



朝剣

朝剣通信237号 令和8年8月1日号

発行：朝霞市剣道連盟（市武道館）
http://asaken.suki-ari.net
編集：朝霞市剣道連盟事務局
住所：朝霞市本町1-12-3朝霞市立武道館
連絡先：平井 hirai.shigeoh@bmb.nifty.com

剣道は楽しい

朝霞市剣道連盟
指導部 鈴木孝昌

私はここ数年、朝霞市剣道連盟の週三回の稽古は、できる限り参加しています。稽古のない日も、家で自作の素振り用竹刀で少しですが素振りをしています。なぜなら、剣道が楽しくて仕方ないからです。私の自作の素振り用竹刀は、長さ八十センチ、重さ七百三十グラムで、重心・バランスが稽古に使う竹刀と非常に近く作りました。狭い家の中でもペランダでも思いつき素振りができます。朝剣の先生方は非常にレベルが高く稽古でなかなか会心の一撃の技が決まらないうのですが、会心の一撃が出たときは、もう嬉しくてたまりません。しかし、それで満足してしまい翌日は素振りを怠けてしまう時があります。素振りを怠けた後の稽古では、まったく思い通りにならなくてがつかりします。「打って反省、打たれて感謝」という言葉を忘れずに日々努力しなければならぬのですが、すぐに満足してしまうのが私の悪い癖です。この点を改善して毎日努力すれば、少しずつ上達することができると思います。十年程前に七段に一発合格された先生が、毎日素振りを千回続けたと仰っていました。そういう事を聞いていたのに怠けてしまう私は、全く成ってないと反省ばかりです。日々の努力の成果が遅かれ早かれ確実に顕れる剣道が大好きです。

また、社会人になって体重が増え続けて一番太っていた時には八十キロ超えでしたが、最近特にダイエツトなどはせずに、きのこをたくさん食べ、剣道の稽古を続けたことによって、体重が七十キロ程に下がってきました。稽古後の体重は六十九キロ代です。三十五年ぶりの六十キロ代の数字を見た時はとても興奮しました。このことも剣道が楽しいという要因でもあります。もう一つ、私は毎日の晩酌が大好きで、飲みすぎで妻から叱られる事が多いのですが、火曜日、木曜日の稽古の後には、飲み始めるのが九時過ぎになるので、お酒の量が少なくなつて、妻から叱られないのも剣道の稽古を続けていて良い点です。

私も既に還暦を過ぎて体力の衰えを感じてきていますが、満足できる会心の一撃をできるだけ多く打てるように、これからも努力していこうと思います。令和十一年の秋には、七段審査を受審することができそうです。怪我や病気などないように体調管理をしっかりして稽古を重ねようと思いますので、今後とも指導よろしくお願いたします。

朝霞地区剣道連盟剣道大会(7/5 朝霞市総合体育館)

夏季合宿の様子(7/18~20 市武道館、一中)



小学4年生の部



七月五日、朝霞市総合体育館において、第四十九回朝霞地区剣道連盟大会が実施されました。



一般男子
四、五段の部



一般女子の部



形の研究



全日本に向けての試合



一般の稽古

七月十八日から二十日まで市武道館、朝霞一中において夏季合宿を実施しました。通常の稽古に加え、少年の部では全日本に向けての模擬試合、一般の部では形の研究など様々な取り組みを行いました。

大会結果

7月20日 第21回全日本都道府県対抗少年剣道優勝大会予選(行田グリーンアリーナ) (出場) 池邊瑞稀、木村大智

暑中稽古皆勤者(5名)

6月21日~7月2日(市武道館、朝霞三中)
池邊佑香、吉川 歩、田中稜清、田中稜佳、池邊有樹乃

事務局からのご連絡

- ・8/9 朝霞地区剣道指導者講習会(朝霞市総合体育館)
- ・8/2、13は稽古がありません

昇級者(朝剣内)

5月24日(市武道館) 五級：池邊佑香 六級：金子琉人
七級：新田果穂 八級：アン ジェイ、吉田 碧、土田龍治、小宮碧人、繆 語連朱



韓国 慶北大学剣道部来訪(7/21、23 市武道館)



今年の一、二月に稽古にいられた韓国 慶北大学の李相旭(イ・サンウク)さんが剣道部のメンバー十名とともに来訪されました。

8月	少年の部	一般の部	場所
2 日	稽古なし(彩夏祭のため)		
4 火	18:00~19:30	19:30~20:30	市武道館
6 木	18:00~19:30	19:30~20:30	市武道館
9 日	9:00~12:00	12:00~13:30	市武道館
11 火	18:00~19:30	19:30~20:30	市武道館
13 木	稽古なし(お盆休み)		
16 日	9:00~12:00	12:00~13:30	市武道館
18 火	18:00~19:30	19:30~20:30	市武道館
20 木	18:00~19:30	19:30~20:30	市武道館
23 日	9:00~12:00	12:00~13:30	市武道館
25 火	18:00~19:30	19:30~20:30	市武道館
27 木	18:00~19:30	19:30~20:30	市武道館
30 日	9:00~12:00	12:00~13:30	市武道館