



第11号(通算第17号)/2000年(平成12年)11月/発行: 財合気会神戸支部せいぶ館 編集 和田正志、春名美穂、林裕樹  
道場長: 濱崎正司 支部長: 中尾眞吾/☎650-0011 神戸市中央区下山手通 8-20-17 えぬビル 3F 白盧林内 ☎(078)382-1659  
URL: <<http://www.ne.jp/asahi/aikido/seibukan/>> 英語版 URL<<http://www2.gol.com/users/pkohl/seibukan/>>

### 初心者クラスを始めてみて。。。

中尾眞吾/五段

今年になって、入会する人が増えている。木曜日、土曜日の「初心者クラス」はいつも満杯である。「芋の子を洗う状態」を改める為に7月から日曜日に、もう1時間「初心者クラス」を作り、分散を計る事にする。が、いまのところ、そのクラスは初心者よりも今迄通りの人達-中修、上級者が集まっている。9時半の始まりが早いのか、初期の目的が果たされず、どうすれば初心者にきてもらえるのか、色々と無い知恵を絞っている。。。取り敢えず彼らが集まってきても来なくても、1年間はこのクラスを続けよう、と思っている。

彼らは合気道に何を求めているのか? また私達は、どの様に手助けをすればいいのか。。。? 楽しい合気道? 愉快的。。。、強くなる。。。、ちょっとした努力で早く「植芝守平化」する合気道。。。を目指す? ウーン?

まずは「受け身」の稽古をする。出来れば稽古をしている時に「とり」よりも「受け」の方が楽しくなるように。。。。

「体の転換」もしよう。今迄は、ほとんどこの稽古を単独ではせず、昇級審査の直前にだけしていたことだ。大事な事なのについつい疎かにしていた稽古だ。あとは普段の、いつもの稽古-いわゆる基本の技-「一教」「入り身投げ」「四方投げ」それに「座技呼吸法」。これだけの事を1時間のうちに盛り沢山に動き廻ればええな、と思っている。繰り返し繰り返し、これだけの技を楽しくやっていけば、何か嬉しい事が案外見えてくる。。。かな?

しかし。。。問題発生! この暑い7月に、このクラスを始めたが為、9時半の初心者クラスから 10:00 の一般クラス、それに濱崎道場長の 10:30 から。。。と3時間もの稽古を、日曜日に消化しなければならない羽目に陥ったのだ。53歳の私にとって夏のこの稽古は大変! クラクラッ。。。無理!! 若い人達にはたったの3時間であるが、私には過酷。ポタポタの汗を拭き拭き過ごす稽古は「至福」の時間ではあるがその明くる日もその次の日も「後遺症」が私を襲う。どうすればいいのか? やっぱり、又「賢い嫁サン」に相談するしかない?! (涼しくなった、9月30日記)

2000年11月より日曜日のクラスは9:30~10:55 中尾(初心者コース)、11:00~12:00 濱崎でやってみます。

|        |       |           |
|--------|-------|-----------|
| P1     | ----- | 中尾支部長エッセイ |
| P2     | ----- | せいぶ館写真館   |
| P3-P14 | ----- | エッセイ      |
| p15    | ----- | 行事&予定     |
| p16    | ----- | 入会案内      |

# せいぶ館写真館



榎本さん & 衛藤さん  
もうすぐ結婚カップル♥



西川さん・春名・明子さん 10月28日、那岐山  
(岡山県と鳥取県の県境にある山)にて。



2000年10月15日 合宿。丹波



合宿終了後、麒麟神戸工場で。



天井・板張り工事 2000年9月～11月

おまたせ致しました。せいぶ館通信第11号です。  
今回、私、春名が編集長ということで編集させて頂き  
ました。いかがだったでしょうか。編集に携わって  
頂いた方々、皆様の原稿、ありがとうございました。

春名美徳

## 平成12年9月度 昇級・昇段者

二段：ラッセル・トロット

初段：有本ひろみ 久河浩也

1級：坂本昭彦 玉置恵啓 新阜孝之 八尾 嶺 春名美穂 2級：石田史雄 高田健一 山口晃広  
林茂郎 3級：西川渉 吉岡秀雄 平尾重雄 岡田栄二 オリヴィエ 4級：大谷雅男 伊藤功  
松井清 長谷川明子 梅田孝彰 寺見正志 紺田益誉 5級：長谷良美 香山和宏 ヴァジャージ  
木挽力 松本知之 濱名尚美 中井達哉 杉村廣美 平川昌宏 林佑樹 三吉まゆみ 濱崎論子  
林玄史郎 赤石充隆 井上豊

## 「KOBE」青春カンバック！！

藤井克利/六段

せいふ館通信第10号より・・・「F氏の技が痛くて痛くて稽古に来る人が減ってきてるんやけどどうしたらええやろか・・・？」という掲載記事により一躍全国メールで知れ渡ったF氏こと私です。

今回のせいふ館通信は、S塾長から「またF氏の話でよお、最近稽古人の若いもんが競ってなも、お酒が強くならんと合気道もよお、上達せんというもんで、まるで浴びるように呑むようになってなも、頭の痛い話でよお。」

N支部長の答弁「神戸では、灘屋で閉店後ももう一杯だけゆうて、老いも若きも相手構わずよう呑んどりましたで。」「感心なことに、いくら呑んでも不思議に朝稽古には、スカッとした顔してええ汗かいてましてなあ。」「そら早いうちに、道場に『大酒禁止』の張紙でもしといたほうがよろしおまっせ。」といった名古屋弁と関西弁の会話が記事になりそうな今日この頃です。

今年の1月東京から名古屋に勤務することになり、神戸が一段と近くなりました。地元神戸を振り出しに、当時体が弱くてはじめた合気道でしたが、福島、東京、高松、東京、名古屋と転勤で細々と稽古を続けているうちに、今ではなくてはならない日常生活の中にすっかり密着したものになってしまいました。これまでは、母親の療養見舞いを口実に帰神しては「せいふ館」で朝、夜と稽古をさせていただきました。いつも痴漢役のKさん、まじめな性格そのもので受け身を取って頂いたCさん、懐の深いOさん、いつも明るく華やかで年齢を感じさせないEさん、幹事役宴会部長のMさん、道場全体の取りまとめ役のSさん等数多くの優れた人材のもと素晴らしい道場運営が出来ている中で、伸び伸びと稽古をさせて頂き、合気道

に明け暮れているうちに気が付いたら50も半ばを過ぎ無理が出来ない年齢になっている事も忘れておりました。これからも、皆さんと稽古する機会が多くなると思いますが、「導きふれあい〇△□」と楽しくさわやかな汗をかきたいと思っております。前髪の方は自信がありませんが、後ろ髪は今少し残っております。神戸に青春カンバックした藤井です、改めてよろしくお願い致します。

当時、生田署や石井町の道場で、濱崎道場長をはじめ、打越先生、和田先生等との稽古では、「四方投げ」や「入り身投げ」でガンガン頭を打って星がチカチカした経験など、非常に厳しい稽古をさせて頂いたことも今では、一人懐かしく思い起こされ、左右均等、表裏一体といったバランス感覚のとれた素晴らしい合気道を続けて行きたいという気持ちで一杯です。

この間、40数年もの長期にわたり、神戸支部をアマチュア精神の組織で継承されたことは大変な努力の賜物だと思います。ひとえに神戸支部存続等にご尽力頂いた中尾支部長ご夫妻はじめ「せいふ館」を取り巻く指導員の皆さん、さらには日夜稽古に励んでおられる皆様のおかげで素晴らしい環境のもとに稽古をさせて頂ける事に感謝感激、合掌。

## 2度目のまさかが

打越明夫/五段

5年前の地震まさか神戸に起きるなんて。やっと落ち着いたのに今度は25年間勤めた会社がだめになるとは思ってなかった。不況と、親会社の撤退、今年正月にはなんともなかったのに2月になって急に話が。このままでは夏には倒産すると。52歳、まだ10年間は働く気持ちがあったのにまさか自分たちに。自分

の気持ちで会社を辞めるのと違って腹が立つ。1ヶ月ほど眠れないときも。少し落ち込む。若ければなんともないのに、合気道の稽古は何もかも忘れてやれる。これも支部長、道場長のおかげです。仕事関係の友人は少ないが、合気道仲間はたくさんいる。先生方には心配して下さったり、仕事の相談に乗って下さったり、話を聞いてくれた人、失業保険をもらってゆっくり考えては、好きな合気道を教えたと。定年になってからは楽しくやりたいが。

会社の方は、リストラ、給料カット、再出発ということで今は続けている。人生のんびり、力を抜いてなるようになる。今そういう心境です。今シドニーオリンピック、柔道日本金メダルラッシュ。元気が出てくる。もうすぐ丹波でせいぶ館合気道合宿。楽しみだ。これからもみなさん宜しくお願いします。

## 子供クラスを担当

小久保 宏/四段

子供クラスを担当して二年たちます。私自身合気道に入門(本部道場・1967年)してより33年となります。33歳で入門ですが、それ迄は小学校高学年より、三角ベースなる野球のようなものを楽しんできました。人並みに竹馬も自転車も乗れるようになっていました。勉強の方は一通りでした。

今の子供のように、塾へ行くことはあまりなかったようです。私は習字の塾へ一年ほど通いました。後は自己流です。中学校は早稲田実業学校に決まりましたが、入学式前に富士の裾野にある、陸軍の宿舎で合宿訓練3日間、南京虫だの蚤にくわれて大変でした。終ってより入学式、先生方の中にサーベルや短剣を下げた兵隊さんが居るのにもびっくりでした。当時戦時下でしたので、大きくなったら兵隊さんになると誰も思っていました。

教練は銃の分解掃除など有り結構楽しんでいました。学校の部活は足腰を鍛えるために体操部へ入り鉄棒で大車輪のまねをして半分も廻らずに手がはずれて背中からどすん等色々やりました。大したけがもなくよかったと思っています。

中学2年8月15日終戦。学校は戦災で丸焼け、校庭で座って勉強が10月迄12月には、仮設の校舎で勉強できることになりました。

秋空の元でボール遊びの仲間が寄り、野球部復活の声に誘われ入部、石ころだらけの校庭で練習。春にな

り、戦時中で芋畑にされていたグラウンドが開放され、クワ・スコップ・トンボ(砂ならし用)等で地ならし、内外野を平らにし野球場にするのに一所懸命がんばりました。一ヶ月ほどかかりやっとグラウンドらしくなりました。それからが大変。伝統ある野球部復活とばかり外地より帰還のOBが集まり熱心にコーチ。翌々年秋には対抗戦に全勝し翌昭和23年春の選抜高校野球大会に出場できましたが、残念ながら一回戦で神戸二中(現兵庫高校)に二対一で負けました。応援のみなさま宿舎の小母さんたちより「夏にまたおいで」との暖かい言葉を後に猛練習に入りましたが、夏の大会には故障者多く準決勝で負けました。

33歳の秋、かねてより合気道とは何かと興味のあったある日、旧友の荒川博(現ダイエー王監督の一本足打撃コーチ)に合気道とは、と質問したら、「入門して稽古した方が早い」といわれ若松町の本部道場へ入門しました。二年間一日おきですが日替わりの師範より、みっちり指導いただきました。今69歳、元気に合気道を楽しめるのも入門以来の先生方又同門の稽古相手の方々そして家族の協力と感謝しています。

そして来年70歳。どう稽古するか考えてます。長くなりましたが、技の稽古と併せて、行儀作法を十分に教えたいと思います。

何の稽古事、又スポーツ等でも立派な社会人になるには必要なことです。又友達関係、先輩後輩家族、大きくいえば社会全体、さらに地球全体に思いを馳せる事を合気道を通じて学ばなければなりません。

稽古は指導者の動きをよく見て、話を聞き稽古をし、不明なところは遠慮なく質問して正しく動くこと、時間をかけて焦らずに気長にやりましょう。十年やれば十年。二十年やれば二十年と確実に力は付くものです。又その年数だけ元気で生きられたということです。

道場正面に植芝守平先生の写真が飾ってあります。入り時は宜しく稽古お願いいたします。帰る時にはおかげで無事故で稽古できたと感謝の気持ちで礼をいたしましょう。生きているうちは合気道。生きていることが合気道。

## 初心者の方へ

品川高広/三段

初心者クラス木曜日の1時間目担当させてもらっています品川です。

昇級・昇段されたみなさんおめでとうございます。

これからも一緒に稽古に励みましょう。初心者クラスも増えてきて、がんばって続けて稽古をしているみなさんをみると、とても嬉しく思います。

いろいろなスポーツや格闘技がある中で、合気道をしようと思ひ立ち、続けている初心者(社会人に限る)のみなさんへ、あくまで私的な合気道の良さというか、合気道に対する考え方を伝えたいと思います。

みなさんはどういうきっかけで合気道を始めたのでしょうか。体を鍛えたい、強くなりたい、健康になりたい、美しくなりたい……。いろいろな理由があると思いますが、その理由+今からできるものって何があるだろうと思って始めた(選んだ)人も多いのではないのでしょうか。

そう、今から、何かしら身につけると言うのは、かなりの努力が必要です。筋肉を付けるために筋トレをし、スピードを付け、形を整えるために、反復練習をし、苦しい思いや嫌な思いをしながら覚えることになるかもしれません。

当然、合気道も武道であるからには、ある程度それも覚悟の上で始められたと思いますが、最近、私は合気道というのは、身につけると言うよりは今まで身につけている余分なものを削っていく武道ではないかと考えています。

無駄な動きを削る、余分な気持ちを削る、削ることによって結果的に強くなり、早くなり、健康になり、美しくなるのではないかと思います。

いろいろなものを身につけることも必要ですが、本当は削っていくことの方が難しく、重要なのではないのでしょうか。

みなさんに合気道の技を通して、いろいろ覚えてもらい、また、余分なものをどんどん削ることによって、それぞれの目的が達成できるように、という気持ちで、木曜の1時間目をやっていますので、これからもどんどん来て下さい。(宣伝?)

(注) これは、初心者でもあくまで社会人(大人)についてのことであり、学生や子供達については、どんどん身につけ、なんでもかんでもどんどん吸収して、削ることは考えずに稽古に励んでもらっていいのではないかと思います。

## 「心と体に喝を」

古殿英介/三段

最近、せいぶ館への入門生がたいへん増えたように思う。同じ武道を志す仲間が増えて誠に喜ばしい限りである。

しかし、何故こうも入門者が増えたのだろうか。始められた方のほとんどが合気道の未経験者であり、しかも結構歳を取るられている方も多い。初心者にとって合気道の稽古は決して生易しいものではないはず。合気道の受け身や関節技はかなり痛さを伴うからだ。

私自身のことを言えば、学生時代の4年間は合気道部に所属していたが、大学を卒業と同時に一切合気道はしなかった。何故かという、辛くて苦しい練習の思い出しかなかったからだ。二度とこの武道はやるまいとその頃思ったものだ。

だけど、不思議なものである。20年経ってからまた無性にしたくなったのである。何故だか分からないが、自分の体を武道でいじめたくてしょうがなかったのだ。おそらくその時の怠惰な自分自身の生活に『喝』を入れたかったのではないかと思う。

入門されたみなさんも私とよく似た心境がきっかけで合気道を始められた方も多いのではないだろうか。合気道が素晴らしい武道であることは稽古を続ければ必ず分かってくるのであるが、その稽古には多少なり苦しさや痛さが伴うことも事実である。だけど、私が思うに入門されたみなさんはそれぐらいの覚悟はできているはず。

一緒に稽古で励み合ひましょう。合気道の魅力に触れるまでお互いの心と体に喝を入れ合いながら……。

## ピュアな心で続けましょう

松平秀利/四段

「暑い!暑い!」と心の底から思いながら稽古をした日々が若干でもましになり始めた頃になりつつあります。

去る9月10日昇級昇段試験が行われ、みなさまが受験されているのをみさせていただきました。そのたびに私自身が試験を受けているときのことがオーバーラップされます。と同時に、その当時と比べると、明るく、なごやかな感じを受けます。そして、特に5級あるいは初めて受けられる方達(ひょっとすると同じ意味かもしれません)の人数が多いのに驚かされます。受けられた人の中には、誠に申し訳ないのですが私の

存じ上げない方もおられました。言葉を返せばそれだけ多くの人たちが入門されたということの証明であると思いますし、喜ばしいことであると思いますが、級、段が進むにつれて、受けられる方の人数が減少してきている様に思うのは私だけでしょうか。かつて、私の先輩達も同じ事を言われていたように思います。もちろん、稽古をされている大半の方が社会人ということもあり、稽古を続けていくことが困難であることは想像に難くありません。しかし、できるだけ続けていたきたく心よりお祈りする次第です。せっかくこのようなすばらしい武道に巡り会えたのですから……。(このことはみなさまの方がよくご存じかも)

まことに生意気な言葉になって恐縮ですが、稽古を始められたときの気持ちを常に思い起こしてください。そして、万一、稽古から離れることがあっても再び稽古が行える雰囲気を作れるように心がけていくようにさせていただきます。

「初心忘れるべからず。」とまで重い言葉ではありませんが、私自身もともに稽古を始めるにおいてピュアな心を常に思い出しながら一緒に長〜い合気道の道のりを歩んでいきましょう！これからもヨロシク！！

### 継続は楽しさなり！！

河村啓之/二段

2000年8月24日、K1の「鉄人」アンディー・フグ死亡！！このニュースをテレビで見た時、私は十数年前の頃を思い出してしまった。

1987年だったと思うが極真空手の第4回オープントーナメント全世界空手道選手権大会がテレビ朝日系で放送されていた。その時初めてアンディー・フグを見たのだった。その時からあのアンディーの代表打とも言える「かかと落とし」を華麗に出していた。その足技の前で多くの選手が倒れていったのだ。

決勝戦、現極真会松井派の館長、松井章圭との戦いだった。さすがに松井には「かかと落とし」は通じず、その蹴りに合わせて後ろ回し蹴りで返されていた。後から分かったのだが、「かかと落とし」はタイ拳道の「4カギ」という足技に似ており後ろ回し蹴りや後蹴りで返すのが教科書通りだそうだ。

私は当時、少林寺拳法を修業していたのだが空手のすごさに心を奪われ1年後、空手の門を叩いた。

「小よく大を制す」と言う武道の理論はその世界では理想に近かった。「強くなるにはウェイトトレ

ニングだ。」「もっともっと食べ」などと言われていた。そんな中で最もトレーニングをしていた先輩が正道会館の試合で一撃でKOされてしまった。その時、私は合気道に出会ったのだ道場見学後その有段者に軽く投げられてしまった。あの時から私の合気道修行が始まった。

現在、遠藤先生の技を学ぶために神戸に来ている。ここは中尾流を筆頭に数々の何々流の合気道があるように思う。私には勿体ないくらいの手本が沢山詰まっている道場だ。まだまだが沢山続くくらいの下手の横好きですが少しは上手になりたいと思っております。アンディー死亡の知らせで今までの武道暦を振り返ってしまった。そして自分なりの結論だが、おそらく彼は死ぬまで空手家であり「押忍！」を追求したのだと考えられる。私は死ぬまで「楽しく合気道」を追求していくつもりだ。「なぜ合気道をやっているのだろうか？」という疑問の答えが今わかった。「合気道をするのが楽しいからだ。」と、思いながら今日も楽しい仲間と共に合気道をしに行く途中です。

### 自己への注意点

田中 利幸/二段

肛門をぐわっと前に引き上げて、脳天を天井からつり下げて、肩を抜き、腕をぶら下げて、腹の下からせり出す様に進み、膝から崩れ滑り落ちるように歩む。足は止まれば踵がぐんと地中深くに突き刺さるように、進めば爪先で足の裏の筋肉を微細に使うようにゆらゆらと。目は虚ろに薄く開け瞼が緩み、歯をくいしばることなく口を横に伸ばす様にし、喉のあたりから胸をなで下ろす様な感じで上体をまっすぐにする。自然とそうなる様な気分にする。そうすると気持ちがよく、バレエダンサーや、バイオリニストにでもなったような気分。気分で姿勢を整え、姿勢で気分を呼び出す。これらは習ったり、読んだり、稽古から見つけたものです。僕は稽古で以上のようなことに集中し技を行うのが好きで、またこれらを大切にしています。皆さんは何を大切に稽古されていますか？

最後になりましたがこの度、昇級昇段された方おめでとう御座います。

## SEIBUKAN

ラッセル・トロット/二段

I have now been practicing Aikido at Seibukan for more than two and a half years. It seems impossible that they have gone by so quickly "Time flies when you're having fun" as we say in English. And I certainly enjoy practicing with all of you, even those times when everything I do feels wrong (which seems to be most of the time). I would like to thank everyone for all their help.

Perhaps you are interested in why I started Aikido. It's really quite an embarrassing reason. I'm not sure that I should write it down but maybe if nobody translates this into Japanese I'll be safe.

I started Aikido because of a movie. When I was in primary school my favorite movie was "Star Wars" maybe you've heard of it? I wanted to be a "Jedi". I wanted to be able to use "The Force" and fight with a "Light saber". But the only martial art my mum would let me do was judo and that was nothing like the Jedi in Star wars.

Many years later, at university, a friend of mine persuaded me to try Aikido. It was love at first throw. In this kind of Budo my teacher was talking about using "Ki", which sounded like "The Force" from Star Wars and we were also using swords which reminded me of "Light sabers".

But I have realized that there is something more important than one person's "Ki" in Aikido and especially at Seibukan. Like in the movie Star wars, it is everyone working together that is most important. Seibukan Dojo is a special place because everyone here works together to make it special. That is something I have learned here, which is more important than a black belt or a physical technique. Thank you to all my teachers.

(日本語訳) 私はせいぶ館で2年半以上稽古してきました。「光陰矢のごとし」と言うように本当に時の経つのは早いです。全てが上手いかず(ほとんどの事ですが)、気分が憂鬱な時でさえも私はみなさんと一緒に稽古を楽しんでいます。感謝しています。みなさんは何故私が合気道を始めたか興味があるでしょう。それはとても恥ずかしい理由からです。この理

由を書くべきかどうか…。けれど、誰もこれを日本語に出来ないでしょうから、大丈夫。

私が合気道を始めたのは、ある映画のせいです。小学生の頃、私の一番好きな映画は“スターウォーズ”でした。私は‘Jedi’になりたかったのです。‘The Force’を使う事ができ、‘Light Saber’で戦いたかったのです。しかし、母が私にさせた唯一の武道は柔道でした。それはスターウォーズに出てくる Jedi のようなものではなかったのです。

数年後、大学で、合気道をやってみないかと友だちに説得されました。それが合気道への一目惚れでした。私の先生は、この種の武道では“気”を使うようにと言っていました。気はスターウォーズで言う“The Force”のように聴こえました。それから剣を使っていました。剣は“Light Saber”を思わせました。

しかし、私は一人の‘気’より合気道や、特にせいぶ館ではもっと大切な何かがあることに気付きました。スターウォーズの映画にもあるように、みんなで一緒にすると言う事が一番大切な事です。せいぶ館は特別な道場です。なぜならみんなが道場を特別にするために一緒にやっていてからです。黒帯でもなく技でもなく、これがせいぶ館で学んだ何か大切なことです。私の先生達に感謝します。

## 「続ける」ということ

有本ひろみ/初段

「何回聞いてるんですか。もう、ええかげんに覚えて下さいよ。」と、うとましがられながら、それでも若い美男の先輩達が嫌がらず(表面上は)稽古のお相手をして下さったおかげで、初段を頂くことができ、感謝しております。「有本さん、口動いてるけど身体動いてへんで!」とは多くの人々の言葉。やさしく、ボロクサに言われながら、あちこち痛めながらもここまで何とか続けてこられたのも皆様のおかげと、指導者の方々の見え透いた「褒め上手」のせいだと有り難く思っております。初段を頂いて自分の未熟さを直視することになり、つくづく「稽古は裏切らない」という言葉が身にしみています。いままで随分といい加減にやってきた合気道を今後は、好い加減に続けていけたらと思っております。

## 夢見ています

久河浩也/初段

3月末に就職と同時にせいぶ館の近くに引っ越してきました。確かに、道場の近くに住みたいとは思っていましたが、まさかこんなに近くになるとは思っていませんでした。

朝稽古に通っている頃、将来は道場の近くに住んで、稽古に行って、昼間は猛烈に現場で戦う弁護士の自分を夢見ていました。せいぶ館通信にも書きました。

せいぶ館通信に夢を書けば実現するというのは本当です。中尾先生はせいぶ館という立派な道場を建てられた。品川さんは、木曜日担当の先生になられた。

私の夢はまだ途中です。道場の近くに住んでいるものの、朝稽古の時間にはせいぶ館とは正反対の方向に歩いて会社に行っているし、会社では1日中机に向かって事務職をしています。

本当になりたい自分になるためにも、もう一度書きます。

私は、道場の近くに住んで朝稽古に行き、現場中心の熱い弁護士になりたいです。

坂本昭彦/1級

“ あーむんど今度はやるぞ帯だ ”



## 最近感動したこと

玉置恵啓/1級

平成12年度、秋の昇級昇段審査で、1級に昇級しました。いつもご指導いただく先生方、練習に付き合っ下さる皆様、心より感謝いたします。

オリンピックの選手じゃないけれど「皆様のおかげ」という言葉を実感しております。やっと段位の門が見えてきました。半世紀少々を生きてきた私には、

「諸行無常」、いつ何が起こるか判らない事を肝に命じ、練習を積んで来年の春には初段に挑戦したいと思ひます。さらなる皆様の御指導と御協力をお願いいたします。

## 最近心動かされた事二題

大相撲秋場所千秋楽、あと一勝すれば大関復帰、負ければ絶望という場面で、心境を聞かれた武双山の言葉、「大関に残れるだけの力があれば勝つだろうし、負ければそれだけの力しかないという事です。」

もう一つは、音楽です。普段私は、音楽、特にクラシックなどは縁のない人間なのですが、ある日テレビを見ていてタレントの空騒ぎに避易し、NHKにチャンネルを回した時のことです。

少し生活に疲れたような、初老の女性がピアノを弾いていました。その調べを聞いた途端、ぞくぞくとする感動を受けました。それは、ピアノでここまで表現出来るのかと思うほどの、温かさと安らぎでした。この人が、その昔、天才少女といわれ、後不遇をかこっていた、フジ子・ヘミングでした。

武双山からは、武道の無我の境地を、フジ子・ヘミングからは、癒しの心を教えられました。私も合気道を通して、こうした心を追い求めていきたいものです。

## 掌(こぶし)

におか 孝之/1級

体の中で手を表現する言葉の中に拳(こぶし)という字があります。意味は誰もが知っているように、握りしめた手のことであまり楽しいときに使うことは少ないと思います。

題名に書いた「掌」という字、「てのひら」と読むのが一般的ですがもう一つの読み方で「たなごころ」と読みます。意味は読み方が表すとおり開いた手、手の心、もっと深い意味で気持ちを出す、心を開くという意味があるそうです。

こころというやさしくそして大切な言葉が入った読み方、そしてその字の意味を初めて知ったとき、まるで合気道のためだけにあるような字だなと思いました。握手一つするにしてもお互い手を開かないとできません、同時にちゃんと心を開かないと本当の握手はできません。

合気道の練習も一緒です。楽しく平和的な練習ですがいくら畳一枚の狭さで出来ても決して一人では出来ません。

人同士がお互い楽しく練習できてそして上達しようと思えば「掌」という字の通りこころを開かないと本当の練習はできないような気がします。

手を開き、心を開き相手を理解すること、そしてそれらの一つ一つを大切に作る合気道。僕はそんな合気道が大好きです。

### 合気道を楽しんできます

たかし  
八尾 橋 / 1 級

この度、1級の昇級試験を受け、無事とはいえず難くミスがあったにもかかわらず、何とか昇級させていただきました。

いつも指導をいただく諸先生や各先輩、そして相手をしてくださっているみなさんに心より感謝いたします。

合気道を習っていることは、今でも家族以外には知られていません。どうせ”続きっこないよ”といわれるのが・・・。

なにも、隠す必要性はないのですが、今としては、袴をつけるまで！を目標にしたいと思っています。何事も10年やらないと身に付かないと言われますが、あと5年は続けたいと思っていますのですが？

合気道の練習を通し、最近つくづく思うことがあるのです。実技や技の修得や身体の方法もさることながら、人として大切な三儀（礼・行・言）がいつの間にか身に付いているのだと思うのです。特に言儀（ことばづかい）は敬語を使いこなすことも大変ですが、「いかに正しく」「美しく」「相手を傷つけない」ように話す、ことばの訓練の基本（おしゃれの基本）になると言われております。

なかでも、一番難しいとされる要素は「相手を傷つけない」言葉遣いをするかです。

”せいぶ館”での日々の練習においても、諸先生はもちろん各先輩のみなさまからも「相手を傷つけることば」を耳にすることがありません。ひとえによい点を引き出す激励・指導法をされており、「たのしく」練習できる、雰囲気づくりに努めていただいているからだと思います。これからも楽しい合気道を続けていきます。どうぞ宜しくお願いいたします。

拝啓

春名美穂 / 1 級

せいぶ館のみなさま。

いつも一緒に稽古をして下さるせいぶ館の方々、指

導して下さる先生方。感謝しています。

月日の経つのは早いもので、この間、二十歳になったと思ったら、もう21歳です。来年春には大学卒業を控えています。「逢うは別れの始め」。私にももしかしたらせいぶ館との別れがあるかもしれません。と言うのも、まだ卒業後の進路が決まっていないからです。どうなるかわかりません。神戸にいるかもしれませんし、いなくなるかもしれません。神戸を、せいぶ館を、今の環境を離れたくないと思う分、早めに別れの予感の覚悟しておく必要が私にはあります。

来春、私は何処で何をすることになるのでしょうか。不安と期待で一杯です。

敬具

### 昇級審査を終えて

山口晃広 / 2 級

このたび2級をいただきありがとうございました。稽古を一緒にしてくださる方々や、指導してくださる先生方に本当に感謝しております。

夏休みの間は、愛知県の実家に帰り、三河合気道と明倫塾で稽古させていただいておりました。

これからの稽古では、片手取りや両手取りで、手を取られるのではなく、とらせることや、正面打ち入り身投げや一教などで最初の入る部分を特に注意してやっていきたいと思っています。

下のイラストは昇級審査で、やるのを忘れてしまった正面打ち五教の投げです。

これからもよろしくお願いします。



## 2級に合格して

高田健一/2級

今回2級を頂きまして誠に有難うございました。先生方並びに諸先輩と共に、御一緒に練習して下さいました皆様すべてにこの場を借りまして厚くお礼申し上げます。さて、わたくしはまだ山のふもとですが、好きな一句を掲げます。「分け入っても分け入っても青い山」 —種田山頭火—

## 2級をにこにこ

ランディ・ボリグ/2級

昇級昇段の受ける人おめでとうございます。すごういいですね。私もうれしいです。審査前に練習時間が少なくなりました。技ができるかどうか心配しましたがけれども、運がよかった！2級にあがりました。いつも皆さん稽古のときにお世話になりました。ありがとうございました。いまからもっともっと練習したいですから、みんなによろしくお願いします。がんばりましょ！

(2000年4月・記)

## ビールを飲みながら...

岡田 栄二/3級

3月の検定から9月の検定、月日のたつのは早いもので(年をとるとよけいにそう感じられる)あっという間に、検定日はやってきました。今、頭の中を去来するものは、この夏の暑さです。本当に暑かった。8月の稽古では、道衣は汗でグショグショ(人一倍汗かきの所為でもあるが)頭は朦朧、足下フラフラ、本当によく乗り切った。体重を落とすつもりであったが、どういう訳か(原因はビールの飲み過ぎ)越えてしまった。そんな自分を少しはほめてやりたい(かなり自己満足)。とまあ、そんなわけでここに居ます。

さて、検定はどうであったかといえば可も無く、不可も無し、というところかな？ あーしよう、こーしよう、と、色々考えながら臨んでみましたが、自分の思い通りには身体は動かないもの。多分、頭で考えているうちはだめなんだろうな。受けと取りが一体となり、自然と身体が動く(動かされている)そんな状態が理想なんだろうな。

何時かそんな風になるようにと思いつつ、気分一新、

稽古に励み、さらに、ビールを飲んでいる、今日の私です。

## 合気道を生涯の友に

西川 渉/3級

この度、3級に昇級できましたのも、講師の先生方のご指導や会員仲間のご援助の賜物と感謝しています。上達は遅々として、恥ずかしい限りですが、せいぶ館に通い続けて、5年余りになります。入門のきっかけは腰痛にありました。半年間苦しみつづけ、治らないものとあきらめ、腰椎の周りの筋肉を鍛えて、一生病氣と付き合っていこうと決心したのち、明子さんの勧めで、合気道を始めました。それ以来、腰痛の再発もなく、頑固な肩凝りも消え、健康な体を取り戻すことができ、喜んでいます。いつまでも下手な技で、皆さんにご迷惑のかけどおしですが、私の生活のなかには、合気道はなくてはならないものとして、これからも大切にしていきたいと思っています。

合気道の精神に触れるには、まだまだ修行が足りないのを承知しながらも、稽古を重ねるうちに、力を抜くことを覚えました。それまでは仕事でも、家庭でも、理想が勝ちすぎて、体や頭が力むことが多く、内心人間関係にも疲れておりました。稽古の後には、体がほぐれて、頭でなく、心で考えるようになりました。自然な体の動きに従えば、力を入れずに、相手が倒れることも知りました。道教の教えにある「無為而不無為」とはこのような所作をいうのでしょうか。年齢も50代に入り、体力も坂を転がるように衰えるといいますが、幸いにもまだまだ丈夫で、ハードな稽古にも何とかついていっています。生命力あふれる若い人に混じって、その旺盛な気を頂きながら、体の動く限り、合気道を続けたいと思っています。今後ともよろしくお願い申し上げます。

## 私の武道

平尾重雄/3級

今回3級に昇級させて頂きありがとうございます。やさしく御指導して下さい先生方、又硬い私の受け、攻めにも愛の心で相手をして下さる道場生の方々のおかげであると感謝しております。

3級といえば黒帯まで5段級、なんとか半ばまで来

ました。これからの道程の方がより長く険しいですが隔日の稽古を目標にして、くじけず頑張っていきたいと決意しております。

今日、合気道をやっていて思うに今迄と少し考えが変わったような気がします。武道とはガキの頃より自分の都合の良い所を頂戴して、“逃げるが勝ち”これはこれは頂けない。先んずれば制す、負ける勝負はしない、間合いを取って攻めるか引くか即座に決める。このような精神であるから柔道、空手、剣道をやっても長続きさせようという気がなかったのかもしれませんが。だいたいの所で負けない間合い、方法を考えてハイそれで終わりに・・・。

本来私は争い事に巻き込まれやすい(イヤ自分が争い事の元凶かも)性分で他人に対して優しさが無いのかもしれませんが。合気道を始めた最初の頃は、人との間合いが近いと恐ろしく逃げの態勢に入り、又色々の技に疑問がありましたが、最近は倒す倒されるのが目的でなく制する、受け流すところを念頭にしてからには楽に稽古が出来るようになりました。先輩の寺田氏の“せいぶ館通信”に徒に力に頼るものではなく、まるく穏やかで相手と争わず・・・を、モットーとして合気道に励みたいと考えております。

まずは、楽しくそして厳しく、昨年は後10年と書きましたが今年も後10年頑張れると思いますので宜しく御指導のほど御願います。

やっとイメージトレーニングで攻め手の手の裏表、親指の上下が頭に浮かべることが出来るようになった今日、この頃の私。

## 「入り身」-「縫合」

紺田益誉/4級

合気道の動きは、円運動が重要な一つであると私は考えています。私の仕事でも、円運動が多くあるので一つ紹介します。

私が施術する最後に、縫合という最難関があります。単に切開創を元に戻すことを目的に行うだけでなく、最良の形態と機能が獲得できるように、又瘢痕を目立たせないように仕上げることにいつも努めています。

縫合時に使用する針は、湾曲針という半円形の針で、この半円の湾曲度によって強弱と分かります。縫合時には、組織内を最短距離で通過するのが最も非侵襲的であり、縫合針を組織に対して直角に刺入するのが基本です。針先が組織に直角に刺入するためには、刺入

前に手首を外反させるようにして針先をよくたてて構える、外反が不十分だと針が斜めに刺入されやすく、深部組織のつかみ方が無くなり創線が陥没する原因になる。簡単に言うと、遊園地の観覧車を思い出すといいのだが、組織に対して湾曲針の中心を決め、湾曲に応じて円周軌道を描くのがよいのである。大きな観覧車に乗ると最初はまっすぐすすみ次第に円弧を描くのと同じである。

縫合時の一連の操作のポイントは、手首をあくまで柔らかく緊張させないように使うことである。入り身の動きは、縫合時の手首及び手指の動きによく似ているなあと思います。縫合はいつもうまくいくのになあ・・・。

最後に私の恩師の口癖を一つ。

”すべての臨床はラーニングステージ(学習期間)が必要であり、基礎を学ぶことが一番の早道である。基礎を修得すればその応用は練習を積み重ねていけば可能となる。”

## とりあえず

寺見正志/4級

この度、4級を頂きありがとうございます。昇級試験を受けるようになった動機は、稽古日数が足りている事と、試験を受ける事で合気道を続ける励みになると思ったからです。しかし、いざ試験の技の練習をしていると、有段者の方から良くない点を指摘され少し自信を無くしていたのですが、合格できてほっとしました。

この前、ある先輩から、ある程度年齢がいくと若い人と同じ稽古は出来ないで、年齢と体力に合った、頭を使った理にかなった稽古をなさいとアドバイスされました。もちろん出来ればそうしたいのですが・・・。

とりあえず、次の目標は技をもっと覚える事にしています。今後もせいぶ館の皆と一緒に楽しく稽古をしていきたいと思っていますので宜しくお願いします。

## 健康がなにより

長谷川秋子/4級

かろうじて、4級にさせて頂きました。ありがとうございました。前回の試験にくらべ、少しは力強くな

れた様に思いますが、まだまだ雑な点や、細かなところにも納得のいくものではなかったと思います。焦らず、一つ一つ丁寧に、稽古を続けていきたいと思ひます。続ける事それが第一。素直に受け入れる事これも肝心。

私にとっての合気道ですか？健康な老人への道ですねっ、はい。

### 合気道習って良かった事

松井 清/4級

この度は4級に昇級させて頂き本当にありがとうございました。

早いもので、せいぶ館に来させていただけるようになって、ちょうど1年になります。冬の畳が凍るような朝稽古、夏のサウナのような道場で汗を流し、やっと1サイクル経験しました。これからもこのサイクルを年輪のように積み重ねて行くのだなあとと思ひます。

実は私、せいぶ館通信を読むのが好きで、結構何回も目を通しています。その中には先輩方のとても参考になるお言葉が記されていて、自分の稽古の指針にさせてもらっています。また、せいぶ館のホームページでかなり前のせいぶ館通信を見ると、今上級の先輩方がやはり5級や4級の頃があったりすると（あたりまえのことなんです）なんとなく親密感ができたりします。

ところで合気道習って良かったこと；

その1—いろいろな年代いろいろな職業いろいろな国籍の方と知り合う機会が出来た。

その2—道場はオートバイで通っているが、運転が上手くなった、というのが、車の動きが読みやすくなり、事前によけかわしたり、また危険な運転の車に腹が立たなくなり、距離を置くようになった。（間合い、入り見、捌きの応用？）

その3—かみさんの攻撃がかわし易くなった。（かみさん、悔しがっている）。これからもせいぶ館の4級に恥じないよう稽古して行きたいと思ひています。皆様よろしくお願ひします。

### 合気道を習い始めて

赤石充隆/5級

私は、今年の6月末からせいぶ館に入門させていただきました。たった3ヶ月ですが、合気道を習って本当に良かったと思ひます。いろいろな方々と練習をし、仲良くなれるだけでなく自分の精神の鍛錬にもなります。そんな合気道を、できるだけ長く続けられたらと思ひています。

これからも、私は理解が遅いうえに、物覚えが悪いので皆様には御迷惑をおかけしますが、どうぞよろしくお願ひいたします。

### 初心に返って

香山和宏/5級

この度は5級を頂きありがとうございました。と同時に大変御迷惑をおかけしました。

今年の初めに自分の不注意により、けがをしてしまい、約半年ほど合気道が出来ませんでした。そのおかげでもう一度初めから合気道に取り組んでいるような、新鮮な気持ちを持てたことは「けがの巧妙」と自分で勝手に思っています。これからは、けがの原因となった自分の至らぬ所を精進し、なおかつ楽しく続けていけるようがんばって行きたいと思ひます。最後に、けがのことでお世話になった皆様に、ありがとうございました。

### 力を抜いて

杉村廣美/5級

合気道を稽古するようになったのですが、今迄スポーツは好きで何かとやってきましたが、武道というものは全くした事がなく未知の世界でした。それゆえ最初、体験に来た時は右も左もわからず稽古を終えました。でも何だか楽しかったのでやってみようと思ひました。

道場に来てしまえば夢中で楽しく、「あー来てよかった。」と思うのですが、来る迄が「何もわからないし、出来ないし。」という思いが色々と頭を過り、行こうかどうしようかと思案したものでした。

一番難しいと言うか、出来そうにないのが「力を抜いて」ということです。見ているのとやるのでは大違いで、どうしても変に力が入ります。自分の不自然

さに時々笑ってしまうこともあります。

でも最近、やっと思案せずに稽古にこれるようになり、楽しさも増したように思えます。

5級を頂き、いいのかなあ？と思いますが、嬉しいです。ありがとうございます。

指導して下さっている先生方、一緒に稽古してくれている皆様に感謝します。これからもどうぞよろしくお願いします。

## やっスタートライン

中井達哉／5級

「合気道、始めることにしたんやけど...」と周りの友人や家族に話すと「え、オヤジ狩りにでも遭ったん？」などと言われたのですが、私はまだオヤジと言われるような年齢でもなく、またその様な怖い経験をした訳でもありません。

始めることにした理由は、運動不足の解消と武道というものに対して持っていた漠然とした憧れからでした。

私の趣味の一つに麻雀があるのですが、その世界に20年間一度も負けたことがないという桜井章一さんという人がいます。(囲碁とか将棋と違い運や偶然性が入り込むため常識では考えられないのですが...)彼は、現在ヒクソン・グレイシーさんなどの武道家と交流があり、また武道の様な形式で麻雀を伝えています。

その様な事からも影響を受けて、少しでも肉体的、精神的に強くなりたいと考えて、以前から憧れのあった武道を始めてみようと思いました。

そこで、書店で調べて早速、見学させて頂くと楽しそうに稽古をする皆さんがいて、また技を掛ける姿が美しくてカッコいいものだったので、その仲間入りをさせてもらおうと入門しました。

しかし実際やってみるとその動き方もよく分からず、やっと思ったと思った技の動きもどんどん直さなければならぬ所が出てきて、全然分かっていなかった様で、毎回の稽古で少しずつ修正しています。

今回、5級を頂き壁に名前が掲示されることになり、やっせいぶ館の仲間入りをさせて頂いた気分です。これからは初心者クラスだけでなく他の時間の稽古にも参加させてもらおうつもりです。

最後に品川さん、和田さん、明子さんをはじめ稽古で相手をしてくれた人に感謝したいと思います。

## 日常に足して

濱崎論子／5級

愛犬との散歩道、いつも私はお気に入りの場所へ向かいます。

最初は公園にある小さな丘へ。私の背丈程の高さしかないから、ただの土の山かもしれない。でも登ると気持ちいい風が吹いていて、空が広く見渡せます。

次にてくてく歩いて行くと、見えてくるのは海と淡路島。そこから綺麗な夕焼けをよくワンコと一緒に眺めています。電車も通っていない田舎なのですが、私の一番好きな場所です。

そんな景色を眺められるだけで幸せモンでした。が、プラスαで「生きてるな」と思える今日この頃。この春から合気道を習いはじめて、時間の流れが変わりました。夢中になれるものがあるって素晴らしい。目標を持って過ごせる毎日は、なんとも楽しい。合気道に出会えてよかった。末広がり的人生が理想です。楽しく歳をとれるように、時に努力、たまに脱力。よし、明日もがんばろう。

## テストを終えて

濱名 尚美／5級

懸案だったテストを終え、ほっと一息ついていました。何しろ先生の示してくださる模範演技が、一体何をしているのか一・二度みただけでは全くわからず、四度、五度自分で繰り返してもまだわからないことが多かったため、私に本当にできるのかしら、と大変不安でした。道場に通り初めて数ヶ月になる今でもわからないことだらけですが、5級をいただいたことをようやく「入門」になったのかな、と感じています。これからがやっ稽古の始まりなのでしょう。何とかついていきたいものと思っています。そのためにも、明子さんの「いいと言われるものはできるだけ見ておきなさい。」という言葉に改めて肝に銘じています。正直、見ただけでわかることなど、今は、ほとんどありませんが、とにかく見なければ始まらない。たとえ今は何もわからなくても目にしっかり焼き付けておけば、何時かきっと思ひ出し、納得できるときもあるに違いないと信じています。今後ともどうぞよろしくお願いいたします。

## もう一つの熱中できるもの

林 佑樹/5級

僕は、4年前にコンピューターを始め、プログラマーを目指して取り組んできました。もとよりのめり込むと、とことんはまるタイプで、気づいてみるとクラブ活動もやめ、いわゆる「パソコンばか」になりつつある自分がありました。熱中している間はよかったのですが、いざ立ち止まって冷静に考えてみると、パソコンを使わない日はなく、学校の授業中でさえ頭の中をプログラムが流れ出すという、ある種病的ともとれる自分に嫌気がさしました。

そんなときに、クラスメートから勧められたのが合気道でした。そして、流されるままにせいぶ館の門をたたくことになったのです。それまで合気道の存在すら知らなかった自分にとっては、あまりに無謀な挑戦だったと思い返しますが、とにかくパソコンとの縁を切りたいと思う一心でした。

せいぶ館での合気道を通しての交流は、パソコンを介してのコミュニケーションを主体としてきた自分にとって、とても新鮮に感じられ、たちまち虜となりました。皆、親切な人ばかりで、なにもわからない初心者にも手取り足取り教えてくださいます。なによりも、この不思議な魅力に惹かれて今日まで続けることができています。とは言っても、まだ半年も経っていませんが。

おかげ様でパソコンと距離を置くこともできるようになりました。そして、今はとにかく合気道が楽しい。しかし、ちっとも技術が伴わない。そこがまた魅力的なのだとも思います。

今回の昇級試験でなんとか5級をいただくことができました。やっと見つけることのできた熱中できるもの。これを一つのステップとして、これからも続けていきたいと思っています。どうぞ宜しくお願いします。

## 我が町「尼崎」

松本知之/5級

この九月の昇級昇段試験を無事に終え、はれて名札を作ってもらえることになり、まことにうれしい限りです。これまでご指導していただきました先生方、先輩方、そして多くのみなさんにお礼を申し上げます。これからもよろしく願いいたします。さて話は合気道とは全く関係ありませんが、私が尼崎市出身と言うことをご存じの方も多いと思います。尼崎といえば昔か

らの特産品は蒲鉾だということを小学校の時に聞いたことがあります。そういえば市内にはいくつかの蒲鉾工場があり、ちょっと大きな練り物の専門店もあったように思います。あと密かに人気があるものに鯛焼きがあります。場所は阪神尼崎駅を降りてすぐ向かいにある尼センデパートというショッピングセンターの中にあります。確か「泳げたいやきくん」がはやった頃からあるように思います。人気が高いらしく、たまに通ると人が並んでいるのを見かけます。何回か食べたことがあります。とてもおいしかったです。よかったらみなさんも近くにいかれたときは一度召し上がってみてはいかがでしょうか。そういえば、一年前ぐらい前ですが、そのデパートから100メートルぐらい離れた質屋で小さな出来事がありました。その質屋は数々のお兄さんの呼び込みの嵐をくぐり抜けたところに位置しているのですが、そこで私が中古品のカメラをみていたところ、そこに小学三年生ぐらいの子供達が三人やってきました。そのうちの一人は髪の色が金色出よくウルフカットといわれる髪型をしていました。気合いはいってんなあと思ってみていたら、その子供は18Kの喜平をさして仲間の子供達に言っていました。「これいいなあ、こんなん俺ほしいねん」最近のガキ恐るべしと思ってしまいました。

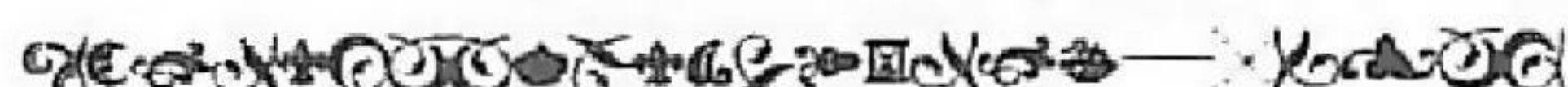
## 意外な共通点

三吉まゆみ/5級

今まで、武道とはまったく縁のなかった私が合気道を始めた事を親類や友人は「何故、合気道を始めようと思ったの?」と不思議に思っているようです。私自信、何故そうしようと思ったのか考えました。

まず、私の趣味のスポーツはボディーボードで波乗りをする事ですが、相手の力を利用し精神の集中力を要するスポーツというところが合気道と似ています。それと、私の愛読書は『剣客商売』(池波正太郎著)ですので、武道で繋がりがある事に気づき、納得しました。

5月にせいぶ館に入門させて頂き、いつも御指導頂く先生方と道場で稽古相手になって下さる皆様のおかげで、楽しく稽古しています。週に1、2回のスローペースな稽古で昇級試験を受け、図々しくも5級に昇級させて頂きまして、ありがとうございました。これからも楽しく稽古を続けたいと思います。改めて、宜しく御願い致します。



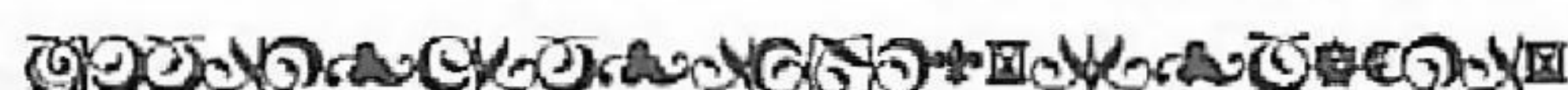
\*\*\*行事&予定\*\*\*

|                     |                                                                         |
|---------------------|-------------------------------------------------------------------------|
| 5/27(土)             | 全日本演武会 参加者:濱崎,中尾,古殿,和田(越),菅原,衛藤,河村,田中,大谷,西垣,松田,徳山,坂井,レオ                 |
| 6/4(日)              | ウルリッヒ,坂本,井出,寺杣-結婚を祝う会 (国宝楼)                                             |
| 6/24(土)             | 遠藤師範講習会 (せいぶ館)                                                          |
| 6/25(日)             | " (王子スポーツセンター)<br>昼食会 (ニューミュンヘン大使館)                                     |
| 7/3(月)~<br>7/6(木)   | 小林さん (江東区合気会) 来神、稽古、指導                                                  |
| 7/20(祝)             | 神戸三田道場との合同稽古。<br>堀井神戸三田道場長、濱崎場長指導。                                      |
| 9/3(日)              | 道主講習会 (豊中ひびき道場) 参加者:<br>濱崎,中尾,打越,佐々木,佐治,古殿,<br>沢辺,長谷,谷口,高田,鶴飼,林佑樹       |
| 9/10(日)             | 昇級・昇段審査、演武会、昼食会                                                         |
| 9/18(月)~<br>9/21(木) | マレーシアバングサ道場から来神<br>マーカス,アキ,テイ,コンド                                       |
| 9/23(祝)             | 浦和合気会 29 周年演武会及び講習会<br>(埼玉県立武道館) 参加者:中尾,明子,<br>金島,田中,松田                 |
| 9/24(日)             | 絃武館 25 周年演武会及び講習会<br>(オリンピック記念青年総合センター)<br>参加者:中尾,明子,小畑,山下,金島,田中,<br>松田 |

|                      |                                                                                                                                                                                                    |
|----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 10/1(日)              | 若林さん来神、指導 (葉山合気会、<br>せいぶ館 OB)                                                                                                                                                                      |
| 10/8(日)              | 神戸三田道場演武会 参加者: 中尾,<br>明子,佐々木,品川,ラッセル,佐治,古殿,<br>菅原,住谷,木村                                                                                                                                            |
| 10/14(土)<br>10/15(日) | 合宿 (新たんば荘) 参加者: 濱崎(正),<br>中尾,祖父江,藤井,打越,佐治,佐々木,<br>小久保,草野,和田,松平,小畑(盛),鶴飼,<br>沢辺,小畑(邦),山崎,古殿,野田,田中,<br>嶋田,菅原,河村,衛藤,久河,徳山,新阜,<br>紺田,横山,香山,山口,大谷,坂井(達),<br>吉岡,佐藤,榎本,大倉,楠本,春山,春名,<br>濱崎(諭),長谷,川野 (42 名) |
| 10/21(土)             | 遠藤師範講習会 (せいぶ館)                                                                                                                                                                                     |
| 10/22(日)             | " (甲南大学)                                                                                                                                                                                           |

\*\*\*予定\*\*\*

|                      |                                           |
|----------------------|-------------------------------------------|
| 11/23(祝)             | 衛藤さん、榎本さん(結婚を祝う会)                         |
| 12/10(日)             | 横田前道場長追悼演武会、総会、<br>忘年会                    |
| 12/23(土)<br>12/24(日) | 遠藤師範講習会 (せいぶ館)<br>" (王子スポーツセンター)<br>◎稽古納め |
| 12/31(日)             | もちつき                                      |
| 1/7(日)               | 鏡開き                                       |



■合気道とせいぶ館

合気道は昭和の初めに、不世出の武道家といわれた植芝盛平(1883-1969)によって創始された武道です。植芝盛平開祖を道主として昭和 23(1948)年に組織されたのが財団法人・合気会で、開祖逝去後は植芝吉祥丸二代道主、植芝守央現道主へと継承されています。合気会は国内外に約 150 万人の登録者を持つ、合気道の正統かつ最大の組織です。

昭和 33(1958)年に神戸支部が発足して数年後、山端一夫・初代神戸支部長により兵庫区の「精武館」道場が支部道場として提供され長く支部会員に親しまれてきましたが、平成 7(1995)年 1 月の阪神大震災で閉鎖のやむなきに至りました。その後の精武館第二道場を使った期間を経て、平成 8(1996)年 12 月、中尾支部長により現在地に建設された「せいぶ館」道場が、神戸支部道場として提供されて現在に至っています。

ーせいぶ館は合気道の同好者が集う非営利のアマチュア組織です。旧精武館以来の長い伝統と共に、自由で明るい気風を特色としています。

## 【せいぶ館道場 入会案内】

### ■会費

- ・入会金 5000 円
- ・会費 <3 ヲ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>
  - 高校・大学生(24 歳以下)/ 65 歳以上 3000 円／月
  - 小・中学生 2000 円／月
  - ビジター料金 <1 週間有効> 1500 円：一般 1000 円：小・中・高・大学生(24 歳以下)/ 65 歳以上
- ・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 ヲ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 せいぶ館中尾眞吾(せいぶ かん ちゅうご ますみ)

■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ください
  - ・スポーツ安全保険に加入してください <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 TEL (078)232-9651

■気持ちよく稽古ができるように心がけましょう

- ・道場内外は来た時よりも美しくしましょう
- ・道場内は原則として禁煙・禁酒・禁飲食です
- ・道場内には私物を置かないでください
- 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

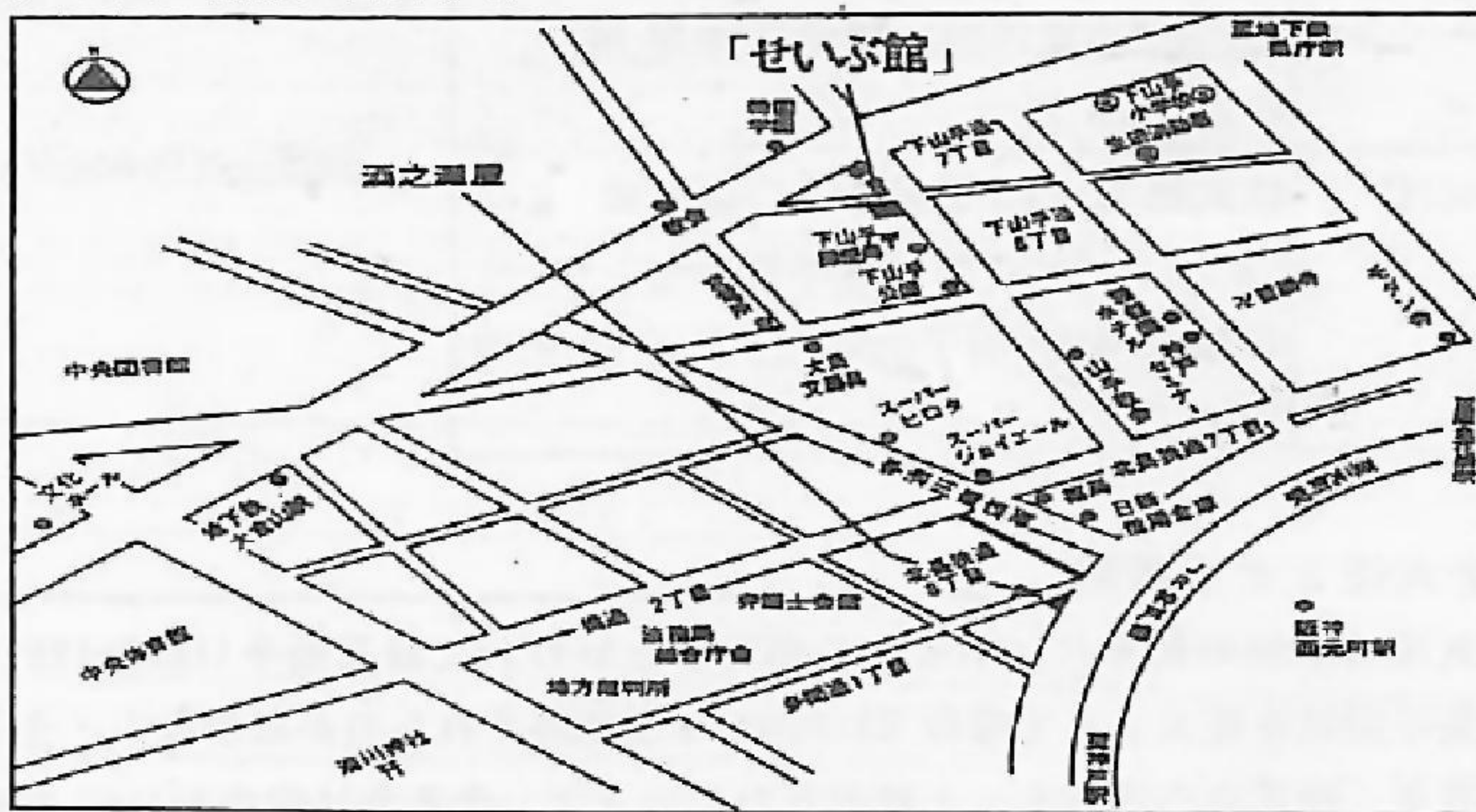
■稽古時間 <2000年11月現在／祝祭日・年末年始等は掲示にご注意ください／★マークのクラスに一般も参加できます>

|   | 朝のクラス                                  |          | 昼のクラス                 |     | 夜のクラス                 |     |
|---|----------------------------------------|----------|-----------------------|-----|-----------------------|-----|
| 月 |                                        |          |                       |     | 18:30~20:00           | 佐々木 |
| 火 | 7:00~8:00                              | 中尾       | 14:00~15:15 (レディーズ) ★ | 明子  | 18:30~20:00           | 和田  |
| 水 | 7:00~8:00                              | 中尾       |                       |     | 18:00~19:30           | 打越  |
| 木 | 7:00~8:00                              | 中尾       | 16:45~18:00 (子供クラス) ★ | 小久保 | 18:00~19:00 (初心者クラス)★ | 品川  |
|   |                                        |          |                       |     | 19:00~20:00 (初心者クラス)★ | 越子  |
| 金 |                                        |          |                       |     | 18:30~20:00           | 佐治  |
| 土 | 9:30~11:00                             | 中尾       | 14:00~15:30 (子供クラス) ★ | 古殿  | 18:30~20:00 (初心者クラス)★ | 松平  |
| 日 | 9:30~10:55 ★<br>初心者クラス&<br>11:00~12:00 | 中尾<br>濱崎 |                       |     |                       |     |

杖道部 &lt;神道夢想流&gt; 土: 11:30~13:30 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  
JR 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:中尾眞吾/道場長:浜崎正司

〒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 TEL(078)382-1659 / FAX(078)341-3980

✉e-mail: nadaya@kun.ne.jp

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。