

左沢で学んだ剣道。それは何事も自らが考え、常に課題をもつて取り組む前向きな姿勢だった。



「真っ直ぐに構えて、真っ直ぐに打つ」。これが佐久間選手が稽古中、常に心がけている目標だ

が残せなかつたのも、そこに要因があつた? 佐久間 はい、今、振り返つてみると、自分に足りなかつた面はそこについたのではないかと思います。でも、自分が考え、課題をもつて取り組むということは簡単そうでなかなか難しいものです。逆に、先生から足りない部分を次から次に厳しく指摘されて、という指導法もありますが、それだと自らが考える余裕がなくなってしまう(笑)。――そういう意味では、斎藤監督の指導が佐久間さんに合つていたということですね。斎藤先生の指導は佐久間 そうですね。

今でも自分自身を向上させるのに役立つていますし、私の場合は、指導者（高校教員）を目指しているので、とくにそういう姿勢が大事ではないかと考えています。

なかなか勝てなかつたとき、どうした
ら勝てるのかと自問自答していた頃の自分を振り返ってみたとき、ただ漠然と取り組むだけでは次の試合にその負けの教訓を活かせない、ということに気づかされたということです。だからこそ、普段の稽古から一本一本の打突に対して、課題をもつて意識的に取り組む必要があるということではないでしょうか。また、攻め、あるいは技に関して、普段の稽古から意識して取り組んでいなければ、

——普段の稽古で意識的に取り組んだことが、試合本番において無心の技として繰り出されるのでしょうかね。ところで、左沢というと、以前から筋力トレーニングを積極的に実施しているようですね。

「真っ直ぐに構えて、真っ直ぐに打つ」

左入間　冬陽はよくこゝ地方を練ると

方がうまい人にはまだまだ全然かないま

佐久間 でも私は、左沢のなかでは非力なほうだったと思います。稽古中、体当たりで先輩方にどれだけ吹っ飛ばされたかわかりません。でも、ただパワーがあるだけではダメだと思うんです。要は、そのパワーの使い方ではないでしようか。したがって、体格に恵まれて、力の使い

めには十分な“攻め”が重要です。さらにその“攻め”を培うには、常に心技体に一致した稽古が求められる。これからも試行錯誤はあると思いますが、斎藤先生に学んだ「自ら考えて、学ぶ剣道」を実践し、後進に伝えていたらと思つています。

——左沢高校剣道部というと、恵まれた体格からパワフルな大技を繰り出すというイメージがありますが、佐久間さんの場合は体格面だけで言えば、そのイメージとは対極にありますね。

佐久間 そうですね（笑）。身長は158cmですから、左沢の中では小さいほうだと思います。

福島県のご出身ですが、あまた数多ある剣道強豪校のなかから左沢剣道部を選択した理由は何だったのですか？

佐久間 今でこそ、学生大会等で優勝を逃げることができますし、中学生時代はなかなか成績を残せなかつたんです。左沢に入学したのは、当時、たまたま試合を観戦に来られていた斎藤謙先生に声をかけていただいたのがきっかけでした。でも、最初は左沢のことはまったく知ら

A photograph capturing a dynamic moment during a kendo competition. Two fighters, dressed in traditional black kendo uniforms (bogu) including helmets and body armor, are engaged in combat on a wooden floor. The fighter on the left is in a low, offensive stance, holding a wooden bokken (training sword). The fighter on the right is in a more upright, defensive stance, also holding a bokken. Between them stands a female referee in a black uniform, watching the duel intently. In the background, there's a large window looking out onto a blue sky and some buildings. To the right, a whiteboard displays a competition scorecard with Japanese text and checkmarks. The board includes columns for '試合名' (Match Name), '小松澤' (Komatsu), '勝' (Win), '負' (Loss), '勝数' (Wins), and '敗数' (Losses). There are also handwritten names like '大原口' (Ogihara) and '山崎' (Yamazaki) on the board.

常に課題をもつて取り組む
という姿勢を培った左沢での3年間

筑波大学4年生／左沢高校OG



佐久間陽子

Profile
昭和60年7月26日生まれ。
福島県伊達市出身。
伊達中学校→左沢高校。
高校時代には、
イターナハイ個人、団体ともに
3年連続出場(1年生のとき団体2位
3年生のとき個人ベスト8)。
現在、筑波大学4年生。
身長158cmと小柄な体格だが、
打ち切る、捨てるという
強烈な武器で力走りと爆発力で、
全日本女子学生剣道選手権では、
第40.41回出場で史上4度目となる
連覇を遂げた。