

## 「第3回 団体指導者研修会」の報告

令和8年4月4日(土) 養浩館にて、県剣道連盟主催の「第3回指導者研修会」が開催され、4名の講師がスポーツ指導に求められるガバナンスやコンプライアンス、そして幼少年期から高校期における適正な指導の重要性について講義を行いました。

社会的関心が高まる中、剣道界における不祥事や事故を未然に防ぎ、健全な指導環境を整えることを目的として実施されたもので、当日は115名の参加者が集まりました。



### 講話『指導の最新情報』

< 講師: 齋藤 実 先生 専修大学 教授 >

指導の最新情報として、近年のスポーツ界における指導環境の変化や社会的動向について解説が行われました。併せて、剣道界が抱える課題や、伝統を守りながら時代に応じて指導を進化させる「不易流行」の考え方についても詳しく説明されました。さらに、長期競技者育成プログラム(LTAD)の視点から、子どもたちの成長段階に応じたよりよい指導法を取り入れ、人間力を高める指導の重要性が示されました。



### 講話『身体は食べ物でできている』

< 講師: 池谷 倫乃先生 上級食育指導士 >

自身の実体験を踏まえ、日々の健康づくりにおける食育の重要性について説明がありました。特に、日本の伝統的な食の知恵である「まごわやさしい」(豆・ゴマ・わかめ・野菜・魚・しいたけ・米)の大切さが強調され、現代の食生活では気付かないうちに砂糖を多く摂取してしまっている実態についても紹介されました。また、良質なたんぱく質源としての「豆」の価値や、豆類が持つ健康効果について具体的な例を挙げながらわかりやすい解説が行われ、参加者は日常の食習慣を見直すきっかけとなる内容となりました。



## アンチドーピングについて

< 東 猛 医科学委員会委員長 >

アンチドーピングについての説明も行われ、剣道の世界においても競技者が意図せず薬やサプリメントを摂取してしまう危険性があることが示されました。市販薬や健康補助食品に含まれる成分が禁止物質に該当する場合がありますため、日頃から注意すべき点や、正しい情報を確認する重要性について具体的な事例を交えて解説がありました。参加者は、競技者の健康と公平性を守るための知識を深める機会となりました。



## 少年指導委員会・本年度の計画、方針 等

< 須藤 啓之 委員長 >

剣道指導においては、変わることのない本質を大切にしつつ、時代に応じて指導法を進化させる「不易流行」の考え方が重要であると説明されました。その不易の部分象徴するのが「剣道形」であり、形に示された理合や動作の原理を理解することが、正しい剣道の基盤となります。講習会では、剣道形を出発点として指導に取り入れることで、技術だけでなく精神性や礼法を身につけられることが強調されました。

