

運命の出会いが体操人生に！

体操教室指導者 君嶋安子さん(七十五歳)

「一人でも多くの体操好きな生徒を育て、スポーツ人口を増やす」を目標に体操教室で指導を行っており、栃木県体操協会の副会長でもある君嶋さんにお話を伺いました。

●体操に進むことになっ
たきっかけは

高校の時に小林タツ先生に出会ったことです。当時、私は体操に何の関心もありませんでしたが、小林先生から学校祭のダンス発表会に出るように勧められました。

その後、小林先生が顧問を勤める体技部に入り、高校二年、三年の夏休みにはお茶の水女子大学での「全日本女子体育指導者研修会」に、高校生ながら参加させていただきました。

同時に体育大学への進学も勧められ、日本女子体育短期大学に入学しました。当時、体操部には百四十名の部員がおりましたが、私は全日本学生選手権大会のレギュラーに選ばれ、二位のメダルをいただきました。

卒業後は体育教師となり、長年、子どもたちの育成に力を注いできました。体操教室の指導は市からの委託で始めて三十八年目になります。

●体操教室の内容は
定員は五十名ですが、希望者が多く、現在は毎週木曜日に矢板小体育館で小・中学生七十名を指導しています。

そのうち、強化選手を育てる上級クラスは十三名で、月・水・金・土・日曜日、日新小体育館で練習しています。

指導者数は、初級クラスを含め、常時五〜八名です。市外の那須塩原市から来てくれる人もいます。

●どんなことを気を付けていますか
怪我をしないように念入りにウォーミングアップをすること、技ができたなら、共に喜ぶ気持ちを

持つ仲間づくりの気を付けています。練習後、子どもたちが体育館を出るとき、何かしら「レベルアップできた」と体感できていることが次への意欲につながるのでは、と考えています。

●どんな時に嬉しさを感
じますか
体操教室へ来ることを子どもたちも楽しみにしています。教室の中で学んだことは普段の生活の中でも生きてきます。

子どもたちの「できた喜び」の顔を見る時は嬉しいです。それは指導者全員が感じていることだと思います。(R・K)



日々精進〜弓道ととも歩む〜

全日本弓道連盟教士六段 君嶋曜子さん(六十六歳)

弓道場に一步足を踏み入れると、外気とは一変した空気。そして、静寂と緊張感が身を引き締ま

●弓道とは
弓道は射位(弓を射る位置)から二十八メートル先の直径わずか三十六センチの的を射抜く競技です。足踏み(射位で足を開く)から自分自身との闘いが始まり。呼吸を止め、自然の流れのまま、

●弓道を始めたきっかけは
中学二年生の時、男子

の先輩の胴着と袴姿に憧れて、弓道部に入部しました。この時は中学校卒業を機にやめてしまいましたが、

本格的に始めたのは、二人の子どもが小学校に入学し、手が離れた平成四年に「あっ!!やりたい」とふと思いつき、弓道連盟に入りました。当時は、現在も現役で九十四歳の



笹沼裕さん(石関)にご教授いただきました。

●指導は
中学生・一般の方は、矢板市弓道場で、火・木・土曜日の午後七〜九時まで、矢板東高校生は、高校の弓道場で水曜日の午後四〜六時に指導しています。特に高校生は、年四回の初段・二段の認定審査に加え、たくさんの大会もあるので、指導日以外にもほぼ毎日練習



●生徒たちに今後期待することは
我が子が矢板東高校の弓道部に入部した時から指導を続けて今年で二十二年になります。基本が一番大事なこと、当てること自体よりも、正しく行うことで当たるようになります。楽しくなっていきます。

●記者から一言
毎週水・木曜日の午前中は、八段の桑田秀子先生がいる県弓道場に練習に行き、教士七段の射を求めて努力しているとのこと。ムダのない美しい姿勢で取材に応じてくれました。見ている人に感動を与えるような射を夢見て日々稽古する君嶋さんには、ぜひとも目標を達成していただきたいと思いを。(M・W)