



## 空道とは

空道は新しい武道スポーツです。空手のような突き蹴りに、投げ技、寝技を組み合わせた、言わば「何でもあり」の実戦的な総合格闘技です。肉体的・精神的な強さを追求するのは当然ですが、それだけではありません。空道の修業を通じて書物に親しみ、知力を磨き、広く人と付き合い、知見を広め、人格を陶冶することで、社会に役立つ人材を育成することを目的としています。

## 豊島区空道協会の歩み

豊島区空道協会は、全日本空道連盟大道塾総本部を母体に、平成24年(2012年)1月に設立されました。翌年12月3日付で豊島区体育協会に入会しました。活動の主体となる池袋の総本部道場では、男女を問わず、幼年からジュニア、学生、一般、シニアまでが日常の稽古に励んでいます。豊島区体育協会への入会を機に、より地元に着目した形で社会体育として普及・発展することを目指し、努力・研鑽を積んでいます。



総本部では様々な世代が空道に取り組む

## 道場稽古と試合

当協会の会員は、お盆と年末年始以外は年中無休の道場稽古で汗を流し、各自の目標に向けて日々精進しています。道場では打撃、投げ、寝技の基本の反復や、ミット、サンドバック打ち、パートナーとのスパーリング等を中心に稽古します。道場内のトレーニング施設でのウエイト・トレーニングも、各自が補強として取り組みます。スパーリングでは、空道オリジナルの顔面プロテクター、拳サポーター、脛当てなどを着用します。ジュニア・女子部ではさらにボディプロテクターを着用するなど、安全面に十分な配慮をしています。

一般、ジュニア、女子、シニアの交流大会が年に数回、区内・都内の体育館で行われます。豊島区空道協会の選手は、当協会内あるいは他地区の協会の選手と技を競い合っています。大きな大会としては、毎年春と秋に地方ブロック大会・全日本予選、そこから選抜された選手による全日本大会が行われます。さらに4年に一度、世界大会が行われます。



ジュニア選手も増えている

## 全日本、世界大会でも活躍

創立以来の主な大会の戦績を紹介します。

まずは2014年11月の北斗旗第4回世界空道選手権大会です。豊島区空道協会からは5人の選手が選抜され、東京・代々木で行われた本大会に出場しました。その中で、中村知大選手が体力指数(身長と体重を加えた数)240以下クラスで優勝、ジュニアから転向したばかりの清水亮汰選手が250以下クラスで準優勝と、快挙を成し遂げました。

第4回世界大会で活躍する清水選手



清水選手は史上最年少で北斗旗全日本空道無差別大会を制した

2015年11月の北斗旗全日本空道無差別選手権大会は前年の世界大会で活躍した清水亮汰選手が再び大健闘。清水選手は大会の少し前に20歳になったばかりでしたが、見事に史上最年少の無差別大会王者に輝きました。また最も多数のポイントを獲得した選手に贈られる「最優秀勝利者(北斗旗)」にも選ばれました。

2016年11月の北斗旗全日本空道無差別選手権大会は豊島区空道協会から4選手がベスト8に入賞するという記念すべき大会となりました。前年優勝した清水選手が準優勝。世界大会の出場経験もある内田淳一選手が6位、新鋭の山崎順也選手が7位、同じく新鋭の岩崎大河選手が8位という好成績を収め、豊島区空道協会の名声を大いに高めました。

2017年6月の北斗旗全日本空道体力別選手権大会では、清水選手が260以下クラスで優勝、岩崎選手(写真右上)が260超クラスで優勝、山崎選手(写真右下)が250以下クラスで準優勝と、前年と並ぶ好成績を収めました。また11月の第3回アジア空道選手権大会では、アジア13か国の強豪が参戦する中、清水選手が260以下クラスで優勝、山崎選手が250以下クラスで優勝しました。山崎選手は全日本以上の大会での初勝利がアジア大会となりました。

## 今後に向けて

現在、空道の競技人口は国内に1万人、海外に10万人(60カ国以上)です。世界大会も既に4回開催し、2018年11月には5回目の世界大会を開催する予定です。豊島区空道協会からも世界チャンピオンを目指して複数の選手が出場する見込みです。

最近の健康志向の高まりや、栄養学やサプリメントの普及から、競技寿命はどんどん長くなる傾向があります。シニアの試合に40~50代の選手が出るのは、ごく当たり前ですし、一般部の試合に50代の選手が出場し、若い人と競い合うことも決して珍しくありません。特に空道は総合格闘技であり、技術が多岐にわたります。体力やスピードだけでなく、様々な技術・スタイル・戦術で相手を制することができるので、若くて体力のある人が必ずしも勝るとは限らないのです。

豊島区空道協会でも、幼年からジュニア、学生、一般、シニアという様々な世代の会員が男女を問わず空道に取り組んでいます。特に、最近はジュニア、シニア会員の大会への出場が急増しています。地域に密着した生涯スポーツとしての土壌が整いつつあるように感じています。格闘技としての強さの追求はもちろん必要ですが、生涯取り組める社会体育として、空道を根付かせることも大切だと考えています。

(空道協会理事長 牧 登)



2017年6月 平成体力別大会 260超クラスで岩崎選手(左)が優勝



2017年6月 250以下クラスで山崎選手(左)が準優勝