

せいぶ館通信

第34号 / 2009年(平成21年)5月 / 発行:(財)合気会神戸支部せいぶ館 編集・文責:大里郁子
支部長:中尾眞吾 道場長:濱崎正司 〒650-0011神戸市中央区下山手通8-20-17 えぬビル3F白蘆林内 (078)382-1659

上海に行ってきたよ。

中尾眞吾 / 支部長 / 六段

連休を利用して、上海に行ってきた。関空から、ホンの一っ飛び。

1年半前に行った時は、スモッグで青空は見えへんし、口を漱ぐ水は臭いし・・・で、もうこの街に来る事もないな、と思っていたのだが、来てしまった。

主宰者である野倉夫婦の人柄、そして海外での合気道仲間との出会い・・・そういう魅力が4回目の上海への渡航となった。

前回、それほどでもなかった人達が上手くなっている。この2回ほど見なかった人がバタンバタンやっている。ポチャポチャした体型の子が痩せ、ほっそりしていた子がガッシリ・・・景気のええ受けを取れる若い人達が増え、進化しているのを実感する。

どこの道場でも似た様な日常が繰り返されているのだろうが、旅行者にはそれらが新鮮だ。

稽古の合間に行く観光も楽しみである。

今回のメインは地上492メートルの森ビル・上海環球金融中心展望台だ。95階までアツというマに着く(66秒!)。周りを見ると以前に上った東方明珠や金茂大廈などの高層の建物が真下に見える。空中ではゴンドラに乗った窓拭きの人達が、私たちを覗いている。足元は透明のガラス(ギョッ!)を通して地上のビル街が・・・。たぶん安全なんやろけど・・・この上に乗るのには「大変な」勇気がいる。私はヒヤヒヤ・・・ビビッているのだが、女性群は平気のようだ。



辛い辛い! ひいひいの四川料理、身体に優しいキノコ鍋・・・ぶつ切りにしたスッポンをその中に放り込む・・・美味。何を材料にしているのか、当てるのが楽しみな精進料理。ピュワ〜ンと飛び出す、アツアツのスープ・・・シャオロンパオ。アンダーが案内してくれたバスク料理・・・今に、淡路島のハモスキ料理、なんて、もんもこの地に進出するのでは?!

最前列で見る雑技団は相変わらずの迫力満点、よくもまあ!ここまで鍛えたものだ。時々失敗もあるが、すぐにその場でやり直す。この積み重ねが、この高度な技に凝縮されていくのだろう。

気になる事ひとつ、まだ幼さの残る少女、少年の出し物もホォ〜ォッ!の連続だが、しかし私には、アマリニモ小さい、あどけなさの残る子供が精一杯の微笑みで演じているのは痛々しくて、見ているのが辛かったなあ。

何はともあれ、今回もよく稽古をし、よく食べ、飲み・・・よく楽しませてもらうなあ・・・。

いつも海外で考えさせられる事、「もてなし」という日本語。野倉さん、毎度おおきに。昌子さん、お世話になりました。和可ちゃん、長尾さん、有り難う。玲子さんも身重の身体で有り難う・・・朱美ちゃんも熊沢さんも莉莉も海燕・王・兪腸家・・・みんなみんな謝謝・・・。

09.3.26

せいぶ館 寒稽古完遂者

鳴嶋・角田・山本・佐々・内田・中尾 以上6名

昇段・昇級 おめでとうございます

七段	藤井克利
六段	打越明夫
三段	山本梅子 坂本幸子 松田毅
初段	鍛冶路子 杉山義隆 遠藤綱一
1級	田淵七重
2級	広池正道
3級	濱田剛志
4級	佐々寧昭 山本有
5級	森めぐみ 槇浩司

子供クラス

6級	兒玉渉
7級	遠藤史憲 兒玉迪 岡崎充志 土居星奈
8級	須方音寧 小西玉緒 清武宏仁
10級	錦谷太郎 錦谷勇祐 小村佳奈子 有宗涼歩 石橋裕基 多賀優大 森本みのり 八田溪 久米輝明

《昇段昇級感想文》

合気道七段位を拝命して

藤井克利／七段

昨年、念願の「せいぶ館道場の50周年記念行事」を皆様とともにお祝いすることができました。今年は、本部道場の鏡開き式におきまして、守央道主から七段位を拝命いたしました。

体が弱くて始めた合気道でしたが、今日ではすっかり生活の中に溶け込んだ合気道となっております。

我が合気道人生、65歳にして、体力の限界を感じる今日この頃でございますが、多数の方から祝福いただき、人生の一区切りとして感無量でございます。

せいぶ館道場の皆様のご支援はもとより、濱崎道場長はじめ、中尾支部長、明子奥様の温かいご尽力に甘え、今日まで47年もの間続けることが出来ました。改めて厚く御礼申し上げます。

この度、心温まるお祝いの会を催していただいたうえ、一人一人から、思い出話や、励ましのお言葉等丁寧なご挨拶までいただき、一入懐かしく身にしみて、当時の事を思い起こしております。

誠にありがとうございました。

F氏と言えば、反射的に「痛い」「きつい」の言葉が出てくるのをこらえながら、「いつも元気ハツラツ、笑顔いっぱいピリリと胃に刺激が...」「理路整然とした技の説明、見事な足捌き、『F氏』と噂される程のキレ味たっぷりの技...」「話をしても家族のにおいがしない」など表現巧みに、関西弁でやわらかくご披露していただくなど、せいぶ館の皆様の温かい心遣いを感じ取ることが出来ました。感謝の念でいっぱいです。

これからも、体捌き、手捌き、足捌きを基礎として、口捌きも加えて細く長く稽古に専念したいと考えております。今後とも、ご指導、ご鞭撻の程よろしくお願い申し上げます。



段へのこだわりと思い

打越明夫／六段

若い時は段位がほしくて仕方なかった。17歳で精武館に入門し、22歳で初段、24歳で二段、28歳で三段、33歳で四段、45歳で五段をとった。60歳の区切りで六段をいただいた。私の中では還暦祝いと捉えている。五段になったときに、既に段へのこだわりはなくなってしまっていた。今は、年に3～4回遠藤先生に教わった技を使い、気持ちの合う人と稽古をし、ただ楽しく合気道が出来れば良いと考えるようになった。

段へのこだわりとして、六段の力がついて六段をもらう、五段の力がついて六段をもらう。この差は、10年はあるかもしれない。道場を持つつもりもなく、指導者になる気もないのに、五段以上は必要なのか。段の欲しい人が多く、下が支えているから上に上がるしかないのか。

祝いの席、居酒屋で、せいぶ館の皆さんに「せいぶ館の誇りだ。」「もっと早くに段を貰えたでしょう。」「推薦料金を全額出してあげるよ。」「初めて道場に來た人からは「難しい技がうまい。」「怖い印象の先生。」「姿勢が良い。」「受身が大きくて素晴らしい。」と言われた。うれしい限りである。

だが、それが六段なのだろうか。その程度のことを私は今まで欲していたのだろうか。段を取る人に問いたい。自分の地位を振りかざすための段位なのか。認められたいために段をとるのか。段はそんなものではない。段位以上の力を持っているからといって段位を取る必要はない。段位はついでで良い。ただ楽しく合気道が出来れば、私はそう思う。

感謝

山本梅子／三段

二段に昇段させていただき、ありがとうございました。

ずいぶん迷って審査の申し込みをしてから、当日までの10日間の長かったこと。その間、稽古に行っては落ち込み、焦り、また、頭の中で動きをシミュレーションしては不安になり……夜も目が冴えて……。日頃、頭を働かせず漫然と稽古をしてきたことを反省しました。そんな中、受けを取っていただき、また、アドバイスを下さった皆様、本当にありがとうございました。

審査の前日、やはり眠れず、以前の審査の演武の映像を見ました。先輩の方々が稽古の時と変わらず、気負いもなく、いつも通り当たり前演武されているのを見て、「これだ!」と思い、気持

ちが落ち着き、当日を迎えることができました。

審査では、先生方に厳しく見ていただき、評価とアドバイスをいただき、新しい課題をいただきました。やさしく厳しい目を持った先生方、また学ぶことの多い先輩方、そして温かい仲間がいる「せいぶ館」に、人生の後半に差し掛かった時に巡り合えたことは、なんと幸せなことだろう、とつくづく思わずにはいられません。

新たな気持ちで、もうしばらく「せいぶ館」で稽古させていただきたいと思っています。多少、しわの多い、張りのない手ではありますが、やさしく、しっかり握っていただけたら嬉しく思います。今後ともよろしくお願ひいたします。もしかして、人生で今、一番謙虚な気持ちになれているかもしれません。この謙虚さ、ながーく続くといひのですが……。

山と合気道（その2）

松田毅／三段

《山行》

昨年は白馬岳に登った。8月13日朝6時半、白馬駅前に着く。登山口猿倉までのバスを探す、出発までに30分もあるのでタクシーに乗る。20分で到着、3600円也。タクシーの中で、運転手が1週間ほど前に落石事故があり、女性登山者が死んだことを教えてくれる。この時は他人事のように聞いていたが、後でぞっとすることになる。猿倉から頂上までの標高差は1700m。途中で軽アイゼンを着け雪渓を登り、お花畑を通り、12時過ぎに今日の幕営地に到着。少し飛ばしすぎた。テント設営後の缶ビール700円が美味い。夕方4時にシュラフに入る。寝返りを打つと疲れすぎた大腿が痙攣を起こす。うめきながら薬を塗り、何とか寝付く。

翌日は雨だった。風も強い。今日は鑓温泉を廻り下山する予定。早々にテントを畳み出発するが、風雨が更に強まる。昨日の疲れが残り、スピードが出ない。やっと鑓温泉、ここで休憩。朝から4時間15分もかかっている。従業員から、先ほど女性登山客とガイドの2名が落石に会い死んだとのニュースを聞く。下手をすれば自分がその目に会っていたかも知れない。昨日のタクシー運転手の話を思い出し、体が震えた。次の雪渓を渡る時は早く横断せねばと思う気持ちと、体が疲れてついて行かない現実とに敗北感がひしひしと湧いてきた。後ろに傾く体を何とか前に倒し、やっと午後4時半に猿倉に到着した。その途端、バケツをひっくり返したような大雨が降ってきた。山小屋でジョッキの生ビール山頂と同じく700円を飲み、長い雨宿りをする。主人が「よく1泊

で来たな、普通は2泊なのに。」と話し掛けてきたうえ、枝豆をサービスしてくれた。総括するとこの山行は3割の達成感と7割の挫折感の旅であった。

《山と合気道》

山では険しい崖には鎖やロープが張ってある。このロープを変に掴むと岩場から足が離れ、体が離れ、ますます不安定になる。この状態は完全にロープが主で人が従、ロープに支配されている状態で、何か合気道のある状況に似ているのではないかと、今、何とかこれを合気に応用できないか思案しているところである。

《最後に》

今回の審査に際し、引っ込み思案の私の背中を押してくれた玉置さん、短剣取り他いろんな技を教えてくれた山崎さん、本当に有難うございました。各曜日の先生方、手を握ってくれた全ての方々、有難うございました。

出発

坂本幸子／弐段

審査の時は、いつもながら、受けようと思う1ヶ月前から気が重たい。

いつも「こうきたい。」と、日頃出来ないところを改善すべく稽古に励んでいるはずが...。なかなか思うように身につけていない自分に腹立たしさを感じ、審査の時は嫌でも自分の欠点と向き合わなければならない。辛い時期であるが、一番真剣になる時で、基本とは何かと考えてしまう。未だに自分の苦手なところが克服できていない。稽古のあり方をこれからどうしていくべきか考えるきっかけを審査は作ってくれ、級・段は取ることが目的ではなく、新たに出発点にするためにある、といつも思う。

これから二段に向かって修行していきたい。だんだん稽古が面白くなってきた。たまには外国での稽古もいい。他道場での稽古もいい。いつもの道場での稽古を離れての稽古は、それもまた自分の技と向き合うきっかけを作ってくれた。いろいろと吸収していきたい。

もう5年半、まだ5年半

鍛冶路子／初段

5年半前、合気道のなんたるかもよく知らずにせいぶ館に見学に来て、これまたよく考えずに即入会しました。こんなに続くとは思わなかったとよく言われますが、本人が一番驚いています。

始めた頃は黒帯の方々には雲の上の存在で、私に

は縁のない世界だと思っていました。けれど年数を経て昇級していき、気が付けば1級に。次の位はもちろん初段です。しかし初段という名の重みと求められる実力を考えて、審査を受けるまでかなり長い間迷いました。何事も始めるまで人より時間がかかる私は、2年経ってようやく審査を受ける決心がつけました。

毎回、審査の前夜は緊張でほとんど眠れないのですが、今回初めてぐっすり眠れました。いつも通り審査が始まると緊張はしましたが。そして審査で体力を使い、宴会で少々飲み食いをして、へとへtoになって家に帰りました。風呂に入ってさぞかしよく眠れるだろうと布団に入ると...眠れませんでした。

審査の場面が次々と頭に浮かんでくるのです。あの時ああすればよかった、こうすればよかった。今更やり直しはできないのは分かってるのですが、止まりません。しかし、それも含めて現時点での実力なのだと思います。精進あるのみ。

「黒帯になった時が一番嬉しかったなあ。」とは審査で疾風のように現れて、技2つ分受け取って疾風のように去っていったあの方の言葉ですが、正直まだ実感が湧きません。これからは容赦なし、とのお言葉を色々な方にいただいたので、ボロボロにされて体感する方が先かもしれません。

とにかく今まで稽古を続けてこられたことを嬉しく思います。最後に、寝不足の中、受け取って下さった徳山さん、稽古・指導をしていただいた皆さん、ありがとうございました。

これからもよろしくお願いします。

ありがとうございました

杉山義隆／初段

この度は初段を頂き、誠にありがとうございました。

審査では多少の失敗は気にせず、勢いを大切に、気持ちを強く持って臨みました。良い所も悪い所も出た内容になり、この4年半の集大成としては満足な結果になったと思います。

2年程前より現在の職場で正規採用となつて以来、終業が非常に遅くなってしまいました。

そのため稽古に出るのがとても辛い日もありましたが、4年半の間、合気道を通して多くを学ぶことができ、私も少しは成長できたように思います。

今後も、細くとも途切れないよう、継続して稽古に励みたいと思います。何卒よろしくお願い申し上げます。

まだまだ“ひよっこ”

遠藤綱一／初段

この度は初段をありがとうございます。

2001年の夏の終わりに合気道を始めて丸7年半経ちました。自分としては10年で黒帯が目標でしたので2年半も早く取得できた事になります。

ただ、審査の内容は自分の未熟さを思い知らされる様な情けないもので、昇段と言われた時には体中の力が抜けて放心状態でした。(実は今もまだそんな感じでして、ボーッとしたままの1週間の早かった事!)しかし10年、20年どころか30年、40年選手がバリバリの合気道では、7年半なんて未熟も未熟、まだまだひよっこ!

初段といっても、やっとスタートラインに立った様なもの、合気道はこれから面白くなりそうで、今からワクワクしています。

最後になりましたが、今日まで懲りずに指導して下さった方々、稽古の相手をして下さった方々、受けを取って下さった方々、そして初段を受けるにあたって励ましの声を掛けて下さった方々、どうもありがとうございました。これからもよろしくお願いします。一緒に楽しく稽古しましょう!

一生モノ

田淵七重／1級

今回、1級を頂きました。審査していただいた先生方、また、日頃から稽古の相手をして下さっている皆様、ありがとうございました。

入会時期が1月なので、毎年新年を迎えると、「せいぶ館で合気道を始めて、○年目になるなあ。」と数えます。今年で4年目に入りました。私の合気道歴はまだたったの数年ですが、稽古の日々を重ねれば重ねるほど、それに比例して合気道の存在が奥深いものになっていくのだな、と感じています。そして、そこに終わりはないんだな、とも。

今では私の生活の一部となった合気道。稽古を通して、自分自身を振り返り、反省し、その反省や学びを日常生活にも活かして...と、言うは易し行うは難し。まだまだ未熟な私には、そう簡単にいく訳もなく、でも、だからこそ面白い。

私の合気道人生、始まったばかり。そして、今日も合気道が出来る“幸運”に感謝です!

ありがとうございます

広池正道／2級

今回は2級を頂きましてありがとうございます。入門してから今回で4回目の昇級審査になりますが、何回しても緊張してしまいます。しかし、今回は、審査の直前の朝稽古で中尾先生に短い時間ながら特訓して頂いたのと、審査の際お相手いただいた森田さんの見栄えの良い受けのお陰で、稽古不足もろバレのような無様なことにはならなかったように思います。せっかく頂いた2級ですので、しっかりと磨いて次の昇級に望みたいと思います。そして、はるか将来(?)黒帯をとる審査の際には、見ている方にも多少は感心していただけるような技が出るようにしたいというのが今の目標です。

その目標も、今6歳の息子が物心つく頃までには黒帯になって、父親の威厳を保ちたいところです。6歳というと、普通もうそろそろ物心がついているのではないかと思われるかもしれませんが、我が愛息は未だに、パンツを2枚重ねて履いてしまったり、普段は口半開きでよだれを垂らしたりしていますので、まだ時間的に余裕がありそうです。

息子とともに成長したいと思う春です。今後ともよろしくお願いいたします。

頑張ります

濱田剛志／3級

この度は3級に昇級させて頂きありがとうございます。今回の試験で色々と解った事があります。好きな技、あまり好きじゃない技関係なくしっかりと稽古しないといけないという事を痛感しました。先生からの厳しい意見をバネにしてこれからも頑張っていきます!

体力

佐々寧昭／4級

4級を合格させていただき、ありがとうございました。

合否発表のときの寸評で「小手返しと二教ができていない。」と言われたため、4級のレベル(5級の内容+小手返し+二教)に到達していないのではないかと感じています。次の審査までには正確にできるように稽古に励みたいと思います。

最近ではようやく慣れてきましたが、稽古の途中で体力が尽きてしまい、後半はあまり稽古にならないということがよくありました。入門する以前は同世代の人より同じか多少体力があると思っていましたが、合気道の稽古では全くだめでした。(変なところに力が入っていて無駄に体力を

使っているというのもあります。)特に土曜日の稽古で合気道1.5時間+杖道3時間弱はきつく、夏場は最後までもちません。また夏が来るので、今年こそは最後までつようにしたいと思います。

また、今後も稽古・ご指導の程、よろしくお願ひいたします。へばっていたら、しばきまわさんとほっというて下さい。

道場生のための道場

山本有／4級

ここせいぶ館で本格的に稽古を始めて半年ほどですが、この度、昇級の機会を得ることができました。1つの昇級ではありますが、私にはとても大きなものと感じています。

せいぶ館は、先生方や道場生の方々が日々仕事、学校、家事に勤しみながら、純粋に合気道を楽しむために集まった手作り道場といった感があります。それでいて本部道場の合気道も継承した、正道をいく合気道という点にも誇りが持てます。初心者にとって、有段者と分け隔てなく日々稽古ができることは、この武道の面白さを早く体得するためには不可欠であると感じています。

私は転勤族であり、神戸せいぶ館に入門したのも偶然ではありますが、1日でも長くこの道場で稽古ができることを願ってやみません。

初めての審査

森めぐみ／5級

この度は5級に合格することができました。審査して下さい先生方、ご指導いただいた皆様方、受けをとっていただいた山本さんに感謝申し上げます。

私が「合気道」という存在を知ったのは、小学校の時でした。とある本を読んでいると、女性が男性を吹っ飛ばすという場面があり、自分も暴漢対策にいつしか吹っ飛ばしたいと思うようになりました。現在は、吹っ飛ばされる方が楽しいわけですが…。いえいえ、取りが楽しくなるようにもっと頑張ります。

取りの時に何をしたいか分からなくて固まることが多々あります、どうか見放さずにご教授いただければ幸いです。

昇級作文

横浩司／5級

この度、無事、5級に昇級する事ができまし

た。緊張の中での初めての審査でしたが、何とか全ての技を行う事ができ、いい経験をさせてもらいました。昇級者発表で自分の名前が呼ばれた時は最高にうれしかったです。帰り道では嬉しさが込み上げてきて自然と笑みを浮かべていました。

昨年11月にせいぶ館に入会してから4ヶ月、審査2週間前まではまだまだ合格レベルには達していなかったとは思いますが、諸先生、先輩方の適切で親切なご指導のおかげで合格できたと感謝しております。徐々にですが、技ができるようになってくると合気道をする事の楽しさや奥の深さに触れる事ができ、今では入会して本当によかったと思っています。また、道場に通いだしてから心身ともに健康的で生活にもメリハリができました。朝、仕事前に稽古をする一日得をした気持ちにもなれますし、頭もすっきりします。稽古の後はいつもすがすがしく感じます。これからもずっと合気道を続けて、上達して、次の昇級審査で4級合格を目指します。

まだまだ未熟ですが、今後ともご指導の程宜しくお願い致します。

子供クラス

6級になって

児玉渉／6級

ぼくは、今年の試験を受けて、子どもクラスで最後の級になりました。いままでまい年試験を受けていたけど、今回が子どもクラスで最後の級だったので、大人クラスに入るまで試験はありません。なぜかと言うと来年、ぼくは、まだ、6年生だからです。中学生になればまた試験を受けることができるので中学生になったら受けようと思いました。そして、段になれるように、がんばっていこうと思います。

合気道が役にたったこと

遠藤史憲／7級

僕は合気道をやっていて、一度こけそうになって(たぶんこけた。)、はんしゃで後うけみで無きずだったことがあるので、ほかの、たいのてんかん、しっこう、まえうけみも使っていきたいです。今年で6年で、来年のしんさの前には合気道をやめるんだけど、今年もわざを覚えてなにかに役立たせたいです。

試験合かく

兒玉迪／7級

自分は、やっと7級になりました。

この4年間、さぼる・行くのくり返しでした。それでも1年生からしている内に、うけみも上手になってきました。つぎに試験を受けたら、もう6級なので受けられませんが、これからがんばって、黒まではいかないけど、5級まではいきたいです。そして、うけみを兄や姉よりもうまくなって、いつかは見返してやりたいです。

合気道の試験

土居星奈／7級

今年は7級に受かりました。私は、試験の中で「いりみ投げ」の技をミスしてしまいました。どこをミスしたかと言うと、投げる時に最後の後ろ足を前に持って来るのを忘れてしまったからです。私は、そこをずっと反省しています。来年の試験になったらこんなミスを犯さないように気を付けたいと思っています。

子どもクラスの試験が終わった後、次に大人クラスの初段の人達の試験が始まりました。私は、初段の人達の試験を見ていると、私が今勉強している技のレベルとぜんぜん違っていました。3人で技をやったり、木刀を持って技をやったり——。私は手がふるえました。なぜかと言うと、私が大人クラスに入ってもこんな難しい技ができるはずがないからです。少し自信をなくしてしまいました。でも今ならっている業は基本の技だから、基本の技を練習すれば難しい技もできるとわかりました。

私はまだ未熟ですが、基本の技をいっぱい練習していっぱい勉強してから難しい技を勉強したいと思っています。

8級を受けて

清武宏仁／8級

昇級試験の前、今まで何回かやってきたから緊張するかなあって思ったけど緊張しませんでした。本番の時、入り身投げをちょっと出来なくて、悔しかったけど、他の技はまあまあ出来たので良かったです。昇級試験に受かったと聞いた時は嬉しかったです。

本当にありがとうございました。これからも先生みたいに上手くなれるように、頑張っていきたいと思います。あと、帰り際に頂いたピザ、おいしかったです。

試験合格

須方音寧／8級

私は、合気道の試験に合格しました。私は8級になりました。最初とても緊張しました。でも、毎週土曜日せいぶ館に行ってがんばって練習したから大丈夫、と心の中で言い聞かせました。本番、先生に名前を呼ばれた時とても緊張しました。見ている人がたくさんいたのでもよい緊張しました。まず1つ目のわざがちょっとだけわすれていて、「どうしよう。」と思っていたら、小西さんが、教えてくれて思い出しました。試験が終わってから「ほっ。」としました。そして次の土曜日、先生にいそいで聞くとうかっていたのでとてもうれしかったです。

合気道のしけん

小西玉緒／8級

私は、合気道に行った。やる前になぜか緊張した。つぎに出番となったときにはもっと緊張して心臓がバクバクして、もう心の中ではパニック状態になってたいへんなことになった。出番になった。みんなはさきにパッパとやっちゃってついていけなかった。でも練習してきた成果を見せつけるため、いっしょうけんめいした。緊張していたけれど、後から緊張がほぐれてあまりしせんをかんじなくなっちゃった。おわった。「ふうー。」とほっとした。

あまりじょうずにできなくて心配だったけど8級になって心の中で「バンザイ。」とよろこびました。うれしかったです。

10級

錦谷太郎／10級

じつは、ぼくのしょうじょうは、おとうとが家にもって帰ってきました。ぼくは、ぼくのしょうじょうを見た時、10級になっていて、びっくりしました。まず部屋にはいったときんちようしました。楽しかったです。少ししんどかったです。

10級

錦谷勇祐／10級

ぼくは、10きゅうになって一ぱんうれしかった。そしてしっこうは、しけんのときは、へたでした。でも10きゅうになれたから、サービスだとおもっていました。でもとびきゅうのほううれしかったです。そしてしけんはしん

けんにしたけど、とびきゅうじゃなかったです。

どきどきした、しけん

小村佳奈子／10級

わたしは、しけんのあいだすぐきんちょうしていました。

じぶんのばんがきたとき、ごうかくしたいなあ、とおもって、がんばりました。

ほかの人のしけんを見て、わたしも、こんな上手になりたいなあとおもいました。

じぶんのばんがおわると、ほっとしました。

十きゅうにごうかくできてうれしいです。

ごうかくしたよ

有宗涼歩／10級

10きゅうにあがれて、うれしかったよ。さいしょは、うしろうけみができなくて、なっていたけど、できるようになりました。いえでも、れんしゅうして、できるようになってうれしかったよ。おとなの人みたいに、じょうずになりたいです。はやく、あがりたいたいです。むずかしいわざが、できるようになりたいです。

おなじあいきどうでれんしゅうしている、おにいちゃん、おねえちゃんみたいに、じょうずに、やさしくおしえてくれたみたいに、4月から、あたらしく入ってくる子たちに、わたしも、やさしくおしえてあげようとおもいます。

1年かんつづけてきて、ほんとうにたのしかったよ。らい年もあがりたいたいです。あがれるようにがんばります。

10きゅうごうかく

石橋裕基／10級

10きゅうごうかくしてうれしかったです。

しけんで、わざはいつもどおりできました。とくに、まえうけみは、うまくできました。でも、しっこうは、とてもきんちょうしました。

見るといどはよかったかわからないけど、自ぶんにとっては、うまくいききました。

おともだちみんなとごうかくできてよかったです。

つぎは九きゅうにむけてがんばります。

はじめてのしけん

多賀優大／10級

ぼくは、合気道をならってもうすぐ1年にな

るけど、まだまえうけみがちゃんとできません。しけんのまえに、いえでもひっしにれんしゅうをしたらできた。しけんの日は、きんちょうしたし、まえうけみもちゃんとできなかったけど、がんばりました。

これからは、一つ一つしんけんに、わざをけいこします。いつか、先生みたいに、はかまがはけるようになりたいです。

あいきどうのしけんをうけて

森本みのり／10級

わたしは、あいきどうのしけんをうけました。さいしょは、うかるかふあんでした。でもうかったのですごくうれしかったです。

わたしたちのしけんのばんがきたときにきんちょうしてドキドキしました。さいしょは、きんちょうしてドキドキしていたけど、と中できんちょうがなりました。

おとなのしけんを見ているときにすぐわざにはく力がありました。とくに2人たい1人のわざで1人の人が2人の人をわざでたおしていたのですごくいいとおもいました。わたしもあんなわざをできるようになりたいです。

つぎのしけんのときもごうかくして九きゅうになりたいです。つぎのしけんすぐたのしみです。わたしは、しっこうが大のどくいで大すきです。

合気道のこと

八田溪／10級

ぼくは、えい会話スクールのジュンニム先生にすすめられて、きょ年の7月から合気道をはじめました。

合気道をしてよかったことは、色んな技をおぼえられたことです。それとちがう小学校の子とお友だちになれたことです。おもちつきも楽しかったです。今年も行きたいです。

スケートも教えてもらってちょっとだけすべれるようになりました。また行きたいです。

これからはおけいこをがんばってうけみが上手になりたいです。

古どの先生、におか先生、合気道を教えてくれてありがとうございます。

合気道

久米輝明／10級

しけんがはじまったころ、とてもきんちょうしました。ほかのわざを見てすごいなあと思いました。ざぎこきゅうほうがおもしろかったです。しけんがごうかくして、よかったです。

いろんなわざがありました。合気道がとてもたのしかったです。色おびをもっている人は、すごいなあと思いました。黒おびの人は、前うけみと後うけみがとても上手でした。

合気道がどんどん楽しくなってきました。しけんがとても楽しかったです。

《 特別寄稿 》

還暦に思う

佐々木喜多朗／還暦

ありがとう、お祝いしてくれた皆。おめでとう昇段した人・結婚した人・還暦を迎えた人達よ。

「50、60鼻たれ小僧」、合気道の面白さが少しわかる年齢になったかな...しかし、体力の衰えは如何ともし難く、あの若き日々の稽古は流石に影をひそめ、今ではそれに代わり「焦らず・気張らず・怠けず」の自分流合気道に変わってきた。

そのような中で30有余年、私が稽古に熱中できたのは、心がげんき・体がげんき、まさに元気でいられた結果だと思う。

もう一つ、道場には何時も「氣」の合う先輩や同僚、後輩がいたからである。特に、私がせいぶ館の玄関をくぐると「元気でいいですね。」と横田前道場長の遺影が迎えてくれる。こんな励ましもあり、いつまでも熱中できるのかもしれない。

稽古にあっては「素直であれ。」を座右の銘としている。素直とは注意や指導に黙って従う「従順」ではない。疑問を残してはいけないという事である。従順を素直という言葉にすり替えてはいけない。素直な心は無限の創造の可能性がある、従順さからは何も生まれないと考えられるからである。

近年は週1回の道場通いも、ままならぬのが現状である。ああ稽古がしたい。かくなる上は、であいい、ふれあい、めぐりあい、「あい」がいっぱいあるせいぶ館で、還暦はもちろん、古希までも元気で稽古を続けたいと願っている。

—これまでの行事—

- 12/7(日) 横田前道場長追悼演武会・総会・忘年会
結婚祝い(いっこ・大里)
- 12/14(日) 大掃除
- 12/20(土)～21(日) 遠藤先生稽古会
- 12/30(火) 餅つき
- 1/4(金) 稽古始め・新年会
- 1/18(日) 六段昇段祝い(打越)、還暦祝い(佐々木・岡田・高橋)、結婚祝い(麻紀・香山)@香味園
- 2/1(日) 県民大会@県武道館
菅原師範・日野指導員
- 2/7(土)～8(日) 栗林師範稽古会
- 3/8(日) 審査、七段昇段祝い(藤井)@燕京
- 3/28(土)～29(日) 遠藤先生稽古会

- これからの行事 -

- 5/23(土) 全日本演武大会@日本武道館
- 6/27(土)～28(日) 遠藤先生稽古会
- 7/23(木)～8/5(水) 土用稽古
- 9/13(日) 審査



<編集後記>

今年の春は、桜の花を長く楽しめる季候だったようです。皆さんはどんな春を過ごされましたか。

← 4/12 花見の様子

[せいぶ館道場 入会案内]

■会費

- ・入会金 5000円
- ・会費 (なるべく3ヵ月分以上を前納してください)

一般	5000円 / 月 (一括払いの場合: 28000円 / 半年 50000円 / 年)
65歳以上	4000円 / 月
小・大学(23歳以下)・70歳以上	3000円 / 月
ビクター料金 <1週間有効>	1500円 / 一般 1000円 / 小・中・高・大学生(23歳以下)・65歳以上 2000円 / 本部師範およびそれに準ずる先生にご指導頂く日程の場合

- ・休会時は事前に届を出すと、500円/月になります 会費の滞納が6ヵ月以上続いた場合は退会とみなします
- ・会費を銀行振込する場合: 日新信用金庫・宇治川支店 普通No.340076 せいぶ館佐治孝雄(セイブ カン サヅタカ)
- ・会費を郵便振替する場合: 口座番号: 14340-56119711 加入者名: せいぶ館佐治孝雄(セイブ カン サヅタカ)

■稽古中のケガ、その他事故については会員個人の責任とします

- ・紛争は当事者同士で解決して下さい
- ・スポーツ安全保険に加入して下さい (団体保険は毎年3月末切換えです 掲示にご注意ください)
- (財)スポーツ安全協会 〒650-0011神戸市中央区下山手通4-18-2 兵庫県健康公社内 (078)232-9651

■気持ちよく稽古ができるように

- ・道場内外は来た時よりも美しく。 ・道場内は原則として禁煙・禁酒・禁飲食・禁携帯電話です
- ・道場内には私物を置かないで下さい。 もし私物を1週間以上放置している場合は道場で処分します

■稽古時間 <2009年4月現在 / 祝祭日・年末年始等は掲示にご注意下さい / マークのクラスには一般も参加できます>

	朝のクラス	昼のクラス	夜のクラス
月	7:00~8:00 (初心者) 中尾		18:30~20:00 久美
火			18:30~20:00 佐伯
水	7:00~8:00 中尾	13:30~15:00 (レディース) 明子	18:30~20:00 玉置
木		16:45~18:00 (子供クラス) 新阜	18:30~20:00 (初心者) 佐治
金	7:00~8:00 中尾		18:00~19:00 岡田
土	9:30~11:00 (初心者) 中尾	15:00~16:30 (子供クラス) 大里	19:00~20:00 井出
日	7:00~8:00 (座禅会) 永昌寺 9:30~11:00 中尾 11:10~12:10 濱崎	← [毎月第2日曜: 藤井]	18:30~20:00 (初心者) 松平 ↑ [毎月第2日曜前日: 藤井]

明石道場 水: 19:00~20:30 (山下)

COOP住吉子供クラス

土: 17:00~18:30 (長谷川)

杖道部 <神道夢想流> 土: 11:40~14:30(小畑) 毎月第1日曜(古流&自主稽古): 13:00~15:00(小畑) 会費: 1000円/月

■道場への最寄り駅 (徒歩時間)

- 地下鉄 大倉山駅から3分
- 地下鉄 県庁前駅から5分
- 阪急 花隈駅から5分
- 阪神 西元町駅から7分
- J R 神戸駅から12分
- 高速 神戸駅から12分



(財)合気会神戸支部 せいぶ館 支部長: 中尾真吾 / 道場長: 濱崎正司 / 副道場長: 打越明夫

〒650-0011 神戸市中央区下山手通8丁目20-17 えぬビル3階 白蘆林内 (078)382-1659

<せいぶ館ホームページ> <http://www.seibukan-kobe.org>

白蘆林(はくろりん)のこと

少年や若者が合気道を通じて強く逞しく、優しい思いやりのある人間になれるように。また、大人もそうあり続けられる、そんな青少年健全育成の場でありたい。そういう思いから、下村湖人の「次郎物語」を基に「白蘆林」と名付けました。