剣道競技女子団体二十連覇祝賀会

山形県立左沢高等学校剣道部

山形県高等学校総合体育大会

日　時 ● 平成14年７月20日（土）

場　所 ● 寒河江市ホテルシンフォニー

剣道部栄光のあゆみ

剣道部の創設（昭和32年）

防具も３つか４つ。体育館を柔道部と半分ずつ使って週２回ほどの練習だった。

女子剣道部の創設と初のインターハイ出場（昭和41年）

女子剣道部の創設の年、武田秀子選手が本校剣道部初のインターハイ出場権を獲得。

齋藤学監督の着任（昭和52年）

寒河江高校時代に、47インターハイ女子団体で準優勝、翌年には優勝へ導いた実績と、「鬼の齋藤」の噂におののき、10人ほどいた女子部員は全員退部。部員集めからのスタートであった。

初の県高校総体女子団体優勝（昭和55年）

齋藤監督就任３年後の昭和54年には決勝まで進みながら準優勝に涙をのんだが、この年初の女子団体優勝を獲得。

県高校総体女子団体連勝記録の開始（昭和58年）

昭和55年から２年連続優勝を果たし、昭和57年には惜しくも１本差で優勝をのがしたが、再び優勝。インターハイでは初の決勝進出をはたす。以後連続優勝を続け、県の最強チームとして、その名を馳せる。

紅花旗争奪全国高校剣道大会の創設（昭和63年）

快進撃を続ける、剣道部女子の次の目標は全国大会、とくに地元開催の「べにばな国体」での優勝であった。
このような情勢の中、地元・大江町から支援の機運が高まり、当時の県知事板垣清一郎を会長に迎え「柏瀞剣道振興会」を発足させ（現会長　上田郁雄大江町町長）、「第１回紅花旗争奪全国高校剣道大会」が、本校を会場に開催された。この大会は現在、県体育協会・県剣道連盟・県高体連・大江町の共催のもと14回を数え、日本を代表する大会の１つに数えられている。

初の全国大会制覇（平成元年）　国民体育大会

北海道で開催された「はまなす国体」で初の競技種目「少年女子団体」で初代チャンピオンに輝き、３年後に開催される地元国体での優勝への足掛かりとなり、多くの人々に感動と勇気を与えた。

全日本女子剣道選手権優勝(平成２年)

高校から剣道を始めた、近藤洋子(昭和59年度卒・警視庁)が、剣道歴８年目での快挙。

全国大会制覇（平成３年）　国民体育大会

石川国体で２度目の全国制覇を果たし、左沢高校剣道部の名を全国にしらしめる。

全国大会三冠達成（平成４年）

全国高校選抜、インターハイ、国体優勝の、高校剣道界初の偉業達成。（詳細は５ページに記載）

インターハイ女子個人優勝・インカレ女子個人優勝（平成７年）

２年生の鎌田暖代選手が左沢高初のインターハイ個人優勝の栄冠に輝く。村山千夏(平成４年度卒業･筑波大３年)が全日本学生女子選手権で初優勝。

インカレ女子個人優勝（平成８年）

小林弓子(平成６年度卒業・筑波大２年)が前年の村山に続き優勝。

二度目のインターハイ女子団体優勝（平成10年）

この年再びインターハイで優勝し、左沢高校創立50周年に花を添えた。

九年ぶり二度目の選抜大会優勝（平成12年）

通算７度目の全国制覇。

県高校総体女子団体二十連覇達成（平成14年）

剣道部・主要大会記録

競技名	年度	42	45	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	元	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
山形県高等学校総合体育大会	男子団体									優勝				2位		優勝			優勝	2位	2位						
	女子団体	2位	3位	2位	優勝	優勝	2位	優勝	優勝	優勝	優勝	優勝	優勝	優勝	優勝	優勝	優勝	優勝	優勝	優勝	優勝	優勝	優勝	優勝	優勝	優勝	優勝
	個人優勝	武田 秀子			松田 睦子	松田 睦子	五十嵐喜代美			堀 千津子	斎藤 菊乃	松浦 裕子	結城 尚美	松田 チヨ	佐藤恵美子	後藤友見子	村山 千夏	菅野 裕子	荒川亜希子	菅原 秋	鎌田 暖代	増子 由美	関谷 幸枝	飯岡佳穂子	本田 千里	佐久間陽子	佐久間陽子
東北高校選手権	男子団体															3位				3位	ベスト8						
	女子団体				優勝			優勝		優勝	優勝	優勝		優勝	3位	優勝	優勝	優勝	優勝	2位	3位		優勝		優勝	2位	3位
	個人優勝										清野 由美	松浦 裕子	阿部美穂子	松田 チヨ		佐藤加奈子	村山 千夏	荒川亜希子	荒川亜希子	鎌田 暖代	鎌田 暖代				松永 美弥	佐久間陽子
全国高等学校総合体育大会	女子団体							2位				2位	3位		ベスト8	ベスト8	★優勝						★優勝			2位	
	女子個人					後藤ひさ子・ベスト8										後藤友見子・3位				鎌田 暖代・優勝			鈴木 優子・3位				
国民体育大会	女子団体													★優勝		★優勝	★優勝	5位								5位	
全国高校選抜大会	女子団体																★優勝			ベスト8					★優勝	ベスト8	
紅花旗	女子団体												優勝	ベスト8	優勝	優勝	優勝	優勝	ベスト8	優勝	3位	優勝	優勝	優勝	2位	優勝	

賞状

競技種目 剣道競技
女子団体優勝

山形県立
左沢高等学校
平成4年度全国高等学校総合体育大会において頭書の成績をおさめたのでその栄誉をたたえこれを賞します

平成 4年 8月 4日

平成4年度全国高等学校総合体育大会
会長 福田満雄

賞状

第47回国民体育大会
秋季大会
剣道 競技

少年女子 第1位 山形県

監督 斎藤 学
選手 佐藤加奈子 荒川亜希子 村山千夏
斎藤由紀 後藤友見子

平成4年10月6日

第47回国民体育大会
会長 吉本栄作

全国大会三冠を達成して

（全国選抜大会・全国高校総体・国民体育大会）

左沢高等学校剣道部監督　斎　藤　　学

天時不如地利、地利不如人和

「天の時は地の利に如かず、地の利は人の和に如かず」「孟子　公孫丑章句下」の一節である。天の時がいかによくても地の利には及ばないし、地の利がいかによくても人の和には及ばない。つまり人の和が乱れていては天の時も地の利も戦いにおいては何の役にも立たないと言うことであると思われる。

全国選抜大会、全国高校総体、べにばな国体での接戦を戦い抜いた事実は、まさしくこのことを実践に移したと言っても過言ではない。その結果、石川国体を皮切りに三冠を含めて連続日本一を勝ち取ることができたのだと思う。

トレーニングがプライドに

今の左沢高剣道部のパワーは、他校とは全然違います。相手はぶつかられただけで、打撲、肉ばなれを起こします。平成４年東北ミニ国体、対秋田県、先鋒戦での左足大腿部打撲により病院送り、べにばな国体、対熊本県、中堅戦での左足大腿部肉ばなれ、等々。相手はびっくりして試合になりませんでした。我校のトレーニングは、パワーアップの他にも、様々な意味で効力が現われています。一つはケガの予防です。そして、何よりもそれが部員のプライドにつながったということです。剣道界ではどこでもやっていないことを、自分たちはやっているという自信。毎日毎日の稽古はもちろん必要だし重要だけれど、それだけでは決して自信にはつながりません。だから今でも練習全体の４～５割を筋力トレーニングに当てています。

寮生活の必要性

現在、女子部員は全員寮生活を送っています。日本一になるためには寮生活は必須条件だというのが、私の持論です。一つの目標に向かって寝食を共にするということは、非常に重要なことです。寮生活の中では自分のペースで生活できないし、ある意味ではすべてを犠牲にすることになります。しかし、チームが勝つという一つの目標の前では、個人のわがままは決して許されるものではないと思うのです。選手がそれを学ぶ場が寮生活だと思っています。寮の規則は極めて厳しいです。例えば、私服は着せない、ジャージだけ。門限８時、電話は10時半まで、10時半消燈です。中学まで親元で生活してきた生徒達にとっては、非常に厳しい環境です。

日本一への執念

私は、自分の性格を分析した時、しつこいくらい粘着質だと思います。一度食らいついたら絶対に放さない。つまり、目標達成のためならとことんやる。どうせやるからには、頂点に立ちたい。半端じゃ投げ出さない。それが、上杉鷹山の教えである「為せば成る、為さねば成らぬ何事も、成らぬは人の為さぬなりけり」を実践することだと思うからです。そして私は高校時代インターハイに行けなかったという悔しい経験があります。あの時のような気持を自分の生徒には味わわせたくないという気持を強く持っています。同時に、私自身が完全に日本一の魅力に取りつかれているんだと思います。１位がある限り、２位では諦めたくないし、常に最初に学校名を呼ばれたいと思っています。だから私は、負けることは非常に悔しいし、負けた大会でも必ず閉会式まで残ります。試合で負ければ悔しくて会場から一刻も早く立ち去りたいと思うけれどもそれは逃げることであり、来年の勝ちには決して結びつかないからです。閉会式を見ながら「来年は必ずあそこに整列するぞ。そのために今はうんと悔しがれ」と言っています。日本一への執念は、監督自らが持ち続けなければならないと、今後も自分自身肝に銘じてまいります。

（「斎藤学監督20年の歩み」より）

左沢剣道は学ぶ剣道

生徒会誌『渓流』第二十七号（昭和五十五年度）の「各部報告」に、次のような文章が掲載されている。

『斎藤学一家の声が武道館に響きわたる。試験前の部活中止の数日を除いては連日、日曜祭日でも面をつけない日はありません。内容も限られた時間を最大限有効に使い、質のある充実したものです。その放課後の練習だけでは足らず、朝稽古、朝のトレーニングと一日余すところなく剣道にあてています。その上に春・夏・冬の各合宿。これらの練習から得られるものは技術はもちろんですが、剣道部の特色としては、『技で勝つより気持ちで勝て』です。剣道は技術だけがあっても勝てません。毎日の稽古で学ぶものは技術よりも気持ち、精神力の方が大きいのです。』

生徒たちはこのように精神面を重視して考えているが、斎藤学の指導の特色は次の点にある。

一つは、筋力トレーニングの導入である。毎日の稽古では技術はかなり身についている。他の競技と違って、剣道ほど技術的な練習に終始しているものはない。不足しているのはパワーだ、と斎藤は考えた。パワーアップはケガの予防になり、また部員のプライドにつながる。剣道界ではどこでもやっていないトレーニングを自分たちはやっているという自信。これが力を発揮するのだ、と斎藤は語る。

トレーニングは、寒河江高校監督時代から取り入れていたが、それが本格化したのは昭和六十二年、日体大の後輩である長谷川徹氏（元・プロ野球・読売巨人軍トレーニングコーチ）にメニューを依頼してからである。強さの秘密は、科学的な裏付けに基づいているのである。

二つ目は、寮生活による生活の管理である。斎藤は、「日本一になるためには寮生活は必須条件だというのが、私の持論です」と語っている。

「一つの目標に向かって寝食を共にするということは、非常に重要なことです。寮生活の中では自分のペースで生活できないし、ある意味ではすべてを犠牲にすることになります。すなわち、チームが勝つという目標の前では、個人のわがままは決して許されるものではないと思うのです。選手がそれを学ぶ場が寮生活だと思っています。」

昭和六十年、斎藤は自宅兼一年生用の寮、それに「剣学館」なる道場を建てた。寮の規則は厳しい。私服は着せない。ジャージだけ。門限は八時、電話は十時半まで、十時半消灯である。

斎藤の指導のコツと思われる言葉を引く。「いくらこちらが与えても、コップに水が沢山入っている状態では、必ず水が溢れてしまう。だから、大切なのは、常にコップを空にするような指導をすることだと思います。また、欲していないものを与えても仕方がない。何を欲しているか、その見極めも大切です。…なぜ剣道をするのか、なぜ左沢にいるのか、そういったことを明確に意識させれば、子供たちはコップを空にして道場に入ってくる。つまり、指導をされる側にも確固たる信念が必要だということです。でなければ、水は溢れ、情熱は空回り…ですからね。」

もうひとつ監督が常にモットーとしている言葉は「目標は日本一。目的は人間形成。」という言葉だ。この精神のもと日本一の練習をし日本一を目指しながら、人間形成を心掛け日々鍛錬している。

剣道場の正面に掲げられているように、「左沢剣道は学ぶ剣道」なのである。

（「左沢高等学校創立50周年記念誌」より）

第39回全日本女子剣道選手権大会
3回戦●馬場恵子（大阪） ― 本田千里（山形）

本田選手がキレ味のある技を繰り出し、場内を沸かす。彼女の良いところは受けっ放しにならないで、すぐ反す技が見られることだ。中盤過ぎに放った諸手突きは一本あったかに見えたが……。