



令和5年2月

< 2月の予定 >

木曜日	2日・9日・16日 23日	17:00~19:00 (全員: 駒場体育館剣道場) 17:00~21:00 (駒場体育館競技場半面)
土曜日	4日・11日・18日 25日	15:00~17:00 (全員: 本太中学校修道館) 15:00~17:00 (防具組: 駒場体育館剣道場) (基本組: 駒場体育館第一体育室半面)
■	4日(土)13:30入場 14:45開会式	埼玉田島剣友会創立50周年記念剣道大会 (サイデン化学アリーナ)
■	18日(土)15:00~	新現合同役員会 (原山公民館講座室)
■	19日(日)9:00入場 9:25開会式	浦和少年剣道錬成会 (サイデン化学アリーナ) <small>※年度当初と日程が変更しています</small>
■	23日(木)17:00~21:00	やどかり剣生会との交流会 (駒場体育館競技場半面)

< 3月の予定 >

木曜日	9日・16日・23日・30日 2日	17:00~19:00 (全員: 駒場体育館剣道場) 19:00~20:00 (全員: 本太中学校修道館) <small>※18:45準備運動、19:00礼式の予定</small>
土曜日	4日・18日 11日	15:00~17:00 (全員: 本太中学校修道館) 15:00~17:00 (防具組: 駒場体育館剣道場) (基本組: 本太中学校修道館)
	25日	13:00~17:00 (全員: 本太中学校修道館)
■	4日(土)	後期昇級審査会 (本太中学校修道館)
■	25日(土)	六年生を送る会 (本太中学校修道館)

< 4月の予定 >

木曜日	全て	17:00~19:00 (全員: 駒場体育館剣道場)
土曜日	1日 8日・15日・22日	15:00~17:00 (全員: 本太中学校修道館) 15:00~17:00 (防具組: 駒場体育館剣道場) (基本組: 本太中学校修道館)
	29日	昭和の日のためお休み
■	8日・15日・22日(土)15:00~	令和5年剣道教室申し込み受付(駒場体育館会議室)





本荘先生からのお言葉

新しい年になり1か月が経ちました。皆さんはこの1か月あつという間でしたか。それとも長く感じましたか。私は、毎月あつという間と感じるのですが、1月は埼玉大学寒稽古があつたため、朝早く起き一日が長かった日があつたことから、両方の感覚がありとても変な感じがしています。これからの2月、3月はおそらく「光陰矢のごとし」で駆け抜けていくような早さに感じると思います。一日一日しっかりと生活していこうと思っています。

さて、12月、1月と2か月間にわたって行われた駒剣寒稽古が終了しました。年末にはクリスマス会、年始にはOB合同稽古会がありました。他の木曜日、土曜日は切り返し、掛かり稽古中心の寒稽古メニューによく取り組みました。3年ぶりに開催された埼玉大寒稽古にも参加した者もあり、寒さの中で、集中的に熱のこもった稽古をしました。日頃から話していましたが、寒稽古をやり遂げると地力がつきます。自分が思った以上についています。ただそれが試合などで効果が発揮される時期は個人差があります。

私の場合を書いてみます。私が初めて埼玉大寒稽古を経験したのは大学1年生の冬でした。始まる前からいろいろな噂を聞いていて怖くてやりたくなかったです。初日を迎える前夜、緊張して一睡もできませんでした。今と違って小中学生の参加はなく、大学生部員が、先生、OBとたまに来る埼玉県警特練からみっちり稽古をつけていただきました。3日目くらいで声が出なくなり、足もボロボロ、あのランニングがまずつらかったです。なんとか15日間やり抜きそのあと2月末くらいまでオフになります。初めてスキーをしたのもこの期間だったように思います。大学は5月に大会があります。新人戦という団体戦があり、1、2年生でチームを作ります。全学年が対象となる関東大会の団体戦、個人戦があり、上位に行くと全国大会に出られます。1年生のうちには試合に出場できなかったのに、2年生の春、私は強くなっていました。部内の選考試合で好成績をあげ、新人戦の選手や関東大会の個人でも選手になりました。他の大学との練習試合ではどこに行っても負け知らず、県内の強豪高校にも行きましたが勝ちまくっていました。試合のあとの地稽古になると、高校生が私の前にずらっと並ぶほどでした。新人戦本番では大将を任せられました。某有名私立S大と対戦し、私の前、副将で勝負は決まってしまうましたが大将戦は勝ちました。関東の個人では初戦、これまた超有名強豪国立T大の選手、高校時代インターハイ〇位という□□選手と対戦(私はあまりそういう情報知らず)延長戦の末、私が勝ってしまいました。この時、日本武道館がざわついたそうです。「□□が負けたい」「誰に負けたんだ?」「知らん(やつらしい)」こんな会話が飛び交ったのだと。おそらく試合についていえばこの時が私のピークだと思われます。間違いなく寒稽古で培ったものが開花した瞬間でした。

小学生の皆さんはこのあと4日に埼玉田島剣友会創立50周年記念剣道大会、19日に浦和少年剣道錬成大会、23日に北浦和やどかり剣生会との交流会が控えています。もしかしたら「あれっ?」と今までと違う自分を発見できるかもしれません。まだあまり変化が見られないかもしれません。私はあの時貯金を一気に使い切ってしまいましたが、皆さんは貯めたものを少しずつ出していった方がいいかもしれません。焦らずに、必ず変化を感じる時がそれぞれにきます。大人にも。その時をお楽しみに!



志木市のゆるキャラ カパル

太郎の百錬自得



第105回

早いものでもう2月です。これからの12月からの寒稽古でつけた地力を練っていき、形になって現れてくる時期です。また、6年生は卒業まであと2ヶ月を切りました。一回一回の稽古を心に刻むように取り組んでほしいと思います。

今回は仕掛け技について考えてみます。

剣道では仕掛け技が大事とされています。先をかけて攻めて自分から打つ、これが仕掛け技ですが、どうしても陥りがちな大きな罠がふたつあると思っています。

- とにかく先に打てばいいと思ってしまう、もしくはつい体だけが反応して打ってしまう
- 相手を見すぎて知らず知らずのうちに待ちになってしまう

最初の罠は、先の意味をまだわかっていないか、わかってはいるものの反応してしまうために陥ります。先は、「さき」と読まずに「せん」と読みます。「せん」は合気（あいき）と仲良し、合気だから先をとれる、先をとるには合気にならないといけないものなのです。合気は、例えば百人一首ですと読み手に耳を傾けながら、いつでも札を取れるようにスタンバイしている状態です。また例えばじゃんけん「じゃんけんぽん」でグーチョキパーを出す前にみんなで集中している状態です。剣道では相手に集中、意識を向けて、かつ構えができていていつも打てる状態になります。

これがわかれば大きな前進です。わかってても反応して打ってしまうのはまだ稽古不足だから仕方ありません。稽古を積み重ねていくだけです。

次の罠はこの逆です。受けにまわる、と言われますが、打ち気がなくなってしまうことです。相手に打たせてからなにか返そうとしているのです。

このように、剣道はこのアクセルとブレーキの使い分けがとても難しいです。いつでもいける状態なのでアクセルは踏んでいるわけですが、同じくブレーキも踏んでいてそれを止めているわけです。そしてここだという機会にブレーキを解放して打突するのですが、アクセルが弱いと中途半端になるし、強すぎるとブレーキ踏んでいるのに出てしまう。またブレーキが強すぎるとすぐでられないというわけですね。



私は、剣道はアクセル強めでいいと思います。自分でもブレーキ強めになっているなどというときは内容もよくないです。ただ合気にならずに打突するのは、自分自身の成長のためにもやめた方がいいと思います。相手と同じ土俵に立って稽古するのが楽しいと思います。

2月は駒剣稽古にあまり参加できないかもしれませんが、みなさんとの一回一回の稽古を大事にしたいと思います。今月も頑張りましょう！

新ジャイアのはなうた♪



よっ！ みんな、元気か？

寒稽古も、無事、やりきったようで、良かったな。寒稽古って同じ事ばっかやって、つまらないと思っていた人もあるんじゃないかな？でも、寒稽古をしっかりやると、気づかないうちに自然と力がついているもんなんだ。そして、その成果が春に出てくるから、楽しみにしているといいぞ。自分で違いがわかったり、先生方に誉められたりすることが多くなると思うぞ。

ところで、最近、基本組も、面を着けて2人組で稽古するようになってきたので、「相手のことを考える」ということを考えてみようと思うぞ。

当たり前なことだけど、剣道は、2人でやる武道であり、相手がいないと剣道できないよな。まず、そのことをよく考えて、「相手がいて、剣道ができること」に感謝すること、相手に対して、「相手をしてくれてありがとう」という気持ちを持つことが大切だよな。

だから、相手が自分よりへたでも年下でも、相手に感謝して、尊敬することが必要だよな。

そして、そういう気持ちを、稽古であらわすことが大切だぞ。基本打ちをするとき、相手が上手に打てるよう間合い(相手との距離)をとってあげたり、体(たい)をさばいたりしてあげる、次の技を打ちやすいように打った後の間合いをつめたり、下がったりしてあげたり、かかり稽古のときも相手が打ちやすいようなところに移動する、地稽古の時も、正々堂々と立ち合っ、正しい打ちを心がける(ヘンテコな剣道をしない)、そういうことが感謝や尊敬をあらわすということだぞ。そういった気持ちで剣道をすると、打っても、打たれても、とても気持ちがいいし、周りの人達にも、伝わるんだな。

また、相手に対して感謝や尊敬の気持ちをもって、相手方のことを考えて剣道をすることは自分が上達することにもつながるぞ。特に、間合いをとることは、とても大切なことで、相手が打ちやすいように間合いをとるということは、自分にとっても打ちやすい間合いをとるっていうことで、これができれば、剣道がすごく上手になるぞ。だから、相手のことを考えることは、自分のためにもなるんだ。

ちょっと考えるとわかることだけど、相手が打ちやすいように間合いをとることができれば、試合などの時に、相手が打ちにくいように間合いをつめたり、間合いを遠くして相手が打てないようにすることもできるよな。

「相手のことを考える」って、実は、剣道だけじゃなくて、勉強や、仕事、ともだちとの関係なんかでも、大切なことなんだ。例えば、テスト勉強でも、先生はどんなところを出したいのかな？って考えて勉強するのと、しないのではぜんぜん結果がちがうんじゃないかな。ともだちとケンカしたときも、ともだちの気持ちを考えると仲直りのきっかけがつかめるかもな。

おっと、ガラにもなく、まじめな話をしちまったな。でも、相手のことを考えることも忘れないでくれよな。

じゃあ、またな！

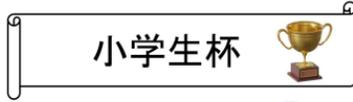
感謝

OB・OG 合同稽古会

令和 5 年 1 月 7 日(土)

@駒場体育館

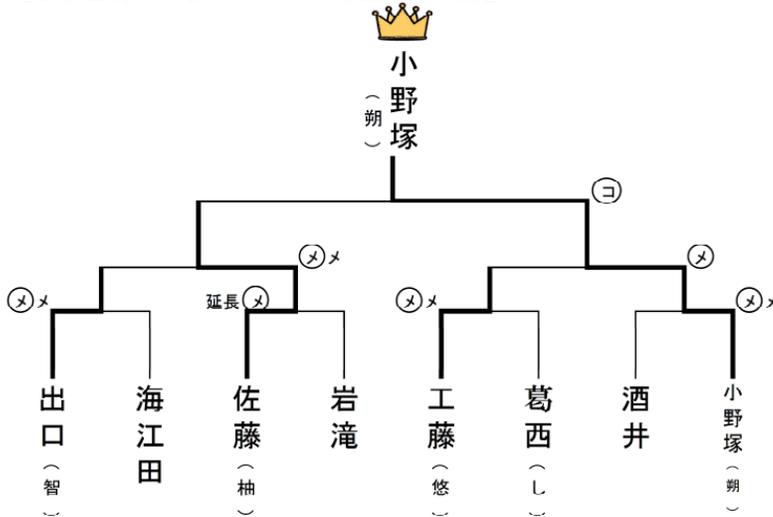
昨年に引き続き、OB・OG 合同稽古会が冬季に行われました。
先輩方に元立ちをしていただいたのお稽古や先輩方の気迫あふれる試合と、とても素晴らしい時間が
過ごせました。係の皆様、お疲れ様でした。ありがとうございました！



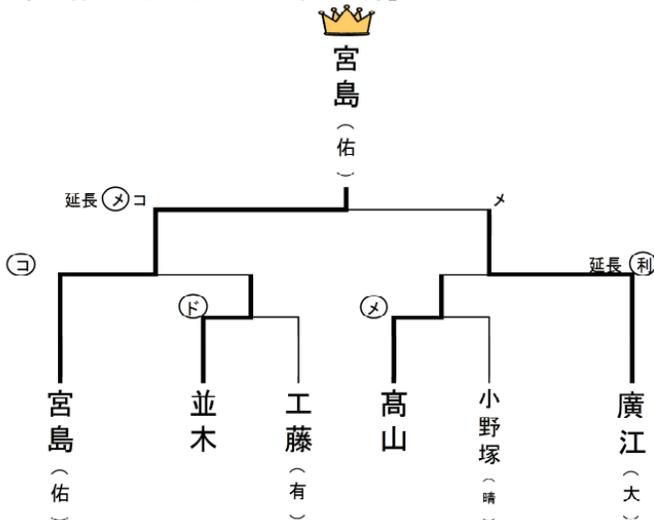
宮島(佑)くん
小野塚(朔)くん



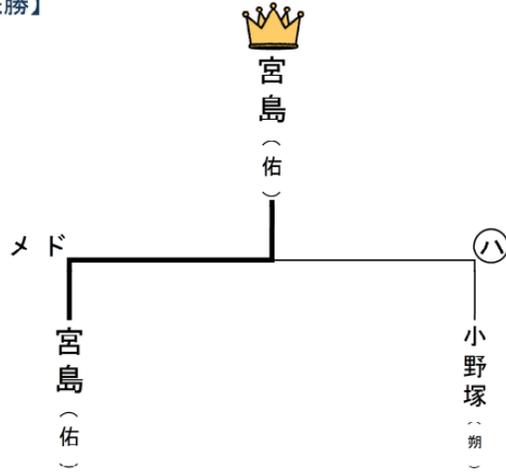
【小学生杯トーナメント 4年生以下の部】



【小学生杯トーナメント 6年生の部】

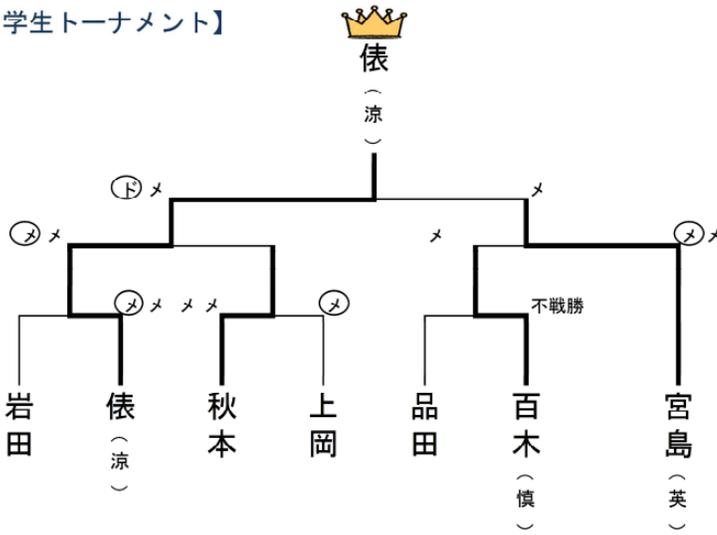


【小学生杯 決勝】



俵(涼)先輩
宮島(英)先輩

【OB杯 中学生トーナメント】



【入賞選手の感想】

4年生以下優勝
小学生杯準優勝
小野塚(朔)くん

OB/OG 合同稽古会の4年以下の部で優勝できてうれしかったです。腕が伸びずに1本に決めきれないことが多かったのもっと練習を頑張りたいです。

4年生以下準優勝
佐藤(柚)くん

OBOG 杯の4年生の部で2位になれてうれしかったです。でも、これまでの試合で1位になったことがないので、少しくやしかったです。6年生や中学生のせんばいの試合を見て、わざのスピードや迫力におどろきました。ぼくもせんばいのように、いろいろなわざができるようになって、もっと強くなりたいと思いました。練習はつらいと思うときもありますが、これからもがんばりたいです。

6年生優勝
小学生杯優勝
宮島(佑)くん

OB・OG 合同稽古会に参加させていただき、ありがとうございました。試合は、小学生杯で優勝することができて、とても嬉しかったです。でも、攻めがたりなかったり、打突の機会一本にできなかった場面があったので、これらの課題を解決できるように稽古をしていきたいです。試合後の稽古は、先輩方にたくさんのアドバイスをいただいたので、これからの稽古にいかしていきたいです。これからも、ご指導よろしくお祈いします。

6年生準優勝
廣江くん

OB・OG 合同稽古会に参加させていただきありがとうございました。試合では、打たれるのが怖くて前に出られず、なかなか技を決めることができませんでした。打たれることを恐れずに自分から打っていけるようにしたいです。いつも宮島君に負けているので今度試合をやる時は勝ちたいです。

OB杯優勝
俵くん

また、久しぶりに中学生や大人の先輩と稽古ができ、アドバイスをもらったり、参考になる試合をみせていただき、よかったです。この度はお忙しい中OB会を開いて下さりありがとうございました。本荘先生のお話にもありましたが、僕は小学校の頃剣道に対してやる気が無く試合でも勝てませんでした。中学生になり「駒剣士として恥ずかしくない力をつける」という思いで日々稽古に励み今回優勝する事ができました。これは先生先輩方のご指導のおかげです。今後とも精進してまいりますので、ご指導のほどよろしくお祈いします。

OB杯準優勝
宮島(英)さん

OB・OG 合同稽古会に参加させていただき、ありがとうございました。試合は、残念ながら決勝で負けてしまいましたが、男子と対戦できたことは良い経験になりました。稽古では、先生や先輩方のほか、小学生とも久しぶりに剣を交えることができ、充実した時間を過ごせました。いただいたアドバイスを今後活かしていきたいです。これからも可能な限り修道館の稽古に参加したいと思っていますので、ご指導よろしくお祈いいたします。



第41回 鳳翔剣大会

令和5年1月21日(土)
@埼玉大学総合体育館

3年ぶりに開催されました埼玉大学の寒稽古にたくさんの駒剣士が参加させていただきました。
参加前に決めた自分の目標は達成できたでしょうか？それぞれが課題を見つけ、今後の稽古に励んでいきましょう。
埼玉大学の関係者の皆様、寒稽古に大会にお世話になりました。ありがとうございました。

【試合結果】

小学生の部

- 宮島(佑) (X) — 加藤(忠誠館) 良い技がたくさんありました。中心を攻めて鋭い面が決まりました。
- (□) 松本(志少館) 良い応じ技も出ていましたが、惜しくも一本にならずでした。小手のうまい相手でした。
- 廣江(大) (Ⓛ) ▲ — (X) 判定 井櫻(緑の風) 落ち着いて相手を見てすばらしい胴が出ました。とても速さのある相手でした。
- 工藤(有) — (X) 長谷川(江南剣) 落ち着いて良い面も出せていました。次、頑張りましょう。
- 岩滝 — (X) 矢吹(川口北SC) よく攻められていました。まっすぐ中心をストンと打つ相手に中心で負けないように。一足一刀で打てる練習をしましょう。
- 延長
工藤(悠) — (判定) 本橋(朝霞) 声が出て頑張っていました。決めきれる一本がなかったです。

中学生女子の部

- 延長
廣江(優)先輩 — (判定) 矢島(大宮西中) きれいな技が出せていたと思います。惜しかったです。

高校生男子の部

- 延長
佐藤(雄)先輩 — (X) 及川(浦和北) 相手がよく見えていました。惜しい技も何本もありました。所作がきれいでした。



【鳳翔剣大会 出場選手の感想】

- 宮島（佑）くん 鳳翔剣大会に参加させていただき、ありがとうございました。試合は3回戦で負けてしまい残念ながら目標だった入賞はできませんでした。攻められたときに手元が上がったところを打たれてしまったので、手元が上がらないようにこれからの稽古で直していきたいです。2月にも試合や交流会があるので、寒稽古で教わったこと、練習したことを生かせるように頑張りたいです。
- 廣江（大）くん 鳳翔剣大会では相手が強くて、スピードとパワーで押されてしまいました。これからの練習では、もっと足さばきを意識してスピードを生かした剣道ができるようにしていきたいです。
- 工藤（有）さん コロナの中で貴重な体験をさせて頂き、ありがとうございました。今までにないくらいレベルの高い試合をたくさん見ることができました。自分の試合では、打ち切ることができず1回戦で負けてしまいましたが、色々な反省点を見つけることができたので、この機会を活かしてこれからも頑張っていきたいです。寒稽古も試合も楽しかったです。
- 岩 滝 さ ん 1試合目で負けてくやしかったです。自分からせめられたことと、ぜったい勝ってやると思って試合にいどめたことが良かったです。自分からせめて返し胴をねらいましたが小手をねらわれました。1本だけ面に対して返すところまで出来たので良かったです。打たれた相面は足をついでしまったので、一足一刀に気をつけて練習します。他の試合ですごいなと思う一本をたくさん見られたので良かったです。
- 工藤（悠）くん 今回は参加させて頂きありがとうございました。このような大会は2回目でしたが、2回とも1回戦負けだったのでとてもくやしいです。前回の大会が終わったときに立てた目標は達成できたけど、今回また新たな目標ができたので、また達成できるように頑張りたいです。次の大会では、1回でも勝てるようにしたいです。そのために、練習をもっとたくさん頑張ります。
- 廣江（優）先輩 鳳翔剣大会に出場させて頂きありがとうございました。結果は1回戦で負けてしまいましたが良い経験が出来ました。試合では相手が攻めてくるのに対し攻め返したりすることが出来なく、何本も打たれてしまう場面が多かったです。そのためこれからの練習で自分から1本に向かって攻めていける剣道を練習していきます。今後駒剣に行ける機会があればお稽古よろしくお願ひします。
- 佐藤（雄）先輩 先日行われた鳳翔剣大会に駒剣として出場させて頂きありがとうございました。試合の結果は、同門対決で一回戦目に負けてしまいました。攻めるべきタイミングが合わず、また相手の技を先読みして素早く避けれていたらなど、反省点はいくつもありました。引退まであと6ヶ月、最後まで頑張りますのでご指導よろしくお願ひします。

