

# 金沢桜丘剣道部



誰でも剣道部に入れます！ あなたの力が必要です！  
一緒に楽しく剣道をしませんか？

## ◆ 部 紹 介

### 部 員

男子… 3年生3名 2年生7名 1年生2名  
女子… 3年生5名 2年生2名 1年生2名 合計21名

### 主な戦績

※令和3年度

県総体 男子団体… 3位 男子個人… 2位・3位 女子団体… 優勝 女子個人… 2位・3位  
北信越 女子団体… 3位  
全国総体 男子個人… 3位 女子団体… ベスト16  
県新人 男子団体… 優勝 男子個人… 優勝・2位 女子団体… 3位 女子個人… ベスト8

### 練習時間



平日 16:40～18:30 休日 9:00～11:30 ※休養日は週に1～2回です。  
限られた時間で、**最高の成果**を出せるように、**研究・工夫**しています。

剣道部員には、

**自然科学コース**と**人文科学コース**（いわゆる**特進クラス**）もあります。

**勉強**にも**剣道**にも打ち込める環境が、**金沢桜丘**にあります！

## ◆ 顧問紹介

久保洸旗 五段

小田哲生 教士七段

杉本尚志 五段

## ◆ 目指す人間

**心**を育み、**自信**をつけ、**社会に貢献**できる人間を目指す。

## ◆ 目指す剣道

**真剣**に**本気**で取り組み、**本物**を身につける。



## ◇ 桜丘剣道部の独自の取組み

### 『フィジカルトレーニング』 講師 森 亮太 (パフォーマンスコーチ)

森さんはパフォーマンスコーチとして**様々な資格**を持ち、**幼児・小学生・中学生・高校生・大学生・社会人・高齢者**といった**全ての年代**にスポーツ指導を実践しております。**スポーツ科学、教育、医療、福祉**に精通しており、様々な角度から選手を検証し、導いてくれる**スペシャリスト**です。桜丘剣道部では、**独自の体力測定**を年に3～4回行います。その結果を分析し、主に「**スピードを高めるトレーニング**」を指導してもらいますが、他にも「**体のケア**」についても指導を受けられます。



### 『ココ接骨院・にご接骨院 nico コンディショニングジム』 院長 村田 剛史 ・ 村田 郁絵

※剣道部として、当院での治療を強制するわけでは一切ございません。

ただの接骨院ではなく、**トレーニングジムも兼ね備えた接骨院**です。村田院長は**スポーツトレーナー**でもあり、**実践経験が豊富**です。治療はもちろん、専門的なりハビリ・トレーニングも受けられます。さらに、**インディバアクティブ**は、**メンテナンス&リカバリー**の効果は絶大です！



### 『ONE TAP SPORTS』

ONE TAP SPORTS は多くのオリンピック選手やプロスポーツ選手が取り入れています。

「**剣道ノート**」の**ウェブ版**です。手書きではなく、部員は**スマホ**で「**体と心のコンディション**」や「**練習の振り返り**」を入力します。顧問は入力された内容を確認して、「**コメント**」を返します。選手のコンディションを**数値で見える化**して、パフォーマンスの向上を目指します！

さらに、トレーナーの森さんがウェブ上で**部員をサポート**します。体力測定の結果から**適切なトレーニング**を教えてくれたり、部員の体の調子に合わせて**体のケア**を教えてくれたりします。

顧問久保は、**理学療法士やトレーナー**が参加する勉強会に定期的に参加しています。

**様々な学びや経験を、剣道の指導に役立てています。**

