武道の隆盛と発展を新年に誓う



大将軍・弘友和夫日本武道館理事による鏡開き

昭和100年記念

令和８年 鏡開き式・武道始め

主催＝日本武道館　協賛＝日本武道協議会
協力＝日本甲冑武具研究保存会、高津装飾美術

昭和100年記念　令和８年鏡開き式・武道始めが、成人の日の１月12日に日本武道館で開催された。

古式に則った鎧着初め・鏡開き式をはじめ、武道模範演武、武道始めが行われ、会場には関係者や武道愛好家ら２２２４名が来場した。観客は煌びやかな鎧を纏った大将軍の鏡開きや武道９種目の模範演武を観覧し、武道始めでは600名を超える老若男女の稽古会参加者が汗を流した。



来賓祝辞
浅野敦行スポーツ庁次長

主催者挨拶
高村正彦日本武道館会長

武道８種目が一斉に稽古する「武道始め」

日本武道館の新春恒例行事である「鏡開き式・武道始め」は、日本武道館開館翌年の昭和40年から開催されており、改修工事や新型コロナウイルス感染症の影響などによる４回の中止を除き、本年まで継続して行われている。昭和から満100年となる本年の鏡開き式・武道始めは「昭和100年記念」を冠して開催された。

本行事は、武道人の修行始めであるとともに、武道の隆盛と発展を期す目的で行われている。開会式の主催者挨拶では高村正彦日本武道館会長が「武道関係者の皆様と一致団結して武道振興事業に今まで以上に力を尽くしてまいります」と述べ、来賓祝辞では浅野敦行スポーツ庁次長が「年頭を飾るこの行事が、今年一年の我が国における武道振興の大きな弾みになることを心より願っております」と述べ、武道のさらなる発展を祈念した。

開会式終了後には、日本武道協議会の令和７年度武道功労者・武道優良団体表彰式が行われ、功労者10名および優良団体９団体が表彰を受けた。

本年の鎧着初め・鏡開き式では、大将軍を弘友和夫日本武道館理事、副将軍を永谷喜一郎全日本弓道連盟会長と分藤秀明日本甲冑武具研究保存会会員が務めた。鏡開き式では、大将軍が木槌で鏡餅を勢いよく開くと、会場からは大きな拍手が起こった。その後、大将軍、副将軍が兜をかぶり、「えい！　えい！」「おう！」と関をあげ、全軍出陣。勇壮な音楽が流れる中、55名の鎧武者らが会場を練り歩いた。

模範演武では、現代武道９種目の演武が行われた。各武道いずれも日本を代表する演武者らが出場し、玄妙な技の数々を披露。観客は一流の演武に見入った。

その後に行われた武道始めでは、老若男女の武道家が大道場いっぱいに広がり、８種目の武道が一斉に稽古会を行った。太鼓の合図で稽古が開始すると、たちまち大道場は竹刀で打ち込む音や畳を叩く音、子どもたちの元気な気合であふれた。40分間の稽古が終了すると、参加者らは心地よい汗を拭いながら和気藹々と記念撮影を行ったり武道談義に花を咲かせたりしていた。

鎧着初め・鏡開き式

◉鎧着初め・鏡開き式の由来と行程

本行事で行われる鎧着初め・鏡開き式は、12世紀頃（平安～鎌倉時代）の武家の男子が元服（成人式）の際に初めて鎧を着る「鎧着初式」に由来する。

初めに前軍、後軍の侍大将が、中軍に座する大将軍に着到状を読み上げ全軍到着を報告する（**写真1**）。続いて行われる三献の儀（出陣、元服などに際して当事者が酒を飲む儀式）では、大将軍が打ち鮑（あわび）、勝栗、昆布を肴（さかな）に酒を飲む（**写真2**）。肴はいずれも験を担ぐ縁起物で、打ち鮑は「打つ」、勝栗は「勝つ」、昆布は「喜ぶ」を連想させるものである。儀式を終えると大将軍は神前に進み、誓いの詞を奉読する（**写真3**）。

その後、大将軍は会場中央の鏡餅の前に進み、鏡開きを行う（**6ページ写真**）。正月に神前に飾られる鏡餅を吉日に撤去する方法として、砕いて食することを「鏡開き」と言い、刃物で餅を切ることは切腹を連想させるため、木槌で開くのが縁起が良いとされた。本行事では鏡餅とともに2名の副将軍が酒樽（さかだる）を開いた（**写真4**）。

最後に出陣式が行われる。鏡開きから帰陣した大将軍、副将軍が兜を装着し、大将軍が右手に扇を開いて「えい！　えい！」と言うと家来一同が「おう！」と応じる（**写真5**。これを「関をあげる」という）。最後に全軍が会場を左回りに行進し（**写真6**）、鎧着初め・鏡開き式は幕を閉じる。



写真1　侍大将が着到状を読み上げる


写真2　三献の儀。陪膳所役が大将軍に酒を注（つ）ぐ


写真3　誓いの詞を神前で奉読する



写真4　副将軍が酒樽を開く

昭和100年記念　令和8年鏡開き式・武道始め



写真５　大将軍の音頭で全軍が鬨をあげる



写真６　全軍での行進

◉大将軍コメント＝弘友和夫（日本武道館理事）



「リハーサルから緊張していたのですが、本番では気を引き締めて頑張りました。鏡開きで餅を開いた瞬間は、しっかり手応えがありとても気持ちが良かったです。今、世界は分断や差別、戦争が横行していますが、武は本来は『戈（ほこ）を止める』と書きます。そういった武道精神が世界に広まれば平和な世界になるため、現在進んでいる武道の無形文化遺産登録に向けた活動が重要になってくるのだと思います」

◉副将軍コメント＝永谷喜一郎（全日本弓道連盟会長）



「甲冑を着て会場を歩いていると、本当に武士になったような感覚になりました。（昨年７月に全日本弓道連盟会長に就任して）これほど大きい組織をまとめていくというのは覚悟がいることだと思っています。弓道の精神性と競技性の融合において、どの辺にバランスを置くかということを他の武道やスポーツ連盟などを参考に多角的に検証していきたいです」

模範演武





模範演武挨拶
川端達夫日本武道館理事長

















【演武者一覧】

▼**柔道**＝菅麗子（四段）、中島恵（四段）▼**剣道**＝山﨑明正（範士八段）▼**弓道**＝小越智就（錬士六段）、貝谷佑一（錬士六段）、茶山礼宜（錬士六段）▼**相撲**＝舛田守（八段）、上田剛毅（参段）、安藤珠璃（弐段）、川口正太郎（弐段）、臼田哲朗（参段）▼**空手道**＝小林実紗（弐段）、岸田羽未（弐段）、西巻紅美（弐段）▼**合気道**＝入江嘉信（七段位）、桂田英路（七段位）、鈴木俊雄（六段位）、中村仁美（四段）、有馬隼人（四段）、深浦徹也（参段）、アレクシ・セシナス（参段）、野中力樹（弐段）▼**少林寺拳法**＝谷聡士（大拳士六段）、中井弘佑（正拳士五段）、成海澪（少拳士二段）、東蓮翔（少拳士参段）、近江謙信（参段）、後藤美羽（少拳士参段）、荏原碧（少拳士参段）、壽浅瑠称（少拳士参段）、金丸実結（弐段）、小嶋智希（参段）、平野悠伸（参段）▼**なぎなた**＝木本佐知子（教士）、関祐介（教士）、吉井和代（教士）、中島由香里（錬士）、和田うらら（五段）、北希織（五段）▼**銃剣道**＝小倉弘之（教士七段）、佐藤岳（教士七段）、岩崎成希（五段）、酒井玲（五段）、森川友紀子（五段）、今澤美紗貴（五段）

武道始め



柔道







剣道







昭和100年記念　令和８年鏡開き式・武道始め

相撲







空手道







合気道







少林寺拳法







なぎなた







銃剣道







column　昭和40年に第1回の鏡開き式が開催



昭和40年鏡開き式。大将軍を務める赤城宗徳氏（左から2人目）

日本武道館が開館した翌年の昭和40年1月15日、日本武道館で第1回の鏡開き式が開催された。会報誌「武道」第23号（昭和40年2月1日発行）によれば、当時「鎧着初め」は「具足開き」という名称で、「大将軍・副将軍」も「大将・副将」と言う呼称であった。また、当初は武道始めは行われておらず、都内の小中学生を招き「おしるこ会」を行っていた。

【武道始め参加団体】

▼**柔道**＝田無警察署少年柔道部、修徳柔道クラブ、正道館蔦谷道場、調布市柔道連盟、本所警察署少年柔道、日本武道館武道学園▼**剣道**＝北の丸剣友会、花畑剣友会、万世剣友会、品川平塚剣友会、平井剣友会、八武崎剣友会、清和剣友会、志村少年剣友会、お茶の水剣友会、江戸川剣友会、滝六剣道クラブ、日本武道館武道学園▼**相撲**＝立川練成館▼**空手道**＝日本空手道拳志会、白水修養会、教空会空手道場、髙木道場、蒼鷹会空手教室、日本武道館武道学園▼**合気道**＝公益財団法人合気会、日本武道館武道学園▼**少林寺拳法**＝一般財団法人少林寺拳法連盟、日本武道館武道学園▼**なぎなた**＝公益財団法人全日本なぎなた連盟、日本武道館武道学園▼**銃剣道**＝公益社団法人全日本銃剣道連盟

■武道功労者・武道優良団体表彰式

「武道功労者受章に寄せて」（27ページ～）では武道功労者の喜びの声を掲載しております



武道功労者

▼**柔道**＝遠藤　純男（秋田県）
※表彰式は代理

▼**剣道**＝太田　忠徳（東京都）

▼**弓道**＝窪田　史郎（東京都）

▼**相撲**＝木﨑孝之助（東京都）

▼**空手道**＝前田　利明（東京都）

▼**合気道**＝杉田　憲司（三重県）

▼**少林寺拳法**＝濱田　宏行（愛媛県）

▼**なぎなた**＝田中美智代（大阪府）

▼**銃剣道**＝吉田　元明（宮城県）
※表彰式は代理

▼**日本武道館**＝弘友　和夫（福岡県）

武道優良団体

▼**柔道**＝学校法人桐蔭学園
桐蔭横浜大学柔道部

▼**剣道**＝一般社団法人静岡県剣道連盟「養浩館」

▼**弓道**＝奈良市弓道協会

▼**相撲**＝学校法人東洋大学相撲部

▼**空手道**＝全日本空手道連盟
北海道地区協議会

▼**合気道**＝鹿児島県合気道連盟

▼**少林寺拳法**＝神奈川県少林寺拳法連盟

▼**なぎなた**＝滋賀県なぎなた連盟

▼**銃剣道**＝佐賀県立佐賀農業高等学校