R2.7.20

令和２年７月稽古再開　レポート

京都府剣道連盟　事務局
河中　憲子

1.　はじめに

７月４日の夜間稽古再開より７回、稽古に参加しました。その内容についてレポートしました。

2.　参加人数と八段指導員・七段当番員

開催日	参加人数	八段指導員	七段当番員
７月４日（土）	29 名	藤元先生	山口先生・浅原先生
７月７日（火）	17 名	木下先生	草木先生・河越先生
７月 11 日（土）	22 名	藤元先生	山口先生・浅原先生
７月 13 日（月）	17 名	石川先生	大垰先生・今江先生
７月 15 日（水）	26 名	緒方先生	赤星先生・上田先生
７月 16 日（木）居合道	19 名	山田先生	谷先生
７月 17 日（金）	15 名	原田先生	大場先生・音川先生

3.　受付の様子

・当番員はフェイスシールド着用
・消毒、検温、参加者確認の徹底
・常にマスク着用

4.　稽古の様子

※全剣連ガイドラインに従って稽古を行いました。コロナ予防と熱中症対策に心掛けました。

【剣道】

・整列２メートル間隔

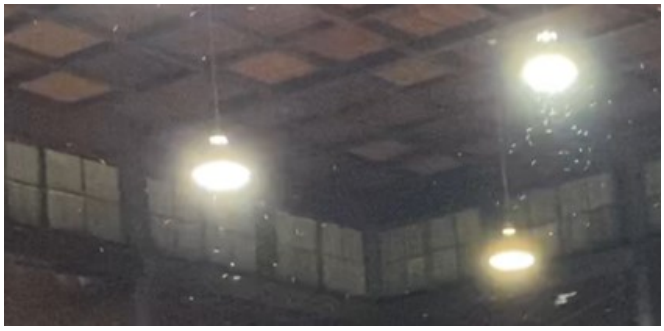
・怪我予防の体操とストレッチ

・素振りすり足等

・面着用　基本打ちと稽古

※たくさん休憩をとり、「熱中症予防」、「水分補給」の声掛けをしました。
・稽古は 2 分を 5 回ほど行いました。

【居合道】
・発声を控えるために、一斉の抜刀ではなく、自由稽古で行いました。



羽アリ発生！
　毎年、この時期に 1 週間ほど発生するそうです。武道センターの方に対応していただきました。

5.　感想
・八段指導員、七段当番員の先生方のご協力のもと稽古を行っています。各曜日、それぞれ工夫した稽古をしていただいています。
・シールドを上だけ、下だけという 60 歳以上の方、稽古後にマスクを外してしまう方がいらっしゃいましたので、全剣連のガイドラインに従っていただくようにお願いします。
・発声を極力控えるということが難しいようですが、個人的には、「気」を学ぶ良い機会だと考えています。
・少年部も同様に行っており、特に気温によっては面の着用は控えるようにして下さっていました。
・稽古に慣れてきてもコロナを忘れないように、常に緊張感をもって取り組んでいただきたいのと同時に、これからさらに暑くなるので熱中症にも引き続き注意していただければと思いました。