

令和元年7月4日（木） 都二工剣道部

都二工剣道場にて。張さんが1人黙々と素振りをしている。精励に敬意。着装を済ませて顧問の山崎先生と張さんの稽古をしばらく見守る。一足一刀が身につけばと楽しみにしつつ。今日も基本を山崎先生に受けてもらう。暑苦しい中での稽古。足が、身体が重い。1日の仕事を終えて、下肢に力が入らない。何とかきちんと基本稽古をしたいと念じて。切り返しの後、正面、小手、胴、突き、小手面を2セット。突きは1回目がいい感じ、2回目は不満。正面の打ち込みを2回繰り返す。今日木曜に基本だけでも稽古できることで、週末につながる。ありがたいと思う、感謝。

令和元年7月6日（土） 牧野明剣館

三中にて。始めの礼で、暑中稽古の意義と熱中症の注意、そして次週の合宿に向けて体調管理と怪我予防の注意。剣道形の稽古、今日は4本目と5本目。手順を身につけて繰り返し稽古して習熟する段階になることを願いつつ。面を着けて基本稽古。時間が押していたが、きっちりといつものメニューを行う。わずかの休憩の後、地稽古。高段者等が元立ちの引き立て稽古。続いて元立ち同士、小学生同士、中学生・一般同士で互角稽古。切り返して締める。

令和元年7月13日（土） 牧野明剣館

三中にて。準備体操、素振りの後、始めの礼。今日は大人の参加が多く子ども達にとってきっといい稽古になる、そして、明日からの合宿を楽しみにしつつもしっかりやろうと。面を着けて基本稽古。今日は時間をかけて、じっくりといつものメニューを行う。休憩の後、地稽古。高段者等が元立ちに立って小中学生の引き立て稽古。続いて元立ち同士、小中学生同士、一般同士で互角稽古。小中学生は掛かり稽古。切り返して締める。

令和元年7月14日（日） 牧野明剣館合宿1日目

13:00～総合体育館武道場にて。始めの礼。合宿、しっかりやろう、そして思い出に残るようなものにしようと励ます。最初に45分間を私が講義。PC持参、体育館でプロジェクターとスクリーンをお借りして、プレゼン形式で行う。



明剣館の道場訓、手拭いの「真鋭」、道場旗「事理」、剣道の理念、剣道修練の心構え、大阪発「剣道の心」、各種大会参加賞の手拭いの揮毫書の意味、剣道から派生した故事、身近な場所である洞ヶ峠と天王山、稽古の心持ち、最後に宿泊場所にある木津の流れ橋の紹介、最後に藤田まこと「木津の流れ橋」を歌って締める。

休憩の後、稽古。準備体操、素振り。木刀の稽古法。3年生以上でいつものように一通り行って、2年生以下の懸り手、初めて打ち間で行わせる。指導効果を期待して、各人の兄・姉を元立ちに立てる。「理由は、ポコン！などとなった時に許してもらうために」と冗談を私が言うと、妹に「許さへんで」と言う姉がいた。少しずつ習熟してほしいと願う。続いて、剣道形。凌と健で太刀7本をさせて、全員見学。その後、5年生以上で六本目の稽古。いつか高学年以上の皆が太刀7本できるようになればと願いつつ。休憩の後、面を着けて基本稽古。時間をかけていつものメニューを行う。事前の一般からの要望に応じて、面を外す前に面の相打ちの審判の練習。いい試みであり、興味深い状態になる。休憩の後、地稽古。高段者等が元立ちに立って小中学生の引き立て稽古。続いて元立ち同士、小学生同士、中学生同士で互角稽古。内容あるいい地稽古ができる。

小中学生は掛かり稽古。切り返して締める。

片づけを済ませて、一路、宿泊場所「やわた流れ橋交流プラザ」へ移動。夕食、入浴の後、指導者と保護者で情報交換会。有意義な時間を過ごす。



令和元年7月15日（月・祝） 牧野明剣館合宿2日目

7:00 参加の子ども・保護者・大人全員で、「木津の流れ橋」の見学、実際に渡ってみる。1級河川木津川にかかる珍しい橋、いい思い出になったと思う。朝食後、退所。



9:00～総合体育館武道場にて、2日目の稽古。始めの礼。合宿、2日目もしっかりやろうと励ます。稽古。準備体操、素振り。木刀の稽古法。今日も、3年生以上でいつものように一通り行って、2年生以下の懸り手で打ち間で行わせる。続いて、剣道形。健と凌で太刀7本、全員見学。その後、5年生以上で七本目の稽古。

面を着けて基本稽古。時間をかけていつものメニューを行う。今

日も、面を外す前に、面の相打ちの審判の練習。今日も、興味深い状態が生まれる。休憩の後、地稽古。高段者等が元立ちに立って小中学生の引き立て稽古。続いて元立ち同士、小学生同士、中学生同士で互角稽古。今日も中身のあるいい地稽古ができる。切り返して締める。各自の思い出を残して、2日間の合宿が終わる。

令和元年7月20日（土） 牧野明剣館

三中にて。かなり暑苦しい。準備体操の後、一緒に素振り。今日は量も十分に行う。面を着けて基本稽古。今日も時間をかけてじっくりと行う。休憩の間に保護者の方に諸連絡と報告。地稽古。1分で1巡する。切り返して締める。

令和元年7月27日（土） 都工剣道部OB総会

14:00～都工剣道場にて。7月末のこの稽古会と1月の初稽古だけは何としても参加するようにしてきた。開会時、今日はあいにくの朝からの大雨のせいか、例年のように多くのOBの姿が見えなかった。でも終了時には結構多くの方が来られて並んでいた。準備体操、素振り、面を着けて基本稽古。久しぶりの昼間の都工の剣道場、猛暑。汗だくで基本稽古を終える。現役×OB戦をしばらくの間見守る。お互いの動きの合間合間に訪れる打突の好機を現役が見過ごしているのが残念。地稽古。最初に主将の上山君と、いい稽古ができた。金沢さんと。試合を見ていて気になったことを指摘して指導。渋谷(姉)さんと。最後にOBの坂本君と、緊張感のあるいい稽古が出来た。この後の懇親会は不参加で失礼して帰途につく。

令和元年7月27日（土） 牧野明剣館

三中にて。都工から帰宅後、直ちに三中へ向かう。道場に入ると菊池さんが子ども達に剣道形を指導してくれている。感謝。始めの礼の後、面を着けて基本稽古。今日は明日に控えた昇段審査を意識して徹底的に切り返しを繰り返す。他は、比較的手短に。休憩をはさんで地稽古。50秒で1巡。終わりに、優汰、凌、健の3人で模擬審査。自分の持てるものを出し切らせることを念頭に指導。

令和元年7月28日（日） 牧野明剣館

殿二小にて。準備体操の後、素振りを一緒に行いながら指導。木刀の稽古法。剣道形を今日は五本目を行う。面を着ける前に、子ども達が用意していた手拭いの揮毫について、「守破離」「稽古照今」について少し説明する。面を着けて基本稽古。猛暑の中、今日は簡にして要を得ることを心がけて行う。休憩。所用のため、着替えて道具を片付ける。失礼ながら、残りの稽古を他の方々をお願いして道場を後にする。