

# 三石6段のけん玉通信

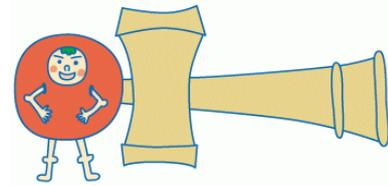
(2019年11月号)

みなさん、こんにちは。元気かな？

11月にはいりました。朝<sup>あさ</sup>晩<sup>ばん</sup>、めつきり寒くなりましたね。

こういときこそ、けん玉で汗をかくのが一番です。

けん玉は、すぐ手に取れるところに置いておこう。



## ●「けん玉学校・もしかめ大会」、ときせまる！！

11/23(土)午後1:30~4:30

第4週の土曜日です！！

上田・西部公民館にて

毎年恒例のもしかめ大会です。いま、全国のいろんなところでもしかめ大会がおこなわれています。

### <もしかめを長く続けるための5か条>

- その1 もしかめをしているときは、ほかのことを考えない。
- その2 玉のまん中をじっと見て、心の中で玉に話しかける。
- その3 毎日、牛乳を飲み、野菜をたくさん食べて、よく寝る。
- その4 毎日、楽しいときは笑って、悲しいときは泣く。
- その5 毎日、どんなことでも負けないぞ、と思って生きる。



## ●<sup>っ</sup>なかなか続かない…という人は？

玉を高く<sup>たか</sup>投げない！！

ひざを<sup>ま</sup>曲げて<sup>と</sup>取る！！

ポイントは  
この2つだよ！！



## ●当日は、もしかめ大会番外編あります！！(豪華賞品つき)

### 【番外編①】1分間トライもしかめ大会

1分間だけもしかめをします。回数勝負です。

### 【番外編③】家族そろってもしかめ大会

ご家族ごとに記録を足して、一番高い家族が優勝。

ご家族全員でご参加ください！！



だまがっこう たいかい  
**けん玉学校 もしかめ大会2019**

日時: 11月23日(土)  
午後1:30~4:30  
場所: 上田市西部公民館  
・大ホールにて

さんかむりょ  
**参加無料!**

さんか  
どなたでも参加できます

だまがっこう せいと  
けん玉学校の生徒で

さんか  
なくても参加OK!

(けん玉学校以外の生徒は  
参加費200円)

ゆうしょうしょうじん  
優勝賞品は  
すばらしい楯に加えて豪華賞品!  
ぜんいん にんてい さんかしょう  
全員に、認定カードと参加賞  
があります。  
もしかめ以外の楽しいゲーム  
もあります(賞品付き。)



2017年記録  
1時間 32分 19秒



おおざら ちゅうざら ころこ  
大皿と中皿を交互に

**もしかめ・けん玉学校ルール**

- その1 落とさずに続けて、一番長い時間できた人が優勝。回数はカウントしません。
- その2 速さは一分間に135回以上(有段者)。但し準初段以下は自由。
- その3 3回試技できる。その中の最長記録がその人の記録となる。最長で2時間で打ち切りとします。
- その4 1時間以上の記録を狙える選手は、協会の規則に準じておこなう

ちょうせん かし  
**挑戦することに、価値がある!**

しっぱい せいちょう  
**失敗することに、成長がある!!**

**●次回のお知らせ**

ねんまつ  
年末のけん玉学校 **来月12月28日(土)** 午後1:30~4:00  
しんしゅん はじ  
新春けん玉学校こと始め **来年 1月25日(土)** 午後2:30~7:30

5段昇段試験あります!!  
そのあと、お食事会です。