



信州やまなみ国スポに向けて  
長野剣連強化だより  
<行こう。それぞれの頂へ。>

発行日：1月23日 第6号  
発行：(一財)長野県剣道連盟  
強化委員会 広報担当

【少年の部】

令和7年度 全国高等学校剣道選抜大会長野県予選会 結果

期日：令和8年1月11日（日） 会場：長野運動公園総合運動場総合体育館

【女子団体】

- |               |              |
|---------------|--------------|
| 1位 佐久長聖       | 【男子団体】       |
| 2位 長野商業       | 1位 長野日大      |
| 3位 長野日大、塩尻志学館 | 2位 上田西       |
|               | 3位 佐久長聖、長野商業 |

※ 全国高等学校剣道選抜大会について

優勝校は、令和8年3月26日～28日に春日井市総合体育館（愛知県）で開催される第35回全国高等学校剣道選抜大会に出場する。



男子優勝：長野日大



女子優勝：佐久長聖

【小・中・成年男女】

前長野県剣道連盟会長 加瀬浩明先生の指導による強化練習会

期日：令和8年1月12日（祝） 会場：長野県立武道館

長野県剣道連盟前会長加瀬浩明先生による講演会、強化練習会がありました。講演では、長野県剣道連盟のこれまでの歩みと前回の長野国体に少年の部で出場した時のお話や信州やまなみ国スポに向けた心構えについてお話をいただきました。実体験を交えたお話から、大会に臨む姿勢や日々の努力の大切さを学ぶことができました。

また、実技では「竹刀を大きく正しく振ること」「声を大きく長く出すこと」の大切さを教えていただきながら練習をしました。声を出すことで技がつながること、元立ちも気を抜かずに相手を観察することの重要性を改めて感じました。今回学んだことを、普段の練習から常に意識し、今後の稽古や試合に生かしていきたいです。



## 【講演会の資料から(一部抜粋)】

### 今後の取組と指導者として考えたいこと

- ・剣道の根幹は教育である。
- ・教育なき技術は、技術ある悪人をつくる。
- ・勝利至上ではなく、人間形成。

礼法・作法を大切に  
相手に対する心配り

剣道の理念 智・仁・勇 (全剣連)

### 智・仁・勇

- ・智をもって技を磨け
- ・仁(思いやり)をもって稽古に臨め
- ・勇(勇気)をもって試合に臨め

赤・青・白のマークの意味

### 平成17年から20年経過 新たなスタート

長野県剣道連盟は、昨年、二木むつみ  
新会長の体制になった 全国初の女性会長

今日は、2028年（令和10年）信州やま  
み国スポの成功をめざして、意識を高める  
日である 長野県が全国のトップになる

### 信州やまみ国スポをめざして

- 1 大きく変わる中学校の部活動  
学校での活動から地域での活動へ
- 2 剣道連盟としてどのように取り組むか  
松永先生の教えを思い出したい
- 3 2028年（令和10年）国民スポーツ大会長野県開催は  
大きなチャンス（普及 育成 強化）  
47年前に一巡目の長野国体が開催された  
私はその時の高校生

### 47年前の強化内容（成果は指導者が増える）

- ・一巡目国体（昭和53年）では、少年男子ベスト8、成年男子3位
- ・全県の高校一年生から強化メンバーが選出された
- ・成年は機動隊が中心なので、独自で強化が実施された
- ・強化は毎週土曜日（午後）、日曜日（一日）に武徳殿に集められて行われた
- ・稽古内容は、指導の先生方が元立ちで、地稽古が中心であった。  
古村会長の考え方は、強い人と稽古すれば強くなる
- ・高校二年生の時にはメンバーが絞られ10名以内となり、時折入れ替えがあった。3年時には5人絞られ、1, 2名が追加で参加した
- ・稽古は、警視庁への遠征が中心になり、言葉では言えない・・・！

### 現在の国民スポーツ大会

- ・開催県がほぼ全種別で優勝する  
その結果総合優勝
- ・アドバイザーをお願いして、数年間にわたり強化を行う
- ・強化の継続により実力が向上
- ・剣道の普及発展につながる

### まずは、自ら指導者として実践する

日々の稽古を子どもたちや生徒と共に、  
楽しむ。特に試合を楽しみたい

・本来、剣道は楽しいもの。苦しい稽古  
もやり遂げた楽しさを味わい、試合につな  
げる工夫が必要

・国民スポーツ大会を通して、長野県剣道の  
普及発展につなげ、みんなで考え実践しな  
がら剣道を楽しみましょう

#### 剣道の理念

剣道は劍の理法の修練による人間形成の道である

#### 剣道修練の心構え

剣道を正しく真面目に学び  
心身を鍛錬して旺盛なる気力を養い  
精神的・身体的・社会的健全な人材を育うとび  
伝教を重んじ誠を守りて  
常に自己の修業に努め  
以て「心・身・意」の三徳を  
広く人類の平和繁栄に  
寄与せんとするものである

昭和60年3月10日制定  
財団法人全日本剣道連盟

#### 剣道指導の心構え

（竹刀の本意）  
剣道の正しい伝承と発展のために、劍の理法に基づく竹刀の扱い方の指導に努める。

（竹刀）  
竹刀によると、「心・身・意」を目標とし、自己を鍛錬していく道である。「竹刀」は、竹刀を正しく真面目に学び、心身を鍛錬して旺盛なる気力を養い、精神的・身体的・社会的健全な人材を育うことを目的とする。この修練を通じて竹刀の心身の一体化することを指導の要とした。

（竹刀）  
竹刀の本意を尊重し、心身ともに人間の育成のために竹刀を重んずる指導に努める。

（竹刀）  
竹刀によると、「心・身・意」ことを重視する。おりやせをうち心と身のどちらか一方だけを強調するのではなく、心身を統合して竹刀の本意を達成する。この竹刀を通じて竹刀の心身の一体化することを指導の要とした。

（竹刀）  
竹刀によると、「心・身・意」を目標とし、生徒にわかる人間形成の道を児童生徒に指導に努める。

（竹刀