

## 『自分を見直し、努力すること』

東京都

多摩中央警察署少年剣道部

小学6年生 廣瀬 愛海

私は、小学校二年生の時に多摩中央警察署の道場で剣道を始めた。始めたきっかけは、剣道や柔道をやっている警察官になるのが夢だからだ。

剣道を始めて、初めての大会での試合、始まる前の緊張は、ドキドキだった。でも少しワクワクもしていたのを覚えている。それは、初めて経験することへのドキドキと、練習とは違うことをする事へのワクワク。審判の「はじめ！」の声で試合が始まった。私は練習通りの面を打ったが相手の方が速く、あっという間に二本取られて負けてしまった。負けてしまったけれど、ふだんの剣道の練習とは違う緊張した空気感でやる剣道は、もっと楽しいと感じた。練習を重ねていき、学年も上がって四年生になると大会にも出ることが多くなった。すると勝つことの楽しさも知ることができた。同時に負けることがすごく悔しくなりました。その時から負けるのが嫌だった私は、自分の剣道を見直すためノートに、自分が試合で出した技、打たれた所、練習で注意されたことを書いている。書いていくと自分が試合で勝つ時、負ける時に出す技、間合いが違うことに気付いた。勝つ時はしっかり間合いを詰めて自分が技を出せるところまで入る事ができる。また、慎重に一本の技を出している。しかし、負ける時は、打っていても当たらない遠い間合いから打っていて、出しても決まらないような技を何本も出してしまふ。私はノートを見て比べるとある事に気付いた。それは、間合いに気持ちが表れているということだ。勝っている時の気持ちは、「自分から行こう、絶対勝つぞ」と思っていて、負ける時は、「怖いな」、「打たれたくないな」等の弱気な事を思ってしまう。得意な面も弱気になっている時は、胴を打たれるのが怖くて打っていけない。また、打っていても打ちが弱くて決まらない。こうして気持が弱くなってしまうのは、一時的に止まってもまたもどってしまう。これは今でも同じ事です。私は、この弱い気持ちに自分自身が勝つことを今年の目標にしました。また、直すためにも練習を一緒にやってくれる仲間や先生に感謝の気持ちを忘れず頑張りたいです。そして、応援してくれてる親にも感謝しながら、精一杯努力し、人として心も体も剣道を続けて、強くなり、時には今の自分を見直して、夢も叶えられるように頑張ります。