藤英(5)	清水(5)	8(13)
	Ⓜ コ	X	Ⓣ	
塚越 剣友会			コ	1(3)
	小森(4)	村野(5)	本田(5)	
コメント	じっくり攻めて良いところ で打っていた。	相互に迫力のある技 が出ていました。	初太刀の胴は見事 でした。大将らしい試合 でした。	

## 【拝見試合】

山崎 — 佐々木

尾島 — 町田(敏)

山田 — 佐伯

本荘 — 町田(純)



ありがとうございました！



# 駒剣夏合宿試合結果

勝ち ○ 3点    引き分け□ 1点    負け △ 0点

## 【小3リーグ】

	並木	廣江	宮島	百木	勝ち	分け	勝ち点	本数	順位
並木	△	△	△	□	0	1	1	0	3
廣江	○	△	△	○	2	0	6	4	2
宮島	○	○	△	○	3	0	9	5	1
百木	□	△	△	△	0	1	1	0	3

## 【小4リーグ】

	岩田	小澤	品田	柴田	勝ち	分け	勝ち点	本数	順位
岩田	△	△	メ	△	0	1	1	1	4
小澤	○	△	メ	△	1	1	4	2	2
品田	メ	メ	△	△	0	2	2	2	3
柴田	○	○	メ	△	3	0	9	6	1

## 【小5リーグ】

	秋本	上岡	俵	廣江	百木	宮島	森岡	勝ち	分け	勝ち点	本数	順位
秋本	△	△	○	□	○	○	○	3	2	11	6	4
上岡	○	△	○	○	○	メ	○	5	0	15	8	1
俵	○	△	△	△	○	△	□	1	1	4	3	5
廣江	□	△	○	△	○	○	○	4	1	13	7	3
百木	△	○	△	△	△	△	□	0	1	1	1	7
宮島	○	○	○	○	○	△	○	4	1	13	10	2
森岡	△	△	□	△	□	△	△	0	2	2	0	6

## 【小6リーグ】

	飯田	飯山	宇野	竹中	勝ち	分け	勝ち点	本数	順位
飯田	△	□	○	△	1	1	4	2	2
飯山	□	△	△	△	0	1	1	0	4
宇野	○	○	△	△	1	0	3	3	3
竹中	○	○	○	△	3	0	9	5	1



【中学生 Aリーグ】

	大武	俵	橋本	渡邊	勝ち	分け	勝ち点	本数	順位
大武	△	△	△	△	0	0	0	0	4
俵	○	△	○	□	2	1	7	3	1
橋本	メ	△	△	△	1	0	3	2	3
渡邊	メ	□	メ	△	2	1	7	3	1

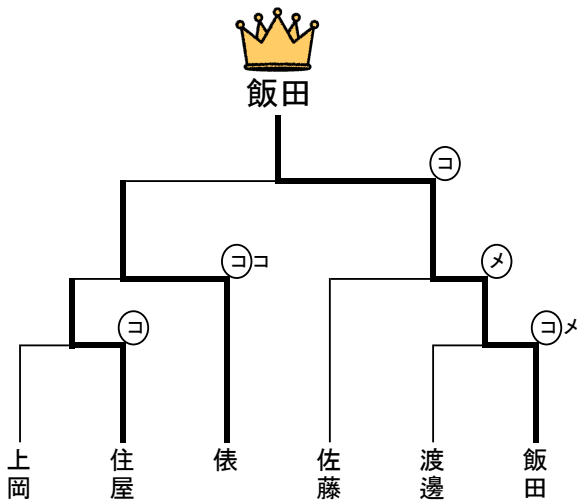
【中学生 Bリーグ】

	今村	内田	佐藤	住屋	勝ち	分け	勝ち点	本数	順位
今村	△	メド	△	□	1	1	4	3	3
内田	△	△	△	△	0	0	0	1	4
佐藤	○	メ	△	メ	2	1	7	5	1
住屋	○	メ	□	△	1	2	5	4	2

【中学生 Cリーグ】

	飯田	上岡	岸波	西岡	勝ち	分け	勝ち点	本数	順位
飯田	△	メ	○	メ	3	0	9	6	1
上岡	△	△	○	メ	2	0	6	3	2
岸波	△	△	△	△	0	0	0	0	4
西岡	△	△	○	△	1	0	3	1	3

【中学生 決勝トーナメント】



【成人の部 団体戦】

	先鋒	次鋒	七将	六将	中堅	四将	三将	副将	大将	勝者数	本数
青桜	本荘	百木	山田	飯山	高橋	齋田	稲森	渡辺	尾島	3	8
	メメ	ハ			メメ	メメ		ト			
フジヤマ	ハ	コメ	メメ	ココ	ハ	ハ	コ	メメ	メ	6	13
	上岡	村松	清水	関口	峯	竹中	宮島	廣江	山崎		

# 夏合宿試合 入賞おめでとう！

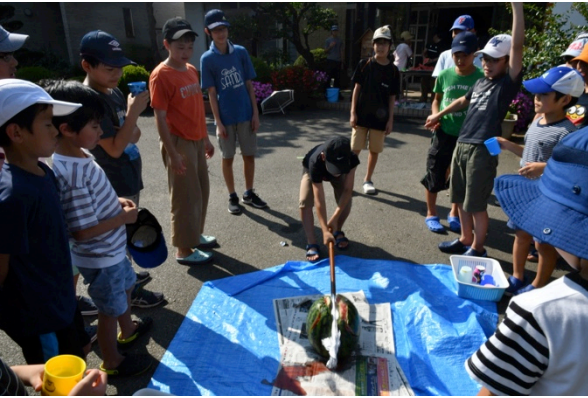


- 山田杯（初心者） 優勝 轡田くん
- 山崎杯（3年生） 優勝 宮島くん  
2位 廣江くん
- 本荘杯（4年生） 優勝 柴田くん  
2位 小澤くん
- 木村杯（5年生） 優勝 上岡くん  
2位 宮島さん  
3位 廣江さん
- 丸山杯（6年生） 優勝 竹中くん  
2位 飯田くん
- 菅原杯（中学生） 優勝 飯田くん  
2位 俵くん  
3位 佐藤くん、住屋くん
- 尾島杯（成人） 優勝 フジヤマ  
(上岡、村松、清水、関口、峯、  
竹中、宮島、廣江、山崎)

夏合宿の剣道ノートは9月号  
に掲載予定です。お楽しみに☆



# 駒剣夏合宿 写真館



# 駒剣士 New フェイス☆

今年度は6年生2人、4年生1人、3年生2人、1年生2人の合計7人の新入会員が駒剣の仲間になりました。これからたくさん一緒にお稽古して、仲良くなりましょうね(^-^)

## 【6年生】

大江くん

- ①ゲーム
- ②アニメを見て、カッコいいと思いました。
- ③防具をつけて戦うところです。

轡田くん

- ①読書、カードゲーム
- ②昔剣道をしていたお母さんに勝ちたいと思ったからです。
- ③竹刀を振る姿がかっこいいです。

## 【4年生】

小島くん

- ①ゲーム、YouTube
- ②親の知り合いから誘われたから。
- ③胴着、防具を身に付けている姿。

## 【3年生】

小野塚くん（兄）

- ①ゲーム、ブレードボード
- ②お父さんにやってみたらと言われたから。
- ③技が決まるとかっこいい。

高山くん

- ①工作。父とミニ四駆を作りました。もう1台作りたいです。
- ②兄が中学校で剣道をしているのを見て、いいなあと思ったから。
- ③全部。特に竹刀。防具もかっこいい。

## 【1年生】

小野塚くん（弟）

- ①トミカ
- ②お父さんにやってみたらと言われたから。
- ③面打ちが楽しいから。

葛西さん

- ①最近飼い始めた犬のお世話
- ②楽しそうだったし、強くなって家族を守りたいから。
- ③コテメンドウが特にカッコいいです。

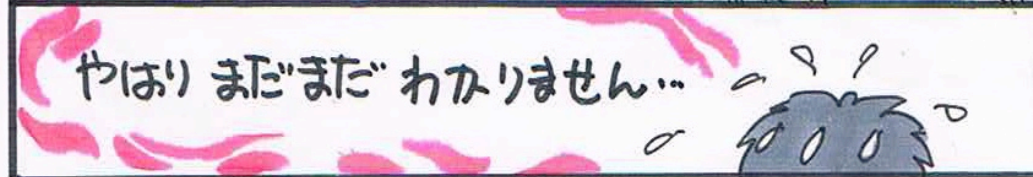
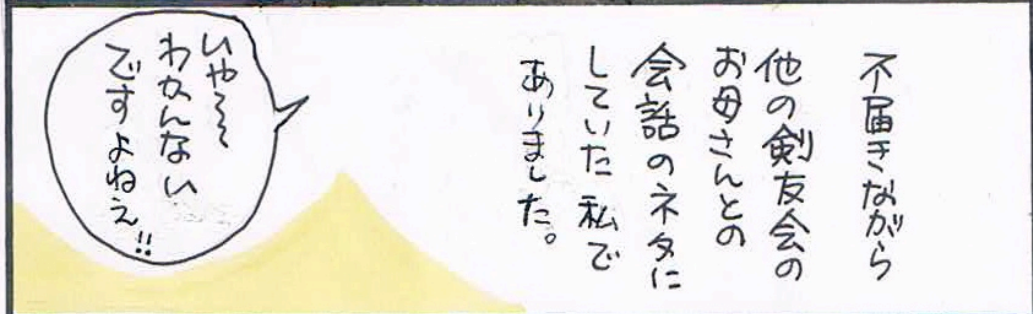
## アンケート内容

名前

- ①好きなこと、趣味
- ②剣道を始めたきっかけ
- ③剣道のかっこいいところ



etcにつき



未熟モリッ!