

# 三石6段の けん玉通信

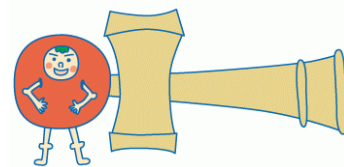
(2026年6月号)

みなさん、こんにちは。元気かな？

6月になりました。梅雨<sup>つゆ</sup>という時期<sup>じき</sup>にはいつて、天気がよくない

日が続いてますね。皆さんのところはどうか？

このおたよりが届く頃<sup>ころ</sup>は、晴れてるのかな？



## ●けん玉大会、もうすぐです！！

ぜんにほんしょうねんしょうじょ どうせんしゅけんたいかい ほくしんえつ  
**全日本少年少女けん玉道選手権大会／北信越ブロック大会**

と言います。長いですね。全国各地、北は北海道、南は九州まで、各地区で予選が行われます。

**6月28日(日)** 10:00～16:00 上田市・真田中央公民館にて。

<内容> ・**予選**……………10個の技を5回ずつおこない、  
何回できたかを競います。

・**決勝トーナメント**…予選を勝ちあがった8人で、トーナメント戦をします。

いつもと場所が  
ちがいます。ご注意を！

ゆうしょう だんじょ とうきょう ぜんこくたいかい しゅつじょう  
優勝した男女1名は、8/23(日)東京でおこなわれる全国大会に出場します。

### 11:30 「予選」

50回技をして、何回できるか競います。



### 13:30 「決勝トーナメント」

1対1の白熱した戦いです。



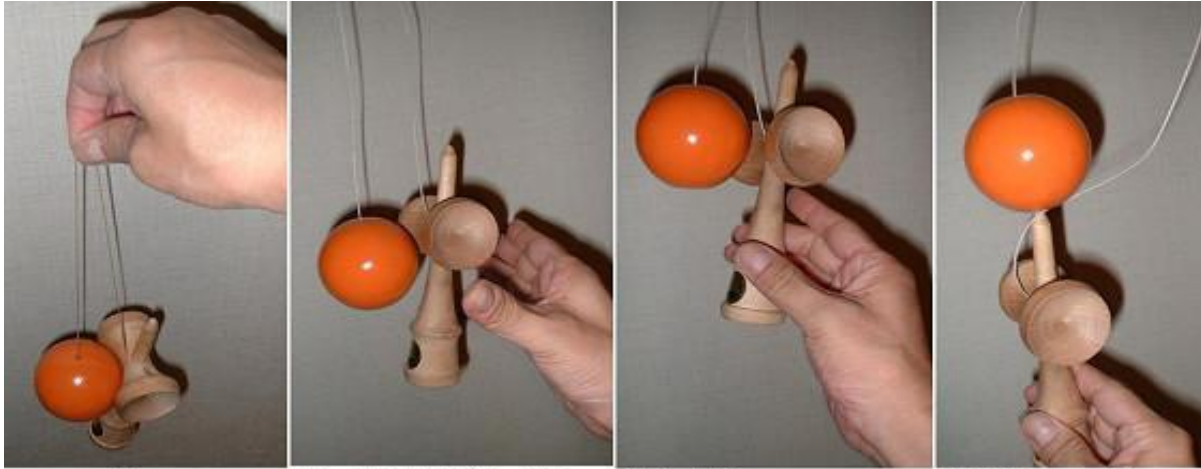
技の練習用紙をHPに載せています。ご家庭で印刷して練習にお使いください。

お父さまかお母さま、向い合わせになって○×をつけていただくと、よい練習になると思います。

ご協力をお願いします。

# ●けん玉の技をマスターしよう！！

## ◆つるしとめけん



つるして持つ

まっすぐ引きあげ、放す

けんをとる

落ち着いて、さす

放り投げないで、「ふわっと浮かせる」という感じをつかもう！

けんを取ったとき、玉とけんがぶつかってしまう！という人は、まっすぐでなくて右に寄っているかも。

## ◆はねけん



飛行機をきめる

ひざと手の押しでけんをまわす

けん先を見て

玉を近づけて

ひざをやわらかくして、さす

けんがうまく回らない人は、たぶんひざのけり上げが弱い。もっと強く。

けん玉をうまくやるコツは、**近いところに行く**という感覚。これをつかもう！

今月のけん玉学校 **6月27日(土)午後1:30~3:30**・・・通常の練習

上田市 **西部公民館** にて。 **午後3:30~4:30**・・・大会の練習

大会の試合の練習をたっぷりやります。ぜひ来てね。

三石利明 TEL 090-9013-6208 けん玉学校HP <http://kendama-school.com/>