



令和3年1月号

<R3年1月の予定>

- 7日(木) 駒剣稽古始め(針ヶ谷小学校体育館)
- 9日(土)～ 学校体育施設利用不可のため稽古お休み

<R3年2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・・・15:00～17:00(稽古場所は駒場体育館)

- 6日(土) 稽古再開予定日(駒場体育館)
- 11日(木) 稽古休み(建国記念の日)
- 13日(土) 新現合同役員会(駒場体育館)
- 20日(土) 通常稽古(本太中学校修道館)

<R3年3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・・・15:00～17:00(稽古場所は駒場体育館)

- 6日(土) 後期昇級審査会
- 13日(土) 通常稽古(本太中学校修道館)
- 20日(土) 浦和地区錬成会
- 27日(土) 六送会(本太中学校修道館)

※状況により変更することがあります。

詳細等は slack をご確認ください。





本荘先生からのお言葉

明けましておめでとうございます

令和も3年目になりました。今年こそは、新型コロナウイルス感染が収束し、大きな事故や災害がない穏やかな一年になってほしいと心から願います。皆様、本年もどうぞよろしくお願いいたします。



さて、昨年一年間を振り返ってみますと、駒剣寒稽古をやり遂げ2月1日に皆で「おつかれさま・よくがんばった会」をやり、11日建国記念の日にサイデンアリーナでの「浦和錬成会」に参加しました。24日県立武道館での初二三段の審査会において、多くの駒剣士が昇段され、ここまででは順調でした。そのあと何やら雲行きが怪しくなり、新型コロナウイルス感染症の拡大により緊急事態宣言が出され、3月から学校が休業となりました。卒業式はどれも規模を縮小して行い、4月の入学式は実施できませんでした。休校措置は4月・5月と続き、稽古も当然できませんでした。例年行われる3月の「浦和地区錬成会」、6月の「さいたま市浦和剣道大会」、9月の「さいたま市民剣道大会」などの大会はすべて中止になりました。駒剣としても「6年生を送る会」は開催できず、「塚越剣友会との交流会」や河口湖での「夏合宿」も中止、日常の稽古においてもいろいろな制限が加わりました。

こうやってマイナス面だけを挙げてみると何もできなかった一年のように思われますが、そんなことはないですよ。6月下旬から稽古を再開し、皆で工夫しながら12月の稽古納めまで継続できました。クリスマス会も規模は縮小しましたが試合をし、たくさんのプレゼントももらえました。なにより稽古ができない間の「自主練」が素晴らしかったですよね。素振りやランニング、様々なトレーニングを、顔を合わせることはできずとも Slack で刺激し合ってやり遂げました。稽古再開後にそのがんばりがはっきりと目に見えました。この経験は大事にしてください。思うようにならない状況でただ嘆くのではなく、やれることを見出し工夫してトライする、これから生きていく中で「己の良き前例」になるはずですよ。

新年になると私はいつも「目標を立てましょう」と小学生に言います。年が替わるのを機に一年後どんな自分になりたいのかをイメージしそれに向かって努力する、大切なことです。もうすでにしっかり目標を立てた人もいますが、そんな人ももちろんまだの人も、昨年のこまけんだより6月号『べた褒め我が子紹介』を読み直してみてください。皆さんのお父さんお母さんが皆さんの良いところを挙げてくれています。こんな状況の中ですから、自分の良いところをどんどん伸ばしていきましょう。足りない所や弱い部分を補うのも大事です。ですが、マイナス面を見るよりプラス面を見て、物事をどんどんプラスに転じるように意識していきましょう。あれから半年経ってさらに「我が子の褒めるところ」が増えたのではないのでしょうか。保護者の皆様、ぜひそのあたりを踏まえながら『令和3年の目標 of 我が子』について、話を聞く機会をもってあげてください。お願いします。

再度の「緊急事態宣言」が出ました。休校措置はありませんが学校体育施設の開放が中止となり再び駒剣の稽古ができなくなってしまいました。どんな状況になろうとも、「プラスに捉え、できることを工夫して行う」自主練を含めた皆さんの前向きな行動を期待しています。

太郎の百錬自得



第 82 回

あけましておめでとうございます。本年もよろしく願い申し上げます。
元旦から快晴が続きますね。近所の神社に初詣に行き、おみくじ引いたら、吉でした。吉、は好きです。シンプルで伸び代も感じます。サッカーに駅伝、ラグビーと正月恒例のスポーツを観戦しながら、選手たちから元気をもらっています。私も剣道で見ている方に元気を与えられるような稽古ができるようになりたいものです。←道は遠いですが…

年末に稽古を続けていたら、右腰から膝にかけて痛みが出てしまいました。一時は歩くのも辛かったので、少しずつよくなっている気はします。ただ、まだ強い踏み込みをするとすぐに悪化しそうです。焦らず、ここはしっかり回復させていきたいと思います。

さて、駒剣は寒稽古期間真っ只中です。シンプルなメニューですが、基本を見直していくいいメニューです。そこで寒稽古メニューの中でも、今回は打ち込みと掛かり稽古の違いを説明したいと思います。

- ・打ち込み稽古、は元立ちが打たせてくれる。
- ・掛かり稽古、は元立ちが打たせてくれない。

簡単にいうとこの違いですが、もう少し解説します。打ち込み稽古は、元立ちがずっと剣先を外して面を打たせたり、手元をあげて、小手や胴を打たせてくれます。掛かり手は、気合を十分に気持ちを切らさずに、できるだけ長い呼吸で、掛かります。全ての打突を十分な一本にすることを意識して掛かると効果が上がると思います。

掛かり稽古は、元立ちが必ずしも打突部位を空けてくれません。掛かり手は旺盛な気力で先に、先に、技を出していきます。元立ちは良い技であれば打たせてくれますが、良い技でないと判断すれば、体を捌いて打たせなかったり、竹刀でいなしたりします。気を付けることはかわされたりいなされたりして、打てなくても、止まらずに抜けるなり体当たりするなりして攻め続けることです。

掛かり手のレベルによって掛かり稽古でも打ち込みのようになることはあります。ただ、初心者でもこういった違いがあるということは頭に入れておいておくとうまいかと思えます。

さらに元立ちをやるときの注意点もあげておきたいと思えます。

打ち込みの場合は掛かり手が十分な技が出せるように引き立てましょう。間合い、機会などをしっかり考えて元立ちをするように心がけたいです。

掛かり稽古の場合は掛かり手以上の気迫で相手を奮い立たせるような意識を持ちましょう。良い技は打たせる、中途半端な技は打たせないという判断をしっかりすることでさらに掛かり手が伸びる稽古になると考えます。

打ち込み稽古と掛かり稽古を通して、気剣体の一致を目指します。しっかり稽古をすれば、先先の先で技を出すことができるようになるはずですよ。

この環境下で、普通に稽古できることを大事に思うことができるようになりました。特に最近、今自分が何をすべきか、何を楽しめるか、を判断したら、今その瞬間に集中したいと思っています。今年も一緒に剣の道を進んでいこうではありませんか！

新ジャイアンのはなうた♪



よっ！ みんな、元気か？
そして、あけましておめでとうだな。

お年玉は、いっぱいもらえたかな？おせち料理やごちそうをいっぱい食べすぎて、お腹こわしたりした人はいないかな？なんだか、年末年始にかけて、コロナ感染者はぜんぜん減らなかったな。そして、また、緊急事態宣言がだされるかもしれないっていわれていて、ちょっと、不安な年明けだな。でも、こういうときこそ、あわてずに、地に足をつけた生活や勉強、剣道をしたいな。

そこで、少しふり返ってみると、1回目の緊急事態宣言が出されたのは、令和2年4月7日で、解除されたのが5月25日だったよな。そして、約3か月間、学校へも行けなくて、駒剣の稽古もできなかったな。でも、ほとんどの人は、その間、自主練をしっかりやったように思うな。（実をいうと、ジャイアンは、サボっちゃったんだけどね。）

そして、緊急事態宣言が解除になり、やっと稽古再開となったんだけど、みんなの剣道を見て、ジャイアンはびっくりしたぞ。なんと、面を着けた稽古をしていないのに、ほとんどの人が上手になっていたよな。これは、どういうことなんだろう？

下の解答らんから答えを1つ選べ。

（解答らん：①自主練をがんばったから、②いっぱいごはんを食べたから、③天才だったから）
正解は①しか考えられないよな。

でも、素振りは、普段からやっていたはず。なぜ、自主練だと効果がでたのか？
下の解答らんからあてはまるものをすべて選べ。

（解答らん：①毎日やったから、②自分でやったから、③気持ちをこめてやったから、
④友だちと競ったから、⑤いやいやでもやったから、
⑥天才だからやってもやらなくても上手になったから）

正解は、その人ごとにちがうかもしれないけど、一番効果があったのは③じゃないかと思うぞ。漢字を覚えるのだって、ただ書いただけなのと、覚えようと思って練習したのだとぜんぜんちがうよな。勉強でも、剣道でも、同じだよな。どんなことでも気持ちをこめてやるのが大切だな。

おっと。新年早々、いい話を書いちゃったぜ。
そうだ！ジャイアンの今年の目標は、「なにごとにも気持ちを込めてやる！」にすることにしよう。ということで、今日も、気持ちを込めて、ゲームやって、ごはんをたべて、お酒を飲んじゃうぞ！え？そういうことじゃないだろって！
……す、すみません。

じゃあ、またな！



1 級昇級審査合格 おめでとうございます！！



12月12日に行われました1級昇級審査に臨んだ6年生5名が見事に合格しました。
合格した皆さんから喜びの声、感想を寄せていただきました。

宮島さん 初めての外部での審査でしたが、普段の稽古のおかげであまり緊張しませんでした。私はいつもの稽古通りに審査に臨むことができてよかったです。改善点は、もう少し立ち合いのペース配分を考えたほうが良かったと思いました。1回目は本気で打ち込みのようにどんどん打って行ったせいか、2回目で前には出ていたけれど決め切ることができませんでした。初段二段三段と審査が厳しくなっていくので、正しく打つこと、体力をつけること、そしてペース配分も考えて審査に臨みたいです。そのためにはこれからもたくさん稽古をして色々なことを学んでいきたいです。ありがとうございました。

上岡くん 一級審査では緊張して100%の力が出きれなかったのですが、また次試合や審査があるときは100%の力を出しきれないようにしたいです。
受ける前：大丈夫かなという思いはありましたが、やはり心配もありました。
当日の様子：当日になると心配や緊張で胸が張りさけそうでした。形では待ち時間がとても寒かったです。受ける前よりも発表される前のほうが、圧倒的に緊張が大きかったです。帰り道で泣いてしまうほどうれしかったです。

加藤くん コロナの影響で6年生の内には審査を受けられないかもしれないと思っていたので、受けられる事に感謝の気持ちを持って臨みました。実技が始まるまで凄く緊張しましたが、稽古で先生方から教えて頂いた内容を思い出す事に集中しました。審査中は係の先生方の指示をしっかり聞いて、一つ一つの動作を丁寧にするように心がけました。直前まで稽古して下さった先生方、相手をしてくれた駒剣士の皆、支えて下さった保護者の皆さんのお陰で合格する事が出来ました。有難うございました。

俵くん 僕は先日の一級審査で、心の中で決めていた事があって、まだ家族にも誰にも言っていないのですが、どんなに辛くても楽な方楽な方にかかないで自分の全力を出し切って一級審査に臨むと心に決めていました。これからもこのような機会があったら同じように目標を立てて、その目標を達成できるように頑張っていきたいです。

廣江さん 無事に一級に合格することができました。ありがとうございました。始まる前は、剣道形をまちがえないか気になり、緊張しました。いざ始まると、地稽古では、いつも練習しているとおりにできました。剣道形も一本一本丁寧に打つことができました。そして、合格発表の時は、始まる前よりもドキドキしましたが、番号があってとてもうれしかったです。





こまけんクリスマス会

令和2年12月19日(土)

@本太中学校 修道館

毎年恒例のこまけんクリスマス会。人数を制限したり内容を工夫したりして皆様のご協力のもと、今年も行うことができました。先生方やOBの方々の温かいプレゼントに子どもたちは大喜びでした。ありがたい気持ちを忘れず、これからのお稽古に励みましょう！
クリスマス係の皆様、ありがとうございました。お疲れ様でした！

【クリスマス会 試合】

	先鋒	次鋒	四将	三将	副将	大将	勝数(本数)
サンタ	矢嶋	宮島(佑)	矢嶋	品田	柴田	宮島(英)	3(5)
		(コ コ)		(メ)		(コ メ)	
トナカイ	(ハ メ)		(ド)			(ド)	2(4)
	小野塚(朔)	並木	小野塚(晴)	森岡	岩田	上岡	

	先鋒	次鋒	四将	三将	副将	大将	勝数(本数)
サンタ	矢嶋	宮島(佑)	品田	品田	柴田	宮島(英)	2(4)
	(メ メ)	(ド メ)					
ツリー	(ハ)					(コ)	1(2)
	葛西	廣江(大)	山崎	小島	小澤	廣江(優)	

	先鋒	次鋒	四将	三将	副将	大将	勝数(本数)
サンタ	矢嶋	宮島(佑)	品田	柴田	柴田	宮島(英)	2(3)
		(コ ド)		(ド)			
雪だるま	(メ)					(メ)	2(2)
	高山	百木(廉)	高山	百木(慎)	加藤	俵	



	先鋒	次鋒	四将	三将	副将	大将	勝数(本数)
ツリー	葛西	廣江(大)	山崎	小島	小澤	廣江(優)	2(5)
	(ハ)	(ド)メ				(メ)メ	
雪だるま	(メ)メ	ド	(メ)メ	(メ)メ	(コ)コ		4(9)
	高山	百木(廉)	高山	百木(慎)	加藤	俵	

	先鋒	次鋒	四将	三将	副将	大将	勝数(本数)
トナカイ	小野塚(朔)	並木	小野塚(晴)	森岡	岩田	上岡	2(7)
	(ハ)	(メ)メ	ド		(メ)	(メ)ド	
雪だるま	(メ)コ		(メ)		メ		1(4)
	高山	百木(廉)	高山	百木(慎)	加藤	俵	

	先鋒	次鋒	四将	三将	副将	大将	勝数(本数)
トナカイ	小野塚(朔)	並木	小野塚(晴)	森岡	岩田	上岡	2(4)
	(メ)メ	(メ)				(ド)	
ツリー						(コ)メ	1(2)
	葛西	廣江(大)	山崎	小島	小澤	廣江(優)	

【クリスマス会 結果】

	サンタ赤	トナカイ黄	ツリー緑	雪だるま白	順位
サンタ赤		3 (5)	2 (4)	2 (3)	1位
トナカイ黄	2 (4)		2 (4)	2 (7)	2位
ツリー緑	1 (2)	1 (2)		2 (5)	4位
雪だるま白	2 (2)	1 (4)	4 (9)		3位

おめでとう！
1位のチームには豪華賞品(手ぬぐい)が授与されました♡



石井のetc日記



でも その後 ちゃんとおけい古したよ。←品Oくんの名譽のため