



令和6年12月号

< 12月の予定 >

月	火	水	木	金	土	日
					30 15:00-17:00 防具組 (本太中修道館剣道場) 初級組 (本太中修道館柔道場) 17:00-19:00 錬成部 (本太中学校修道館)	1
2	3	4	5 17:00-19:00 防具組・初級組 (針ヶ谷小学校)	6	7 15:00-17:00 防具組 (本太中修道館剣道場) 初級組 (本太中修道館柔道場) 17:00-19:00 錬成部 (本太中学校修道館) 一級審査会 (大宮武道館)	8
9	10	11	12 17:00-19:00 防具組・初級組 (針ヶ谷小学校)	13	14 15:00-17:00 防具組 (本太中修道館剣道場) 初級組 (本太中修道館柔道場) 17:00-19:00 錬成部 (本太中学校修道館)	15
16	17	18	19 17:00-19:00 防具組・初級組 (針ヶ谷小学校)	20	21 13:00-17:00 駒剣クリスマス会 (本太中修道館剣道場) 錬成部夜の稽古は無し	22
23	24	25	26 17:00-19:00 駒剣稽古納め 防具組・初級組 (針ヶ谷小学校)	27	28 お休み	29
30	31	1	2 お休み	3	4 15:00-17:00 駒剣稽古始め 防具組 (本太中修道館剣道場) 初級組 (本太中修道館柔道場) 17:00-19:00 錬成部 (本太中学校修道館)	5 埼玉大学寒稽古初日 (1/17までの13日間)

< 1月の予定 >

木曜日 9日、16日、23日、30日 防具組・初級組 17:00~19:00

土曜日 4日、11日、18日、25日 防具組・初級組 15:00~17:00 錬成部 17:00~19:00

- 4日(土) 駒剣稽古始め  
新年浦和稽古・研修会 (駒場体育館第一体育室)
- 5日(日) 埼玉大学寒稽古初日
- 17日(金) 埼玉大学寒稽古千秋楽
- 30日(木) 駒剣寒稽古千秋楽

< 2月の予定 >

木曜日 6日、13日、20日、27日 防具組・初級組 17:00~19:00

土曜日 1日、8日、15日、22日 防具組・初級組 15:00~17:00 錬成部 17:00~19:00

- 2日(日) 鳳翔剣大会 (埼玉大学体育館)
- 15日(土) 新現合同役員会

※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。詳細は随時、Slackにてご確認下さい。



# 本荘先生からのお言葉

12月、師走となりました。駒剣寒稽古の季節でもあります。インフルエンザなどの感染症が流行っているようです。寒さや人混みなどの周囲の状況に対して敏感になり、稽古後は手洗い、うがい、そしてカラダを冷やさないようにして体調管理を万全に。寒稽古を休まないで参加することが、強くなる（力をつける）近道となります。

11月4日に大宮武道館剣道場にて「北浦和やどかり剣生会との交流会」が行われました。まず、小中学生の試合があり見応えのある場面が多くありました。今年度は石井先生が竹刀を模した中にお菓子を詰めた優勝賞品を作製してくださりました。すべての決勝戦がやどかり対駒剣で昨年度に続き仲良く半分ずつ獲得しました。大人の試合は、五段までは対勝負で審判をつけての三本勝負、六段以上は審判なしの拝見としました。こちらも白熱した見応えのある試合が多かったです。私自身は不甲斐ない立ち合いでせっかくの機会、もったいないことを・・・という思いです。後悔ばかりでもいけないので次に活かしたいと思います。夜の懇親会では気持ちを引かずることなく楽しい時間を過ごすことができました。色々と企画・運営に携わった皆様、大変お世話になりました。



先週末、静岡県熱海に行ってきました。高校時代の剣道部同期で還暦祝いの一泊旅行です。この旅行、一年以上前から企画され実現したものです。小学校の遠足のように「しおり」があり、そこには細かな日程や係分担（私は1つの部屋の部屋長に）、様々な注意事項、持ってきてよいお菓子の金額まで書いてありました。集合場所は「来宮神社」で、ここで必ず各々が赤いものを身に付け集合写真を撮ることになっていました。私は皆さんにいただいた背番号60の赤いTシャツを着て写りました。今までも節目節目で飲み会などして集まっていて、その度に高校生に戻ったかのようにくだらないことを言い合い、いい年齢なのに騒いでいます。今回もよくおしゃべりしよく笑いよく飲みました。「剣道を続けていると大変なこともあります、楽しいこともいっぱいあるのですよ」ということを伝えたくてこんなことを書いてみました。

駒剣寒稽古が始まっています。寒い時期だからできる激しい稽古に身を委ね取り組んでいきましょう。冒頭にも書きましたが「けがをしない、けがをさせない」、竹刀や剣道具の整備や、場合によってはサポーターやインナーの着用などで自身の身体のケアをしながら12月、1月を乗り切りましょう。一人ではできないこともみんな励まし合いながらできるのが寒稽古です。

# 太郎の百錬自得



第 123 回

2024 年 12 月

2024 年も残すところ 1 ヶ月を切りますね。みなさん、1 年振り返ってみてどうでしたか？私はバタバタしているうちに過ぎてしまった気がしています。股関節の不具合もあり、存分に稽古することができませんでした。その分審判だったり審査員だったりとする意味側面から剣道に触れてきました。来年もしばらくこの流れは続きますが、どうか引き続きよろしくお願いします。

今月は「正しい足さばき」について考えてみたいと思います。剣道において、足さばきは技の基礎となる重要な要素です。正しい足さばきを身につけることで、攻撃力と防御力の両方が向上します。まず、「すり足」を意識しましょう。すり足は、足の裏を床から離さずに移動する動きです。安定した姿勢を保ちながら素早く動けるように、すり足の練習は、まずゆっくりと行い、徐々にスピードを上げていきましょう。

次に、「踏み込み」について考えましょう。踏み込みは、相手に向かって技を出す際の動作です。力強く、かつ軽やかに行うことが重要です。力強さは下半身の筋力から生み出し、上半身はリラックスさせることで軽やかに、打突とタイミングをしっかりと合わせることで、踏み込みは、まず正面打ちで繰り返し行うことをおすすめします。

最後に、常に「重心」を意識することが大切です。重心が安定していないと、バランスを崩しやすく、攻撃や防御が不十分になります。重心は常に下腹部（丹田）にあるイメージを持ち、どんな動きをする時もそこを中心に動くようにします。

一朝一夕には身につきません。日々の地道な練習の積み重ねが重要です。しかし一度きちんと身につけられれば、大きな力になります。ぜひ意識して取り組んでみてください。

7 日は一級審査ですね。受審する 6 年生も何名かいると思います。普段の稽古でやっていることをしっかり出せば、大丈夫です。自信を持って受審してきてください。



# 新ジャイアのはなうた♪



その 131

よっ！ みんな、元気か？  
いよいよ12月だな。なんたって12月はいそがしいよな。なんたって師走（しわす）～いつも  
落ち着いている先生（師）も走り回るくらいいそがしいっていうんだから、だれでもいそがしく  
なるみたいだな。

でも、駒剣にとって、12月は、もっと大切な意味があるんだぞ。12月と1月は、駒剣の寒  
稽古（かんげいこ）だ。

寒稽古は、寒さのきびしいところで、集中的に稽古をすることで、強い精神力をやしなうため  
に行うもので、剣道だけでなく、色々な武道で、行われているぞ。でも、寒稽古には、強い精神力  
をやしなうというだけじゃなく、基本を身につけるという目的もあるんだ。この寒稽古では、  
応じ技とか返し技といった難しい技は練習しない。やることは、切り返し、かかり稽古が中心だ。  
つまり、基本を徹底的にからだにたたき込むのが寒稽古なんだ。だから、同じことばかりやって  
いて、つまらないな、なんて思わないで、とにかくがむしゃらに稽古してほしいな。

12月と1月の2か月間、しっかりと寒稽古に取り組むと、切り返しや面打ちなど、同じこと  
をやっても、寒稽古前に比べ、からだの動きにぶれがなくなったり、はやく構えられるようにな  
ったり、打ちがするどくなったり、みちがえるようになる人がいっぱいいてくるぞ。みんなも、  
基本をからだにたたき込む、ということを考えて、寒稽古に取り組んでくれよな。

ところで、今、「考えて取り組んでくれよな」っていったけど、これ、本当に重要。何も考え  
ずに、面を10本打つのと、例えば、間合いに注意して面を10本打つのでは、効果がぜんぜん  
違うのは、わかるよな。だから、稽古で技の練習をするときは、必ず、何に注意するのか、どこ  
が大切なのか、ということを考えて練習するようにするといいぞ。そうすると、うまくいったと  
きは、そのことが身につくし、うまくいかなかった時には、次はうまくいくように工夫（くふう）  
するよな。工夫（くふう）してみてもうまくいけば、また、そのことが身につくというようにどん  
どん上達していくぞ。

逆にいえば、何も考えないと、うまくいっても、うまくいなくても、何にも残らないことにな  
るか、うまくいかないことがおおくなるだろうから、うまくいかない打ち方が身についてしま  
うぞ。そうなったら、身についた悪いクセを直すのは、とても大変で、直すのに何年もかかった  
りすることもあるぞ。

だから、何が大切か、どこに注意すればいいのか、ということを考えて、稽古するようにして  
欲しいな。

え？何が大切か、わからないって！

そういう人は、日頃、先生方からどんなふうに教えてもらっているかを思い出してみるといい  
ぞ。それも思い出せない人は、先生方は、やさしいからおこらないので、どの先生でもいいから、  
近くにいる先生にきいてみよう。

ことわざに「聞くは一時の恥（はじ）、聞かぬは一生の恥」っていうのがあるけど、まさにそ  
のとおりで、はずかしいことはないの、どんどんきいて、どんどん、教えてもらおう。

じゃあ、またな！



# 北浦和やどかい剣生会交流会

11月4日（月・祝）に、大宮武道館にて北浦和やどかい剣生会さんとの交流会が開催されました。今年度は駒剣がホストとなってお招きし、試合と合同稽古を行い、交流を深めました。

## 4年生以下の部①

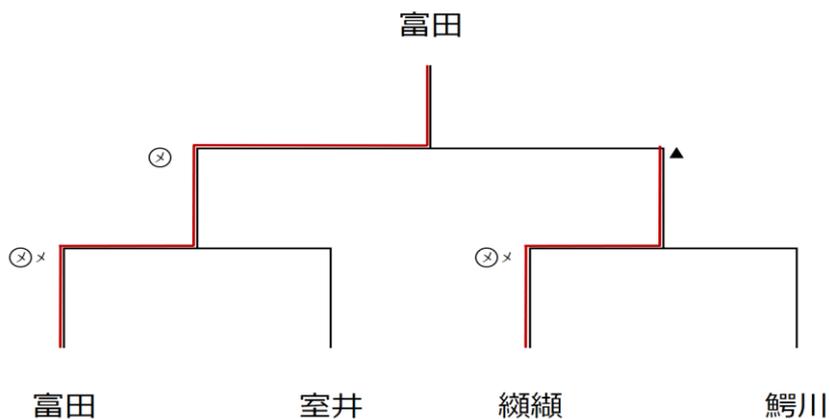
	富田	纈纈	葛西	勝ち	分け	負け	勝ち点	順位
富田		(×)×		1	1	0	4	1
纈纈	△		(×)×	1	0	1	3	2
葛西		△		0	1	1	1	3

## 4年生以下の部②

	鰐川	室井	近藤	新井田	勝ち	分け	負け	勝ち点	順位
鰐川			(×)	(×)×	2	1	0	7	1
室井					0	3	0	3	2
近藤	△				0	2	1	2	4
新井田	△				0	2	1	2	3

※決定戦で勝利

## 4年生以下の部 決勝トーナメント



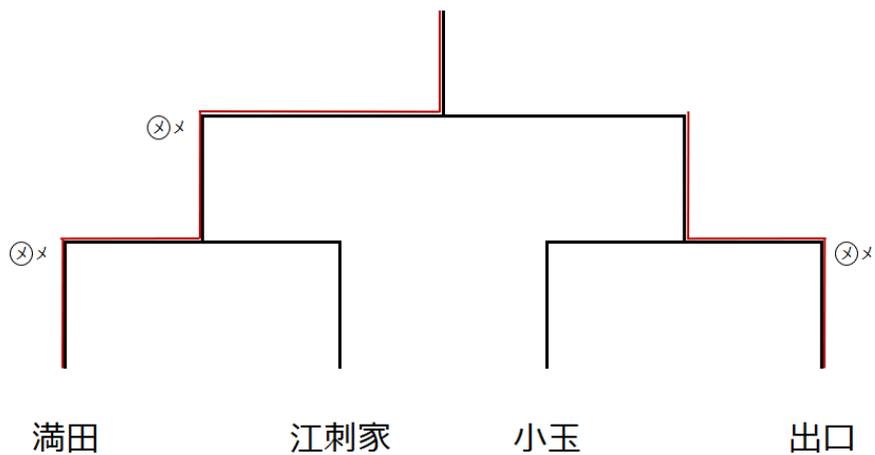
5年生の部①

	満田	高見	小玉	海江田	勝ち	分け	負け	勝ち点	順位
満田		(×)×	(×)×	(×)×	3	0	0	9	1
高見	△		(×)		0	2	1	2	3
小玉	△	×		(×)×	1	1	1	4	2
海江田	△		△		0	1	2	1	4

5年生の部②

	出口	青木	江刺家	長岡	勝ち	分け	負け	勝ち点	順位
出口		(×)×	×	(×)×	2	1	0	7	1
青木	△		△	△	0	0	3	0	4
江刺家	(×)	(×)×			1	2	0	5	2
長岡	△	(×)×			1	1	1	4	3

5年生の部 決勝トーナメント 満田



6年生の部①

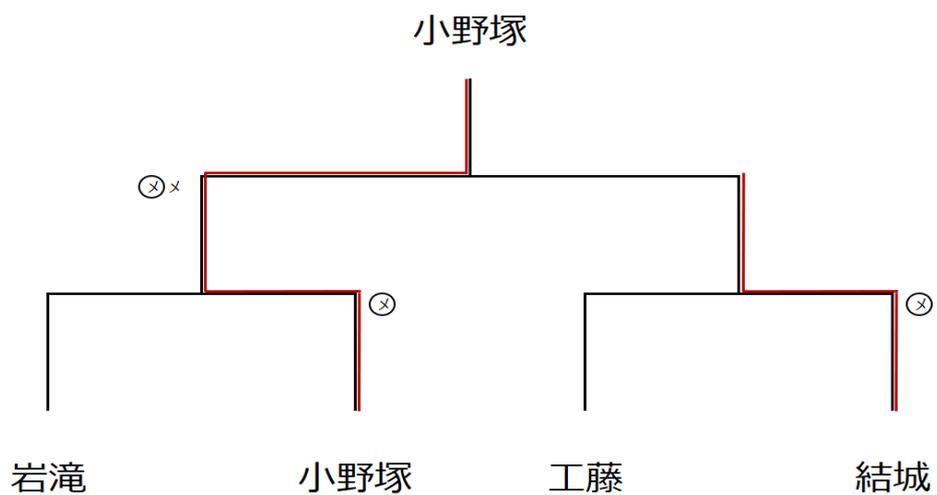
	佐藤 (柚)	齋藤	工藤	岩滝	勝ち	分け	負け	勝ち点	順位
佐藤 (柚)			△	△	0	1	2	1	4
齋藤				△	0	2	1	2	3
工藤	⊗			△	1	1	1	4	2
岩滝	⊗	⊗ ⊗	⊗ ⊗		3	0	0	9	1

6年生の部②

	結城	佐藤 (優)	葛西	小野塚	勝ち	分け	負け	勝ち点	順位
結城		⊗ ⊗	⊗ ⊗ ド	⊗	2	1	0	7	1
佐藤 (優)	△		⊗ ⊗	△	1	0	2	3	3
葛西	△	△		△	0	0	3	0	4
小野塚	△	⊗ ⊗	⊗ ⊗		2	1	0	7	2

※決定戦で勝利

6年生の部 決勝トーナメント



中学生の部

	寺田	宮島	出口	山下	高山	工藤	勝ち	分け	負け	勝ち点	順位
寺田		△	○×	○×	□	○×	3	1	1	10	2
宮島	○×		○ド	○×	○×	○	5	0	0	15	1
出口	△	△		ド×	△	○	2	0	3	6	4
山下	△	△	○		△	○×	1	0	4	3	5
高山	□	△	○×	○×		○×	3	1	1	10	3
工藤	△	△	△	△	△		0	0	0	0	6

大人の部①

チーム名	先鋒	次鋒	十将	九将	八将	七将	六将	五将	四将	三将	副将	大将	勝数	本数	勝敗
やどかり	永見	小野	永見	平井 晴	塩田 大	松原	塩田 大	藤井	春日川	藤井	春日川	藤村	6	12	○
	○×	○×		○×		○×	○×	○			×				
駒場			○×	ド	ド×	×			○	○	ド×		5	10	×
	齋藤	鰐川	佐藤	飯田	小野塚	石井	江刺家	葛西	宮島	岩滝	工藤	武笠			

大人の部② (拝見試合)

チーム名							
やどかり	寺田	平井	村岡	栗原	野沢	栗原	塩田
駒場							
	清水	齋田	渡辺	須山	山崎	廣江	本荘



# ～ 交流会感想 ～

## ■大人・中学生

齋藤さん	先鋒で団体戦に参加させていただき、緊張感のある中で良い経験をさせていただきました。 試合と稽古を通じてやどかり剣生会の皆さんの鋭い振りを体感し、私ももっと頑張らねばと思いました！
清水さん	午後に仕切り直しとなりましたが、ほぼ予定していた内容を実施することができて良かったです。見応えのある子供達の試合が多くありました。大人の拝見試合に出させていただき、思い切った技を出すことができました。 夜の稽古も楽しいひと時を過ごす事ができました。関係者の皆様、ありがとうございました。
渡辺さん	毎年楽しみにしている交流会に今年も参加できて楽しかったです。 大人の試合は、私は外野でしたので言いたい放題で応援できて楽しかったですが、皆さん気合いが入っていて迫力がありました。流石！ 石井先生の面が一番凄かった！
葛西さん	今年もたくさん先生方と交流できて良かったです。大人の団体戦も年々熱さを増していった感じがします。来年も楽しみです。 来年は勝てるようにまた精進します。
佐藤さん	他の団体と練習する機会は少ないので、貴重な機会となりました。試合では、必死になりすぎて全体を見る余裕がありませんでした。 落ち着いた試合展開ができるようにしたいと思います。ありがとうございました。
小野塚さん	多くの方が参加してくださり活気があってとても楽しかったです。 石井先生作成の竹刀のトロフィはクオリティが高く素晴らしかったです。
長谷部先生	良い交流できたと思います。続けていけるようにつないでいけるといいですね。ありがとうございました。
飯田さん	交流会の企画運営をしてくださった皆様ありがとうございました。入会して間もない私にとって小学生の熱戦や普段の稽古ではじっくり見ることができない先生方の試合はすべてが新鮮でとても興味深く拝見させていただきました。 また、私自身も大人の団体戦に出場させていただき無我夢中で戦いました。いくつもの反省点と負けた悔しさがありました。学生時代以来の試合はとても楽しく改めて上達したいという気持ちになる良い機会となりました。 今後もこのような機会がありましたら積極的に参加させていただきたいと思います。

岩滝さん	<p>今年も楽しかったです、ありがとうございました！</p> <p>試合は絶対に勝たないといけない状況でまわってきたのでバタバタしてしまいましたがギリギリ後ろに繋ぐことができほっとしました。子供も大人も結果は毎年接戦になるのがとても面白いですね。稽古でもたくさんの方々と剣を交え、色々な先生方に稽古をお願いできて勉強になりました。</p> <p>夜の部に参加が叶わなかったことが心残りですので、また来年ぜひよろしく願いいたします！</p>
工藤さん/中学生	<p>今年もやどかり剣生会との交流会に参加させていただきありがとうございました。中学生男子と試合をするという貴重な経験になりました。</p> <p>自分の課題もたくさん見つかったので、これからの自分の稽古にいかしていきたいです。</p>
高山さん/中学生	<p>やどかりさんとの交流会に参加させて頂きありがとうございました。</p> <p>錬成部の方たちの剣道を見て、攻め方が上手でとても勉強になりました。今後の稽古で意識して取り組みたいと思います。</p>

## ■6年生

佐藤（柚）くん	<p>やどかり剣生会の小学生と試合ができなくて残念でしたが、試合を見ることができてよかったです。また、駒剣以外の方と練習ができて勉強になりました。</p>
岩滝さん	<p>やどかりの皆さん、今年も試合と稽古ありがとうございました。トロフィーをもらいたかったので優勝できず悔しかったです。試合ができて楽しかったです。</p> <p>小中学生や大人の人とたくさん稽古したり、練習していた技が決まったりして嬉しかったです。来年中学生の部でも頑張りたいです。</p>
葛西さん	<p>試合の結果はあまり良くなかったですが、やどかりの方とたくさん交流出来たので自分としては良かったと思います。</p> <p>やどかりの先生には、一拍子で打つことや打つスピードについて教えて頂いたので、これからの稽古で励んでいきたいです。</p>
工藤くん	<p>今年もやどかり剣生会との交流会に参加できて嬉しかったです。強くなってるやどかりさんの剣士を見て、僕も頑張ろうと思います。</p> <p>色々な人達と稽古や試合をして学んだことがたくさんあるので、これからの稽古にいかしていきたいです。</p>
小野塚くん	<p>自分から積極的にうてたのがよかったです。反省点は足を止めないこと、つばぜり合いで気を抜かないようにしたいです。</p> <p>稽古では先生方にたくさんかかって色々教えてもらいました。</p>
佐藤（優）くん	<p>いつもと違う人と試合や稽古ができてとても楽しかったです。やどかりの結城くんとは8月の強化会でも試合をして、その時は一本も取れずに負けましたが、今回は面で一本取れてうれしかったです。</p> <p>あまり残心ができていなかったのを改めたいです。</p>

## ■ 5年生

長岡さん	交流する事でいろんな剣士から刺激をもらえました。
出口くん	やどかり剣生会の色んな人と稽古や試合ができて良かったです。決勝戦は2位で悔しかったけど、他の試合では面だけでなく小手や胴を打って決まった技も多くて、良い試合ができたと思います。来年の交流会では優勝できるようにしたいです。
江刺家くん	やどかりの人と試合ができて勉強になりました。
海江田くん	試合では体力が無くなり攻めきれず悪いところが出て負けてしまった。地稽古では全力で向かっていった。もっと体力をつける！
高見くん	3度目の交流会で今度こそやどかりさんに勝ちたいと思ったけれど、勝てなかったの で、来年またリベンジしたいです。 かかり稽古の時、塩田先生にもっと自分から攻めると良いとアドバイスをいただいたので意識して稽古したいです。

## ■ 3年生

新井田くん	試合で勝てて嬉しかった。 中学生や先生はみんな上手ですごいなと思いました。
室井さん	準決勝で富田さんと戦った時、私はこれまで面を打った後に少し右によけていきましたが、まっすぐ来てぶつかるのでとてもやりずらかったです。そういう戦い方もあるんだなと思いました。 次は私もまねしてみようと思いました。
葛西さん	試合では相手の動きが早くて負けが多くなってしまいくやしかったです。次はしっかり相手の動きを見て、打てると思ったら自分から打ったり、自分から行けないと思ったら相手が来てからかえすようにしたいです。 来年は自分も動きが早くなるようにたくさんけいこをしていきたいです。
頼頼くん	今日はたくさんのやどかりの先生と練習ができて良かったです。試合は大きな声、打てる間合いをつくることを頑張りました。 面が決まるように、小手や胴も練習して攻めていきたいと思いました。今日はありがとうございました。

今年も大変お世話になりました！



# 駒剣“新メンバー”紹介

新たに入会した、小学生6年生の新メンバーを紹介します。紹介にあたって、簡単なアンケートに答えてもらいました。

## ■アンケート内容

- ①好きなこと・もの(趣味でもOK)
- ②将来やってみたいこと
- ③剣道をやってみようと思ったきっかけ

## ■6年生

### 安藤里紗さん

- ①絵を描くこと
- ②将来は警察の交通課で犯罪者をばんばん捕まえる
- ③警察になるために必要なことだから



# 錬成部新加入メンバーの意気込み！

高見 史万

錬成部に入会させていただくことになりました、高見です。

息子は2年生の初めに駒剣に入会し、現在5年生です。ここまで続けることができているのも、先生方はじめ皆様の温かいお力添えのおかげだと思っております。

数年駒剣を見ていく中で、自然と私も興味を持ち、剣道ってカッコいいな～素敵だな～とは思っていましたが、自分もやってみたいと思ったのは本当につい最近になってです。

初心者で初めていらっしゃるお父さん、お母さんが多いこと、駒剣のパーティーで家族感にじんとしたことで、体験稽古会以来息子が誘ってくれていたこと、息子が来年6年生として、現役最後の1年になることなど、色々なことが重なり「えいっ！」と飛び込んでみたくなりました。まだ1度しかお稽古参加できておりませんが…3年ほどの見取り稽古経験を生かし(笑)なんとか動けそうな予感はしています。

子どもたちと楽しくお稽古をしていきたいです！至らぬ点多々あるかと思いますが、ご指導ご鞭撻のほどよろしく願いいたします。

室井 竜也

この度、錬成部に入会させていただくことになりました室井です。

娘の香凛は1年生からお世話になり、現在3年目を迎えています。日々の稽古の中で、成長を感じる機会が増え、剣道を通じて心身ともにたくましくなっていく姿を見守ることができ、大変ありがたく感じております。

これもひとえに先生方や後援部の皆様、そして共に切磋琢磨している仲間たちのおかげです。心より感謝申し上げます。

私はこれまで剣道に触れる機会はありませんでしたが、娘の成長や剣友会の活動を間近で見ている中で、何度かお誘いもありその魅力に引き込まれ、この年齢で新たな趣味として挑戦してみたいと思うようになりました。剣道は単なるスポーツではなく、礼儀作法や心の鍛錬を重んじる日本の伝統文化でもあります。その奥深さを一から学びながら、自分自身も少しずつ成長していければと考えています。

ただ、何事も無理をしては続きませんので、自分のペースを大切にしながら取り組んでいきたいと思っております。体力的な不安もありますが、先生方や先輩方からご指導をいただきながら、一步ずつ進んでいきたいと思っております。

娘も剣道を楽しみながら成長しています。私自身もその一員として稽古に参加し、剣道を通じて新たな挑戦と学びを得られることを楽しみにしています。そして、駒場剣友会の歴史ある伝統と、次世代を担う子どもたちの成長を支える一助となれば幸いです。

かなり大げさな意気込みとなりましたが、これからもよろしく願いいたします。

# 大人の“ペンリレー”

後援部 長岡 周平さん

いつも大変お世話になっています。長岡花の父親です。大人のペンリレーのバトンが渡って来ましたので簡単ではありますが自己紹介をさせていただきます。

我が家は昨年 9 月に妻の仕事の転勤に伴い福岡県より引越してきました。転勤族の我が家は今まで大分→福岡→埼玉と 3 つの県でお世話になってきました。どの県も魅力的ですが、大分と言えば温泉と魚は最高です。福岡は美味しいご飯と住みやすさは No.1 で、またいつか住みたい街です。そして埼玉は、やはりサッカー！浦和レッズ熱がすごいです！

自分が大のサッカー好きなのもあり(実は大きい声では言えませんが小学生の頃から、レッズのライバルである鹿島アントラーズファンです笑)、街にサッカーがこんなに浸透してるのには驚かされました！もっと埼玉の良いところをたくさん知れたらいいなと思っていますので、素敵な場所や美味しいお店などなど教えて頂けたら嬉しいです！

我が家は 2 年生の息子と 5 年生の娘に妻と私の 4 人家族です。



私は普段保育士として働いていて子ども達の側で楽しく仕事をさせてもらっています。今は 3 歳児を担当しており、子ども達とワイワイワチャワチャ過ごしています。3 歳児と言えばようやく言葉のキャッチボールを覚え、家族以外の周りの人達と繋がりを持つとする時期です。その中でまだまだ気持ちを言葉に変えれずに友達と喧嘩をしたり涙したりもどかしい姿を見せる子どももいますがどの子どもも今を一生懸命生きており、尊ぶべき存在であり、いつも子ども達に学ばされています。先日子どもから唐突にこんな事を言われました。「先生顔の色黒いね！」これも自分と繋がろうとしてくれた証。グーサインで応え、その子どももニコリ笑顔でした笑

小 2 の旺汰はサッカーが大好きで少年団に所属しています。試合の日は私も応援に行くのですが、親の方が力が入ってしまい、つい上からアドバイスしてしまいそうな自分を我慢するのに必死です笑

娘の花はハリー・ポッターにハマっていてどんな話をしても最終的にハリー・ポッターの話に結びつけるほど頭の中はファンタジーで詰まっているようです。

そんな花と剣道との出会いですが、何のことはありません、「友達がやっていて楽しそうだから」と話



を持ってきたのがきっかけでした。私も妻も剣道のけの字も知らない人間なのでどうするか迷いましたが、子どもの自発的な思いに加え親として何か自分と向き合えることをやって欲しいという思いから、剣道を始める事になりました。それから早3年、ぶかぶかだった道着もすっかり馴染み、毎週の稽古から良い表情で帰ってくる姿を見て親として嬉しく思っています。これからも鍛錬に励み自分を磨いていってほしいと願っています。

最後に妻の話をしただけ、最近麻雀を覚え家族で楽しんでいるのですが、負けた時は誰よりも悔しがり勝ったときは子どもよりも嬉しそうに「ローーン！」と叫んでいます。

日頃から剣道を通し手厚いご指導して下さいながら温かくサポートを下さっている保護者の皆様に大変感謝しています。これからも駒剣の一員としてどうぞよろしくお願い致します。

1月の大人のペンリレーは錬成部山崎利男さんにバトンを渡します。よろしくお願いします！！



#### 錬成部・後援部 鱈川 絢子さん

皆様、こんにちは。

まだまだ回ってこないと思っていたペンリレーがもう回ってきて慌てた鱈川絢子です。

このように文章を書く機会がないので、どのように何を書いたら良いのか本当に分からず、困ったのですが、とりあえずつらつらと私の生い立ちから現在までを書かせていただこうと思います。つまらない文章で恐縮ですが、お付き合いいただけましたら幸いです。

#### 【幼少期】

生まれは、埼玉の坂戸市というところですが、大体の方がご存じなくて、「川越の少し先」と言わないとわかってもらえないのですが、なんと、工藤お父さんが同じ坂戸出身で驚きました！坂戸のあっちの方と、こっちの方なのですが、お互いの中学校名は知っていました。

父、母、年子の妹の4人家族だったのですが、私が4歳の時に、父の仕事の関係で、アメリカのOhio州に引っ越しました。坂戸も十分田舎なのですが、Ohio州もとうもろこし畑、牛、森、自然がたくさん田舎でした。

小学生は地図を見てもらうと分かりますが、アメリカはとーっても広いです。どれくらい広いかというと、お金持ちではない、一般サラリーマン家庭の我が家の広さがこれくらいでした（写真①）。



写真① まるで『大草原の小さな家』。

ただ、小さな家ではないのです。。

学校から帰ってきたら、庭を妹弟（；アメリカで生まれた飯田康太郎君のお父さんです）や近所の子どもたちと、広すぎる庭を走り回ったり、プールで泳いだり、木登りなどをして過ごす幼稚園～小学生時代でした。（生まれた時からサッカー場の広さの庭を駆け回り、夏は朝から晩までプールで泳いでいたのだと思うと、今やいいおじさんの飯田お父さんがキレのある動きができることに納得がいきませんか？笑）

アメリカに住んでいた頃の私は、広大な大地を走り回っていただけではなく、勉強も猛烈にしていました。いや、させられていました。平日は現地の学校に通い、ピアノ、バイオリン、ソフトボール、夏はスイミングを習い、土曜は補習校に通い、日曜は教会に通い、とても忙しかったのですが、それ以外にも、母という恐ろしい家庭教師が24・7（英語では”twenty-four seven”といいます；つまり「24時間365日」ということです）いました。

母は日本にいた頃小学校の先生をしていたこともあり、いつか日本へ帰った時に子どもたちが困らないようにと、夏休みに一時帰国するたびに、山のようにドリルを買い込み、私たちにやらせていました。（時々試合などを見学に来ていて、今は優しそうなおばあちゃんなのですが、昔は鬼のように厳しく、恐ろしい存在でした、笑。飯田さん曰く、「この世で一番怖い人だと思っていた」。私たち姉弟全員の一致した意見です、笑。）振り返ってみると、この頃勉強をする、努力をする、という能力のゴムを目いっぱい引き伸ばしてもらったお陰で、その後の高校受験、大学受験の勉強を苦勞せず乗り切ることができたのだと思い、とても感謝しています。

庭：1 エーカー=約 1200 坪 → サッカー場くらい

家：リビング→20 畳（じょう）超え、ダイニング→8 畳、台所→10 畳、  
主寝室=18 畳、子ども部屋=10 畳× 2、屋根裏=16 畳、  
地下室=20 畳超え、屋内車庫 2 台分 + プール  
（写真②）



写真② 家の裏にあったプール。真ん中にいるのは飯田さんです。

## 【中学～高校～大学時代】

このようにアメリカで小6を卒業するまで過ごし、日本に帰国して地元の小学校に転入し、二度目の小6を卒業しました。



その後は地元の中学校に入り、ソフトボール部に入部しました。私と同じ年代のお父さん・お母さんもそうだった方が多いのではないかと思います。当時の運動部は今では考えられないような顧問による『熱い』指導の毎日でした。蹴とばされたり、手の届く距離からボールを全力で投げつけられたり、グローブで叩かれたり、・・・思い出すと、今はいい時代になったな～、とホッとします（写真③）。

写真③ バント失敗の写真。この後ものすごく怒られたのでしょう・・・。

この熱い指導のお陰で、私たちは県大上位常連校でした。最後は関東大会にも出場することができ、今でもあの頃血と涙を共に流した仲間とは、離れていてもつながっている気がします。

中学時代はソフト漬けの毎日だったのですが、書きましたように、小学生時代の母からの厳しい指導のお陰で、あっさりと川越女子高校へ進むことができました。

中学までの私は、「私って、頭イんじゃない?!」と思っていたのですが、高校に入学して、それは大きな勘違いだったということに気がつかされました。笑。文系科目は人並みでしたが、理系科目が目も当てられないような点ばかりでした。未だに、体調の悪い時に、数学の先生に留年だけは勘弁してほしい、と泣きついている夢をみてうなされます、笑。

勉強に悩まされた高校時代でしたが、部活は弦楽オーケストラ部に入り、小さい頃習っていたバイオリンを弾いていました。

高3になって進路を決める時になったのですが、特に将来の夢などがまだ決まっていなかったのも、とりあえずロシア語学科、ドイツ語学科、心理学部、法学部などいろいろな学部を受けました。結果、学費が一番安いところへ行って、と親に言われ、東京外国語大学のロシア語学科に進むことになりました。

ロシア語を選択した理由は、高校の時に仲良かった部活仲間がロシア語を独学で勉強していて面白そうだったから、という軽いものだったので、実際に授業が始まってみたら、想定外に難しい上に恐ろしく厳しい教授がいて、1年の後期には早々に現実逃避をする学生生活になっていました。

現実逃避先はどこだったかと言いますと、やはり部活でした。大学でもまたオーケストラ部に入りバイオリン弾きをしていたのですが、音大生かと思われるくらい練習をする毎日、部室に住んでいるのかと思われるくらい、大学での居場所は部活でした。

そんなオケ漬けの大学生活を送り、学科の友だちは誰もが私は留年だろうと思っていたのですが、奇跡的に4年間で卒業し、なんとか就職もできました。(ちなみにあれだけ打ち込んでいたバイオリンでしたのに、4年の春休みに行ったスキーで左腕を骨折&靭帯損傷し、すっかり縁遠くなってしまいました。今では年1回の、義彬のピアノの発表会で家族三人でアンサンブルをする時くらいしか弾いていません、泣。)

### 【サラリーマン時代 ～その1～】

就職した先は、海外のあちこちに拠点を持つ電子部品や化学材料、放送機器など幅広く扱っているメーカーで、埼玉事業所がたまたま実家から徒歩約15分という、小学校よりも近いところにありました。

新人だったくせに、とりあえず英語だけはできるということで、どんどん海外案件に関わらせてもらい、2年目には、海外に赴任してしまう先輩から、当時の海外最大売上顧客を引き継ぐことになりました。入社して試用期間が終わってからの定時は22時過ぎとなり、0時を回るまで仕事をするのも珍しくなく、2年目が終わる頃には心身共に限界が来てしまい、それまでの営業部から、取締役直轄の海外支援室というところへ異動となりました。

海外支援室というところは、今思えばそれまで営業部でやっていたこととあまり変わらなかったのですが、1つの事業部には所属せず、海外関連でヘルプが必要な案件が出てきたらどこへでも助っ人に行く、というところでした。海外顧客と、日本の事業部との間を取り持ち、時には技術の方と海外に出張に出かけたりもしていました。

いい思い出が、ブラジルのオーディオメーカーに仕様の最終確認と価格交渉に行った際、2週間滞在したので、週末に世界三大瀑布の一つ、イグアスの滝に観光に行ったことです。サン・パウロから国内線に乗って行ったのですが、近づくと、飛行機から、滝から巻き上げられる水煙が見られたことが今でも忘れられません(写真④)。



写真④ イグアスの滝にて。

ブラジルへの出張以外にも、中国工場業務の助っ人で3ヶ月ホテル住まいをしながら工場を走り回ったことなど、大変でしたが、いい思い出がたくさんあります。そう言えば、寒い時期が来ると今でも思い出すことがあります。中国工場に近いホテルに3ヶ月間滞在したのですが、週末は近くにある会社の独身寮に洗濯機を借りに行っていました。レストランが並ぶ表通りから一本入った道を歩いて行っていたのですが、寒い季節は籠に入った色々な動物さんたちがいました。にわとりはもちろんですが、あひるやうさぎなども。そして時が経ち暖かくなるにつれ、その動物さんたちが減っていき、姿を消していくのです・・・。どこへ行ったかはご想像の通りです。

### 【サラリーマン時代 ～その2～】

海外支援室に異動して3年経つ頃、運よくアメリカにある事務所で人員補充の話があり、子どもの頃からの夢である、海外で仕事がしたいという希望が叶うことになりました。

カリフォルニア州のロスアンゼルスとサンディエゴの中間くらいにあったその事務所は、日本人スタッフ数名とアメリカ人合わせて30人いないくらいの小さな所帯で、米国市場の顧客対応と、メキシコ工

場の管理をしていて、アメリカ人は自分の仕事だけを、時間通りしかしない人種なので、私のような下っ端駐在員は、営業、購買、出荷業務、輸出入、海外工場との納期調整、日本からの出張者のホテル手配、時には観光案内まで、何から何まで経験させてもらいました。馬車馬のように働く私を見てローカルのマネージャーに、「アヤコ、そんなに働いてどうするの？早く帰ってビーチを散歩したり、パティオでお茶を飲んだり、本を読んだりしなさい。」と言われた時、「そんな暇あるかーっ！」と思ったと同時に、日本人の働き方の異常さに気がつかされました。

事務所とアパートの往復しかしていなかった私でしたが、2年目に入る頃、全グループ会社一ゴルフが上手いという方がメキシコ工場長として赴任してこられました。それまで私は、(失礼ながら)ゴルフは、『身体が動かなくなったお年寄りがする運動』、くらいにしか思っていなかったのですが、その方に教えてもらうようになってからどっぷりとはまってしまいました。平日は朝から仕事をし、20時頃いったん事務所を出て軽く夕食を済ませてからナイター設備のある打ちっ放しに行って閉店の22時まで打ち込み、アパートに帰ってから深夜過ぎまで日本やアジアの工場とやり取りをするという生活が始まりました。さすがに週5で打ちっ放しに行くことを続けていたら背中を痛めてしまったため、平日はナイター練習を週に2～3日、土曜はラウンド、時には1日2ラウンド、または土日共にラウンドを回る、というサラリーマンゴルファーをしていました。これだけやると上達するもので、ベストスコアは87、奇跡のハーフベスト39を出せたこともありました。残念ながら今はもうその影も形も残っておらず、ストレスがたまるだけなので打ちっ放しに近づくことすらできません。

アメリカ事務所には4年間勤務し、5年目はメキシコのティファナ工場へ通勤していました。毎日パスポートを持ち、国境を越えてティファナに入りますが、道路や街並み、植栽、住宅、店舗などがキレイに整備されているアメリカ側から、メキシコへ入った途端にすべてがガラッと変わる様子は、第三国の



写真⑤ メキシコとの国境近くの道路脇看板。

外国人の私でもとてもむなしく複雑な気持ちになりました。お世辞にも治安が良いとは言えないティファナへ通勤するようになってからは普段着に運動靴、アクセサリーなどはつけず、工場に着いてからはなるべく早く中に入る、など気をつけていました。

余談ですが、アメリカからメキシコへ向かう高速道路には、『人(?)注意』の看板が立っています(写真⑤)。テレビを見ていると、メキシコからアメリカへ密入国しようとして、国境で捕まった話題(；車の床面の下やドア、エンジンルームなどが改造され、想像もできないところから人が出てきている映像が流れていました)や、地下トンネルが見つかった、などのニュースは珍しくありませんでした。

ついでに車に関連して追記しますと、高速道路などは3～4車線は当たり前で、運転して見えている視界全部がみな同じ方向を向いて走っている?!と思い、車線を数えると、6車線あるところもありました!さすが広いアメリカです。

他にも、街中で信号待ちをしている際に、歩道を歩く人が私に何やら話しかけてくるのでどうしたのか聞いてみると「今何時?」と聞かれたり、後ろからすごい勢いで大きなトラックが追いかけてきて脇につけてきたと思ったら、サングラスにもじゃもじゃのひげと胸毛、子どもの太ももくらいはありそうな腕

をした男性が窓を開けて、「お前のタイヤ、パンクしているぞーっ！」と叫んで教えてくれたり、日本ではあまり経験することのない面白いことが書ききれないくらいありました。

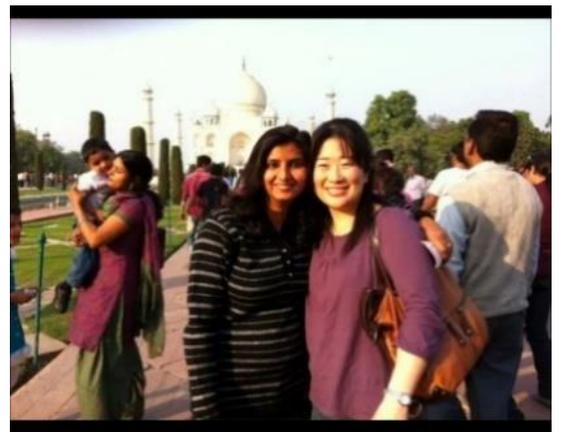
### 【サラリーマン時代 ～その3～】

このように色々な経験をさせてもらったアメリカ・メキシコ勤務を終え、日本に帰任した私は、今度はLED製品を扱う関連会社の海外営業部へ出向になりました。海外売上が全くなく、新しく開拓したいということで、部長と私だけ、という二人部署でした。ここでもまた、営業だけではなく、海外という名前が付けばなんでもやる、という日々が始まりました。中国のLEDメーカーと製造委託契約を結ぼうと奔走したり、インドのメーカーと業務提携をしようとしたり、日本顧客向け製品のメキシコ工場での新規立ち上げをしたり、無我夢中の日々でした。

余談ですが、インドへ度々出張する機会があったのですが、印象的だったことがいくつかあるので、お話ししたいと思います（写真⑥）。

まず一つは、インドのホテルに到着すると、まずホテルの門のところで、銃を構えた警備の人に車を止められて、車の下やトランクを確認されます。これは爆発物をつけていないかの確認だそうです。

次にトイレ事情です。中国でも、メキシコでも、工場では使用済みトイレットペーパーは便器ではなく、個室にある大きなゴミ箱に捨てるのですが、インドではトイレットペーパー



写真⑥ インド出張中の週末にタージマハルにて。

が無いことが珍しくありません。詳しくは聞きませんが、現地の方は個室に備え付けてある小型シャワーと左手などを使うそうです。私は日本からいつもマイトイレットペーパーを持参していました（；外国人が泊まるような高級ホテルには備え付けられていました。）

次に、航空機内での不思議な行動です。日本からインドへ到着する直前くらいに、客席乗務員が、殺虫剤？を噴射しながら通路を行き来します。インドから日本へ到着する時にはない不思議な行動です……。日系の航空会社でもやりません……。日本から何を持ち込むことを心配しているのでしょうか？

最後に、インドへ旅行することがあったら、トイレットペーパーと、（効かないかもしれませんが）下痢止め、そして念のために（大人も）おむつがあると安心かもしれません。日本のようにいつでもどこでもキレイで安心・安全なトイレが見つけれられるわけではありませんので。また、帰国の際など、空港へ早く着き過ぎることもおすすめしません。なぜならば、恐らく出発時間の2（3）時間以上前は空港の建物の中に入れてもらえないからです。誰でもいつでも出入り自由にしてしまうと、ホームレスや物乞いの人たちなどが住み着くようになってしまうために、出国を証明する航空券とパスポートを持った人でなければ、適当な時間に入れられないのだと思います。

他にもこの出向先でも色々な経験をさせてもらいました。

そして新卒で入社してから15年間全力を出し続けたら、とうとう燃え尽きました。

そんな頃に丁度運命の相手と出会うことができ、皆様お察しいただけると思いますが、夫となる優しい鵜川お父さんは、「働きたければ働いていいし、休みたければ休んでいいよ」と言ってくれて、私は全力投球してきたサラリーマン生活とお別れしました。

### 【現在の私】

夫とのエピソードや、一緒に行ったアメリカへの感謝行脚旅行（；夫もアメリカ留学をしていたことがあります）での私の仕出かして凍死寸前になったこと、新婚旅行での危うく大惨事のことや、義彬が生まれてからのことなど、まだいろいろあるのですが、気が付けばたいそうな長さの回想録になってしまったのでこれくらいにします、汗。

最後に、現在の私についてももう少しだけお話ししたいと思います。

子育てと家事に専念していた2年ほど前に、埼玉県教育委員会が、英語を使って業務をしていた民間企業経験者を非常勤講師として採用していることを知り、県立高校の英語教諭として臨時教職免許を発行してもらう機会に恵まれました。現在大宮の県立高校に週3勤務しています。私の英語は勉強して身につけたものではないので、授業時間の何倍もの時間をかけて文法を勉強していて、通勤は週3でも、実際は週5以上の気分です。教員としては全くの素人なので、きっとあまり教師らしくなく、つたない授業なのですが、今まで体験してきたことや出会った人たちや文化の話などを、盛り込んで授業をするようにしています。これからの世の中はAIなどの技術が進歩して、各個人の外国語を話す能力はさほど求められなくなるのかもしれませんが、でも、教科書には載っていない私の話を聞いて、少しでも外国に興味を持ってくれたり、世の中にはいろいろな事情や考えを持つ人がいることを知ってくれて、それらと上手く付き合っていける人間味のある大人に成長してくれるお手伝いが出来たらとても嬉しいと思っています。

### 【最後に】

本当に最後になってしまいましたが・・・、平日は仕事、勉強、家事、育児に追われる私ですが、今年からついに駒剣ファミリーに仲間入りさせていただきました！何十年ぶりに人に何かを教わり、それができるようになるように努力をする、しかもそれが体を動かすこと、というのが本当に楽しく、気持ちが良いです！気持ちはまだ若いのですが、教えていただいたことをすぐに忘れる・覚えていられないという記憶力の衰え、頭で理解していても体が言うことを聞いてくれないという運動能力の衰え、すぐに疲れてしまうという体力の衰えを感じており、辛抱強く親切、丁寧にご指導くださる先生方には本当に感謝しかありません。また、自分の子どものように可愛い剣士たちとOB・OGの先輩方、また彼らを支える後援部の保護者の皆さん、駒剣のすべてが大好きな私と夫、息子です。家族3人、今後ともどうぞよろしく願い申し上げます。

大変長くなり、失礼いたしました。

次は、お仕事と剣道、ランニングなどもされていて、いつもはつらつと気持ちの良い近藤由貴さんにお渡ししたいと思います！近藤さん、よろしく願いします！

長文にお付き合いいただき、ありがとうございました。

# 竹刀の事故を起こさないために

錬成部 須山 勉

4年前の冬のことです。ある先生（八段）と稽古をしていた人の竹刀が突然折れ、折れた竹がその先生の片目に突き刺さってしまいました。不幸なことに、その先生は片目を失明してしまいました。剣道の歴史上、このような痛ましい事故はほかにも起きているのですが、駒場剣友会では絶対に起こしてはいけません。

空気が乾燥する冬は竹刀が折れやすい、割れやすい季節でもあります。寒稽古などで、さまざまな人と竹刀を交える機会も多くなります。お相手を傷つけることのないよう、稽古に参加する前、稽古中、稽古の後には必ず竹刀の点検をしましょう。小学生で難しい人は、保護者の方にお問い合わせできればと思います。最もよくないケースの一つが、竹刀を車の中に置きっぱなしにすることです。特に冬は暖房を入れることが多く、狭い車内はかなり乾燥します。稽古に使った竹刀は必ず自宅に持ち帰り、以下のチェックをしていただければと思います。

## <1>竹刀に折れ、割れ、ささくれがないかを確認する。表面だけでは分からないケースもあるので、できれば付属品を外してバラし、竹の裏側まで確認する

→わたしの場合、稽古のたびに使った竹刀をバラして裏側まで確認しています。確認を終えたら、油をしみこませた布で竹をふき、乾燥を防ぎます。油はなんでもいいと思いますが、ベツトリするほどつけてはいけません。わたしは工業用のスピンドル油でふいています。

→竹が割れていた場合、「もったいないから」と接着剤やテープを巻いて使うことは絶対にやめましょう。ささくれはサンドペーパーなどで削り落とします

## <2>付属品も以下を確認する

- ・先革は大きすぎているか、破れはないか
- ・中結は竹刀全長の4分の1の位置に固定されているか
- ・弦(つる)はゆるんでいないか
- ・柄革の長さは自分に合っているか
- ・柄革はツルツルになっていないか

→全日本剣道連盟は、剣先から竹刀全長の4分の1の位置に中結を固定するよう呼びかけています。4年前の事故で折れた竹刀の中結は4分の1よりも前に固定され、中結のすぐ後ろ側の竹が折れて飛び出し、相手の目に刺さったそうです

→弦も、竹刀の飛び出し防止のためにはピンと張ったほうが安全です。長すぎる場合は切ってしまうのですが、わたしがお付き合いをしている竹刀職人さんは写真のように柄革の手元のところで1

周らせており、わたしもそうしています (写真)。これにより、柄革もさらに締まります  
 →柄革は事故に直接結びつきませんが、長すぎる柄革を使っている人は間合が近くなり、左のひじも浮いてしまいます。わたしは柄革の長さを 31 センチにしており、成人男子としては短いほうですが、小学生だと 30 センチ前後あったら明らかに長すぎると思います。柄革を短くする方法はいろいろな剣道のサイトで紹介されています  
 →4 年前の事故を起こした竹刀は日ごろの手入れがされておらず、柄革などの付属品も真っ黒に汚れたままだったそうです。ツルツル・テカテカになった柄革だと、竹刀を振ったときに手が離れたりズレたりして、打ちが決まりません。サンドペーパーなどを軽くかけることでザラつかせることができます



剣道日本一を決める全日本剣道選手権大会で 6 回も優勝をされた神奈川県宮崎正裕先生は試合の前後、竹刀や防具に向かって「今度も頼むぞ」「ありがとう。お前のおかげで打たれなかったよ」と話しかけるそうです。「剣道具を大切するようになって剣道が伸びた」とも言っておられます。駒剣の先生の中にも、竹刀を一本一本、ポリ袋に入れて乾燥を防いでおられる方がおられます。参考にいただければと思います。

※「那珂 (なか) 川」と彫られているのは、茨城県北部を流れる那珂川の岸でとれた真竹から作った竹刀だからです



石井のetc日記

最近の  
ネタが  
思いつかな  
かったので...

夏に  
中学生と  
地べっこした  
とキレるハムッ。

