



令和4年1月号

< 1月の予定 >

木曜日	6日	稽古始め→雪のため中止
	13日・20日・27日	17:00~19:00 (針ヶ谷小学校体育館)
土曜日	8日	15:00~17:00 (全員:本太中修道館)
	15日	15:00~17:00 (防具組:駒場体育館剣道場) (基本組:本太中修道館剣道場)
	22日・29日	15:00~17:00 (防具組:駒場体育館剣道場) (基本組:駒場体育館柔道場)

< 2月の予定 >

木曜日	全て	17:00~19:00 (針ヶ谷小学校体育館)
土曜日	5日・26日	15:00~17:00 (全員:本太中修道館)
	12日・19日	15:00~17:00 (防具組:駒場体育館剣道場) (基本組:本太中修道館剣道場)

< 3月の予定 >

木曜日	3日・10日	17:00~19:00 (針ヶ谷小学校体育館)
	17日	未定
	24日・31日	17:00~19:00 (防具組:駒場体育館剣道場) (基本組:駒場体育館柔道場)
土曜日	5日	後期昇級審査会 15:00~17:00 (全員:本太中修道館)
	19日	15:00~17:00 (防具組:駒場体育館剣道場) (基本組:駒場体育館柔道場)
	26日	六年生を送る会 13:00~17:00 (全員:本太中修道館)
■12日(土)	令和3年度 第37回さいたま市浦和剣道大会 兼 浦和剣道錬成会 9:00~ (サイデン化学アリーナ)	

※ 状況により稽古の場所が変更になります。
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

新しい年になりました。寒い日が続いています。一時期収まった新型コロナウイルス感染者数ですが、また広がりを見せています。引き続き感染症予防策をとりながらの稽古になります。マスクやフェイスシールドが外せるのはまだ先ですが、地道に稽古に取り組んでいきましょう。皆様、本年もどうぞよろしくお願いたします。



さて、駒剣寒稽古は後半戦に入ります。稽古の流れはつかめていると思いますが、クリスマス会、試合・OB会、そして休みの期間が入りましたので、今一度気持ちを作り直してやっていきましょう。1月中は今日を入れて7回稽古があります。「寒稽古は、鉄を一度溶かして強い鋼にする溶鉱炉」という話を以前しました。自分の剣道を作り直す機会ととらえ、熱く激しく稽古してみてください。

12月25日(土)大宮武道館メインアリーナにて「合宿杯兼OB会」が開催できました。合宿委員さんが2年続けて夏合宿ができなかったことから、工夫を凝らして計画、実施してくださいました。OB・OGも試合、審判、稽古に参加してくれ、楽しい時間がもてました。先輩方の真つぎな剣道を見ると私自身が嬉しく思うのと同時に、後輩の良き見本となってくれるのでありがたく感じます。小学生もそれぞれのコートで熱戦が繰り広げられていました。勝った人はトロフィーや図書券をもらい嬉しく自信になったと思います。負けた人も良い試合ができていましたので次への目標がもてたと思います。勝ったり負けたりが良いのです。奢らず妬まず「切磋琢磨」していきましょう。

「今年の目標を立てましょう」新年になると私が毎度言っていることです。生活習慣、学習面、何でもよいのですが剣道のことで1つか2つは立てて取り組みましょう。私としては、
①『稽古回数を増やす』 去年は112回でした。その前年が103回なので少し増えました。しかし例年であれば130回くらいなので、コロナ禍の影響でここ2年は減っています。今後の状況次第になりますが、稽古中断期間がなければ同じ回数くらいに戻したいと思っています。もちろん回数だけでなく今までもそうでしたが、お相手一人一人と気を抜かず真剣な一本をやっていくことが前提です。
②『体力をつける』 いまさら何を・・・と思われるかもしれませんが、このところ土曜日の夜しっかり稽古をすると日曜日に疲れが残ってしまい「(来週のためにも)今日は稽古やめておこう」ということがあります。年齢(加齢)により仕方がないことかもしれませんが、それを言い訳にいたくありません。そのためにもスリム化は必須です。『体重を減らす』だけでなく疲れにくく今まで以上に動ける体を目指します。

他にも『読書をたくさんする』 私はよく学校の図書館で本を借りて読んでいます。おそらく年間稽古回数より読んだ本の冊数の方が多いと思います。今年も引き続き、ジャンルにとらわれず本をたくさん読み、剣道(指導)にも活かしていきたいと考えています。

3月には昨年6月に開催できなかった「さいたま市浦和剣道大会」の代替大会が行われるようです。これも目標になります。皆で楽しみながらしっかり稽古していきましょう。

太郎の百錬自得



第92回

明けましておめでとうございます。
本年もよろしくお願いいたします。

みなさまは、年末年始どう過ごされましたでしょうか。
私は、28日から草津温泉に行ってきました。天下の名湯のひとつといわれる草津、結構久しぶりに訪問したのですが、湯畑を見ると昔の記憶も蘇ってきて、懐かしかったです。また街も少しずつ新しくなっているのを感じました。なにはともあれ、名湯に浸かり、一年の疲れを流してきました。年の締めくくりとしていい旅行でした。草津から帰ってきてからは浦和でのんびり過ごしつつ、身体がなまらないようにフィットネスジムで筋トレやジョギングをしていました。6日の稽古初めが楽しみです。

私は毎年新年に今年やりたいことを考え、活字化するようにしています。
今年の年末年始は2021年にやろうと思っていたことがどうなったかを確認しなおして、2022年にはどうするかを考えました。
色々あるのですが、ここでは剣道に関して今年やっていきたいことを3つ書きます。

- ・教士の称号を取得する
↳ そのためには、稽古を継続しつつ、地区の講習会に参加して資格を得る必要があります。
- ・上位の先生に掛かる稽古をする
↳ 七段審査前に指導いただいた先生方に出稽古して稽古をお願いするようにします。
- ・後進の育成に努める
↳ 駒剣士のみんなと稽古して少しでも強くなってもらえるように、少しでも人間的に成長してもらえるように、微力ながら尽くします。

みなさんは今年どんな目標を立てましたでしょうか。目標に向かってお互い進んでいく一年としましょう。
目の前の一步が大事ですね。山登りも一步から。剣道も一本の打ちから、ですね。



新ジャイアのはなうた♪



よっ！ みんな、元気か？
あけましておめでとう！

クリスマスにお正月。子どもには、たまらないよな。クリスマスプレゼント、お年玉、いろいろともらったかな？ ジャイアンはあげる方なのでうらやましいかぎりだぞ。

さて、毎年のことだけど、新年は、目標を立てる良い機会だぞ。やみくもにがんばるよりも、目標を立ててそれに向かってがんばった方が、良い結果になることが多いんだ。だから、みんなも、是非、今年の目標を立てるといいぞ。そして、剣道の分野でも目標を立てて欲しいな。ジャイアンの目標は、今年もダイエットだな。目標は10kg減。10kgやせちゃったら、身軽になって、今よりもすごく速い面が打てるようになるはずだ。楽しみに見ていてくれよな。みんなも、目標をたてたら、まわりに宣言しよう。目標は口に出さないと、目標にならないぞ。

話はかわって、駒剣寒稽古の調子はどうかな？ そろそろ、飽きてきた人がいるんじゃないのかな？ なれてきて、手を抜いている人がいるんじゃないかな？ 半分過ぎて、あと何回かしかないんだから、もう一踏ん張りがんばろう。大きな気合を出して、一本一本気持ちをこめて、打ち切ろう。道場の端から端まで使って、苦しい稽古をしよう。そうすれば、3月には、ずっと強くなっているはずだぞ。こちらも楽しみだな。

ところで、一本一本気持ちを込めて打つといっても、どうしたらいいか分からない人がいるんじゃないかな。ヒントは、「有効打突」(ゆうこうだつ)だ。ちゃんと剣道試合審判規則に有効打突が決められているぞ。有効打突とは、「充実した氣勢、適正な姿勢をもって、竹刀の打突部で打突部位を刃筋正しく打突し、残心あるもの」だ。言い換えると、①大きな気合、②正しい構え、姿勢、③竹刀の中結よりも先の部分で、④正しい面、小手、胴の場所を、⑤竹刀の刃の部分で切れるように打ち、⑥打った後も気持ちを切らずにスキを作らない、ということだ。すごく難しいけど、でも、これも知っているのと、知らないのとでは、まったく違って来るぞ。①から⑥まで、いちどに全部は難しいかもしれないけど、まずは①気合、次は、②正しい構えと姿勢、といったように、1つずつ増やしていくのも良い方法かもしれないぞ。とにかく、やってみることが大切だぞ。

ただ、もやもやと考えているだけでは、目標も有効打突もなかなか実現しないぞ。目標も有効打突も、はっきりとした言葉にして、気持ちにきざんで努力すると、良い結果につながると思うぞ。

がんばってみような。

じゃあ、またな！



こまけんクリスマス会



令和3年12月18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。皆様のご協力のもと、入念な感染対策を行ったうえで

今年も行うことができました。先生方の温かいプレゼントに子どもたちは大喜びでした。

ありがとうの気持ちを忘れず、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！

【対戦内容】

	先鋒	次鋒	五将	中将	三将	副将	大将	勝数(本数)
サンタクロース	海江田	岩滝	胡	百木	柴田	品田	柴田	3(7)
		(ドド)		(コメ)	(メメ)		(メ)	
トナカイ	(メメ)	(メ)	(メメ)	メ		(ドメ)	(ドメ)	4(10)
	酒井	工藤(悠)	酒井	工藤(有)	並木	山崎	岩田	

	先鋒	次鋒	五将	中将	三将	副将	大将	勝数(本数)
ツリー	高見	佐藤	小野塚(朔)	保岡	小野塚(晴)	小島	小澤	4(6)
		(メ)	(メメ)	(メメ)		(メ)		
雪だるま			(ド)		(メメ)		(コド)	2(5)
	出口	葛西	川越	谷村	高山	矢嶋	宮島	

	先鋒	次鋒	五将	中将	三将	副将	大将	勝数(本数)
トナカイ	酒井	工藤(悠)	酒井	工藤(有)	並木	山崎	岩田	4(10)
	(メメ)	メ	(メメ)	(メメ)		(ド)	(ドド)	
雪だるま		(メド)			(メコ)	(ドメ)	メ	3(7)
	出口	川越	葛西	谷村	高山	矢嶋	宮島	

	先鋒	次鋒	五将	中将	三将	副将	大将	勝数(本数)
サンタクロース	海江田	胡	岩滝	百木	柴田	品田	柴田	2(6)
			メ	(メメ)	(メド)	メ		
雪だるま	(メメ)	(メメ)	(メメ)			(ドド)	(ドコ)	5(10)
	出口	葛西	川越	谷村	高山	矢嶋	宮島	

	先鋒	次鋒	五将	中将	三将	副将	大将	勝数(本数)
サンタクロース	海江田	胡	岩滝	百木	柴田	品田	柴田	2(5)
	メ			(メ)	(メメ)		(ド)	
ツリー	(コメ)	(メメ)	(メメ)		(メ)		(メコ)	4(9)
	高見	佐藤	小野塚(朔)	保岡	小野塚(晴)	小島	小澤	

	先鋒	次鋒	五将	中将	三将	副将	大将	勝数(本数)
ツリー	高見	佐藤	保岡	小野塚(朔)	小野塚(晴)	小島	小澤	4(6)
		(メ)		(ドコ)	(コメ)	(メ)		
トナカイ	(メ)						(ドド)	2(3)
	酒井	工藤(悠)	工藤(有)	工藤(悠)	並木	山崎	岩田	

【対戦結果】

	サンタクロース 赤	トナカイ 黄	ツリー 緑	雪だるま 白	勝敗数	順位
サンタクロース 赤		△ 3(7)	△ 2(5)	△ 2(6)	0 - 3	4
トナカイ 黄	○ 4(10)		△ 2(3)	○ 4(10)	2 - 1	2
ツリー 緑	○ 4(9)	○ 4(6)		○ 4(6)	3 - 0	1
雪だるま 白	○ 5(10)	△ 3(7)	△ 2(5)		1 - 2	3



合宿杯兼OB会

令和3年12月25日

@大宮武道館

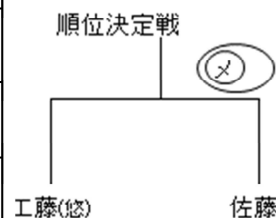
新型コロナウイルスの影響で開催ができなかった夏合宿。そこで合宿委員さんの発案・企画で「合宿杯兼OB会」を実施していただきました。OB・OGの方々も参加され、熱い試合・稽古となりました。合宿委員の皆様、素晴らしい会を開催していただきありがとうございました。

【第1試合場 長谷部杯】

	酒井	海江田	出口	勝ち点	本数	順位
酒井		(メ)メ	△	3	2	2
海江田	△メ		△	0	1	3
出口 [👑]	(メ)メ	(メ)		6	3	1

【第2試合場 山田杯】

	岩滝	工藤(悠)	佐藤	葛西	勝ち点	本数	順位
岩滝 [👑]		(ド)ド	(メ)ド	(メ)メ	9	6	1
工藤(悠)	△		□	(メ)メ	4	2	2(3)
佐藤	△	□		(メ)メ	4	2	2
葛西	△	△	△		0	0	4

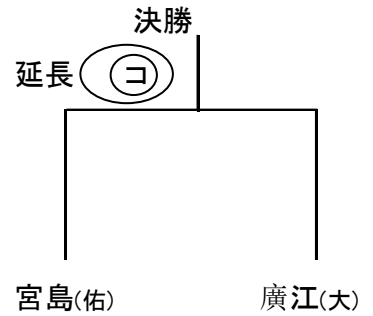


【第3試合場 尾島杯】

	小野塚(朔)	工藤(有)	谷村	川越	保岡	勝ち点	本数	順位
小野塚(朔) [👑]		(ド)メ	(メ)メ	(メ)メ	(メ)メ	12	8	1
工藤(有)	△		(メ)メ	△(コ)	△	3	3	4
谷村	△	△		△	△	0	0	5
川越	△	(ド)ド	(メ)メ		(メ)	9	5	2
保岡	△	(メ)メ	(メ)	△		6	3	3

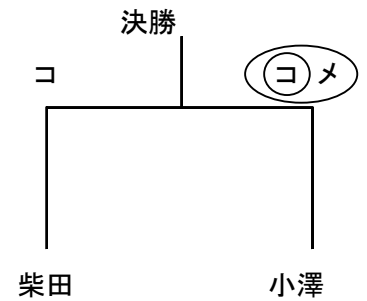
【第4試合場 本荘杯】

A リーグ	宮島(佑)	高山	百木(廉)	勝ち点	本数	順位
宮島(佑)		(メ)コ	(メ)ド	6	4	1
高山	△		(メ)メ	3	2	2
百木(廉)	△	△		0	0	3
B リーグ	廣江(大)	並木	小野塚(晴)	勝ち点	本数	順位
廣江(大)		(ド)	(コ)コ	6	3	1
並木	△		△	0	0	3
小野塚(晴)	△	(コ)コ		3	2	2



【第5試合場 木村杯】

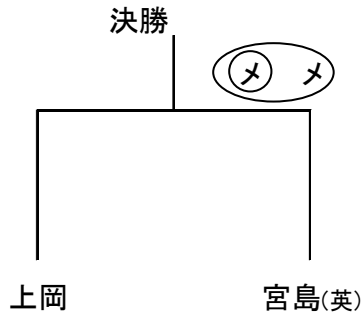
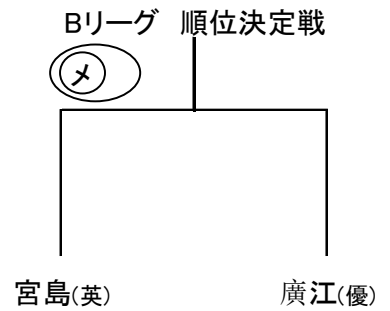
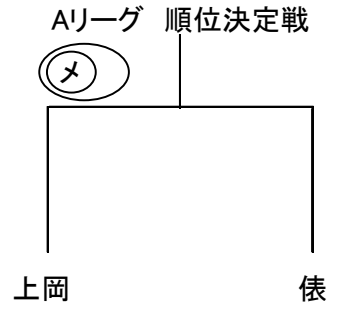
A リーグ	柴田	小島	品田	勝ち点	本数	順位	
柴田		(メ)メ	(メ)メ	6	4	1	
小島	△		□	1	0	2	
品田	△	□		1	0	2	
B リーグ	小澤	岩田	矢嶋	山崎	勝ち点	本数	順位
小澤		メ	(メ)コ	(コ)メ	6	5	1
岩田	(コ)ド		□	□	5	2	2
矢嶋	△	□		(ド)ド	4	2	3
山崎	(ド)△	□	△		1	1	4



【第6試合場 丸山杯】

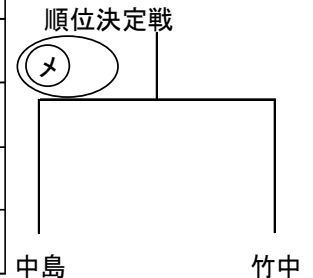
A リーグ	上岡	俵	百木(慎)	勝ち点	本数	順位
上岡		メ	メ メ	4	3	1
俵	メ		コ コ	4	3	1(2)
百木(慎)	△	△		0	0	3

B リーグ	宮島(英)	秋本	廣江(優)	勝ち点	本数	順位
宮島(英)		メ コ	△	3	2	1
秋本	△		メ	3	1	3
廣江(優)	メ メ	△		3	2	1(2)



【第7試合場 菅原杯】

	中島	飯田	内田	竹中	飯山	勝ち点	本数	順位
中島		メ メ	メ	メ	メ	9	5	1
飯田	ド		メ	△	コ	6	3	4
内田	メ メ	△		△	メ メ	6	4	3
竹中	△	ド	コ メ		メ メ	9	5	1(2)
飯山	△	△	△	△		0	0	5



入賞者コメント

- 出口くん 人数が少なくてもあまりしあいができなかったけど、かててトロフィーもとったのでうれしかったです。また来年もゆうしょうしたいです。
- 酒井くん 準優勝が出来て嬉しかったです。でも 100%の力は出せなかったので来年は優勝出来るように練習を頑張りたいです。
- 岩滝さん 初めてのリーグせんできんちょうしましたが、大きい声を出し練習したわざを出して勝てたのでとてもうれしかったです。これからもたくさん色んなわざを練習して、試合で1本取れるようにがんばります。
- 佐藤くん これまで、練習試合でも1本も取れずくやしいときもありました。今回、2位になれてとてもうれしかったです。これからも、1本を取る試合をしていきたいです。
- 小野塚(朔)くん 優勝できてうれしかったです。稽古で教わった自分から先にうつことや出ばなをねらうことができました。
- 川越くん 審判をしてくれた渡辺先生に惜しい打ちがいっぱいあったと言われたので次はちゃんと一本になるように練習して優勝したいです。
- 宮島くん 一試合目、二試合目は声が大きく出て思いきった技が出ていたけれど、三試合目は緊張のせいで足が前に出なかったり、打たれてしまったりした場面があったので、次の試合の課題にしたいです。また、全ての試合で、いろいろな種類の技があまり出なかったのも、稽古をして多くの技を出せるようにしたいです。しはんの先生方、しんばんや記録をしてくださった方々のおかげでこのような試合ができたと思います。ありがとうございました。
- 廣江くん ぼくは、本荘杯で2位でした。決勝では、なかなか技が決まらず、延長で小手をとられてしまいました。次からは小手に気をつけて試合をしたいです。また、この日は、久しぶりに中学生の先ばい達に会えたのでよかったです。
- 小澤くん 今回のOB会では、駒剣のみんなと沢山試合や稽古をする事ができ、色々な事を学べました。また試合では、自分自身は絶対に無理だと思っていたので優勝する事ができてとても嬉しかったです。2022年では、昨年出来なかった点を反省し直していきたいです。
- 柴田くん 膝を痛めていて合宿杯兼OB会に出席できるかギリギリまで分からなかったけれど、当日は試合に参加できて良かったです。OBOGの先輩方の気迫のこもった試合や稽古、そして真っ直ぐな剣道を見て、自分もあんな風になりたいなあと思いました。これからは先輩方に少しでも近づけるよう、稽古に励みたいと思います。

宮島先輩

OB会に参加させていただき、みんなと久しぶりに会えたり、高校生とも地稽古ができたのでよかったです。

試合では、日々の部活で練習してきた成果が出せたと思います。たとえば、自分から仕掛けて打つことです。小学生の頃は相手が来たのと同時に打ってしまったので、少し成長したかなと思います。また、今回の試合で、打った後に気持ちを切らないで次の技を出したり、残心をしっかりとったりすることが大切だとわかりました。これから稽古に励んで改善していきたいです。

このような機会に参加させていただき、ありがとうございました。

中島先輩

この度は、合宿杯兼OB会に参加させていただきありがとうございました。久しぶりに駒剣の方々にお会いし、また、思いがけず優勝することができ、大変嬉しく思っております。これからも日々稽古に励みたいと思います。今後ともご指導よろしく願いいたします。

竹中先輩

合宿杯兼OB会に参加させていただきありがとうございました。久しぶりに駒剣の皆やOBの皆、先生方と再会し剣を交えることができ良い刺激になりました。試合結果は2位に終わってしまいましたが、足が開きすぎていたり中心を取れないまま技を出してしまったりと改善点を見つけられたので今後も稽古に励みたいと思います。



石井のetc日記

