



### <9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

- 1日(土) 一、二、三級審査 合同稽古会(サイデン化学アリーナ)  
19:00～ 合宿慰労会&新入会員歓迎会(大人のみ) ※修道館休み
- 15日(土) お父さん・お母さんのためのスコア教室/さいたま市民剣道大会前日準備
- 16日(日) さいたま市民剣道大会(サイデン化学アリーナ)

### <10月の予定> ※10月からは全員が一緒でのお稽古になります。

◎稽古時間: 木曜日・・・17:00～19:00  
土曜日・・・15:00～17:00

- 4日(木) 大相撲さいたま場所が開催され、終日駒場体育館が使用できないため休み。
- 6日(土) 大相撲さいたま場所が開催され、終日駒場体育館が使用できないため稽古場所未定。
- 8日(月・祝) 第3回浦和少年強化練習会※対象者のみ(尾間木中学校)
- 20日(土) 駒場体育館を終日使用できないため、稽古場所は未定。

### <11月の予定>

◎稽古時間: 木曜日・・・17:00～19:00  
土曜日・・・15:00～17:00

- 1日(木) お父さん・お母さんの剣道体験稽古会
- 3日(土・祝) 祝日(文化の日)のためお休み ※全日本剣道選手権大会(日本武道館)
- 4日(日) 埼玉県剣道大会(小学生の部 県立武道館)
- 17日(土) 15:15～ 保護者会(駒場体育館 2F会議室)
- 未定 鳩ヶ谷秋季剣道大会(川口市立八幡木中学校 体育館)

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](http://www.geocities.jp/Komaba_Ken_hp/index.html)



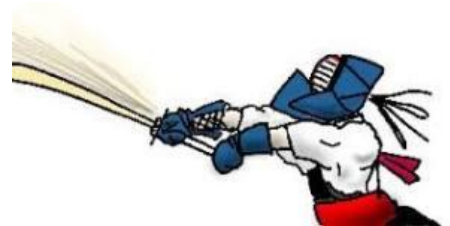
# 本荘先生からのお言葉

お盆明けに猛烈な暑さは鳴りを潜め、その後過ごしやすくなるのかと思いきや、月末になり再び猛暑日がやってきました。暑さだけでなく突発的な豪雨などもあり、気持ちの良い秋の空が待ち遠しいところです。学校では2学期が始まりました。生活の習慣を戻し、規則正しい毎日を送っていきましょう。

8月4,5,6日に河口湖で行われた夏合宿も、例年にない暑さとの戦いでした。15～20分稽古しては給水タイムを設けるといったやり方で、熱中症対策に気を配りながらの稽古でした。そんな中でも、日本剣道形や木刀による剣道基本技稽古法を、レベルに応じてしっかり学んだり、基本技の稽古、かかり稽古、円陣掛かり稽古なども集中力を切らさずに取り組んだりできました。今回、私は中学生以上のグループを担当しました。中学生は久しぶりに一緒に集まった嬉しさからか皆、張り切って稽古していました。指導していて「これが1つの部活動だったら顧問していて楽しいだろうなあ」と感じました。突きや逆胴など、日頃やらない技も指導したので、最終日の自分の試合の時に“率先垂範”、ほとんど試合で打ったことのない逆胴を打ってみました。なんと旗が上がり一本に。おそらく逆胴で一本取ったのは生まれて初めてだと思います。

子どもたちはよくがんばりました。お母さん剣士のがんばりも素晴らしかったです。もちろん、お父さん剣士も。そして合宿委員さんが本当によく動いてくれました。感謝しかありません。また、しおりの名簿には名前のない方が、今年もたくさん駆けつけてくださり応援いただきました。ありがとうございます。差し入れ等もいただきました。たくさんの皆様の物心両面でのバックアップにつきまして、この場をお借りして御礼申し上げます。ありがとうございました。合宿については、このあと個々の「剣道ノート」と最終日「試合の結果詳細」が掲載されています。じっくりとお読みください。

18日(土)は前期の級審査会が行われました。全体としては良い出来であったと思います。課題としては、①打つ時だけでなく受ける時(元立ち)も相手が打ちやすいようにすること。部位を空ける、間合いをとるなど。②基本打ちまではよくまとまっているが、稽古になると癖が出る。右手に力が入ったり、足さばきが雑になったり。自分で意識して日頃の稽古で直すことが必要です。皆勤賞、精勤賞の表彰もありましたが、数をかけて稽古することも重要です。全員が昇級しました。その級に見合う剣道ができるよう更なる精進を期待します。



26日(日)にはOB・OG合同稽古会が行われました。今年も大勢の先輩方とその保護者の方が参加してくださり、大いに盛り上がりました。今年入ったばかりの柳君、並木君の演武に始まり小学生杯、OB杯の試合。地稽古では、OB・OGがもとに立ち小学生がかかり、大人もかかり、最後はOB同士でと、狭い道場をうまく交代して使いながら進めていきました。今回も高校生以上の先輩がたくさん来てくれたので面白かったです。年齢差がありすぎて昔は実現しなかった対戦だったり、実現していても当時は力の差があつて勝負にならなかったのが今は好勝負だったりするのもOB会ならではの面白さです。一人ひとり駒剣に在籍していた頃のかわいらしい姿を思い浮かべながら見ていました。保護者の方も同じ気持ちだったようで、試合、稽古を楽しんで見てられました。剣道を楽しむ、大事なことだと思います。なかなかそうはいかないこともありますが、駒剣に戻ったときは楽しく剣道してもらいたいと思います。剣道から少し離れている先輩も来てくれうれしかったです。ぜひ、同窓会のつもりで来年以降も顔を見せに来てください。尾島先生をはじめ、中心になって動いていただいた役員さんありがとうございました。とても幸せな一日でした。



初級者組が「切り返し」を練習しています。とても上手になってきました。これから剣道具をつけての稽古に入っていきます。この1か月で体に慣らして10月から皆と一緒に稽古していきましょう。上級者組は今月16日(日)にさいたま市民剣道大会が控えています。勝ち上がれるよう鍛錬を。「切磋琢磨」皆でがんばっていきましょう。

# 新ジャイアンのはなうた♪



よっ！ みんな、元気か？

夏休み、終わっちゃったな。楽しい夏休みだったかな？

さて、夏休みが終わると、すぐに秋の大会があるな。初めて試合に出る人もいるかもな。そこで、またか！と思う人がいるかもしれないけど、試合で大切なことを確認するぞ。

## ① 気合を出すこと。

今までで一番大きな気合を出そう。緊張がほぐれるし、思い切った技が出せるぞ。そして、審判のはたも上がりやすくなるぞ。

## ② 礼法を守ること。

負けちゃったとしても、ちゃんとそんきよして、礼をして、後ろ向きで試合場を出るまで、きちんとやってくれよな。感謝のところが大切だぞ。逆に、勝ったからといって、ガッツポーズしたりするのも、よくないな。反則として取り消されたりするので、注意してくれよな！

## ③ 試合以外でも、礼儀正しくすること。

応援している時、お昼ご飯を食べている時などにふざけている人がいるけど、先生方は見ているぞ。そして、「〇〇剣の子はこんなことしていたぞ！」なんて、言われちゃうんだ。逆に、先輩たちには、「駒剣の子が、トイレのスリッパをそろえていて、すばらしい。」なんて言われたこともあるぞ。みんなが、駒剣の代表だということを忘れないでくれよな。

とにかく、あとに悔いが残らないよう、思いっきり、やってきてくれよな。良い結果を期待しているぞ。

ところで、みんなは、駒剣以外で剣道のことを考えることがあるかな？ 剣道に限らず、名人や達人って言われる人は、常に、「そのこと」だけを考えているみたいだぞ。前に、木工の人間国宝の人に会ったことがあるけど、あいさつして、福島出身だということを伝えたところ、すぐに「福島には良い木があるかい？」ってきかれたことがあるぞ。ジャイアンは木工も木のこと全く分からないのにだ。その人は、木工のこと、その材料のことしか頭になかったんだな。逆にいうと、そのくらいじゃないと、一つのことを成し遂げることはできないみたいだな。みんなは、勉強や他の習い事もあるだろうから、いつも剣道のことを考えているわけにはいかないかも知れないけど、稽古がなくても、一日に一回くらいは、何でもいいから剣道のことを考えるようにすると、新しい発見があったり、上達するヒントをつかむことが出来るかもな。やってみてくれよな。

まだまだ暑いけど、もうすぐ秋らしくなって、ますます剣道がしやすくなるな。

一緒に稽古して、気持ちのよい汗をかけることを楽しみにしているぞ。

じゃあ、またな！

# 太郎の百錬自得



## 第54回

お盆休みも終わって、少し涼しくなったと思ったら、また厳しい残暑です。

今年の夏は暑いですね。お盆前の合宿も、場所は河口湖でも、かなりの暑さでした。

もうだいぶ前のことのように感じますが、合宿最終日の試合は見どころが多かったです。6年生や中学生、特に上位進出した選手はどれも足がよかったですと思いました。一本目で決まらなければ即次の技が出るかどうか、相手が下がったところや別れ際を逃さないかどうか、いずれも足が動かないといけないところで、動いていました。自分も足を止めない稽古を心がけたいと改めて思いました。

月山荘になってからは、稽古が初日2回、二日目2回、最終日試合、と稽古回数が多いわけではありません。それだけに目的意識をもっているかどうか、差を生むところです。みんなも目的に少しでも近づいたのでしょうか。私は、「中心のとりかた」をテーマに合宿に臨みました。剣先を外さないためには、腰が大事だなと思い、構えを修正しました。こういう試行錯誤ができたこと自体が良かったと思っています。

もうひとつ、夏といえば、甲子園です。高校野球、私の地元秋田の公立校、金足農業が103年ぶりに決勝まで進出して、大いに盛り上がりました。決勝では大阪桐蔭に敗れましたが、私はもちろん、多くの人々が大いに元気をもらいました。特に投手だった吉田選手、素晴らしい活躍でした。なんと1億9千万円もの寄付金が集まり、話題になりました。私も観ている人の心に残るような稽古をしたいものです。

さて、手の内について。

竹刀を操作するにあたって、重要なのが「手の内」です。「手の内」は、竹刀の握り方や、手首のスナップであったり、打突時の締め方、押し手や引き手の使い方、などをひっくるめて、いわれます。他人によっては、竹刀の握り方という狭義で使う方もいます。

私は、肘から下の運用のことだと思って「手の内」という表現を使っています。なぜなら、肘の使い方、手首の運用も大きく変わるからです。←ここは研究して面白いところです。

この「手の内」は、切り返しから打ち込み、掛かり稽古を通じて、自然と体得するものだと言われております。普通に体得するまで少なくとも数年は要すると思います。個人的にはそれだけでは、昔ながらの指導法の域を出ないなあとも感じます。理論的なこともだいぶ進歩してきていますので、さらに効率よく体得する方法はないものか、と常日頃考えています。

手の内を研究していくと、握りから構えからより自然な形に集約されていくように思います。手の内が使えないと、小手や胴がうまく打てないですし、面も大振りでしか振れず、冴えない「がしゃっ」という打突になります。

構えた状態から両肘をほぼそのままの位置に固定して、肘支点で手首を使って竹刀を振れるかどうか、やってみてください。肘を動かさないと竹刀を動かせない人が結構いるのではないのでしょうか。このチェック法は、そのままトレーニングにもなります。

どこでもできる手の内トレーニングです。ぜひやってみてください。

手の内ができてくると、肩の動きを小さくしても、冴えのある強い打突が可能になります。16日の試合に向けて、ぜひ技を磨き上げる一助としてもらいたいです。

以上

# 夏合宿試合結果

勝ち ○ 3点

引き分け□ 1点

負け △ 0点

## 【小3リーグ】

	岩田	小澤	柴田	勝ち	分け	勝ち点	本数	順位
岩田	△	△	△	0	0	0	0	3
小澤	○	△	○	1	0	3	2	2
柴田	○	○	△	2	0	6	3	1

## 【小4リーグ】

	上岡	俵	宮島	秋本	勝ち	分け	勝ち点	本数	順位
上岡	△	○	△	○	2	0	6	4	2
俵	△	△	△	△	0	0	0	2	4
宮島	○	○	△	○	3	0	9	4	1
秋本	△	○	△	△	1	0	3	3	3

## 【小5リーグ】

	飯田	竹中	飯山	勝ち	分け	勝ち点	本数	順位
飯田	△	△	△	0	0	0	0	3
竹中	○	△	○	2	0	6	3	1
飯山	○	△	△	1	0	3	1	2

## 【小6 Aリーグ】

	今村	橋本	俵	花家	勝ち	分け	勝ち点	本数	順位
今村	△	○	△	□	1	1	4	2	2
橋本	△	△	△	△	0	1	1	1	4
俵	○	○	△	○	2	1	7	5	1
花家	□	○	△	△	0	3	3	2	3

## 【小6 Bリーグ】

	内田	上岡	岸波	林	勝ち	分け	勝ち点	本数	順位
内田	△	△	□	△	0	1	1	0	4
上岡	○	△	□	□	1	2	5	2	2
岸波	□	□	△	△	0	2	2	0	3
林	○	□	○	△	2	1	7	3	1

【中学生 Aリーグ】

	内田	松本	峯	渡邊	勝ち	分け	勝ち点	本数	順位
内田		△	□	△	0	1	1	0	4
松本	○		ド	△	1	1	4	2	2
峯	□	メ		□	0	3	3	1	3
渡邊	○メ	○メ	□		2	1	7	3	1

【中学生 Bリーグ】

	岡部	小澤	佐藤	細野	勝ち	分け	勝ち点	本数	順位
岡部		○ド	○メド	○ココ	3	0	9	5	1
小澤	△		□	△コ	0	1	1	1	4
佐藤	△メ	□		○メ	1	1	4	2	2
細野	△	メメ	△		1	0	3	2	3

【中学生 Cリーグ】

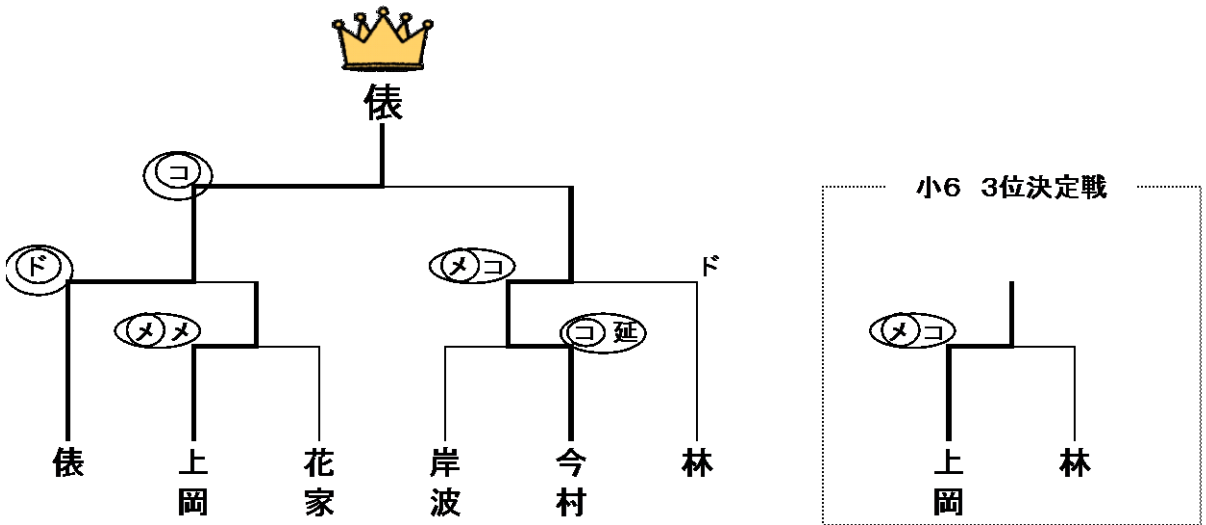
	飯田	菊地	中島	西岡	勝ち	分け	勝ち点	本数	順位
飯田		コ	○メ	○メコ	2	1	7	4	1
菊地	○		○メ	○メメ	2	1	7	4	1
中島	△	△		○メメ	1	0	3	2	3
西岡	△	△	△		0	0	0	0	4

○メ 1  
2

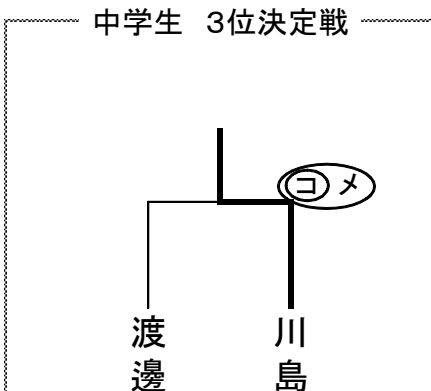
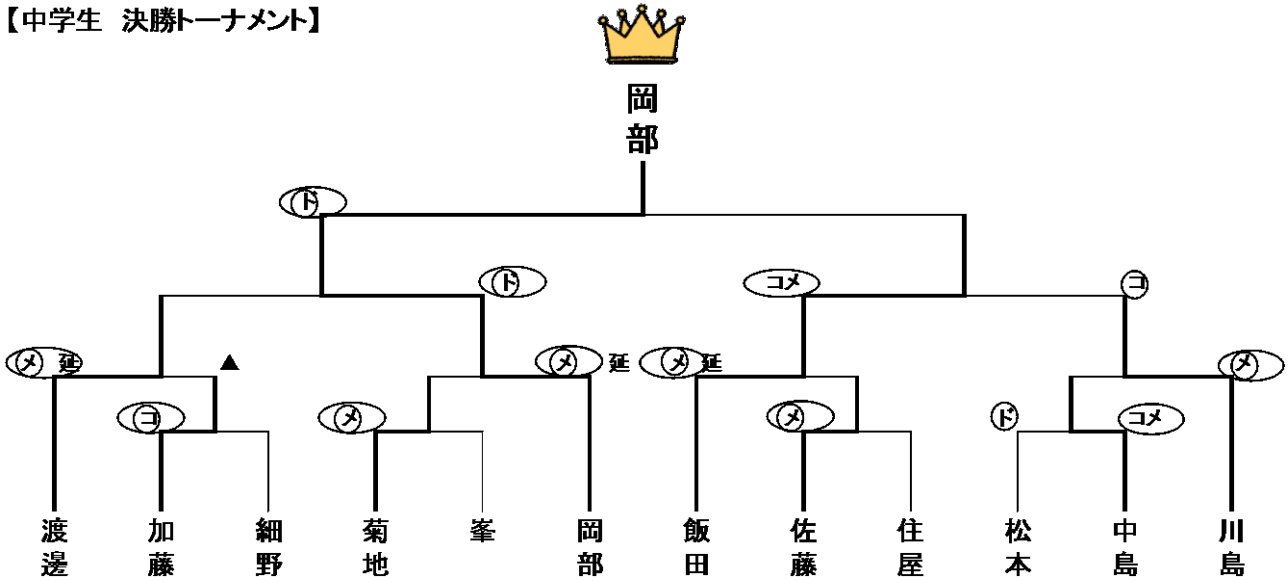
【中学生 Dリーグ】

	石井	加藤	川島	住屋	勝ち	分け	勝ち点	本数	順位
石井		△	△	△	0	0	0	0	4
加藤	○メメ		△	○メ	2	0	6	4	2
川島	○メメ	○メ		○メ	3	0	9	5	1
住屋	○メメ	△	△		1	0	3	2	3

【小6 決勝トーナメント】



【中学生 決勝トーナメント】



【成人の部 団体戦】

	先鋒	次鋒	五将	中堅	三将	副将	大将	勝者数	本数
もぎたて	上岡	小澤	田村	長谷部	関口	本荘	村松	5	6
	<del>上岡</del>	(メ)	(メ)	(メ)	(コ)	(メド)			
地球侵略	<del>上岡</del>						(メ)	1	1
	竹中	石井	清水	宮島	尾島	清水	高橋		

## 入賞おめでとう

山田杯(初心者) 優勝 宇野

山崎杯(3年生) 優勝 柴田  
2位 小澤

本荘杯(4年生) 優勝 宮島  
2位 上岡  
3位 秋本

木村杯(5年生) 優勝 竹中  
2位 飯山

丸山杯(6年生) 優勝 俵  
2位 今村  
3位 上岡

菅原杯(中学生) 優勝 岡部  
2位 飯田  
3位 川島

尾島杯(成人) 優勝 もぎたてチーム  
上岡、小澤、田村、長谷部、関口、本荘、村松



## みんなの剣道ノート

- |  |
|--|
| ①合宿前の目標<br>②合宿で教えていただいたこと<br>③合宿を終えての感想<br>本:本荘先生からのコメント |
|--|

3年 岩田

- ① 試合で小手が打てるようになりたいです。
- ② 1日目:木刀は右手から左手に持ちかえる。  
2日目:大きな声を出す。  
3日目:試合が終わってコートを出るまで後ろを向かない。
- ③ 最後の試合で一本も決まらなかったのでくやしかったです。けい古は暑くてつらかったけど、けい古以外は全部楽しかったです。また来年も参加したいと思いました。参加させてくれてありがとうございます。

**本:**合宿初参加、楽しかったようですね。試合で一本も決まらなかったと言っても2試合しかしていないからね。大丈夫、こつこつ稽古を積み重ねれば一本決まるようになります。

3年 小澤

- ① 面、小手、胴打ちを強く打てるようになりたい。もっと声が出せるようになりたいです。
- ② 1日目:左足を早くひきつける事  
2日目:下がりすぎないで、もっと前に行く事  
3日目:練習の成果がはつき出来たねと、褒められました。
- ③ 目標の面打ちが達成できました。頑張ろうと思っていた事は、そこそこ出来ました。辛かった事は、木刀で、左上段で間違えた事です。楽しかった事はレクリエーションでした。

**本:**木刀を使っての稽古は初めてでしたね。竹刀剣道と違うところもありますが、うまく活かされると上達につながります。上手になっています。声は少し高く出せると大きく聞こえるようになるでしょう。

3年 柴田

- ① 面を相手より早く打てるようになりたい。
- ② 1日目:木刀は礼をする前までは右手で持ち、竹刀とは違うことが分かった。  
2日目:返し胴は相手が面を打ってきたのを返す時に右足を出して胴を打つ  
3日目:自分から積極的に打つ。
- ③ 面を相手より早く打つ為に小さく打つようにしました。また、左足を早く引きつけて打つことができました。暑かったけれど、最後まであきらめずに練習したら上手に打てるようになりました。来年もまた夏合宿に行きたいです。

**本:**最後まであきらめず、大事なことを覚え実感しましたね。何でも早くから身につけなくてもいいですが、色々考え工夫してみることは何事にも通じる大切なことかもしれません。

4年 上岡(直)

- ① 姿勢と構えを綺麗にし、大きく正しい打ちをしたいです
- ② 1日目:形の三本目の突きの下太刀の下がる時、下がる足の順番右、左、左、右左が難しいから気をつけて(山田先生)  
2日目:足さばきの時頭が動かないようにして(山田先生)  
3日目:もっと攻めた方がいいよ(清水先生)
- ③ バスの中や部屋で皆と遊べて楽しかったです。散歩や稽古の後のご飯がすごくおいしかったです。来年の合宿が楽しみです。

**本:**姿勢と構えを美しく、という意識で稽古しているからでしょうか、まだ体は小さいですが強くきれいな打ちを見せます。やるべきことやってみんなと食べるご飯は本当においしいですね。

4年 俵(涼)

- ① 小手と胴が上手になりたい。自分から攻めていきたい
- ② 1日目：形の三本目の最後の足を練習する  
2日目：前3歩 後5歩だから、後ろに下がる時は後ろの歩幅を小さくする  
3日目：自分の試合が終わっても見とり稽古をする
- ③ 稽古では、形や基本わざ稽古法、地稽古などをやりました。ぼくは全て一生けん命やりました。けれど、試合では良い結果が残せませんでした。でもこの事をバネにして来年は良い結果を残せるように稽古をがんばりたいです。

**本：**試合でいい面(すりあげ面?)を打ったところ見ましたよ。良い結果を残せるかは日頃の努力によります。コンスタントにモチベーションを保ち、こつこつ稽古をしていきましょう。

4年 宮島

- ① 相手より先に中心をせめて技を出せるようになりたい。
- ② 1日目：大きな声を出して間合いを考えて打つ  
2日目：いろいろな技を身につける  
3日目：試合ではこわがらずにせめて正しいだつで1本を決める
- ③ 今年も楽しい合宿でした。けいこでは足さばきの練習でこしを使うことや左足で体をひきつけることをいしきすることができました。また試合では勝つことができたが、相手より先にせめて打つことができなかつたので、これからのけいこで直していきたいです。

**本：**「勝って兜の緒を締めよ」と言いますが、優勝してもまだできていないことを自覚し次に活かそうとする姿勢が素晴らしいですね。剣道は「上虚下実」と言い足腰が大事になります。引き続き研究を。

4年 秋本

- ① 出ごてのタイミングを覚えて、上手に打てるようになる。初めての合宿なので生活面もみんなに遅れないようにしていきたい。
- ② 1日目：列の最後の方は、先生・先輩方より、奥に行く。木刀は床に置く時、右手で置く。礼の時は右手で持った状態でさげと、左手で持った状態の時はたいとう、右手と左手入れ替える時は真ん中で替える。かまえを解く時は相手の膝3cm下に木刀を下ろす。  
2日目：もとだちを空けない。礼式の時は右に揃えるけど、左を見て幅を考える。全力で声を出す。出ごては相手のこてが低い時に打つ。胴を打つ時に体は斜めにだすけど顔は相手の方を向く。  
3日目：試合を見る時は人の邪魔にならない場所で見ると。
- ③ 合宿に参加させて頂きありがとうございました。そして、先生・先輩方、稽古ありがとうございました。合宿委員さん、ありがとうございました。初めての合宿で生活面がみんなに遅れないでできて良かったです。稽古③の掛かり稽古が一番辛かったです。稽古⑤の剣道大会では、練習した成果を発揮出来ました。合宿での自分の目標「出ごてのタイミングを覚えて、上手に打てるようになる」というので稽古して、上手に打てるようになりました。そして、スイカ割りが楽しかったです。大豆が思った以上に掴めて、驚きました。これからも稽古よろしくお願ひします。

**本：**稽古において常に一生懸命なのが伝わってきます。試合はもちろん、スイカ割りや大豆掴みもがんばったことが文章からうかがえます。初合宿、大成功だったようですね。

- 5年 飯田(哲)
- ① 腰からまっすぐ平行にふみこんで打てるようになりたい
  - ② 1日目：打つ時におしりを引いて打つ  
2日目：むねを張って打つ  
3日目：打った後にしせいをくずさない
  - ③ 今回の合宿では、積極的に先生方にかかれたと思います。合宿中には、目標はたっせい出来なかったのですが、けい古で直していきたいです。とても楽しい合宿だったので、来年も行きたいです。
- 本：**いろいろと考えながら稽古していることがよくわかります。どうしても右手、右肩に力が入ることが多くなるので、そこを課題として取り組みましょう。力を抜く、なかなか難しいですね。
- 5年 飯山
- ① 足さばきをきれいに早く出来るようになる。
  - ② 1日目：剣道形三本目の足さばきを詳しく教わった。  
2日目：面を打つ時に、止めないでスウーとのばすこと。  
3日目：踏み込んだ後、左足をすぐに引き付けると次の技が早く打てると教えてもらい、試合ではこれを意識しました。
  - ③ 去年は試合では勝てませんでした。今年は2位になりうれしかったです。また、みんなと楽しく稽古ができ楽しい思い出ができました。これから普段の稽古でも、先生に教えてもらったことを意識して稽古したいと思います。先生、先輩、お手伝いして下さった大人のみなさんありがとうございました。
- 本：**なにか稽古でつかんだようですね。一本が取れることはもちろんですが、自分の思ったようにカラダを動かせるようになると楽しくなります。力強くもなってきました。さらに精進を。
- 5年 竹中
- ① 集中力をつけて、自分からせめる剣道を身につけたい。
  - ② 1日目：相手の力を利用する  
2日目：相手をひきこむ  
3日目：相手のスキを見つける
  - ③ 今回の合宿では、剣道の基本から実戦的な技まで学びました。普段よりもたくさんキツイ稽古をすることができたので、いい経験になりました。先輩たちの試合をみて、とても参考になったので、それを活かして腕を上げていきたいです。
- 本：**最終日の中学生の試合はたいへん参考になります。2～3年後なんてすぐです。イメージをもち稽古に励みましょう。キレの良い打ちが稽古、試合で出ていました。
- 5年 宇野
- ① 基本の動作を上手く出来るようにしたい。
  - ② 1日目：日本剣道形  
2日目：他の人たちと打ち合い、すり足。  
3日目：基本打ちの立ち合い。
  - ③ 10時間超練習したのでつかれました。基本の動作をやって、足さばきがうまく出来たので良かったです。
- 本：**10時間超やりましたか？日頃まとめて稽古時間確保できないので相当上手になったはず。初級者組に学んだことを教えてあげてください。よく稽古していました。✪
- 6年 今村
- ① 実戦で有効打になるような、小さな打ちを意識しながら稽古に取り組みたい。
  - ② 1日目：あわてずにゆっくりと自分から攻める。  
2日目：打った後すばやく抜ける。左足をすばやく引きつける。  
3日目：つばぜり合いの位置が高いので、お腹のあたりでやる

- ③ 小学生最後の合宿でした。下級生を引っ張っていけるよう、声を出すことを心がけ稽古にのぞみました。稽古は辛かったけど、朝の散歩やレクはとても楽しかったです。先輩たちの試合を見たり、先輩からアドバイスをもらえたりしたのも、自分にプラスになりました。目標にしていた小さな打ちは、数はまだ少ないけど、試合で出すことができたので、よかったです。

**本：**たくさんの女子の先輩が参加してくれたので、教えてもらったことも多かったでしょう。相手との駆け引きもできるようになってきました。先は常に心がけ、うまく応じられるようになるといいですね。

6年 内田

- ① 面を確実に決められるようにしたい。  
② 1日目：剣道形はふらふらしないで堂々とやる。  
2日目：鍔ぜり合いは、竹刀を立ててやる。  
3日目：当たった打ちは、しっかり打ち切る。  
③ 駒剣の仲間と協力できてとても楽しかったです。たくさんの先生方に教えていただいたので、目標の「面を確実に決められるようにしたい。」に少し近づいたように思います。それは、地稽古で一本になったと思う面が増えたからです。しかし、最後の試合では負けてしまったので、もっとがんばりたいです。先生先輩方、合宿委員さん、駒剣のみんな、その他お世話になった方々ありがとうございました。

**本：**稽古で一本になったと思える面が増えてきた、素晴らしい実感です。試合で突然今までできなかったことができるようにはなりません。今の調子で稽古を継続して行ってください。

6年 上岡(大)

- ① 足を継がずに面を打つ  
② 1日目：形のお稽古で剣先を下げて元の位置にかえるととき徐々に剣先が上がってきていたので注意する（尾島先生）  
2日目：構える時お腹と竹刀をコブシー一個半離す（中学生と俵くんを見とり稽古していて気付いた）  
3日目：竹刀を上げないよう我慢（試合の時胴をとられたとき長谷部先生に）  
③ 先生方三日間お稽古をつけてくださってありがとうございました。僕がこの合宿で楽しかったのは先生や先輩方と遊べたレクリエーションです。稽古は目標を決めそれを達成しようと意識を持ってできました。これからの稽古でもその目標を意識していきたいです。

**本：**今年も面をとればニコニコいつも楽しそうにしていました。いろいろな人からアドバイスをもらえるというのは得な性格です。それを素直に聞き自分の剣道に取り入れていきましょう。

6年 岸波

- ① 全て打ち切れるような剣道をしたい。間合いに気をつける。  
② 1日目：形の稽古で3本目の打太刀の足の運び方  
2日目：横から打たない、落ち着いて真っ直ぐに打つ  
3日目：体力をつけることが大事  
③ 目標にしていたことは、稽古中は意識することができましたが、試合の時や地稽古の時はずうまくできませんでした。疲れてくると斜めから振りあげてしまいました。まだまだ練習が足りないと思います。バテない体力作りもしていきたいと思いました。楽しかったことは初めてスイカ割りです。スイカに当たったこと です。一昨年も去年もみんなにだまされて当たらなかったけど、なぜかみんなが本当のことを言うてくれて割ることができました。嬉しかったです。先生先輩方、合宿委員さんありがとうございました。

**本：**今までだまされていて今年なぜ本当のことを言うてくれたのでしょうか？ さぞかしスイカが美味しかったです。稽古もよくやっていました。地力をさらにつけて行ってください。

6年 俵(秀)

- ① 最近、基本打ちがぶれてしまいがちなので、今年の合宿では体幹を強くして、力強いきれいな打ちができるようになりたいです。
- ② 1日目：短い時間でも集中する！大きくふる！  
礼式ははじめの先生に揃えて並ぶ。  
2日目：攻めをしっかりと打つ！今日教わった技を稽古で使う！声を出す！いつでも100%！しっかり応援する！  
3日目：自分の試合が終わっても、いつまでも休んでいないで他の人の試合を見る！中学生を見る！相手を見る！集中する！
- ③ 常に目標を意識して、良い汗をかけるように全力で稽古をしました。その成果が試合にも出たのではないかと思います。  
ぼくの目標は力強いきれいな打ちをすることでしたが、面はまだ稽古が必要ですが、小手や胴は3日目の試合で、先生や先輩方のような相手を切るような力強い打ちをすることができたので目標達成につながったと思います。今年の合宿は、全てにおいて一回りも二回りも成長できたので、とても充実した三日間でした。

**本：**文章から合宿の充実度が感じられます。激戦の6年生での優勝、お見事でした。下がったところ、振り返ったところを打たれることがまだ見られません。隙をできるだけ作らない攻防を研究しましょう。

6年 橋本

- ① 試合で勝てるような素早い左手中心の面を打てるようになる。
- ② 1日目：日本剣道形は1本目の打太刀は大上段で大きく下がる。  
3本目打太刀は、相手の刀をしのぎでおさえる。  
2日目：蹲踞の時、背筋を伸ばし少し腰を浮かし相手の目を見る。  
3日目：自分からせめていく。
- ③ 目標の面打ちは、右手に力がまだ入っていて、まだまだ出来ていませんでした。楽しかったことは、レクリエーションで、つらかったことは、かかり稽古がとても暑かったことです。

**本：**形一本目確認を。早く打とうとすると力が入り、腕が突っ張った状態になり結果的に良い打ちにならないことがあります。伸びやかな体全体の動きを求めてみましょう。

6年 花家

- ① 早い面が打てるようになりたいです
- ② 1日目：木刀の練習（剣道形の足の動き）  
2日目：技の稽古での間合い  
3日目：姿勢
- ③ ごはんも美味しく、部屋ごとに協力し合ったレクリエーションも楽しかったです。早い面が打てるようにするには、竹刀を振り上げた時に力を抜き、振り下ろす時に力を入れるなど合宿で教えてもらったことを活かして、今後の稽古に励みたいです。ありがとうございました。

**本：**橋本君と同じです。早いだけで小さいと上からズドンと来られる打ちに負けちゃいます。違うタイプの人の良さを取り入れてみることにチャレンジしてみてください。

6年 林

- ① 一本になる胴を打つこと
- ② 1日目：日本剣道形の三本目の突きは水月をつくこと。なやしたら左足から下がること。  
2日目：切返しの元立ちの時、強く打ってくる人には、はたくように受けること。  
3日目：早い面ときれいな胴を打っていたと褒めてもらえた。
- ③ 合宿に参加させていただきありがとうございました。試合で早い面ときれいな胴が一本とれたので、目標は達成出来ました。お稽古では、先生方からたくさんアドバイスをいただきました。これからの稽古で活かしていきたい

です。レクリエーションも楽しかったです。来年も是非参加したいです。

**本：林君はまさに最近ズドンと来ていますね。あの面には出ゴテもうまく当たらないようです。面をよけようと手元を上げると胴打たれるので相手にとってはやりにくいのでしょうか。さらに磨いてください。**

中 1 飯田先輩

- ① しっかり相手が恐れる間合いに入って攻め込み、自分で相手をコントロールして打てるようにする。  
試合で1本となる引き面を打てるようにする。  
下級生のお手本となるように行動する。
- ② 1日目：大きな面を打つ時に、肩に力が入ってしまう癖があるので、しっかりリラックスして打とう  
2日目：逆胴を打つ時は、面を打つつもりで攻めてから打つ  
3日目：攻めた時に、足幅が広くなり、姿勢が下がってしまう時があるので、非常にもったいない
- ③ 稽古では、逆胴・突き・小手返し小手等、普段あまり打たない技を練習でき、積極的に先生方に掛かれたと思う。1つ目の目標については、自分なりに相手をコントロールするところまではいかなかったが、剣先で相手を崩すことや出鼻を誘って打つことは出来たと思う。二日目、引き面は、打って下がる時のスピード、打ちの強さが足りないと思うし、相手の意表を突いたところで打てていないので、日々の稽古で工夫していきたい。

**本：小学校を卒業して4か月でさらに強くなっていました。強い中2の先輩方が多い中でも優勝する勢いがありました。飯田先輩の稽古に対する姿勢を後輩たちに見習ってほしいと思います。**

中 1 佐藤先輩

- ① 自分の中での打ちは左手によく力が入ってしまい悪い打ちになってしまう事と、疲れて動けなくなってしまう事をこの合宿で直していきたい。
- ② 1日目：突きの練習では、真っ直ぐ狙って打つようにする  
2日目：逆胴で相手を斜めから切るようにする  
3日目：試合後に今後直した方が良いアドバイスをもらいました
- ③ 今年の夏合宿は中学生になって初の参加でした。  
部屋のリーダーとなり、リーダーシップをとれたと思います。今年のレクも楽しかったです。  
試合では、決勝リーグまで進みました。延長戦になり、体力を失ってしまい我慢出来ずに正しい打ちが出来ずに2回戦で負けてしまいました。部活で体力をつけて今後の試合はがんばります。

**本：生活面ではいつも明るく行動していました。また、稽古でもがんばっていましたね。褒めると調子に乗るのであまり本人の前では褒めませんが、今回成長を感じました。ちょこっと!(^^)!ね**

中 1 住屋先輩

- ① 試合でつかえる、技を身に付ける。
- ② 1日目：もっと強く打つ  
2日目：もっと引き付ける  
3日目：自分の剣道をする
- ③ 合宿に参加出来ることを楽しみにしていました。合宿で習ったことを、試合で活かせるように、普段の練習に取り入れて、稽古していきたいと思います。ありがとうございました。

**本：「もっと」が多いのでさらに精進が必要なようです。良くなっていますので「普段の稽古」で気を抜かずしっかりと取り組んでください。修道館にも来てください。**

- 中 1 渡邊先輩
- ① 自分の打ち間で完全に崩し、スピードと打ちの強さを意識して面を打つことです。
  - ② 1日目：久し振りの形で忘れかけていたところもまだ知らなかったところもしっかり出来ました。  
2日目：稽古3ではあまり試合で使わない技がしっかり出来ました。また稽古4でも稽古3の時の技を出せたので良かったです。  
3日目：最初のリーグでは一位通過し決勝トーナメント進出できました。決勝トーナメントでは最初シードだったので初戦は加藤さんでした。延長の末面で勝ちましたが、攻めが足りなかったので試合が長くなったので、せめて打つ剣道をしたいです。二回戦目は岡部君でこの試合も延長の末、面を打ったところ返し胴を打たれ負けてしまいました。面を打った時しっかり攻めて相手を崩し打てなかったので、負けたと思います。
  - ③ 合宿では自分で出来るようになったこともあるけれどまだまだ課題もあるのでそこを直していきたいです。来年は優勝できるように頑張ります。  
**本：体が大きくなり打突と体が合ってきた感じがしました。まだ全体に荒い動きがあるのでそこに隙が生まれます。無駄な動きを抑えて洗練されてくると来年の頂上も見えてくると思います。**
- 中 1 西岡先輩
- ① 基本をこなし、相手を見て技を出せるようにしたい。
  - ② 1日目：次の動作までをはやくする  
2日目：素早くぬけて次の技の準備をしてすぐかかる  
3日目：とにかく声を出す
  - ③ 普段の稽古では、目標は十分に達成できなかったけど、自分ではなかなか気づかないことも、いろんなたくさんの人と稽古することで気付くことができました。  
**本：剣道の経験も浅く合宿も初参加でしたがよくがんばっていました。日頃中学校で真剣に稽古していることがうかがえました。小6で入会し中・高で活躍した女性剣士が何人かおられます。がんばって！**
- 中 2 石井先輩
- ① 相手と気を合わせて工夫した攻めをする。
  - ② 1日目：形の五本目の「打ちたち」は、すり上げて刀が下がるので、頭は下がらない  
2日目：捨て身で自分から攻めてみる  
3日目：竹刀の間の攻めを大事にする
  - ③ 3日間、目標にもしていた「攻め」をけい古から学ぶことが出来ました。攻めについては、目標にしてこれからもがんばりたいと思いました。  
**本：いろいろ考えて丁寧に稽古している様子が見られました。母のがんばりも影響ありなのかな。これからも「攻めて勝って打つ」追究してみてください。**
- 中 2 内田先輩
- ① しっかりと稽古に励む。苦手としている面に積極的に取り組む。
  - ② 1日目：形の稽古で細かいところまで指摘していただき、直すことができた  
2日目：基本を中心とした稽古を行い、改めて再確認した  
3日目：久しぶりに仲間と剣を交えることができ、自分の心の弱さを痛感した
  - ③ 合宿をおえて：久しぶりに先生方、後輩と剣を交えることができ、楽しく有意義な時間を過ごすことができた。ありがとうございました。  
**本：仲間と剣を交え心の弱さを痛感、というのは周りの心が強くなっていたということかな。同じ部内に仲間がいるので切磋琢磨して「負けるものか！」の気持ちを大切に。**

中2 岡部先輩

- ① 無駄な力が入らないようにする。  
一本で終わらず、連続打ちをできるように意識する。
- ② 1日目：手首の使い方。左足の引きつけ。  
2日目：構えている時の相手の崩し方。引き技のタイミング、崩し方。応じ技のタイミング。  
3日目：連続打ち。
- ③ 今回の合宿では、余計なところに力が入らないようにすることと、一本で終わらないようにすることを目標にしました。稽古では常に意識することができ、まだ完全ではありませんが少しずつ身につけてきたかなと思います。また、いつもより稽古をしやすい環境でたくさんの先生にご指導をいただいたのでかなり実になる稽古をさせて頂くことができました。今回できるようになったこと、少しでも身に付き始めたことはこれからも意識し、次に繋げていきたいと思います。  
合宿委員さんを始め、合宿に携わってくださったみなさん、ありがとうございました。

**本：中学生の決勝戦、中2の意地を見せ踏ん張ったところは見事でした。多彩な技を持っていますので、一つ一つをさらに磨いていくとさらに大きく成長するでしょう。稽古、稽古、稽古です。**

中2 小澤先輩

- ① 体力をつけることと、試合でも出せるような技を身に付けること。
- ② 1日目：木刀で、足の向きと体の向きに気を付ける  
2日目：打ったときに、なるべく遠くに抜ける  
3日目：つばぜり合いが、多かった
- ③ 今回の合宿では、出来るようになったことが、いくつか増えました。例えば、胴の切り返しです。切り返しで、上手く当てることが苦手だったのですが、初日に念入りに練習したおかげで、大分上手く当てられるようになりました。また、あまりやる事の無い逆胴にも挑戦することが出来ました。掛かり稽古では、去年はとてつらかった円陣掛かり稽古も頑張ることが出来ました。普段は一緒に練習する事のできない先生方や皆とこの三日間稽古できてとても良かったです。稽古以外でも、トランプしたりテニスをしたり、本当にすごく楽しい合宿でした。

**本：できることが増えたと実感できたことは大きな成長ですね。ぜひ日頃の稽古で継続して自分のものにしてください。家族での合宿参加、楽しく過ごせてよかったです。**

中2 加藤先輩

- ① 技のバリエーションを増やすことと、スタミナをつけてすぐにバテない体づくりをすること。
- ② 1日目：速く送り足をすること  
2日目：振りかぶって打つことが多いので、大きい打ちは大きく、小さい打ちは小さくと、はっきりさせる  
3日目：決めきらないところがある
- ③ 今年が中学生最後の合宿となりました。あっという間の3日間でした。目標のために精一杯努力し、先生方に言われたことも稽古で試せたと思います。5回目の合宿で、自分なりに成長できたと思います。  
最後に先生方、合宿委員の皆さま、楽しい合宿をどうもありがとうございました。

**本：基本打ちを指導していて「やらされている稽古」からの脱却を感じました。普段から「決めよう」という意欲が体から発せられていました。これからどう変わっていくか、楽しみにしています。**



中2 川島先輩

- ① 相手より早く体勢をつくる。
- ② 1日目：剣道形の七本目で、相手の方に体を向けながら抜ける  
2日目：機会を逃さずに確実に決める  
3日目：最後まで決めきる
- ③ 合宿に参加させていただき、ありがとうございました。相手より早く体勢をつくることはできるようになってきたと思いますが、最後まで決めきることができず試合は悔しい結果になってしまったので、これからは決めきることを第一の目標にし、稽古に励んでいきたいと思います。3日間の合宿、とても楽しかったです。先生方、合宿委員・保護者の皆様ありがとうございました。

**本：**背が伸び今まで以上に伸びやかな剣道をしていました。自分の成長だけでなく周りの成長をどう助けていけるか、そこが課題となるでしょう。謙虚に素直に稽古を積んでいってください。

中2 菊地先輩

- ① 打つ時も攻める時も、左手を意識する。初太刀を大切にする。
- ② 1日目：剣道形で。打つ時は速く、それ以外はゆっくり、メリハリをつける。  
2日目：打ちたい時に打つのではなく、崩したり、隙が出来た時に打つ。  
3日目：面の結び目に気を付ける。
- ③ 合宿に参加させていただきありがとうございました。  
今回、素振りから、一本一本丁寧にやることを心がけました。  
掛かり稽古では、たくさん打つ事も意識しながら、強く真っ直ぐ打つ事も考えてやりました。皆と稽古が出来てとても楽しかったです。  
ありがとうございました。

**本：**飯田への初太刀の小手、見事でした。すぐに取り返されるも気落ちせず攻め続けた試合、とても良い内容でアツという間の時間でした。強くなっています。ポイントゲッターです。役割をしっかりと。

中2 中島先輩

- ① 打った後の抜けを速くする  
相手への気持ちを切らない
- ② 1日目：竹刀の振り方、日本剣道形。  
2日目：応じ技、出小手のタイミング。  
3日目：試合で一本打って終わらない  
追いかけて打つときは、小手面が有効。
- ③ この度は、夏合宿に参加させていただきありがとうございました。久しぶりに、先生方や、仲間たちに会えたことが、とても嬉しかったです。私はこの合宿で、「打った後の抜けを速くする」「相手への気持ちを切らさない」ということを目標にして、稽古をしました。この二つは以前より良くなったと感じていますが、同時に同年の仲間の姿を見ると、この二つだけではなく、劣っている点が沢山あると感じています。そのような中、私が頑張れたと思うのが2日目のかかり稽古です。声を出して最初から最後まで、全力で全員の先生方にかかることができました。とても辛かったのですが達成感を覚えることができました。最後に、この合宿を楽しく過ごせたのは、内田さんを始めとする合宿委員のみなさん、先生方のおかげです。これからの中学校での部活もがんばっていきたいと思います。本当にありがとうございました。

**本：**稽古で得られた達成感、それを少しずつでも日頃の稽古でも味わえるよう努力していってください。そして自分だけにとどめず新チームにもどう持たせられるか、工夫してみてください。

- 中2 細野先輩
- ① 3日目の試合でいかにできるように、1日目、2日目は先生に言われた事を試しながら練習をして、確実な1本を取れるようにしたいです。
  - ② 面を抜ける時に左手で相手の面を殴らないようにする。
  - ③ 試合では焦って技を出せなかったけど、練習はきちんと出来ました。  
本：良くなっています。しかし、まだ決まったパターンの動きが多く読まれてしまい怖さにならないところがあります。いかに相手に圧力を与えられるかを考えて稽古していきましょう。
- 中2 松本先輩
- ① 自分から攻めて、強く、速い打突を打てるようにする事。  
打った後の体勢がくずれないようにすること。
  - ② 1日目： 剣道形の足について  
2日目： 体当たりの時の手の位置  
3日目： 打ったあと気を抜かない
  - ③ 今回の合宿では、自分に厳しく稽古に励み、楽しく3日間を過ごすことができました。また、目標にしていた、自分から攻めて強く速く打てるようにすることを意識して稽古することができたので良かったと思います。合宿で学んだ事を忘れずに、これからもしっかりと稽古に励みたいと思います。ありがとうございました。  
本：強くなる！という高い意識で稽古に臨んでいたのがわかりました。いろいろな技を持っていますので、相手によって臨機応変に繰り出せると強みになります。稽古の質と量、両方をあげていきましょう。
- 中2 峯先輩
- ① でばなの技をしっかりとタイミングで打てるようにしたい。
  - ② 1日目： 打った時の手を絞り込むこと  
2日目： 色々な技を打つ時の攻め方と打ち方  
3日目： 無理しない
  - ③ でばなの技のタイミングを掴むことができました。  
怪我をしている中での参加で、稽古に全部参加することができなかったのが悔しかったです。だけど、最後の合宿(?)を仲間たちと楽しく過ごせていい思い出になりました。  
本：周りを活かしながら自らも伸びていく、簡単ではありません。今回の合宿で学んだことを日頃の稽古や生活に活かしてください。ケガをなるべくしないことも名選手の条件です。
- 大学生  
高橋先輩
- ① 腰の入った打突を目指す。  
丁寧な足さばきで適切な間合いをとれるようにする。
  - ② 日本剣道形5本目打太刀の左諸手上段からの仕太刀への面打ちは、擦り上げられた後斜め右下に太刀筋は流す。  
鏝迫り合いの正しい位置。
  - ③ 3日間充実した合宿になりました。私自身6年ぶりの参加であり、当時とは違う立場で合宿と向き合えたと思います。自分のことだけではなく小中学生の面倒もしっかり見ようと、自然と意識するようになった自分に少し成長を感じられました。稽古では、日頃教わる機会があまりない形の稽古は特に勉強になりました。3日目の試合では小学生の試合も元気いっぱい良かったのですが、やはり中学生の試合になってくると両者実力が拮抗して良い試合が多く見受けられました。私も成人会員に混ぜていただき団体戦に参加させていただきましたが、ここでの見どころは尾島先生対関口先輩の試合ではないでしょうか。20年という長い月日を経ても師弟が剣を交えられるというのはとてもありがたいことです。年々道場の数が減っている中、昔と変わらず剣道ができる場所があること、久しぶりに顔を出しても温かく迎えてくれる駒剣ファミリーに感謝せずにはいられません。OBとして、これからも駒剣の一員として関わっていければなと改めて思える合宿となりました。今後とも

よろしくお願ひします。

**本：**思いもよらぬ慧先輩の合宿参加、大変うれしかったです。夏合宿、変わらぬ良いところを残しながら、良き変化は大歓迎です。私と同様、中学生の内田君も喜んでいました。また来てください。

清水さん

- ① 体育館の中はとても暑いと思うので、子供たちの様子も注意して、自分は面を着けたら自分に負けないで1本1本を試合のつもりで打つ。
- ② 水道の蛇口から出てくる冷たい水が気持ちよかったー！体育館に温度計を持ち込んでみたら初日は32度。2日目は33度ありました。子供たちは思った以上に元気で安心しました。先生方が頻りに休憩時間を取ってくれたおかげだと思います。それでも自分は、少しボーッとしたり体調でやっていた。基本打ちの稽古では思っていた以上にきちんと打てない技があり、改めて基本打ちが普段の稽古で不足していることを実感しました。3日目は、子供たちや中学生の白熱した試合を、たくさん審判と言う間近の席？から見ることで感動しました。
- ③ 合宿委員さんの準備も素晴らしかったです。皆さん大変お世話になりました。

**本：**暑い中、中学生と一緒に熱心に稽古に励んでいました。子どもたちの試合、成長が感じられてうれしくなりますよね。大変お世話になりました。試合もありがとうございました。

村松さん

- ① 3日間怪我なく、稽古すること。足幅を狭くして、構えること。
- ② 達成度：80%  
最終日の試合、打ち切ることは出来ませんでした。高橋さんと3分間試合でき、またチーム「もぎたて」が勝利、楽しい合宿でした(^\_^)

**本：**今年もまた村松さんが大将でしたね。このところ村松さんがいるチームが尾島杯を獲得しているような気がします。息子の先輩との試合、楽しかったと思います(\*^▽^\*)

関口さん

- ① 正しい姿勢からのまっすぐな打突を身につける。  
怪我なく合宿を終える。
- ② 1日目：目標としていたまっすぐな打突という点で右手に力が入ってしまい、なかなかまっすぐな技が出せなかった。  
2日目：普段の稽古よりも多めに技の稽古。掛かり稽古では、稽古で学んだ技を出す事を心掛けて稽古。今後も継続して技の稽古をしたい。  
3日目：尾島先生と試合。尾島先生と試合をするのは初めてだった。相手が尾島先生ということもあり、いつも以上に緊張したが集中して試合が出来た。試合には勝つことが出来たものの、返し技を恐れて自分から技が出せなかったのが反省点。
- ③ 目標はこれからも継続。今後も一つ一つの稽古を大切にしていきたいと思っています。最終日には尾島先生と初めて試合。小5からお世話になっている尾島先生と試合が出来るとも印象に残る合宿になりました。マッチメイクをして頂いたMさん、Hさんありがとうございました！（笑）そして、合宿委員の皆様。今年もとてもスムーズに稽古や試合させて頂きました。これも全て合宿委員の皆様のおかげです。ありがとうございました！

**本：**今年も合宿参加ありがとう。尾島先生と試合できて良かったね。見ている方も楽しめました。良き兄貴分として小中学生をいじりながら（いじられながら）まとめてくれありがたいです(^.^)/~~~~

宮島さん

- ① 1本1本の打突に集中して正しく打ち切ること
- ② 先生方や合宿委員の皆さまのおかげで充実した合宿になりました。ありがとうございました。稽古では、技の稽古を中心にとっても楽しく取り組むことができました（もっと稽古をしていたかったです）。試合では、3分間の体力・集中力が継続できず稽古不足を感じました、自分に厳しく今後も稽古に励み

たいと思います。

**本：**後援部長として、また昨年度の合宿委員のリーダーとして様々なところで気を配り動いていただき助けていただきました。それでいて稽古もしっかりやられていて、「若いっていいなあ」と思いました。

石井さん

- ① (1) 左足が出ないようにする。(2) 体調を崩さないように気を付けて、出来るところまでしっかりやる。(3) 形の理解を深める。
- ③ (1) は、2日目のお稽古の時に山田先生に注意された。疲れてくるとかたちが崩れるので気をつけたい。(2) は、1日目お腹を壊しかけたが、その後は気を付けて参加できた。(3) は、3本目の「萎やす」が課題とわかった。同じ時間を過ごすことで、色々な面が見えたり見られたり、楽しく貴重な体験をさせて頂きました。合宿を支えて下さった皆様、お世話になりました。本当にありがとうございました。

**本：**日頃の稽古もそうですが熱心によく稽古されていると感心して見ていました。合宿で色々な経験をされたので、楽しいネタがいっぱいできたことと思います。「こまけんだより」毎号楽しみです。

小澤さん

- ① きれいな基本打ちが出来るようになること。  
きちんと形をマスターする事。
- ② 1日目：技をきれいに決める事。形を忘れずに出来る事。  
2日目：掛かり稽古で、打ったらもっと抜けていく。円陣掛かり稽古、初めてで上手く出来なかったです。  
3日目：試合中、あまり打ちに行く事が出来ませんでした。
- ③ 師範の先生、成人会員の皆さま、そして、合宿委員の方々ありがとうございました。今年の猛暑の中、無事に合宿を終える事が出来た事、そして、家族3人で参加出来た事にとっても感謝しています。自分の目標はきれいな基本打ちと剣道の形をきちんとマスターする事でしたが、まずまず達成出来たのではないかと思っています。基本打ちは、すぐに自分の癖が出てしまうので、基本に沿った打ちが出来るように努力していこうと思っています。また、剣道の形は、緊張するとすぐに頭が真っ白になってしまうところがあるので、そのような事がおきないように、形を覚えていこうと思っています。まだまだ技など不十分な所だらけですが、ゆっくりと確実に稽古を積んでゆきたいと思っています

**本：**娘、息子に負けずがんばって稽古していました。小澤さんが最初に剣道の手ほどきを受けたのがあの人だったなんて。夜の稽古で驚愕の事実？を知ってしまいました。

竹中さん

- ① 中心を捉え、真っ直ぐ打つ
- ② 1日目：日本剣道形六本目、七本目。木刀による剣道基本技稽古法  
2日目：木刀による剣道基本技稽古をふまえた技の稽古  
3日目：試合における技の出し方
- ③ お忙しい中合宿に参加しご指導下さいました先生方、事前の準備からはじまり合宿中は誰よりも早く起床しお世話下さいました合宿委員の皆さん、ありがとうございました。  
今年は稽古にも参加させていただきました。中学生以上のグループに入れていただいていた稽古は、ついていくのが大変でした。みなさん優しく手加減して下さいのおかげで、ケガもなく一応脱落することもなく終えられたことに、感謝の気持ちでいっぱいです。大変有意義な三日間をありがとうございました。

**本：**ついていくのが大変には見えませんでした。スマートに淡々とこなしていたように。合宿に参加したことにより、自信がついたこともあったかと思えます。ますますのご精進を。

峯さん

- ① 暑さには負けない。
- ② 先生方、錬成部の皆様、合宿委員さん、保護者の皆さん、3日間お世話になりました。ありがとうございます。当初、保護者枠で参加する予定でしたが、頂いたしおりに成人会員欄に名前が！合宿の直前までフル装備持参で合宿のお稽古に参加することになるとは思ってもいませんでした。なかなか覚えられない頭と動かない体でしたが、ご指導してくださった先生方のご説明はとてもわかりやすく、動作一つ一つに意味があるというのはとても面白かったです。今回の合宿、全ての時間がとても貴重な体験になりました。ありがとうございました。

**本：暑さには勝てたのでしょうか？装備万全でやる気満々オーラが出ていました。貴重な経験をこれからの稽古に活かし、まずは1級取得を目標にがんばりましょう！**

林さん

- ③ このたびは合宿に参加させていただきありがとうございました。中日の1日だけ参加したにもかかわらず、皆さんに暖かく迎えていただき、お稽古にも参加させていただけて、とても嬉しかったです。大人と子供が同じ環境で同じ時間お稽古をしている姿を見て、感動してしまいました。自分がその中にいることにも、嬉しく思いました。そして、この場を作っていただいた合宿委員の方々、ありがとうございました。

**本：日頃の稽古で中心となって動いていただいている林さんに合宿に来てもらえ、子どもたちの様子を見てもらったこと、うれしく思います。1日だけでも稽古に参加しようとする気持ち、立派です。**

## 【合宿委員さんの感想】

内田さん

今回、合宿委員として初めて合宿に参加しました。合宿委員としての私の目標は、合宿に参加する子ども達、稽古を指導される先生方のサポートをしっかり行い、楽しく充実した合宿にすることでした。合宿が始まると、お弁当の発注ミスを始め、失敗や至らない点が多々発生しましたが、先生方を初め、保護者の方々にフォローしていただき、本当に助かりました。合宿中、私はずっと緊張感を持って過ごしていましたが、合宿の最終日に駒場運動場に到着し、怪我や事故等無く帰って来た時は、本当にほっとして、肩の力がすっと抜けるのと同時に、充実感と達成感がわいてきました。三日間の夏合宿を無事終えることができ、師範の先生方や成人会員の先生方、お手伝いしていただいた保護者の方々、そして、一緒に合宿を乗り切った合宿委員のメンバーに心より感謝申し上げます。どうもありがとうございました。

俵さん

今年は合宿委員として初めて合宿に参加させていただきました。全てのスケジュールにおいてスムーズに進行できるようにする事がこんなにも大変なんだと、改めて過去の合宿委員さんに感謝の気持ちでいっぱいになりました。飯田さん以外は全員初めての合宿委員だったので、バタバタしたり、お見苦しいところもたくさんあったかと思いますが、最後の試合の時に先生方からお褒めの言葉をいただきとても嬉しかったです。また中学生から小学生までみんなが一生懸命稽古して汗を流し、一緒に食事をし、レクを楽しむ姿を間近で見ている、絆と一体感を感じることができてとても素敵な思い出になりました。

最後に、お稽古してくださった先生方、ご協力いただいた保護者の方々、お手伝いしてくれた中学生の子供達には本当にお世話になりました。ありがとうございました！思ったよりハードでかなり大変でしたが、それ以上にとっても楽しかったです！

## 上岡さん

合宿委員としては初めての参加でしたが今回は委員でありながらお稽古にも参加させて頂き、忙しくも大変充実し、ただただ子どものように合宿を楽しんでしまいました。

びっくりするぐらい暑い中、熱心にご指導下さいました師範の先生方、錬成部の先生方本当にありがとうございました。また日帰りや途中からご参加下さった先生方、応援に駆けつけて下さった保護者の方、フルで参加下さった保護者の方、出発、到着時に来て下さった先生方、保護者の方、皆様本当にありがとうございました。私かなり本気で感動しました。ああ、これが駒剣なんだなと。こうやって情の厚い大人に見守られながら剣道が出来る子ども達は幸せだなと改めて思いました。

また今回は大学や高校の先輩方にもご参加頂けて子ども達も大喜びでした。この輪がもっともっと広がって欲しいなと思います。

個人目標であった「忘れ物をしない」は果たされる事なく、おまけに個人ミス多発で反省点しか見当たりませんが最高に面白くまた頼りがいのある内田リーダーのもとこれまた最高のメンバーで楽しく合宿委員を務めさせて頂きました。たくさんの方のご協力、ご支援ありがとうございました！

## 今村さん

今回初めて合宿委員として参加させて頂きましたが、とても充実した3日間でした。例年になく猛暑の中、子どもたちの体調を気遣いながらご指導下さいました先生方、快くお手伝いくださいました保護者の方々のおかげで、無事に夏合宿を終えることができました。ありがとうございました。子どもたちが汗だくになりながらも一生懸命お稽古に励む姿、レクでは学年関係なく仲良く無邪気にはしゃぐ姿、真剣な眼差しで試合に臨む姿…そんないろいろな子どもたちを目の当たりにして、自分も同じ時間を共有できてよかったなあと、胸が熱くなりました。子どもたちが『早く来年の合宿にならないかなあ』と口々に言う理由がわかったような気がします。

個人的には至らない点もあり、ハラハラする場面もありましたが、頼もしいリーダーの内田さんをはじめ、自然にお互いをフォローし合えるメンバーに囲まれ、楽しく活動することができました。本当に感謝しています。ありがとうございました。

## 飯田さん

今回、3回目の参加でしたが、頼りなく、まだまだ至らぬ点があり、先生方・皆様にはご迷惑をお掛けいたしました。帰り道、インターを降りて駒場に近づくと、淋しく感じてしまうくらい、駒剣をギュッと凝縮したような合宿が好きです。

小学生から大人まで、暑い中、頑張っている姿に多大な力をもらいました。先生方がこまめに給水を入れてくださり、熱中症は元より、体調を大きく崩す子どももいませんでした。

先生方のご指導のもと、内田リーダーはじめ、合宿委員のメンバーに大変助けられ、無事に終了出来ましたこと、感謝しております。師範の先生方、錬成部の先生方、OB・小学生の皆さん、参加又は応援に来てくださった保護者の皆様、子ども達を元気に送り出してくださいました保護者の皆様ありがとうございました。保護者の皆様、是非、合宿スタートの『頑張るぞー！』の円陣を観ていただきたいです。何度見ても良いです。

# OB合同稽古会

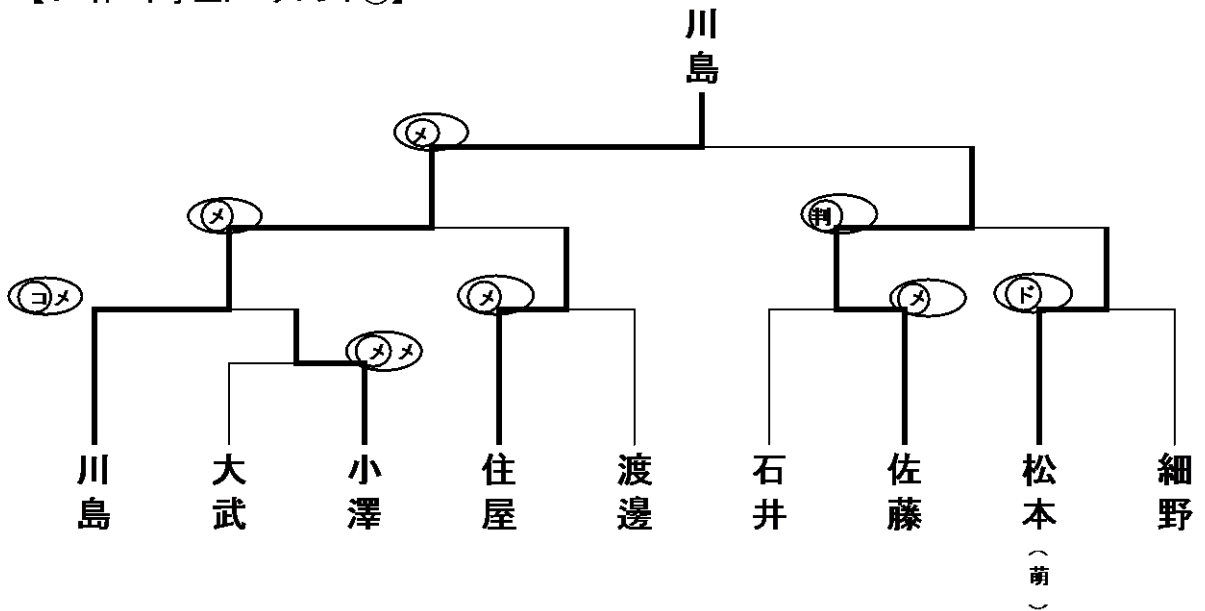
平成30年8月26日(日)  
浦和駒場体育館剣道場

恒例のOB合同稽古会。気迫のこもった試合が数多く見られました！

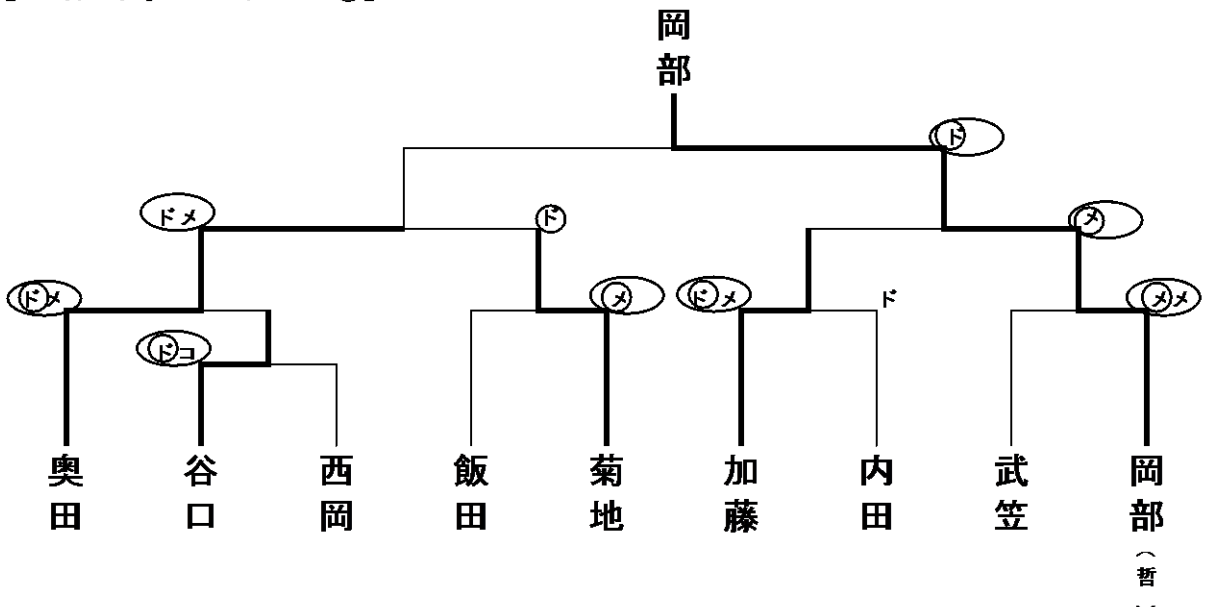


優勝 権田(陽)先輩  
準優勝 川島先輩  
3位 岡部(哲)先輩

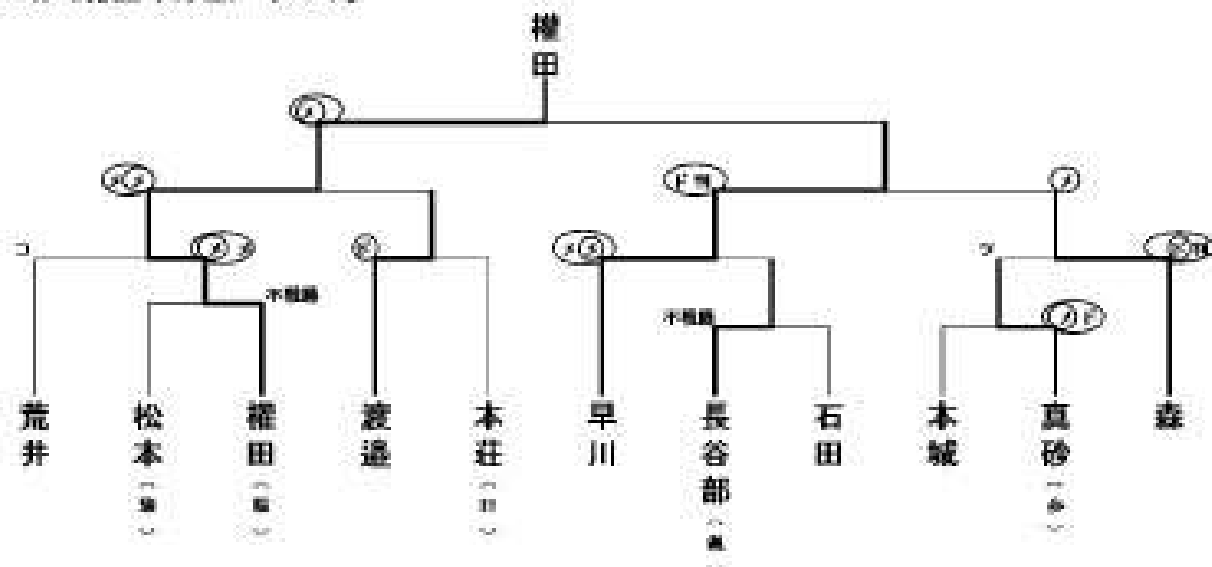
## 【OB杯 中学生トーナメント①】



## 【OB杯 中学生トーナメント②】




【08杯 高校生・大学生トーナメント】



【08杯 中・高・大 決勝リーグ】

勝ち0.5点 引き分け0.1点 負け△0点

	権田(臨)	川島	岡部(哲)	勝ち	分け	勝ち点	本数	順位
 権田(臨)		(E)	(2)	1	1	4	3	1
川島	ハ		(2)	0	2	2	2	2
岡部(哲)	△	メ		0	1	1	2	3

※中学生にハンデあり

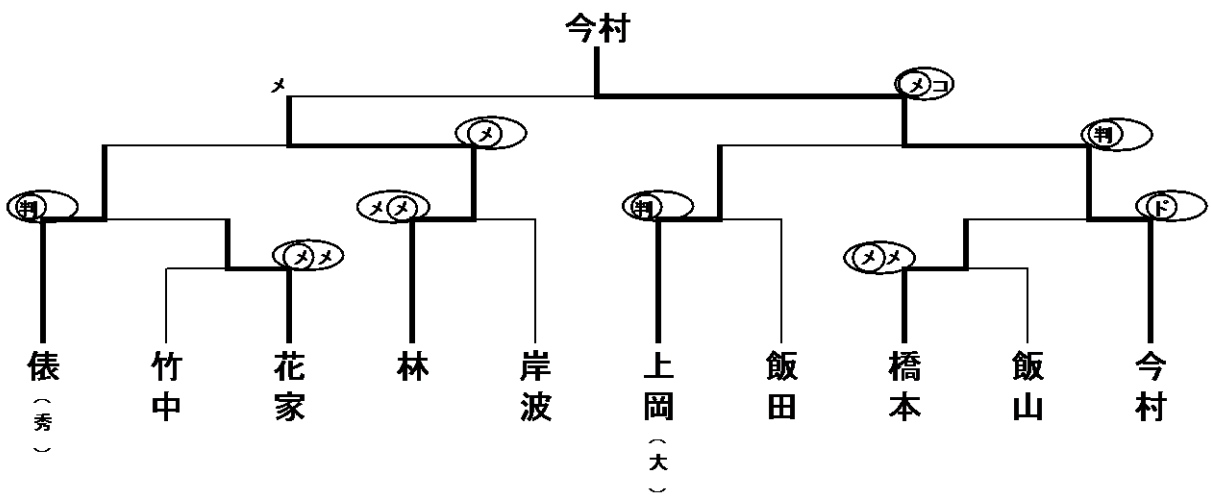




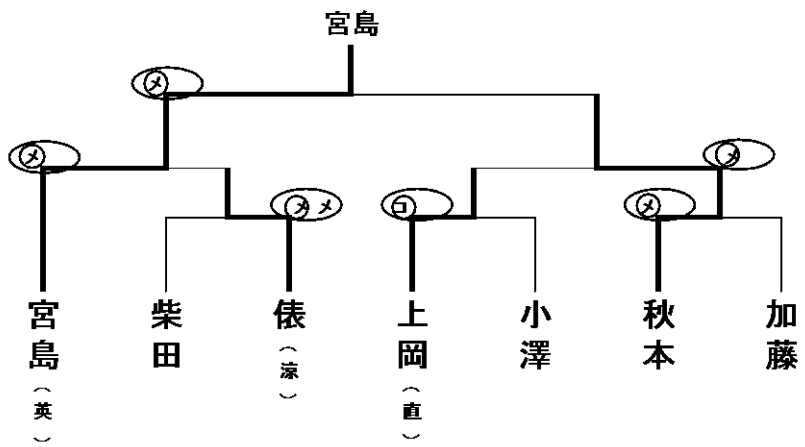
# 小学生杯

## 【小学生杯トーナメント①】

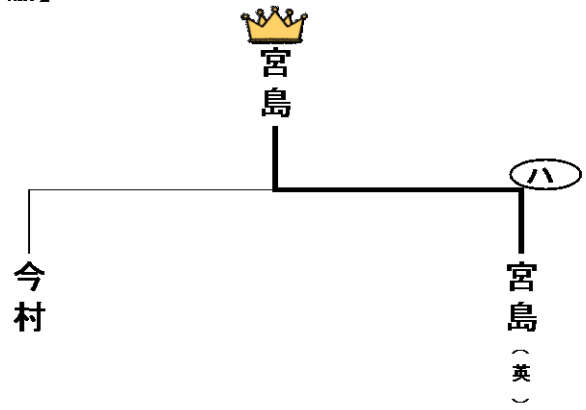
優勝 宮島さん  
準優勝 今村さん



## 【小学生杯トーナメント②】



## 【小学生杯 決勝】



※3、4年生にはハンデ1本あり

## 0B 会入賞者の感想

### 権田（陽）先輩

本日は0B会に参加させていただきありがとうございました。久しぶりに少年剣士の皆さんと剣を交え、皆さんがメキメキと力をつけているのを感じてとても刺激になりました。もうすぐ、さいたま市の大会があると聞いています。試合になると遠慮する心や、相手に恐れを感じてしまう心が出てしまい皆さんのいいところが出なくなってしまうことがあります。もちろん僕もあります。ですが、これを克服しなければ県や関東での上位入賞や全国は見てこないと自分にもいつも言い聞かせています。そのためには、先生にかかり、先生からの圧を感じながらこれに打ち勝って稽古することが大切かと思えます。これからのみなさんのご活躍を心からお祈りしております。僕も一緒に頑張っていきます。

### 川島先輩

0B 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。「大きい0B」の皆さんの迫力ある剣道を見させていただき、とても刺激を受けました。これからもお稽古を頑張っていきたいです。本当に楽しい時間を過ごすことができました。ありがとうございました。

### 岡部先輩

今回の0B会では、小学生の駒剣士たちや、高校、大学の先輩方と一緒に稽古をさせて頂くことができ、とても良い経験になりました。権田先輩との試合や、他の先輩方との地稽古などで力の差を目の当たりにしたり、駒剣士たちの成長を見て、俵キャプテンが言っていた「良い刺激」を僕も貰えたように感じます。今回感じた刺激を糧にしてこれからも頑張っていきたいと思えます。ありがとうございました。

### 今村さん

今日は0B、0Gの先輩方に会えて、とてもうれしかったです。先輩方の試合は見ていて楽しくて、いつかこんな剣道ができたらいいなと思いました。自分は今年が小学生最後の0B会だったので、ぜひ優勝したかったのですが、緊張して体が動かず1本がとれませんでした。力不足です。これからはどんな時でも実力が出せるよう、精神的にも強くなりたいです。

### 宮島さん

試合では優勝できてうれしかったです。でも、3、4年生のトーナメント戦は全て一本勝ちでした。さらに決勝戦ではハンデありで勝ってしまったので、自分ではあまりなっとくのいかない試合でした。今回、0Bの先輩の試合を見て、せめ方やわざの出し方などを勉強できたので、それをけい古でもいっぱい練習して、次の試合に向けてがんばっていきたいです。

# 石井のetc日記 @合宿



合宿3日めのオチの試合の詳細は  
直前の裏会議で決まるらしいよ。



私は必死に打ち込んで負けることが多いのでたいへん勉強になりました。(負けたけど)

地球侵略...タカッタ...

