



令和5年10月号

<10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 7日	13:30~17:00 OB・OG 合同稽古会 (大宮武道館剣道場)
14日	お父さんお母さんのための剣道体験稽古会 15:00~17:00 (全員: 駒場体育館剣道場) 17:00~19:00 (錬成部: 駒場体育館剣道場)
21日	15:00~17:00 (全員: 大宮体育館剣道場) 18:00~21:30 (錬成部: 美園公民館体育室)
28日	15:00~17:00 (防具組: 駒場体育館剣道場) (初級組: 駒場体育館第1体育室) 17:00~19:00 (錬成部: 駒場体育館剣道場)
■28日(土)	埼玉県剣道大会 (埼玉県立武道館) ※選抜者のみ

<11月の予定>

木曜日 2日・9日・16日・30日	17:00~19:00 (全員: 駒場体育館剣道場)
23日	大会出場者以外休み
土曜日 4日	15:00~17:00 (防具組: サイデン化学アリーナ多目的室 D) (初級組: 南箇公民館体育室) 17:00~19:00 (錬成部: サイデン化学アリーナ多目的室 D)
11日	15:00~17:00 (防具組: 駒場体育館剣道場) (初級組: 駒場体育館柔道場) 17:00~19:00 (錬成部: 原山公民館体育室)
18日	15:00~17:00 (全員: 大宮体育館剣道場) 17:00~19:00 (錬成部: 原山公民館体育室)
25日	15:00~17:00 (全員: 栄和公民館体育室) 17:00~19:00 (錬成部: 栄和公民館体育室)
■3日(金・祝)	全日本選手権観戦 ※希望者のみ
■11日(土)	15:30~16:30 保護者会 (駒場体育館会議室)
■12日(日)	午前 北浦和やどかり剣生会交流会 (常盤小学校体育館) 午後 懇親会
■23日(木・祝)	午後 鳩ヶ谷秋季剣道大会 (川口市立八幡木中学校体育館)

※状況により中止や稽古場所が変更になることがあります。詳細は Slack にてご確認ください。



本荘先生からのお言葉

10月になりました。年度後半戦に入りました。真夏日が続いた猛暑もさすがに終わりを告げ、少しは涼しげな気候になってくれるはずです。運動量が増やせるようになります。数をかけて稽古に取り組んでいきましょう。

さて、9月24日(日)に開催された『さいたま市民体育大会剣道大会』についてです。昨年、久しぶりにこの大会が開かれましたが小学生の部だけ、今年は中学生の部も復活しました。昨年のおまけより10月号で「入賞者が9人もいてよくがんばった。でも、少し残念だったのは、優勝した者がいなかった。」と書きました。今回は6年生と3年生がいないため、元々の参加者が少なく入賞者数は昨年より少ないですが、決勝戦に進んだ2人がしっかり勝ちきり優勝しました。これは大きなこと



です。延長が続き途中休憩タイムが入っても、集中力を切らさず攻め続けられたことなどは稽古の成果です。中学生のOB・OGも優勝した者、2位、3位に入賞した者、入賞は逃しても成長した姿を皆が見せてくれ頼もしかったです。いつも言っていますように、大会に出てただ勝って良かった、負けて悔しかった、で終わらずに次につながる経験(日頃の稽古への良い意識付け)としてもらいたいと思います。

初級者組が大きな声を出し稽古がんばっていますね。剣道教室から始めた小学生は、剣道具をつけずに全8回、じっくり基本を学んできました。打ちが真っ直ぐで打ち込みをしている稽古着姿も様になっています。早く防具組と一緒にやらせてあげたい気持ちはありますが、指導者が焦ってはいけません。12月のクリスマス会では、初級者組もチームに分かれ何らかの形で試合を組みたいですね。そして3月の昇級審査会は面をつけて受審し、そのあとの少年錬成会で実際に試合デビューが目標になります。『継続は力なり』です。剣道の稽古は毎回同じようなことの繰り返しになりますが、飽きることなくそして手を抜かずコツコツと積み重ねることが大事です。みんなとても上手なので大丈夫だと思って見えています。

良い季節となり、今月、来月とイベントが続きます。本日のOB・OG会では、初めて剣を交える先輩もいると思います。卒業してからの年数こそそれぞれですが、皆、駒場の道場で同じように稽古をしてきた仲間です。皆で良い交流ができればうれしいです。14日(土)には、お父さんお母さんの剣道体験稽古会があります。コロナ禍でしばらくやれていなかった行事です。子どもは普段見ているだけのお父さんお母さんが剣道をやってくれるのを大変喜ぶます。お父さんお母さんは実際やってみて、こんなにも防具一式装着して動いたり声を出したりするのが大変だということを思い知ります。とにかくトライしてみてください。11月12日(日)には、恒例となりました「北浦和やどかり剣生会」さんとの交流会です。今回はやどかりさん主催で常盤小学校におじゃまします。夕方は初の懇親会も計画してもらっています。23日(木・祝)は、鳩ヶ谷秋季剣道大会が久しぶりに開催されます。コロナ前はずっと参加していた大会です。会場となる八幡木中学校は、私が大学を出て最初に勤務した学校です。剣道部顧問としてその体育館で毎日中学生に指導していた思い出深い場所です。



いずれも駒剣士の「剣の道」において有益となるものと考え企画しています。伝わると嬉しいです。

太郎の百錬自得



112回

2023年10月

朝晩は特に涼しくなってきましたね。9月後半、私は風邪を引いてしまいました。季節の変わり目で体調変化しやすいと思いますので、みなさんもお留意ください。さて今度は11月に交流会や大会があります。ここで9月の市民大会などを振り返り、10月の稽古に活かしていきたいこと2つを考えてみました。まずは「前に出よう」ということです。

試合のときは開始線からはじまります。このときはお互い遠間の状態になりますよね。そこから「はじめ！」となるわけですが、まず一番最初にやるべきことは何でしょうか？私はまず一歩前に出ることだと思います。一歩前に出てみると、相手との間合いが縮まる（触刃もしくは交刃の間合いくらいでしょうか）ので、怖い気持ちにもなります。しかし、自分はその場において、相手が先に前に出てきた場合はもっと怖いですよ。だったら、そのちょっと怖い気持ちに克って自分から前に一歩出るので。きっと相手は自分よりも怖く感じるはずですよ。

実際に前に出ることによって気持ちも強く保てます。ぜひ前に出ていくことを心がけて稽古してほしいです。前に出て打たれるかもしれないですが、繰り返しているうちに打たれる頻度は減っていきますから、気にしないでいいと思います。逆に一番やってはいけないのは開始線から下がることです。「はじめ！」でいきなり相手が距離をとったらどう思いますか？「逃げたかな？」と思いますよね？これで主導権が相手にいってしまいます。引いて捌いて相手を打つこともありますが、打てても良くないと思ったほうがいいです。私自身もよく捌いて打つことはありますが、引いて捌いたときは内心反省しています。（個人的には調子悪いとき、稽古不足のときほど引いて捌いてしまいます。）

次に「試合の流れ」についてです。

一本打っては縁が切れて、またやり直し。こんな試合では流れもなにもありませんね。縁が切れるという表現は難しいのですが、わかりやすくいえば一度息を吸って、次にもう一回息を吸うまでです。（人は息を吸うときに、気が止まると言われることがあります）一度技を出したら決まるまで気を抜かない（息を吸わない）、息を吸うなら間合いを切ってから、です。一本技をだして中途半端な間合いで止まってしまって、打たれるのをよく見ました。ぜひ呼吸を切らない、気持ちを切らない、縁を切らない稽古、試合を心がけてほしいです。

そのうえで、試合2分のなかの流れも考えましょう。必ず相手有利な時間、自分有利な時間があります。その雰囲気を感じ取る力をつけましょう。わかりやすい例だと、たとえば一本先取した場合、自分が有利になっています。しかしその後一本取り返されて、「勝負！」になったら相手有利になってしまいます。アドバンテージがなくなったほうと追いついたほうでは、断然追いついたほうが勢いに乗りますからね。

ただしピンチはチャンスになります。互角のときは拮抗していて勝負がつきにくいですが、たとえば相手もしくは自分が有効打突に近い技を出したあとなどは、パワーバランスが変わる絶好のタイミングです。試合巧者ほどこういう勝負の流れを掴んで、一本を勝ち取るのです。逆に力があるのに勝てない選手もいますが、往々にして、この勝負の流れを無視しているのが大きな原因のひとつです。ぜひ頭のどこかで今流れはどっちにきているのかを意識してみてください。

いろいろ課題は人それぞれだと思いますが、この2つぜひ気にしてみてください。今月も稽古一緒に頑張らしましょう！



新ジャイアンのはなうた♪



よっ！ みんな、元気か？

タンタン、流行っているかな？

ところで、先日の試合は、どうだったかな？ 良い結果だった人も、思うような結果が出せなかった人もいると思うけど、大切なのは、試合の後ってことを忘れないでくれよな。

結果の良かった人も悪かった人も、自分の良かったところはどこか、良いところをさらにみがくにはどうすれば良いか、悪かったところはどこか、自分が苦手なところはどこか、そこを直すにはどうすればいいか、どんな練習をすればいいか、といったことをちゃんと整理してまとめて、実行に移すのが大切だよな。

こう考えてくると、良い結果だった人より、悪い結果だった人の方が、これからの稽古のヒントが多くあるような気がするな。

そうなんだよな。剣道には、「打って反省。打たれて感謝。」という言葉があるけど、その言葉に通じるものがあるな。

「打って反省」は、自分が有効打突（一本）を決めることができたときに、なぜ、打てたのか、何が良かったのか、という理由を考えなさいということだと言われてるな。そうすると、ただ、何となく打てた、というのではなくて、自分の技の良かったところを確認することができるから、次の試合や稽古でも、そのいいところをやってみようということになって、どんどんレベルが上がっていくよな。つまり、次につながるってことなんだ。

「打たれて感謝」も似ていて、自分のスキや弱点をせめられたから打たれたわけだから、打たれることで、自分のスキや弱点を教えてもらったということができるな。そこで、教えてもらったことに対して、感謝するということなんだ。その教えてもらったスキを無くすにはどうすればいいか、自分の弱点は何か、を考えてそれをなおそうと努力することが大切だな。

テストも試合も同じで、やりっぱなしでは、何にもならないぞ。

ちゃんと、反省、感謝してくれよな。

ところで、最近、稽古の内容がいいような印象を受けているけど、その理由はわかるかな？ それは、初級組の人達が、ものすごく元気で、大きな気合を出しているからだとかジャイアンは思うんだけど、みんなはどうか？

本当に初級組の人達は、大きな気合を出しているし、上達も早いよな。

ん？ ちょっと待てよ。去年も、おとしも、こんなこと、言ってなかったか？

去年の初級組は誰だ？ おとしの初級組は？

防具組の人達は、初級組の時を忘れてしまったのではないだろうか？ 稽古になれてきて、手を抜いているところがないだろうか？ それが、みんなに伝染してないかな？ 「なれ」って、本当にこわいんだぞ。どんどん、ダメになっていっちゃう。だから、いつでも、基本に忠実に。初心忘るべからずだぞ。

え？ 前回と違って、今回はマジメじゃないか？

たまにはマジメなことも書かないと、クビになってしまうかもしれないからな。

じゃあ、またな！

さいたま市民スポーツ大会

9月24日(日)にさいたま市民スポーツ大会が開催されました。4年生以上の駒剣士10名が参加しました。学年別・男女別・ブロック別のトーナメント方式個人戦を行いました。

5年生の小野塚くん、岩滝さんが見事に1位、5年生の佐藤優くと4年生の酒井くんが大健闘の3位に入賞しました。他のみんなも合宿の成果がいかに発揮されて頑張っていました。初級組の駒剣士も応援に来てくれてありがとうございました。

また、駒剣を卒業した中学1年生の宮島先輩、廣江先輩、並木先輩、高山先輩、小野塚先輩、工藤先輩、出口先輩、戸田先輩、2年生の小澤先輩、岩田先輩、品田先輩、3年生の秋本先輩の活躍も見ることができて、うれしい気持ちになりました。

小学5年生女子の部 優勝 岩滝 愛乃

小学5年生男子の部 第1ブロック 優勝 小野塚 朔哉 第三位 佐藤優元

小学4年生男子の部 第3ブロック 第三位 酒井健汰

【試合結果】

小野塚

⊗ × ——

向原 (大宮中央)

⊗ × ——

▲ 齋藤 (五常会)

⊗ × ——

▲ 世古 (やどかり)

⊗ × ——

杉浦 (一心館)

⊗ × ——

▲ 原 (埼玉田島)

岩滝

⊗ ——

日野 (みはし剣)

⊗ × ——

中嶋 (三室剣)

⊗ ——

江藤 (大宮中央)

⊗ ——

佐藤 (緑ノ風)

Ⓣ ——

酒井 (東大宮剣)



葛西し ——— (X) 坂井 (武蔵剣)

工藤 ——— (X) X 元木 (島小剣)



佐藤優 (X) ——— 笹嶋 (緑ノ風)



(X) ▲ ——— 永田 (領家剣)

————— (X) 原 (埼玉田島)

江刺家 (D) ——— ▲ 飯塚 (片柳剣)

————— (X) X 道上 (東大宮剣)

海江田 (D) D ——— 内田 (別所剣)

(X) X ——— 桐生 (天翔)

————— (X) X 白井 (埼玉田島)



酒井 (X) X ——— 富永 (希絆館)



(X) ——— 染谷 (大宮中央)

(D) ——— X X 中村 (一心館)

高見 (X) X ——— 蒲生 (島小剣)

————— (判) 内田 (別所剣)

出口 (X) X ——— 室井 (武蔵剣)

————— (X) X 内田 (緑ノ風)



小野塚くん	大会に参加させていただきありがとうございます。試合は自分のペースでできて良かったです。小手や胴を決められなかったことと、ペースが同じようになってしまったので今後の稽古で練習したいです。中学生の先輩の試合を見れて勉強になりました。
岩滝さん	去年は決勝で負けて悔しかったです、今年は優勝できて嬉しかったです。延長が多かったので、次は時間内に2本勝ち出来るように頑張りたいです。日頃からたくさんの方を教えてくださいありがとうございます。応援に来てくださった保護者の皆様や初級組の駒剣士の皆さん、ありがとうございました。より一層頑張ります。
工藤くん	大会に参加させて頂きありがとうございました。ぼくは勝てなくて悔しい思いをしました。この悔しい思いをこれからの練習にいかしたいです。駒剣の仲間とたくさん話しができたことは楽しくて良かったです。
葛西さん	一回戦で負けてしまいました。 最初は声を出していましたが、しだいに相手の気迫に押されてしまいました。次はまず相手より気合いを出して臨みたいです。
佐藤優くん	まさか3位になれるとは思わなかったので驚きました。全体的には相手に負けずに積極的に技を出せたので良かったと思います。でも最後の試合は相手のペースになってしまったので、これからはもっと自分のペースでやるようにしたいです。
高見くん	大会では、緊張はしませんでした。1試合勝つことができうれしかったです。技のあともっと速く抜けて隙を見せないように練習したいです。
出口くん	僕は1回戦で武蔵剣友会の室井選手に勝って、2回戦目は緑ノ風の内田選手に負けました。1回戦目は面を2本取って勝ったけど、2回戦目は面を取られて負けてしまったので、次からはもっといろんな技を打って勝てるようにしたいです。
江刺家くん	試合の経験を生かして、これからは面をいいタイミングで打ちたいです。
海江田くん	初めて2回勝てたので嬉しかった。次は入賞を目指したい。そのために稽古を休まず参加して集中して稽古したいです。
酒井くん	強い子が多かったから、もっと強くなりたい！



石井のetc.日記

