



第38回全国健康福祉祭埼玉大会

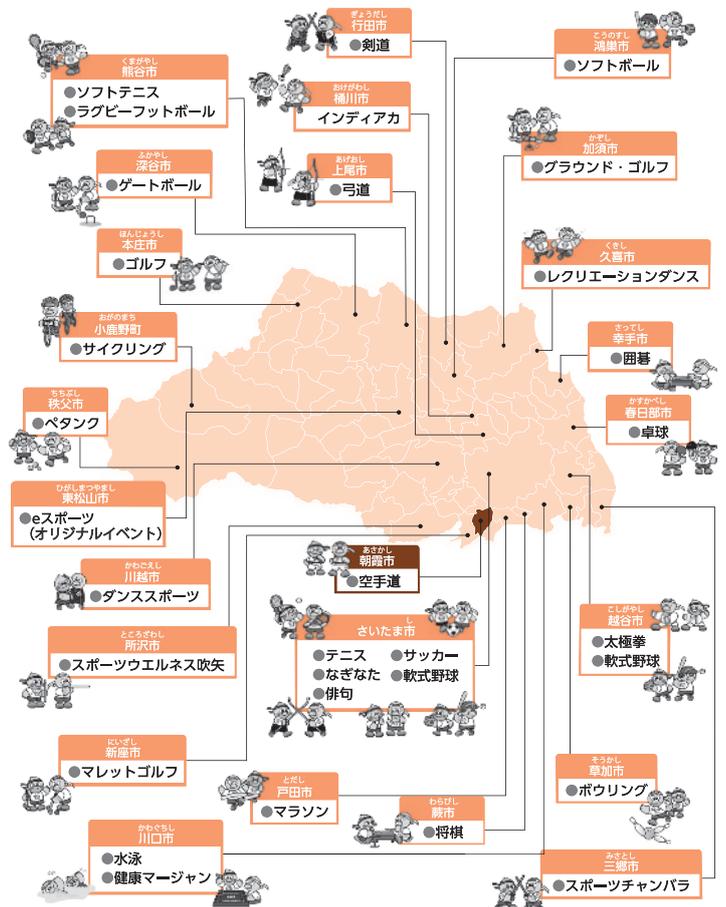
# ねんりんピック彩の国さいたま2026

咲き誇れ! 長寿と笑顔 彩の国

ねんりんピックは、主に60歳以上の方が、スポーツ競技や文化・健康イベントにより、地域や世代を超えた、交流を深めることができる健康と福祉の祭典です。昭和63年の第1回大会以降、都道府県持ち回りで開催されており、来年は埼玉県で行われます。

大会期間中は、県内各地で卓球やテニスといったスポーツ種目や、囲碁や健康マージャンといった文化種目など、計30種目が行われ、どなたでも観戦することができます。

朝霞市では令和8年11月8日・9日に総合体育館で「空手道」の交流大会を行います。



全国健康福祉祭  
(ねんりんピック)  
シンボルマーク



埼玉県マスコット  
「コバトン」、「さいたまっち」

# 本市で開催！「空手道」ってどういう競技？

空手道には「形(かた)」、「組手(くみて)」の2種目があります。

## 形競技

「形」は、仮想の敵との攻防を想定した一連の動作を演じ、技の正確さ、スピード、力強さなどを競う競技です。



## 組手競技

「組手」は、2人の選手が戦う競技で、突き・蹴り・投げ・受けなどを駆使して、正確に技を決める攻防です。迫力のある試合が魅力です。



# 空手道は老若男女楽しめるスポーツ

空手道は、素手で畳1畳の広さがあれば手軽にできる武道なので、老若男女を問わず、日本だけでなく世界でも愛好者が増え続けています。

朝霞市に空手道場が開設されたのは、70年以上前のことで、市空手道連盟には、現在5団体が加盟しています。朝霞市は空手道がとても盛んで、多くの老若男女が取り組んでいます。

朝霞市でのねんりんピック開催は名誉なこと、大変嬉しく思っています。空手道は武道ですが、安全に行えるスポーツです。ぜひ、多くの皆さんに「ねんりんピック大会」をご覧いただき、誰でも安全に楽しめることを、知ってもらえればと思います。

## 朝霞市空手道連盟 のなか 野中 りょういち 良一理事長へインタビューしました！





## 「ぽぼぬりえ」コンテストに応募して、 ねんりんピックを応援しよう！

受賞者には朝霞市キャラクター「ぽぼたん」オリジナルグッズをプレゼント♪  
ぬりえを描いて、みんなでねんりんピックを盛り上げよう！

**期 間** 9月16日(火)まで【必着】

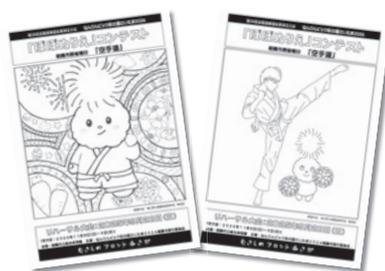
**対 象** どなたでも

**応募方法** 市ホームページからダウンロードできる、ぬりえを完成させ、ねんりんピック室宛てに郵送  
(〒351-8501 朝霞市本町1-1-1)または持参

**部 門** ①未就学の部 ②小中学生の部  
③一般の部(高校生～59歳) ④シニアの部(60歳以上)  
最優秀賞：各1人、優秀賞：各2人、ぽぼたん賞：各5人  
※受賞者にはメールで通知します。



ぬりえ原画は朝霞高校美術部・朝霞西高校美術部の皆さんに描いていただきました！  
応募作品は9月28日(日)のリハーサル大会会場に掲示予定♪  
詳しくは、市ホームページをご確認ください。



ぬりえ原画

**問い合わせ** シティ・プロモーション課 ☎423-3241

## 空手道競技のリハーサル大会を行います！

来年11月のねんりんピック本大会開催に向けて、空手道競技のリハーサル大会を行います。

どなたでも観戦できますので、ぜひ会場にお越しいただき、シニア世代の熟練の技が光る形の美しさや組手の駆け引きをご観覧ください。朝霞市キャラクターぽぼたんのフォトスポットもあります。

**大会名** ねんりんピック彩の国さいたま2026空手道リハーサル大会

**主催** 朝霞市

**主管** 一般社団法人埼玉県空手道連盟

**日程** 令和7年9月28日(日)

**時間** 開会式：午前9時40分～、競技開始：午前10時30分～

**会場** 総合体育館(青葉台1-8-1)

**種目** 組手、形(年齢別に実施)

**入場料** 無料

※会場へお越しの際は、公共交通機関をご利用ください。(駐車場の用意はありません)

## 最新情報はホームページでお知らせしています

朝霞市で開催する空手道競技やねんりんピックのイベント・取り組みについての最新情報は、市ホームページをご確認ください。ねんりんピック埼玉大会全般についての最新情報は、埼玉県ホームページをご確認ください。



市ホームページ



ねんりんピック彩の国  
さいたま2026ホームページ