



↑ 勝ち負けだけでなく剣道の奥深い面白さも伝えられる指導を心がけている。

↓ 姿勢を正し胴着を身にまとい、稽古に向けて集中力を高める。剣道は経験や人間性が成績に現れる。対戦相手を敬い、礼儀を重んじることが大切。



↑ 稽古では男性の高段者⑤(池長和美さん7段)とも激しく打ち合う。「高段者になるほど、気迫が増し、隙がなくなる。気迫が攻めてくるような感覚がある」と池田さんは言う。

挫折と10年のブランクが教えてくれた大切なコト。

そんな池田さん、20代で三段を取得し、順風満帆な剣道人生に見えたが、四段は2度の不合格。剣道人生、初の挫折を味わう。「竹刀をよけて、竹刀を当てたら一本になる。だけど、剣道ってそれだけじゃないんです。若い頃はそれに気づいてなかった」と振り返る。2度の不合格のあと、出産と育児で剣道から離れた池田さんは、約10年のブランクの後、剣道を始めた息子に刺激を受け剣道を再開する。「仕事と育児、剣道の両立は大変だけど、子どもに頑張る姿を見せたくて、なんとかやっつけてこれました」と言う。こどもたちに剣道を教えているうちに、若い頃には見えなかった大切なものが見えてきた。「剣道には「気剣体致」という言葉があります。気合と体裁き、竹刀の動きの三つが常に「一緒にならないといけない」という意味です。一つでも欠けると有効打にならない。雑念が入ると良い剣道はできないけど、集中して声を出したときに、前しか見えなくなる時があります。そういう時に打つとだいたい一本になります。勝つことしか考えていない時



すごい!

福智のアスリート
池田真琴さん(金田)

剣道五段。金田剣友会所属。今年2月、田川市郡で女性唯一の五段に昇段。2児の母。主婦と剣士、保育士と3足の草鞋を履くスーパーウーマン。

剣道五段の達人は
田川市郡で紅一点

スポーツで勝敗を分けるのはメンタル。スポーツは身体だけでなく精神も鍛えてくれます。そんなスポーツの力を伝えてくれるアスリートたち。このページでは、3月現在、田川市郡で女性唯一の剣道五段・池田真琴さんをご紹介します。

新型コロナも二刀両断。田川で唯一の女性五段に。

剣 技を磨き続け、今年2月の五段の昇段審査を控えた昨年、池田さんは新型コロナウイルスに感染してしまふ。思うような練習ができず迎えた審査本番、喉がからからになり、心臓の鼓動が聞こえるくらい緊張した。それでも、金田剣友会のモットー「平常心」と、隣町で道場を開いている同級生から前日にももらった「発声」「姿勢」などの基本のアドバイスを



↑「気持ち逃げたら打たれる。自分から間合いに入り込むことが大切」と言う。

泣き虫だった少女はたくましく成長し剣士になった。

泣き虫だった自分が変えたくて、小学校3年の時に地元の剣道場の門を叩いたのが始めたきっかけ。昭和のスポーツでは当たり前だったスバル指導に、稽古から足が遠のきそうになることもあったけど、両親の「一度やると決めたなら最後までやり通しなさい」という言葉に、「初段を取るまで続けよう。でも初段を取ったら止めよう」と考えていた。恵まれた素質とひたむきな努力が実を結び、中学2年で念願の初段取得。泣き虫だった少女は立派な剣士になっていた。高校生になったら陸上部に入ろうと考えていたが、噂の実力者・池田さんを進学先の剣道部が放っておくはずがなく、スカウトされ高校でも剣道部に入部。期待通り実力



剣士 共に修行する募集 **初心者歓迎!**

金田剣友会では、共に修行する剣士を募集しています。皆さんも剣道で心地よい汗を流し、心身を鍛練してみませんか?

- ▶ 練習日 日・水・木 / 18:15 ~ 20:15
- ▶ 練習場所 福智町武道館
- ▶ 代表者 渡邊 喜代信 090-5485-3822
- ▶ 会費 3,000円

は、そういうことがわからなかった。こどもたちには勝つことだけでなく、剣道の奥深さを伝えたいです。剣道の奥深さが見えてきた池田さんは、3度目の正直で見事四段に合格した。

思い出すと、不思議とすーっと落ち着けた。「平常心」で臨んだ審査に見事合格し、田川市郡で令和5年2月現在唯一の女性五段になった。「唯一」というのは、池田さんを緊張させまといと氣遣った仲間から後日知らされて初めて知った。「知ってたら緊張して不合格になってたかも」と笑う池田さん。持つべきものは、困った時に助けてくれる友と、氣遣いのできる友である。冗談はさておき、いざという時に心をすっと静められる胆力と、不十分な練習でも五段審査に合格する実力はまさに達人の領域。そんな池田さんの今後の目標は、剣道で心身の鍛錬を続け、剣道の面白さを広めること。今日も剣道の魅力を伝導すべく、こどもたちと汗を流している。

を発揮し、部の屋台骨になった。短大でも同じパターンで剣道部に入部。持ち前の明るい性格と笑顔で行く先々で愛された。出会いに恵まれた。

池田さんが担任する金田保育園の年中さん(3月現在)。「池田先生、だーいすき!」

金田保育園の金山園長によると、何事にも一生懸命に取り組み、明るく周りに笑顔が絶えない、皆に慕われる先生とのこと。

