



平成31年新年祈願祭・伝統の寒稽古完遂!

剛 魂 健を誓う!



— 新年祈願祭 —

1月6日に解脱会御霊地の天神地祇太神社殿に於て、先生方をはじめ少年部から一般部門下生並びに保護者の参加のもと、平成31年新年祈願祭が執り行われました。

厳粛な式典に自らの心を引き締め、一年の努力精進と明日からの寒稽古完遂を祈願して、寒さをこらえ道場訓を声高らかに奉唱し、皆で決意を新たに一年の精進を誓いました。その後、道場に戻り初振りを行い、館長先生から今年一年への大切な心構えのお言葉を賜り、身も心も引き締まった平成31年の幕開けと成りました。

— 寒稽古 —

1月7日から三週間に亙り、全門下生をはじめ市内中学校、更には桶川高校の部員も参加しての恒例の寒稽古が実施されました。稽古初日に館長先生から「せっかく早起きして寒稽古をやるのだから、稽古だけではもったいない。ほかにもう一つ新しい何かをやろう、そして昨年より今年、昨日より今日、ほんの少しでもいいから昨日の自分を毎日超えて頑張りましょう。」とお言葉を頂き、門下生は自分自身と毎日向き合いながら気力、体力を養った寒行となりました。

稽古は例年通りの徹底した基本稽古であり、辛く厳しい毎日ではありましたが多くの先生方・先輩方に連日ご指導を頂き、保護者や家族の支えのお蔭で無事完遂することが出来ました。

門下生諸君には、寒稽古の経験を活かし今年一年の稽古、そして生活に役立てて欲しいと願います。



行事予定

《3月》

○ 館の行事

- ※現在新規入門生（第51期生）受付中 10時～17時（月曜日休館）
- 2日（土） 剣道体験教室（13時30分～14時30分）
- 10日（日） **創立47周年記念館内大会（全門下生とその家族）**
8時半集合、9時開会～16時半閉会
第一部・記念式典、第二部・学年別優勝試合、第三部・卒業生壮行交流会
- 20日（水） 剣道体験教室（17時30分～18時30分）
- 24日（日） 剣道体験教室（13時30分～14時30分）



○ 大会・審査会

- 3日（日） 第8回森島健男旗争奪東日本少年剣道大会（小中代表・山梨）
- 3日（日） 上平井剣友会剣道大会（小学生代表・東京）
- 3日（日） 八段受審者講習会（一般・大宮）
- 3日（日） 埼玉県道場連盟剣道実技講習会（一般・錬心館）
- 7日（木） 埼剣連月例稽古会（上尾）
- 9日（土） 六段・七段受審者講習会（一般・大宮）
- 10日（日） 段位審査会（四、五段・大宮）
- 17日（日） 埼玉県道場連盟・少年剣道指導者講習会（午前・一般・錬心館）
- 17日（日） 埼玉県道場女子剣道錬成大会（午後・一般・錬心館）
- 30日（土） 東京都・八段受審者講習会（一般・東京）
- 31日（日） 第60回記念全国選抜少年剣道錬成大会（小学生代表・茨城）

○ 受入行事

- 3日（日） 埼玉県道場連盟剣道実技講習会（埼道連）
- 17日（日） 埼玉県道場連盟・少年剣道指導者講習会（埼道連）
- 17日（日） 埼玉県道場女子剣道錬成大会（埼道連）
- ※稽古休み 3月21日（木・祝）**

《4月》

○ 館の行事

- 10日（水） 第51期生・稽古開始（初心者クラス16時～）
- 20日（土） 後援会通常総会（11時～・対象・正会員）親睦会（対象・少年部保護者）
- ※稽古休み 4月2日（火）～4月6日（土）まで春休み**
20日（土）後援会総会の為
30日（火）祝日の為

○ 大会・審査会

- 4日（木） 埼剣連月例稽古会（上尾）
- 7日（日） 第32回全国健康福祉祭剣道交流大会予選会（午前・上尾）
- 7日（日） 第11回全日本都道府県対抗女子剣道優勝大会予選会（午後・上尾）
- 13日（土） 第37回剣瑩旗剣道大会（小中代表・茨城）
- 14日（日） 剣道伝達講習会（上尾）
- 18日（木） 女子剣道講習会（上尾）
- 21日（日） 地区講習会（一般・朝霞）
- 29日（月・祝） 第67回全日本都道府県対抗剣道優勝大会（大阪）
- 29日（月・祝） 六段審査会（京都）
- 30日（火・祝） 七段審査会（京都）



☆寒稽古スナップ特集 (写っていない門下生ごめんね！)



気合を入れて
駆け足1・2！ソーレー！



素振り① 正しくメン



素振り②
先生からの教えを意識して！



素振り③腰を落としてメン！
う・・・きつい！



大勢の元立ちの先生に さ～あ！稽古開始



切り返し① 構えを正しく



切り返し②
左右面を正確に！



切り返し③気迫で負けない！



打ち込み稽古①
正しく正確に！



打ち込み稽古②
左手の使い方を
意識して！



打ち込み稽古③
刃筋正しく！めん！



打ち込み稽古④
左足に注意！



打ち込み稽古⑤
気合だ～！



打ち込み稽古⑥
正しく体当たり



打ち込み稽古⑦
正しく・メン！



打ち込み稽古⑧
さあ～頑張れ！



打ち込み稽古⑨
さ～こい！



まだまだ！若い者には
負けません！



ラスト1本！ファイト！



大勢の元立ちの先生方
毎日有難うございます



寒稽古納め！① 表彰代表5名



夕方の部！① 集合！



夕方の部！②
稽古開始・黙想



夕方の部！③



夕方の部！④



寒稽古納め！②
先生方ありがとうございました！



夕方の部！⑤や～！め～ん！



夕方の部！⑥ 姿勢も立派！



寒稽古納め！③
寒稽古終了の達成感で最高の笑顔！

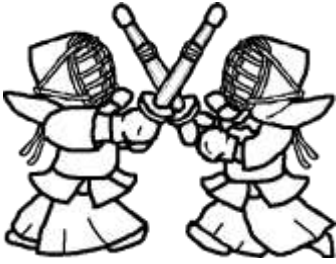
OB稽古会・忘年会開催！

12月29日(土)にOB稽古会・忘年会を開催致しました。今年も強化選手の合宿最終日に実施し、OBが元立ちし子供達を鍛えてくれました。稽古会では真剣勝負、宴会では楽しく、OBの絆が一段と深まる事ができ、共に稽古し良い汗を流しました。今年も月一回の稽古会、多勢の参加を楽しみにしています。



～お知らせ～

君も剣士になろう！！



体験教室

対象 年中さん～
小学6年生

(保護者同伴)

日時 3/2(土)

3/24(日)

13:30～14:30

3/20(水)

17:30～18:30

※皆さんの口コミで門下生拡大
にご協力をお願いします

3月10日(日) 9時～16時30分 錬心館創立47周年記念館内大会

館の創立祝いと併せて本年卒業を迎える門下生を
壮行する意を込め実施します。

門下生は勿論の事、是非ご家族の皆様も大勢参加
をお願いします。皆でお祝いしましょう！

集合8時30分

一大会の内容一

【第1部 記念式典】

少年門下生卒業表彰・OB門下生卒業表彰
昇級者発表・大将交代式

【第2部 学年別優勝試合】

特別演武・学年別試合
カレー昼食会

【第3部 卒業生壮行交流会】

感動の壮行会

☆12月

◎第43回館林市近県少年剣道大会



中学女子個人
準優勝・友清奈那子
小学4年個人
優勝・岡谷瑚太郎
準優勝・吉野一真
第3位・日置大雅
第3位・沼田大地
小学2年個人
第3位・大野勝輝

中学生団体 第3位

高野零・柳菜々海・岡部快斗・小嶋修斗・濱藤心楓

☆1月

◎第10回からっ風剣道錬成会(群馬)



低学年団体

準優勝

吉野一真

浅野宝仁

日置大雅

沼田大地

岡谷瑚太郎

◎埼玉県高等学校新人大会(上尾)

男子団体 優勝 本庄第一 栗原千裕(高2) 大西尊(高1)
全国大会出場(3月・愛知)

女子団体 優勝 本庄第一 大泉波音(高1)
全国大会出場(3月・愛知)

第3位 農大三高 小嶋紅音 谷口美月(高2)

編集後記

今年も宜しくおねがいします！
来月は、いよいよ館創立47周年の記念館内大会です。卒業生の門出
を皆でお祝いしましょう！今月から51期生の入門受付が始まり、是
非みなさんの口コミで門下生拡大にご協力をお願い致します。(Y)

けん 剣の歳え 113

われいがいみなしなり
～我以外皆師也～

館長 田中 宏明

見取り稽古

◆穏やかな陽光と共に新しい御代を迎える平成31年
の年頭を迎えました。お正月がおめでたいのは年が改
まるからではなく、新年を迎えて心が改まるからおめ
でたいのだと教えてもらいました。門下生の皆さんを
始めご家族にとって、本年が健康で希望に満ちた更なる
飛躍の一年となりますよう心からご祈念申し上げる
次第です。◆今年1月6日(日)に新年祈願祭・稽
古始めを執り行い、翌7日から恒例の寒稽古を実施し
ました。寒稽古の初日に子供達には「三週間の稽古を
休まずに頑張ることは勿論だけど、時間を有効に使っ
て剣道以外でも何か目標を立てて三週間続けてやっ
てみよう」と話をさせてもらいました。継続することの
大切さや、「ピンチがチャンス」大変な時、辛い時に
こそ前向きに努力すること。そして常に戦う相手は自
分自身であるということ。そういうことを、毎年一年
の始めに「眠い・寒い・辛い」厳しい寒行の中から、
それぞれが体感してもらいたいと願って48年の長き
に亙りこの寒稽古が続けられているのだと信じます。

◆剣道の稽古にはこの寒稽古の他、暑中稽古や出稽古
(錬成会・遠征)、毎日の稽古の中にも基本稽古、懸
かり稽古、地稽古等々色々な稽古法がありますが、そ
の中の一つに見取り稽古という稽古法があります。所
謂五感を磨いてそこから得た情報を分析、研究しなが
ら自己を高めていく稽古法です。例えば、先生の稽古
を真剣に観て習い、その技を自分で工夫を重ねながら
試してみる。その工程を出来るまで何度も何度も繰り
返して自分のものにしていくのです。当然、先生に稽
古をお願いしてそこから身につけていくことは勿論の
ことですが、先生の構えや足さばき、打突の機会、技
の使い方、手の内、一挙手一投足全てを、自分の眼で
観て学び取る努力をすることは何よりも大切なことで
す。教わったことをただやる人と、それに対して教わ
るだけでなく自らの意志で他の良い所を見つけてそれ
を取り入れて稽古をする人では残念ながら差が出てき
ます。「観て考える、観て工夫する、観て学ぶ」それ
が見取り稽古です。そして、そうした五感と五体を同
時に鍛えることによって「知育・徳育・体育」の向上
を目指した質の高い剣道に繋がっていくものと確信致
します。◆ともあれ「千里の道も一歩から」門下
生の皆さんには、本年も一歩、また一歩と牛歩の
ごとく着実な努力を期待するものです。そして、
勝っても負けても「日本一の道場」と云われるよ
うに今年も全力で取り組んでいきたいと思いま
すので、更なるご支援ご協力をお願い致します。