



30年6月号

<6月の予定>

◎稽古時間:

木曜日・・・17:00～19:00

土曜日・・・13:00～15:00 剣道教室④～⑧

土曜日・・・15:00～17:00

■ 17日(日)

さいたま市浦和剣道大会(大宮武道館)

■ 23日(土)

15:10～ 入会説明会(※剣道教室参加者の保護者対象)

<7月の予定>

◎稽古時間:

木曜日・・・17:00～19:00

土曜日・・・1部 13:00～15:00 (初心者対象)

土曜日・・・2部 15:00～17:00

■ 8日(日)

第1回浦和少年強化練習会※対象者のみ(市立浦和高校)

■ 14日(土)

13:00～15:00 竹刀の手入れと稽古着・袴のたたみ方講習会

■ 14日(土)

15:15～17:00 合宿説明会(駒場体育館 2F会議室)

■ 16日(月・祝)

9:00～13:00 塚越剣友会交流会(駒場体育館 第2体育室)

■ 19日(木)

17:00～19:00 子どものためのスコアつけ教室①

■ 21日(土)

駒場体育館を使用できないため、稽古場所は未定です。

■ 26日(木)

17:00～19:00 子どものためのスコアつけ教室②

<8月の予定>

◎稽古時間:

木曜日・・・17:00～19:00

土曜日・・・1部 13:00～15:00 (初心者対象)

土曜日・・・2部 15:00～17:00

■ 4日(土)～6日(月)

夏合宿(河口湖 月山荘)

■ 11日(土・祝)

お盆休み

■ 18日(土)

平成30年度前期昇級審査会

■ 26日(日)

13:00～17:00 OB合同稽古会(駒場体育館 剣道場)
第2回浦和少年強化練習会※対象者のみ(尾間木中学校)

9/9日から変更

こまけんだよりは公式サイトでもご覧いただけます。是非カラーでもお楽しみください♪

http://www.geocities.jp/Komaba_Ken_hp/index.html



本荘先生からのお言葉

年度が替わり2カ月がたちました。新しい学級や様々な活動にも慣れ、軌道に乗った生活ができていることと思います。駒剣の稽古においても、「いつものように…」という部分は大事ですが、ただ時間を過ごすのではなく、自らの課題を改善し日々成長できるように意識をもって臨めるといいですね。

今月17日(日)に「さいたま市浦和剣道大会」が行われます。前号でも書きましたが、新しい代になり一つの力試しとなる試合になります。今まで自分のところで稽古してきたことが他の団体の剣士にどれだけ通用するのかを試せる良い機会と捉え、精一杯の心技体を発揮してください。ここで弱気になったり臆病風を吹かしたりすると、せっかくのチャンスを逃します。大きな気合い、思い切った技、勝っても負けても精一杯やったと思える試合を駒剣士に望みます。あと2週間どれだけがんばり自信がもてるかで当日の結果が決まります。体調管理にも気をつけながら大会を楽しみにして過ごしましょう。

剣道教室は今日で半分終了です。少ない人数ながら小学生も大人も大きな声を出し、一生懸命稽古に励んでいるので目に見えて上達しています。今日はひもを結ぶ練習をしました。後半戦は剣道具をつける稽古になります。駒剣士にはこれからますます手伝ってもらうこととなりますので、よろしくお願いします。



今日から3日間、中体連の学校総合体育大会剣道さいたま市予選が大宮武道館で行われます。男女団体戦、男子個人戦、女子個人戦の順となります。今大会、県大会の出場枠が変わったようです。団体戦男子7→8チーム、女子7→9チームと増えましたが、個人戦は男女各35→28人と厳しくなりました。さいたま市は学校数、生徒数が多いので、団体・個人ともに県大会に出場するのは簡単ではありません。個人戦でベスト32に残ってもさらにふるい落とされます。OB・OGの先輩方の健闘を祈っています。君たちのがんばりは後輩たちの大きな励みとなります。

先日、「関東学生剣道選手権」という男子大学生の試合の審判で日本武道館に行ってきました。若い頃はよく行っていたのですが、久しぶりに参加しました。4分3本勝負の個人戦です。上位60人が「全日本学生剣道選手権」に出られるとあって、「打たれたくない」という試合が目立ちました。初太刀で一本、なんていうのはまず見られず、審判の「始め！」の声に両者手元を上げ近づき、つばぜりあいになってしまう。踏み込む足の音はバンバン聞こえるけど打突がない、そんな試合ばかり。結局時間内に勝負はつかず15分、20分かかる試合が多くなります。打突のスピードや引き技の鋭さなど、さすが大学生というところもありましたが、心を打つ一本がほとんど見られなかったのは残念でした。学生剣道自体はそれほど変わっていないのかもしれませんが。私が年齢を重ね剣道観が変わってきていることもあるのでしょうか。「勝負にこだわる剣道」と「正しい剣道」、両極にあるものだとは思いますが、あらためて色々と考えさせられた一日になりました。正しい剣道を追究し、子どもたちにも伝えていきたいと思います。



これから梅雨を迎え、ジメジメした天気稽古着や剣道具の乾きも悪くなり、気分も滅入ります。天気や気分負けず道具の管理も怠らず、目標をもってしっかり稽古していきましょう。

新ジャイアンのはなうた♪



よっ！ みんな、元気か？

いよいよさいたま市の大会が近づいてきたな。わくわくするな。

毎回、試合の前になると、いろいろ注意されると思うけど、次のことだけは注意してくれよな。

1 大きな気合いを出すこと

大きな気合いを出すと、強そうな相手でも、思い切った技を出すことができるし、相手もびびってしまうぞ。それに、審判の印象も良いから、一本をとってもらいやすくなるぞ。とにかく、大きな気合いを出すことが勝利への近道だ！

2 正々堂々と立ち合うこと

試合は、勝てばいいというわけではないことはよく知っているよな。正々堂々と立ち合って、自分の持っている力を精一杯出しきることが大切だぞ。そして、勝っても、負けても、コートを出るまでは、きちんとした態度で振る舞うことが大切だぞ。勝ったからといって、飛び跳ねて喜んだり、負けたからといって、ちゃんとした礼もしないで、ふてくされて出ていく人がいるけど、かっこ悪いぞ。駒剣には、そんな人はいないよな。

3 試合以外でもマナーよく

試合の場だけでなく、試合会場の出入り、応援席での過ごし方、食事のとり方、トイレの使い方など、ひとりひとりが駒剣の一員であることを忘れないように振る舞ってくれよな。後で、「駒剣の子でこんなことしている子がいましたよ。」なんて言われることのないようにしてくれよな。

ところで、みんなは剣道のどこが好きかな？

一生懸命稽古をして、汗をかいて、くたくたになった後、面をとってホッとする瞬間がジャイアンは大好きだな。その後に冷たいビールがあると、最高だ！まあ、みんなはビールは飲めないから麦茶にでもしておいてくれよな。

稽古が終わったときの爽快感だけでなく、色々工夫や努力をして、前回出来なかったことが、少しずつできるようになったり、前回一本とられた相手に今週は自分が一本とることができたりしたとき、本当に気持ちがいいよな。剣道でも他のスポーツでも、勉強でも同じだけど、できなかったことができるようになったり、工夫や努力が結果に出ると、うれしいよな。そして、誰でも、同じような経験があるんじゃないかな。だから、みんなは、基本打ちやかかり稽古がきつてもがんばるんだよな。でも、稽古がいやだなとか、つらいなとか感じることもあるよな。そういうときは、後に良い結果が出ると信じて、大きな気合いを出して自分をいじめてみてくれよな。そうすると、ぐっと強くなるぞ。これからむし暑くなって、梅雨でジメジメして、剣道が辛くなるけど、何とか乗り切ってくれよな。

じゃ、またな！ 試合頑張れよ！

太郎の百錬自得



第51回

先に相手の間合いに入る、という話を先月しました。

自分から先に一足一刀の間合いに入るということは、剣道で重要な「先」に通じる部分なので、忘れないでくださいね。自分と同じ位のレベルの相手だったら、先に間合い詰めたほうが有利だったのでないでしょうか？

しかし、ちょっと相手が強いとうまくいかないことがあると思います。まあ、よくあるのが、先に入ろうとしたところを打たれたとか、先に入ったので技を出そうとしたら出ばなを打たれた、押さえられた、もしくは、応じられた、といったところかだと思います。なぜそうなるんだろうか？今回は、その辺りを考えてみたいと思います。

「先」＝「先をかける」というのは、複雑で、単に先に動いて技をだせばいいものではないのです。と書けば「自分から先に一足一刀の間合い」に入るのは、間違いかと思われるかもしれませんが、しかし、どちらも間違いじゃないのです。

剣道には三殺法という言葉があります。ざっくりいえば、相手を無効化するには、相手の竹刀を封じて、技を封じて、気を封じる、ということです。自由に竹刀を動かさなくて、技も出せない、それでは試合になりませんよね。そのうち気持ちまでも封じられると、竹刀だ、技だ、以前の問題で、もう負けになります。

そんな三殺法を行うのは難しいですが、できたら強いというのはわかりますよね。

相手の竹刀が活着している状態では、こちらが打っても当たらないですし、逆に打たれるリスクがあります。相手の竹刀を封じて初めて技が出せるわけです。自分が相手との竹刀の支配圏を握っていて、自由に技を出せる状態だったら、いずれ勝つはずですよ。

なので、前月書いた「自分から先に一足一刀の間合い」に入るのは間違いじゃないのですが、相手の竹刀を封じ、技を封じながら、入ることが重要なのです。逆に相手が入ってこようとしたら、どうしますか？

この駆け引きが剣道の面白さ、奥深さです。

どうやって竹刀を封じるか。力づくで自分の竹刀で相手の竹刀を押さえ込もうとするのは、得だろうか？そもそもどうなったら相手の竹刀を封じることができているのだろうか？この問題を考え続けていくことが、剣道上達の秘訣だと思います。基本中の基本は、相手の正中線をとることです。ただし、これは竹刀の剣先が相手の真ん中を向いていればいいってことではないです。自分の姿勢、重心が安定していて無駄のない構えで、相手の正中線をとるということです。すつと相手の正中線をとれる良い構えほど、美しい姿に見えると思います。

ちなみに、大人が構えあって技を出さずに攻めあっているのは、まずお互いに竹刀を、技を、気を、封じてやろうと攻防をしているからです。相手を制した一瞬で即座に打てる氣勢・体勢を崩さずにしています。

当たり前ですが、剣道は相手から一本とるまで勝負が決まりません。いくら竹刀を封じて技を封じていても、一瞬の気の緩みで自分が逆の立場になってしまうことがよくあります。ねばりつよい相手、勝負強い相手はいます。試合3分のうち、2分55秒おしても、たった5秒の緩みで負けることがあるのです。どんな相手が相手でも全力でやるのが重要です。後輩であっても、全力で有効打突をとる気持ちを持って稽古してください。

17日の浦和剣道大会で悔いのない試合ができるように、稽古をしっかりやっていきましょう。

etc日記



暑いのでこまめに水分をとろう!!



調子のわるいときは
きもちわるくなまゑに
先生方やお当番さんに
申しでて休もう!

↑
そのときはけいこの中の人に
ぶつからないように。
注意してうごいてね。