



## 国スポ「空道競技」注目選手の煌めき

7年11月に開催された「第4回アジア空道選手権大会」で準優勝に輝いた鈴木さんが、国スポの空道競技に出場します。大会に向けて稽古を重ねている鈴木さんにお話を伺いました。

国スポ・障スポ推進室 ☎43-9396



鈴木誠士さん  
(八戸学院大学)

### 21世紀生まれの武道「空道」とは？

空手と柔道の要素を兼ね備えた実戦的な総合武道です。フルフェイスのヘッドギアなどの防具類が充実しているため、性別にかかわらず子どもから高齢者まで、さまざまな人が生涯スポーツとして取り組みます。

### 私にとっての空道

父が空道大会で優勝している姿に憧れ、空道を始めました。

空道は道着を着用して行う実践的な総合武道で、体だけではなく心も鍛えられます。投げ技・打撃・絞め技・関節技など、多彩な技を用いて戦うことが空道の最大の魅力であると感じています。

現在、私は看護師を目指して大学に通っています。どんな仕事にも空道の経験が生きると思っているので、自分を成長させてくれる空道を、今後も続けていきたいです。



空手で見られる上段蹴り

### 国スポ空道競技に向けて

今回、初めて国スポの競技として空道競技が実施されます。地元八戸での開催となるので、何としても優勝したいと思い、練習に励んでいます。現在は、減量などのコンディション調整も順調に進んでいます。パワーやフィジカルを前面に出した、アグレッシブな試合をお見せしたいです。

今回の国スポをきっかけに、少しでも多くの人に空道を知っていただければ幸いです。戦術も選手によってさまざま、見ていて飽きない面白い競技ですので、ぜひ会場で観戦してみてください。



柔道で見られる投げ技

### 空道競技(デモンストレーションスポーツ)

デモンストレーションスポーツは、年齢・性別・障がいの有無などを問わず楽しめる、健康増進やスポーツ振興、世代間交流を目的とした競技です。

県内29市町村で実施される39競技の中で、八戸市では空道競技を開催します。本格的な実戦技術や、瞬時の判断力と技術力が試される緊迫した攻防戦など、空道ならではの熱戦をお楽しみください。

日時 5月31日(日)10時

会場 YSアリーナ八戸



詳しくはこちら

