



こまりんたより

令和6年1月号

<1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 6日	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)
13日	15:00~17:00 (防具組: サイデン化学アリーナ多目的室 A) (初級組: サイデン化学アリーナ多目的室 C)
	17:00~19:00 (錬成部: サイデン化学アリーナ多目的室 A)
20日	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)
27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: 駒橋体育館剣道場)
■4日(木)	駒剣稽古始め
■5日(金)~21日(日)	5:00~7:00 埼玉大学寒稽古
	※13日(土)、14日(日)は大学入学共通テストのため埼大寒稽古はありません
■20日(土)	鳳翔剣大会
■27日(土)	駒剣寒稽古千秋楽

<2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 3日	15:00~17:00 (防具組: サイデン化学アリーナ多目的室 A) (初級組: 未定)
	17:00~19:00 (錬成部: サイデン化学アリーナ多目的室 D)
10日	15:00~17:00 (防具組: サイデン化学アリーナ多目的室 A) (初級組: サイデン化学アリーナ多目的室 D)
	17:00~19:00 (錬成部: サイデン化学アリーナ多目的室 D)
17日	15:00~17:00 (防具組: 岩槻文化公園剣道場) (初級組: 未定)
	17:00~19:00 (錬成部: 岩槻文化公園剣道場)
24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: 未定)
■24日(土)	15:00~16:00 新現合同役員会 (駒場体育館会議室)

※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

新年明けましておめでとうございます

2024年となりました。毎年、年の初めには「今年が良い年になりますように」と願います。特に今年は、昭和59年（1984年）に創立された駒場剣友会が40周年を迎える年になります。大きな事故や怪我なく、引き続き楽しく稽古ができるようみんなで協力し活動していきましょう。



さて、2か月間に及ぶ駒剣寒稽古の半分が終わりました。ランニングから始まって体操、素振り、面打ち、切り返し、かかり稽古、地稽古、竜田川と続く流れにも慣れ、しっかり稽古ができています。初級者組も面と小手をつけて大きな声を出してどんと上達しています。残り半分、がんばりましょう。朝5時からの埼大寒稽古も始まりました。こちらは無理なく、できる範囲でご参加ください。

寒稽古合間の12月16日（土）、大宮武道館剣道場で行われたクリスマス会は大変な盛り上がりとなりました。試合は防具組と大人に初級者組も入れて四色対抗戦で戦いました。着ぐるみやかぶり物もあり、笑いの中にも真剣さが見られる好勝負が繰りひろげられました。そのあとは道場全面を使ってのしっぽ取りゲーム、これは、大人も子供と一緒に楽しんでました。小さい子供の方が上手でしたね。そして、小学生のプレゼント交換、先生方からのプレゼント抽選会とコロナ禍前のクリスマス会の抽選会と久しぶりにフルコースメニューで実施できました。準備にご尽力くださった役員の皆様、ありがとうございました。

1月号では毎年新年の抱負を書いています。1年前は2つのことを書きました。①大学の講義を受け持つことで「きちんと学ぶこと」、②日々の稽古で回数だけでなく「納得できる一本を打つこと」と。①は良い機会をもらったと思い、書物を読み込み学び直し、プレゼン資料を作成するスキルも上がりました。②は相変わらず上手（うわて）の方と剣を交える機会は少なかったですが、駒剣の皆さんと真剣に立ち合うことで質の高い稽古ができたと感じています。（稽古回数111回昨年より10回減）今年目標は、①②を継続しつつ、怪我をしないで長く稽古を続けるためにも③「シェイプアップ」を加えたいと思っています。実は毎年そう思いながら結果が出ておりません。ここで宣言し有言実行します。

駒剣創立40周年の記念パーティーを令和6年10月13日（日）午後、浦和ワシントンホテルで予定しています。駒剣の現役と卒業生、その保護者で集まる同窓会のようなものにしたいです。駒剣の会計から参加費用の補助も行う予定ですので、ぜひご家族皆さままでご出席願います。その他にも色々周年行事に関わる企画も用意されています。みんなで駒剣生誕40歳をお祝いしましょう。

太郎の百錬自得



115 回

2024 年 1 月

新年明けましておめでとうございます。

今年は元旦に能登半島地震、そして 2 日は羽田空港での事故と災害や事故からのスタートになってしまっていますね。浦和にいてもできることは、寄付くらいですので、Yahoo 基金で早速寄付をしました。寒いなか、苦勞している方も多いでしょう。少しでも早い復興を願います。

駒剣は 4 日が稽古始めですね。寒稽古期間中はとにかく身体を大きく使う、声を大きく出す、を意識して稽古してほしいと思います。今年の土台を作ればいいですね。

身体を大きく使うには、大きい筋肉がある場所を使うようにしましょう。背中や腰、太ももなど大きな筋肉がありますので、これらを動かすような気持ちで技を出すことです。

声を大きく出すのも、喉で出すような気持ちではなく、肚から声を出すのです。下っ腹にちゃんと力を溜めて声を出すと音量も変わりますよ。ぜひこちらもやってみてください。

さて、みんなも 2024 年何か抱負がありますか？勉強や剣道、はたまた別のことでもいいです。今年はこれを達成したい、こうしてみたい、ということ具体的にイメージするといいですよ。

私は少しでも長く健康で剣道を続けていくために、今年は脚や股関節に負担のかからない稽古に変えていこうと思っています。痛いところを無理して使っているのは長く剣道を続けられないですよ。具体的には脚の踏み方や捌き方を変えていこうと思っています。これに伴って打突動作の意識も少し変える必要がありそうなので、ここは今年の稽古のテーマとしていきたいと思っています。

今年もよろしくお願ひ申し上げます！



新ジャイアンのはなうた♪



よっ！ みんな、元気か？

あけましておめでとう。みんな、お正月を楽しんでいるかな？

お年玉、いっぱいもらったかな？クリスマスにお正月、冬休みは、たまらないよな。でも、休みは短いから、冬休みの宿題をちゃんとやっておかないと、大変なことになるぞ。あせっている人もいるんじゃないかな？

さて、新年初のジャイアンのはなうたのテーマは、いつもきまっているんだけど、わかるかな？そう、年のはじめには、しっかりとした目標を立てよう、ってことなんだ。

え？そんなことは、学校の先生とか、おとうさんやおかあさんから、言われているって？

そうだよな。それだけ、目標を立てるってことは大切なことなんだ。

でも、毎年、目標をたてても、うまくいかないって？

そうなんだよな。ジャイアンも、目標をたてても、ぜんぜんうまくいかない。でも、大切なのは、目標をたてて、それに向かって努力することなんだ。もちろん、目標がたっせいできれば、これほどすばらしいことはないよな。でも、なかなかそんなふうにはいかないものなんだよな。それでも、みんなが目標を立てることをすすめるのは、目標がたっせいできなくても、よい結果につながるからなんだ。なんの目標もなく、だらだらすごしているのと、目標に向かっていっしょうけんめいやるのとでは、結果は全然違うんだよな。勉強も、剣道も、ゲームでも、あそびでも、とにかく目標にむかっていっしょうけんめいだ。メンもコテもドウも、足さばきも、それぞれ目標をたてて、それにむかっていっしょうけんめいにやってみよう。きっと、いい結果をつかむことができるぞ。そして、それが自信になるぞ。

ところで、これもお休みのたびに知っているけど、少しは時間があると思うので、こういうときに、防具や竹刀の手入れをしっかりとしておきたいな。ふだん、お世話になっている防具や竹刀に、ありがたい気持ちをこめて、手入れをしてみよう。手入れをしながら、剣道のことをいろいろと考えてみるといいぞ。時間をかけて考えてみると、すごいことに気づいたりすることができて、剣道がうまくなったりするぞ。つまり、防具をつけて竹刀をもって稽古をするだけが、剣道の修行（しゅぎょう）ではないんだ。いつでも、剣道上達のヒントはころがっているし、常に、稽古をすることができるぞ。そういう意味では、いつでも剣道のことを考えている剣道バカになるのも、剣道上達の早道だな。

最後に、去年の感想をひとつ。

毎年そうだけど、去年はとくにみんなの成長が感じられた1年だったな。6年生不在の中、小野塚キャプテンをはじめ5年生が最上級生の役割をしっかりと果たしてくれたな。ほんとうに立派だったと思うぞ。そして、下級生も、ひとりひとりがとても上達したと思うな。初心者も、声が出ていて、なによりもいっしょうけんめいで、駒剣全体が、盛り上がったな。

ことしも、この調子でがんばってくれよな。それと、みんなを支えてくれているお父さん、お母さんへのありがたい気持ちも忘れないでな。



じゃあ、またな！

クリスマス会

12月16日(土)に大宮武道館にてクリスマス会が開催されました。コロナ以降久しぶりに多くのイベントで盛り上がりました。子どもも大人も一緒になって団体戦や尻尾とりゲームに楽しく取り組みました。

●総合結果

- 1位 : トナカイ チーム
- 2位 : サンタ チーム
- 3位 : 雪だるま チーム
- 4位 : ツリー チーム

順位合計	本数合計
4	28
5	32
5	31
6	23



団体戦 結果

	サンタ	トナカイ	ツリー	雪だるま	勝ち	負け	分け	本数	順位
サンタクロス		4 (6)	3 (4)	5 (9)	1	2	0	19	3
トナカイ	5 (7)		5 (5)	3 (4)	3	0	0	16	1
X'masツリー	6 (8)	3 (5)		3 (4)	1	1	1	17	2
雪だるま	3 (6)	2 (5)	3 (4)		0	2	1	15	4

尻尾とり 結果

	サンタ	トナカイ	ツリー	雪だるま	勝ち	負け	分け	本数	順位
サンタクロス		5	6	2	1	2		13	2
トナカイ	7		2	3	1	2		12	3
X'masツリー	2	3		1	1	2		6	4
雪だるま	6	4	6		3	0		16	1



第一会場

チーム名	先鋒	次鋒	九将	八将	七将	中堅	五将	四将	三将	副将	大将	勝者数	本数
サンタ	柏	山下	近藤	高見	酒井	工藤	齋田	工藤高	石井	—	本荘		
		2	1		ド		メメ		メ		メ	4	6
トナカイ		1	2	メ	コメ	メメ		メ				5	7
	—	弘田	纈纈	海江田	佐藤優	小野塚朔	山崎	小野塚浩	竹中	—	山田		

チーム名	先鋒	次鋒	九将	八将	七将	中堅	五将	四将	三将	副将	大将	勝者数	本数
サンタ	柏	山下	近藤	高見	酒井	工藤	齋田	工藤高	石井	—	本荘		
	1	3	1		コメ			コ				3	4
ツリー	2		2	コメ			メ		コメ		ト	6	8
	永井	吉田	鱒川	江刺家	出口	佐藤柚	清水	江刺家公	佐藤利	—	長谷部		

チーム名	先鋒	次鋒	九将	八将	七将	中堅	五将	四将	三将	副将	大将	勝者数	本数
サンタ	柏	山下	近藤	高見	酒井	工藤	齋田	工藤高	石井	—	本荘		
	3		1	メメ	コメ			ドド			メド	5	9
雪だるま			2	ハ		メコ			メメ			3	6
	齋藤	—	新井田	室井	葛西し	岩滝愛	渡辺	葛西祐	岩滝晶	—	稲森		

※岩滝（晶）左右逆ハンデ



第二会場

チーム名	先鋒	次鋒	九将	八将	七将	中堅	五将	四将	三将	副将	大将	勝者数	本数
ツリー	永井	吉田	鱈川	江刺家	出口	佐藤柚	清水	江刺家公	佐藤利	—	長谷部		
			2									3	4
雪だるま			1									3	4
	齋藤	—	新井田	室井	葛西し	岩滝愛	渡辺	葛西祐	岩滝晶	—	稲森		

チーム名	先鋒	次鋒	九将	八将	七将	中堅	五将	四将	三将	副将	大将	勝者数	本数
トナカイ	—	弘田	瀬織	海江田	佐藤優	小野塚朔	山崎	小野塚浩	竹中	—	山田		
			2									3	4
雪だるま			1									2	5
	齋藤	—	新井田	室井	葛西し	岩滝愛	渡辺	葛西祐	岩滝晶	—	稲森		

チーム名	先鋒	次鋒	九将	八将	七将	中堅	五将	四将	三将	副将	大将	勝者数	本数
トナカイ	—	弘田	瀬織	海江田	佐藤優	小野塚朔	山崎	小野塚浩	竹中	—	山田		
		2	2									5	5
ツリー		1	1									3	5
	永井	吉田	鱈川	江刺家	出口	佐藤柚	清水	江刺家公	佐藤利	—	長谷部		



🌟 クリスマス会感想 🌟

佐藤優元	試合で早い面や面を見せて小手など自分が得意な技で一本を取れてよかったです。レクリエーションではいつもの駒剣士のみんなと遊べてとても楽しかったです。プレゼント抽選会ではとてもいいプレゼントがもらえてうれしかったです。
海江田瑛勇	団体戦で個人的にはもう少し勝ちたかったけどチームとしては勝ててよかった。しっぽ取りでは毎回すぐに襷を取られてたので、もう少し動けるようになりたい。プレゼントを貰えたので嬉しかった。また来年も楽しみだ！
出口智尋	1回戦目は引き分けで、2・3回戦目は負けてしまって今回はあまり勝てなかったけど、その後の尻尾取りゲームやプレゼント交換、プレゼント大抽選会など楽しかったです。来年はクリスマス会でチームで1位を取れるようにしたいです。
工藤悠	今年もクリスマス会は楽しかったです。ありがとうございます。試合では守りに入りすぎてあまり良い試合はできませんでしたがレクやプレゼント交換はとても楽しかったです。
葛西しずく	試合では負けてしまいましたが自分の力を出しきれました。また、やるときはやる、楽しむ時は楽しむ、とメリハリをつけることができました。試合は4位でしたがしっぽ取りは1位でうれしかったです。来年のクリスマス会も楽しみです。
葛西ひかり	しあいは出られませんでした。しっぽとりをぜん力で走ったのですっきりしました。とても楽しかったです。
葛西祐規	煉獄さんの仮装ですが実は半年前から仕込んでいました。でも直近になって、チームにちなんだ仮装が必要だと分かり焦りました。雪だるまチームだったので、全くチームのモチーフと関係無かったです。試合では江刺家パパ、小野塚パパ、工藤パパとお父さん対決でした。盛り上がるかと炎の呼吸の構えを使ったのですが、まともに正面から打ちこまれてしまい全負けしました。もう少し場の空気を読んでほしかったです。その代わりしっぽ取りは大人げないと知りながら全力で暴れ回りました。その点はとても楽しかったです。
室井香凜	面を打ててよかったです。 着ぐるみの先生が面白かったです。
岩滝愛乃	レクリエーションのあるクリスマス会ははじめてでしたがとても楽しかったです。先生方、プレゼントも準備してくださってありがとうございます。来年は1番に名前を呼ばれるようにもっと稽古を頑張ります。初級組のみんなが上手になっていてびっくりしました。一緒に稽古ができることを楽しみにしています。



小野塚朔哉	今回のクリスマス会は久しぶりにプレゼント交換ができて楽しかったです。先生方の色々な構えが見れたことも楽しかったです。自分の試合ではまだまだうち切れないときがあるので打ち切れるようにしたいです。先生方、プレゼントありがとうございました。
佐藤柚貴	4チームでの団体戦も楽しかったけど、チーム対抗のしっぽ取りがとても楽しかったです。みんなでプレゼント交換もして楽しいクリスマス会でした。ありがとうございました。
高見渚	最初は勝てなかったけど、最後には二本勝ちできてうれしかったです。しっぽ取りでは、最初の方はしっぽが取られなかったけど、最後の方はしっぽが取られて悔しかったです。
酒井健汰	試合は負けた試合もあって悔しかったけど、レクやプレゼント交換は凄く楽しかったです！
弘田愛	初めての試合みたいなので緊張したけど、楽しかったです。次の試合みたいなのでは全勝したいです。その後のプレゼント交換も楽しかったです。
山下祐生	先生達がクリスマスの仮装をして、いつもよりもっと楽しくできた。プレゼント交換が初めてで、誰のが来るのかがわからなくて面白かった。来年は、自分達も打ち合いの試合ができるのが楽しみです。来年は鬼ごっこもやりたいです。
新井田斗真	色んな人と試合が出来て楽しかったです。 しっぽ取りゲームでは勝って嬉しかったです。
瀬瀬大晴	団体戦で優勝できて嬉しかったです。試合では、トナカイとサンタの衣装を着たさいた先生が、見ていて楽しかったです。また、しっぽ取りやプレゼント交換など、剣道以外のイベントもあって楽しかったです。これからも稽古を頑張りたいと思いました。
本荘真	しっぽ取りゲームで最初の2試合はすぐに取りられてしまい、悔しく待っている間にかりんちゃんと座って取りあいっこをして練習を。その効果があり3試合目は2〜3本取って最後まで取られませんでした。楽しかったです。



2024年の抱負

あけましておめでとうございます。駒剣に関わる皆さんの今年の抱負をお聞きしました。駒剣だけで宣言をして目標を達成できるように頑張らしましょう！！

葛西祐規	剣道で四段審査に合格！あと、ゆるキャラコンテストでグランプリを取る！
出口智尋	埼玉大寒稽古に3日以上参加して、鳳翔剣大会に出る。
出口奈保子	自転車や車を使わずになるべく歩く。昨年、腰を痛めてしまい、筋力を付けたいと思ったから。今年も3月の「さいたまーチ」で子供達と10キロ歩けるように頑張ります。
工藤悠	6年生になるので最高学年として剣道面でも生活面でもみんなの見本になれるように頑張ります。
室井香凜	先輩みたいに強くなって、大会に出たいです。
山下祐生	・面付けを40秒以内でできるようになる。 ・作れる料理を一つ増やす。
佐藤優元	もっと一本になるように面・小手・胴を練習する。大会で優勝できるくらい足さばきや技を1つ1つ磨く。
額額大晴	2024年の目標は、駒剣の中で誰よりも大きな声を出して、一回一回の練習を大事に全力で頑張ることです！今年もよろしくお願いします！
額額啓輔	2024年の目標は、練習を休まないこと、そして基本を身につけることです（大晴にはまだまだ負けられません笑）！諸先輩方、ご指導ご鞭撻のほど、どうぞよろしくお願いいたします。
高見史万	副部長のお仕事精一杯がんばります！
小野塚朔哉	学校では発表カードを100ポイント目指す。 剣道では出小手、抜き胴ができるようになりたい。
小野塚晴哉	剣道では打ち込むときに腰から打てるようにしたい。左手を意識してうちたい。生活では早起きをします。
小野塚(父)	ケガや病気をしないように無理しない。準備運動をちゃんとする。
高見渚	学校の成績アップ
岩滝愛乃	剣道の抱負→県大会に出て活躍する。埼玉大の寒稽古を皆勤する。駒剣の寒稽古で人より多くかかる。
海江田瑛勇	英検3級合格！！
葛西しずく	木曜稽古に月2回以上行って強くなることです。家庭では物事にけじめをつけて素直に親のいうことを聞くことです。
葛西ひかり	こ手とどうをうまくなってし合でかちたいです。

大人の“ペンリレー”

錬成部 小野塚浩平さん

2024年1発目のペンリレーを担当します、小野塚です。息子2人が駒剣で楽しく剣道をやっているのをみて、私自身が高校の剣道部引退時にたてた『高校の剣道がつか過ぎて二度と竹刀を握らぬ』の誓いを破って、息子たちと皆さんと楽しく剣道をさせていただいております。今年も無理せず、自分のペースでやっていきたいと思います。

さて、この10年を振り返ると、週末を子ども達と遊びつくした10年間でした。最近ではめっきり一緒に出掛けることも少なくなってきた、楽になったのと寂しさの混じった気持ちです。ここに懐かしく振り返りながら、近隣の遊びスポットを紹介します。

① 巾着田 (日高市、車1時間半)

車で1時間半ほどの場所で駐車場も多く、トイレもあり、子連れに優しい河原です。途中のコンビニでお昼ご飯と保冷剤代わりのクーリッシュを買って、朝からおやつ時間くらいまで滞在していました。河原でBBQやっている家族連れも多く来ていました。うちは川遊び、虫取り、魚とりなど楽しみました。次男くんがゆっくりした動きで虫取り網を一闪、一発でオニヤンマを捕まえたときは盛り上がりました。網を伏せたまましばらく観察していましたが、網をかみ破り始めたのでそのままリリースしました。川は流れが緩やかですが足のつかないところもあり、目を離さないように要注意です。ちょっとした岩場から飛び込める場所もあり、水たまりに小魚がいたり、1日楽しめます。



② しらこぼと公園 (岩槻区、車30分)

広大な公園で、夏場はプール、それ以外のシーズンは遊具のある公園側で遊んでいました。プールは流れるプール、スライダー、波の出るプールなど、飽きずに様々なプールを楽しめます。テントも設置OKですし、軽食の売店もあり、かなり楽でした。遊具のある公園は通称“こぼとん公園”(我が家だけの通称です)で、遊具も多く園児から高学年くらいまで幅広く遊べました。また、雨の日の後にいくと、広場の一角の水たまりで大量のおたまじゃくしやアマガエルがおり(苦手な方ごめんさい)、その年の我が家はカエルブームでした。うちの娘ちゃんは生き物が好きで、カエルに限らずよく捕まえては家で飼いたがりました。

③ こども動物自然公園 （東松山市、車1時間半）

駐車場は大きいのですが入るまでにやたら混むため、朝早めに行っていました。広大な山の中に動物園、ポニー乗り場、水遊びエリア、恐竜像のゾーン、アスレチックゾーンなど、多彩なアトラクションがあり、一日遊べました。夏には毎年のように行っていたヘビーユーザーです。とあるスーパーで買ったお弁当が軒並みおいしくなかったり（未だにそこでは買いません）、うちの子どもとその友達4人分の水筒、弁当、虫取り網、他お出かけセットを肩にかけて一日中歩き回ったこと、今でも忘れられない思い出がいっぱいです。



④ アンデルセン公園 （千葉県船橋市、車1時間半～）

最後はちょっと遠いですが、千葉県のアンデルセン公園です。遠いので一度しか行かなかったのですが、大量のアスレチックがありどの年代の子供でも楽しめます。ちょっと難易度の高い遊具も少しずつ慣れてきて、帰るころには何度も繰り返して遊ぶ姿に感動していました。ちなみに一日中遊びつくした子どもは、我が子とは言え、帰りの車の中がすごい臭いになります。車に乗る前に足の裏をウェットティッシュで拭いておくと、和らぐ気がします。お困りの方はお試しください。

ここ以外にもたくさんの公園、プール、動物園や水族館、遊園地など、どんどん思い出してきましたが、小さかった子ども達の写真を見て涙で前が見えなくなってきたので今回はここまでとします（頭の中で井上陽水さんの少年時代が流れています）。

次回はお待ちかね、期待の新星・タンタンこと、江刺家さんです。よろしくお願ひします。



あけましておめでとうございます。

早速ですが、皆さんは今年の目標を決めたでしょうか。私は剣道を始めるまで、目標を立ててそれに向かって頑張るということをしたことがありませんでした。学生時代の宿題で書いた新年の抱負、社会人になって会社で決めた年度の目標などなど……書いて提出したらそれでおしまいでした。しかし剣道を始めてからは、まず1級、次に初段、次は……と目標を立て、どうやってその目標を達成するのかを自分なりに考えて行動するように。実際に目標を達成して初めて、目標を立てる意味や大切さ、面白さがわかりました。今では剣道以外のことでも日々の小さなことから月・年単位と長期的な目標まで立てて、それに向けて途中途中軌道修正をしながら生活しています。

とはいえ、軌道修正は自分に甘くなりがちで、なかなか達成出来ていないことが1つあります。それが「早寝」。仕事から帰り家事を終わらせ、読書や手芸、ゲーム等々、好きなことを始めてしまうとついつい時間が経つのを忘れてしまいます。睡眠時間が十分でない日は一日中動きが悪くなると分かっているのにやめられない夜更かし……。ここで宣言したら頑張れるのではないかと思ったので、この場をお借りして私の今年の目標として宣言させてください。今年は好きなことをする時間を朝に移して、規則正しい生活を送れるように努力しようと思います。

今年の目標はもう1つあります。「スタンプラリー」です。スタンプラリー？ナニソレ？って思いますよね。これは駒剣OBの次男が中学生の頃所属していた剣道部のご縁で知り合ったお母さんと始めたもので、お互いが行きたい場所を挙げて、それを表にまとめて、行けそうなところから遊びに行き、行けた場所にはスタンプを押していくというもの。行きたい場所が新しく増えたらどんどん表に追加していて、お互い無理はしないとだけルールを決めて楽しんでいます。今のところ表には21個挙げられていて、その中で達成したのは7つ。遠出をしたり近所の喫茶店だったり、満開のひまわりに感動したり、滝を見て自然を満喫したり。今年はいくつ行けるかなと楽しみにしています。

最後に剣道の目標を。去年は体調不良と仕事でおとしよりも稽古に参加できた回数が半分以下になってしまいました。今年は「元気に」昨年より稽古に参加する、にします。

大人のペンリレーがなかったら、自分の目標を公にすることなく自分に甘く軌道修正していたかと思います。目標を公にしたからには目標達成に向かってがんばります。

みなさま今年もよろしく願いいたします。

さて、次回のペンリレーは後援部同期、錬成部同期の武笠佑里さんに。武笠さんが大人の初心者で剣道教室に申し込まれる時にお声がけしてくれなかったら今の私はいません。感謝を込めてバトンタッチします。



石井のetc日記

