



令和7年度 女性会員対象セミナー東京会場『組手練習試合』開催報告

日程：令和7年9月7日（日）

場所：糸東会本部道場（埼玉県朝霞市）

講師：山田ゆかり（女性委員会委員長）

関根美子（女性委員会副委員長）

田邊礼子（女性委員会委員）

医務担当：篠田善雄（柔道整復師／東京都糸東会）

9月7日（日）、本部道場において、糸東会女性委員会主催による「令和7年度女性会員対象セミナー『組手練習試合』東京会場」が開催された。

本セミナーは、近年増加傾向にあるマスターズ世代の女性会員から寄せられた「組手試合の場を持ちたい」という要望に応え、他流派との交流の場として企画されたものである。当日は関東近郊をはじめ、新潟県や兵庫県など遠方からも参加があり、30代から60代まで幅広い年代の女性計24名（会員7名、審判1名、会員以外16名）が集まった。

内容は、関根副委員長によるヨガを取り入れた

準備体操と基本動作（立ち方・突き・受け・蹴り）の指導からスタート。他流派の参加者からは「糸東会の基本を学べて貴重だった」との声が上がった。続いて、アヌーシャ審判員の協力のもと、三人制審判による本格的な組手練習試合を実施。日本マスターズ大会を控えた選手もあり、目的意識を持った白熱した稽古となった。一方、試合を行わない参加者には山田委員長が打ち込み指導を行い、質疑応答を交えた丁寧な個別対応が好評を博した。

終盤には、医務担当の篠田善雄先生（柔道整復師）によるストレッチ指導が行われ、身体の状態に合わせたメンテナンス方法を学習した。終了後の交流会も含め、参加者同士が親睦を深める充実した一日となった。女性委員会は、今後も女性指導者や競技者の育成、空手道の女性への普及・振興を目指して活動を継続していく。なお、同内容のセミナーは11月29日に大阪会場でも開催された。



基本練習の様子



打ち込み練習の様子



参加者との合同写真。前列中央講師三名（左より関根、山田、田邊の各講師）



組手練習試合の様子



Please subscribe to the channel!
<https://www.youtube.com/@WSKF-SHITOKAI>



New Homepage SHITOKAI
<https://www.shitokai.com>



SHITOKAI CALENDAR

〒351-0033

埼玉県朝霞市浜崎3-8-11 糸東会本部事務局
<https://www.shitokai.com/>
TEL 048-476-3818 FAX 048-476-3869

■令和8年1月17日（土） 2026年度糸東会ナショナルチーム選考会／東大阪大学敬愛高等学校