

合宿錬成会を通して学んだこと

宮崎県 心明館 中学校三年 長友 勇志

全国選抜少年剣道合宿錬成会に参加すること
ができ、他県の選手や先生方とお会いし、
日常生活から実技等の指導をしていただきま
した。

四日間の合宿を通して、多くのことを学び
ました。その中に、緒方先生の講話にもあ
た「何事でも継続することが大事である」と
いう言葉に共感しました。この言葉はまさしく

「継続は力なり」という言葉に当てはまる言
葉だと思います。大きな目標を立てたとして
も、目標を達成するためには「努力」が必要
です。剣道に例えるならば、日々の稽古で
自分か指導士とれていることは何なのか、や
修正しなければいけないことは何か、など、
ただ稽古をすだけではなく、常に頭を使っ
て考えながら稽古しないと意味がないと改め
て思いました。

また、構之や礼法など、剣道をすす上で、

当たり前前のことを当たり前にしなくては、剣道をする意味はないと思いました。

日常生活では、全国各地から来た選手達と寝食を共にし、友人を作ることの大切さを知りました。剣道は相手かいて初めてできる競技であり、っお願いします、っありがとうございます。ざいました、などの感謝する心が自分には足りないと思いました。

自分は今後、規則正しい生活を心がけようと決心しました。起床から始まり三食の食事に就寝までの一日の流れを通して、っどう生活するか、いよ、て、他の人との差が生まれます。全員与えられた時間は同じ。その時間の使い方がいよ、て自分が変わると考えました。短い時間の練習でも集中して全力でやればキツイです。その積み重ねが自然と結果につながってくると思っています。

最後に、この合宿錬成会に参加するまで、多くの方々の支えがあったこと、感謝しなければいけないと学びました。

この四日間、自分を人として成長させてくれた合宿錬成会でした。

今回学んだことを今後の教訓に生かし、試合は勝つことだけではなく、剣道をしている者として小さめしい人間になりたいです。

指導してくださった先生方、本当にありがとうございました。