

せいぶ館通信

第30号/2007年(平成19年)5月/発行:(財)合気会神戸支部せいぶ館 編集・文責:佐藤彰雄

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 Tel(078)382-1659

濱崎道場長古希祝い おめでとうございます！



去る1月28日、我等が濱崎道場長の古希のお祝いの会を設け、皆でお祝いをしたのでした。

ま、「古来希なる」長寿の祝いということで。当日は栗林師範の稽古の日でした。いつも稽古の後には皆で食事に行くことから、栗林師範をカモフラージュに(すいません!)濱崎道場長には黙っておいてサプライズお祝いの会にしようと企んでいたのです。

ま、秘密はバレてしまうもので。当日の栗林師範の稽古に参加された某道場の方が、当日の朝に道場長に会うなり開口一発。

「本日は稽古の後に古希のお祝いということで、おめでとうございます! これは差し入れです。」

……。ま、そういうところもせいぶ館らしいということで。

お祝いの会ではもう、料理は出るわ、花束は出るわ、傘は回るわ、枞は回るわで。サプライズパーティーには成りませんでした喜んでいただけたようです。

現せいぶ館前身の精武館ができて来年で50年と言う事で。初めの数ヶ月以外のほとんどの「精武館」および「せいぶ館」を知っている濱崎道場長。これからも日曜日の稽古にせいぶ館に行ったら、「私は力が弱いからこういう技しかでけへん」とニコニコしながらきつい技をかけてくるんでしょうね。

ま、それが濱崎スタイルということで。(文:佐藤彰雄)





平成19年3月度 昇段・昇級 おめでとうございます



四段	和田越子
三段	濱本憲一
二段	村尾邦明
初段	松田 毅
1級	杉浦永治 古手川路子
2級	森田 誠
3級	高瀬裕規 小坂 優 菊田佳治 森本陽之 森田真理子 松本富美恵 ジェイソン・ヘンウット
4級	田村 清 毛利哲夫 毛利小枝子 田淵七重 川島佑之 門田雅生 永山恵美子
5級	杉山将之 松井 諭 森本貴子 高木惇平 和田悠樹 常峰秀美 屈 本有 三浦研爾 山口浩之 信川 創 花房麻紀
6級	春名優里 常峰瑛宏 渡辺育未
7級	児玉 悠 田中淳一 金築初音
8級	黒田大雅 高木秀梧 児玉 渉 清武直子
9級	遠藤史憲 春名保成美 児玉 勉 岡崎充志 土居星奈
10級	片岡侑希 須方音寧 西村春奈 福永 葵 小西玉緒 鈴木佳樹 豊永隆裕 豊永真奈 清武宏仁

第6回せいぶ館寒稽古完遂者 8人 井出・中尾・田淵・玉置・鳴嶋・松田・高瀬・角田

360/365

中尾眞吾／六段／支部長

去年の大晦日、N君、Y君それに、O君と昼食に行った。こんな押し詰まった時に…と思いつつ、話がはずんだ。

「そういえば…今年は360日飲んだな」「あとの5日は、どうしました?」「2月に風邪を引いたから、その時だけ飲んでないかな?」「稽古も300日はしたし…よう元気でおれたもんや!」

われながら…元気だと思う…そやけど…もう…ええ歳やし…こんな事をしとったら…稽古が出来んようになってしまうなあ…! 念願の「万日の稽古」も遠ざかるなあ…。

正月も飲む日が続いていたが…3ヶ日が明け…チョット…決心。休日と、稽古のない木曜日の前日だけに、飲酒解禁、しよお〜かな?! 目指せ! 細胞、再活性化。

今日で90日ほどが過ぎたが、飲酒開放日は続行中だ。寝る時間が早くなっているので、身体が楽。身体が楽やから、稽古も楽。何人かの人に、「痩せた?」とか、「腰の周りがすっきりした?」とか言われるが、目方は同じ位。しかし動いていると、軽く感じるのも確かだ。要らん身が削げたのか? 胡坐を咬んでも、組みやすく、ほどけやすい。

そして、他にも効用が…。顕著なのは、やはり飲んでいる時だ。飲み始めると、(可愛い事に)コップ半分ぐらいのビールで、眼の周りが火照って来たり、ちょっとの酒で、酔うてしまうのだ。こういう自分がイトオシクテならない!

また数年になるが、免疫力の低下なのか(?)道場内の水虫の菌が耳に入ったらしく(!)それが原因で支障をきたし、時々人の話し声が聞こえなくなっていた。その為に漢方薬を飲んでいたが、それとも縁が切れそう。

よく飲んできたと思う。稽古が終わったら飲む。懇親会だ、と言って飲む。演武が済んだ、と言っては飲む…。酒は仲間を増やし、よりその仲間と親しくなる手助けをしてくれる。が…別に飲まんでもええのに、と、飲んでいたのも確かだ。

「酒飲み」の論理だろうけど、「酒、人を作り、酒、人を成長させる」とチョット思う。一方、酒、人を失う、というのも事実だ。「人」「酒」を飲み、「酒」「酒」を飲み、「酒」「人」を飲む、とも言う。こいつと、これからも…自戒しつつ、仲良く付き合いたいものだ。

ありがとうございました

和田越子／四段

たった1分の演武も嫌いなのに、長時間の試験を受けるなんて…。日ごろ稽古しない技もあるので少し受験勉強(?)もしましたが、いかに息が上がらず落ち着いて体捌きができるか、そればかり考えていました。苦しくなった時は、まず「呼吸」、そして「姿勢」、「慌てないように…」と自分自身に言い聞かせ…。実際は思ったより早くに息が上がり、せっかくの心構えもなんの役に立たず、力量不足を思い知りました。

でも試験を終えた後はとても清々しく、想像もしていなかった充実感に満たされました。たくさんの方から声を掛けて頂いたことも嬉しかったです。

そして、これまで、長く続けてきたことを「よく頑張ってきたな」と秘かに思っていたのですが、それは私が頑張ったのではなく、せいぶ館の皆さんや、仕事、家族、潤いや感動を与えてくれた様々のこと…。から力を貰ってきたからこそ続けてこられたのだと、感謝の気持ちが胸の中に広がりました。

また、「力を使わずに…」なんて自分には「できるはずがない」と思い悩むことも多かったのですが、「ひょっとしたら、少しくらいは近づけるかも…」と明るく思えるようになりました。箸の上げ下げをするが如く何気なく、ダンスを踊るが如く軽やかに合気道をしてみたい。そ知らぬ顔で、汗を流すこともなく…。合気道はこれからも私に、今以上に夢を見させてくれることでしょう。

何段でもいいじゃないか、稽古ができれば。でも、日ごろ経験しないことを体験するのも面白い、ちょっとしんどかったけれど…。チャレンジしてみても初めて見えてくることもある。この日感じた感動を忘れずに稽古や生活に活かしていくことが、これから課題でもあり、楽しみにもなりそうです。

せいぶ館にはいろいろな人達がいますが、どの方もせいぶ館にとっては、なくてはならない存在です。そして、それぞれの方にとってもせいぶ館はなくてはならない、とても心地のよい居場所になっているのではないのでしょうか。クレパスの色を全部混ぜると真っ黒になりますが、せいぶ館の人達は混ぜるほどに爽やかに清んでいくように思います。私自身も清んだ心で精進し、何かのお役に立てるようになればと思います。

皆様、本当にありがとうございました。

思う事

濱本憲一／参段

今思うことを簡単に記すと、

- ・段の価値を考えて稽古をしていきたい。
- ・理屈を考えて稽古を続けていきたい。
- ・楽しく稽古を続けていきたい。
- ・その他、杖も楽し。

以上。

反省を研鑽に

村尾邦明／三段

三段を頂きありがとうございました。

素直に喜ぶたいのですが、今回の試験での演武は三段の資格がないことを証明してしまったような内容で「本当は落とすはずだった」の但し書き付きでの合格に、指導を頂いた先生方、合気道を愛し研鑽に励んでおられる皆様方に申し訳ない気持ちで一杯です。

一方、今回の試験は強烈な反省の機会となりました。本当は落とすはずだったのに合格として頂いた先生方、それを受け入れて下さった道場の皆様に対し出来ることは、唯一、今回の内容を反省し、研鑽を積むしかないと考えています。

試験で受けを制することが出来ませんでした。その一つは、正面打ち四方投げ表で、相手を崩し、腕を潜り、投げようとした時。受けは石のように動かず、押しても引いても取った手に体重を掛けても、びくともしませんでした。二つ目は、一教の腕押さえから逃れての反撃の課題。押さえから抜け出したあと、反撃の方法がないまま、相手と見合ってしまった、動きが止まり、後ろから羽交い絞めにされ攻守が逆転しました。最後は短刀取りで、突きを制した後の投げが掛からず、相手は、私がなすすべが無いと見るや、体重を預けてきて、かわすことも、支えることも出来ないまま相手を乗せて倒れてしまいました。

始めに、私の普段の稽古の受けとしての姿勢です。受けが石のように動かず、と書きましたが、実際は私の出方を伺っていました。また、受けの立ち位置は既に攻撃に最適な取りの位置でした。受けの隙のない動きこそが取りの技を磨くと思います。私の稽古では、受けの時、取りの技が滞りなく流れるようには動いていても、取りが技を磨けるようには動いていないと思います。

次に取りとしての姿勢ですが、先の攻守が逆転した審査課題で、私にはそれぞれ二度から三度、

好機があったと思います。一つは相手が石のように動かなかった時、また、相手が私の出方を伺っていた一秒足らずの間、もう一つは相手が攻撃に転じ動き出した時が好機であったと思います。まず、相手が石のように動かなかった時、私は一旦当たりを抜いて自分を自由にすべきでした。相手が私の出方を伺っている時、私は相手との接点をそのままにして、私の攻撃に最適な位置に移動すべきでした。そして相手以上に相手を伺い、相手の動きに合わせて攻撃を再開すべきでした。その全てが出来なかったのは、気で先を取られていたからだと思います。

今回、先生に力を出せばそれ以上の力で相手が応ずるとの助言を頂きました。この力の意味は状況に应变できる気持ちの自由さを失い気持ちが力んでいるために技としての動きで処理できず、力で処理しようとしてしまっている事を言われているのではないかと思います。気持ちで先をとり、戦いの最中に自分の気持ちを自由に保つには、稽古の数と研鑽とそれによる自信とだだと思います。また最近、相手を包含する優しさもまた、自分の気持ちを自由にする極意ではないかと思うようになりました。さらに、普段の稽古では、先生の手本を見て、取りも受けも技の流れを頭に描き、その流れに乗って行いますが、それは稽古のきっかけを頂いているだけで、本当の稽古は、受けの攻撃の状況に応じ、攻撃の流れを作ろうとする意識や工夫をすることなのに、私の稽古はきっかけで終わってしまっていたと思います。

そのほか技術的には、手先を通じての接点の攻めが不十分で相手を崩すに至らず、これを力で補った、等があります。これらを一つずつ反省し普段の稽古で実践し、三段に恥じないよう実力を身に着けて行きたいと思っています。

これまでの昇級昇段試験では、おめでとうと言われると本当に嬉しかった。

今回は、おめでとうと言われる度に穴に隠れたような気持ちになりました。それを察して、私が言うべき言い訳も添えて慰めてくださる優しいせいぶ館の皆さんに本当に心から感謝します。穴に入りたい気持ちを抑え研鑽に励みます。後輩の方々には、力を出さずに相手のやりたいままにさせて勝つのが合気道だ、等と自分の出来ないことを、言っていたと思うと恥ずかしい限りです。これからは、知った風な口を聞くのを止めます。今後、真摯な合気道に勤めますので、よろしく。

皆さん、これからも稽古をよろしく願いいたします。

山と合気道

松田 毅／初段

私は山が好きで、よく北アルプスなどに出かけます。昨年も8月13日からテントを担いで2泊3日の行程で、蝶ヶ岳、常念岳に行きました。横尾から蝶ヶ岳への一気の登りはさすがにきつく、汗だらけになって登りました。

翌日は軽装になり、常念岳へ痩せ尾根を往復します。石だらけの道には浮石もあり、慎重に進みます。

さて、私の歴史は山登りの方が古いため、昔教えてもらった山登りの技術が、後で知った合気道の技術と、よく似ているというか、体の動きが同じようなところがあるように最近感じるときがあります。一つは、危険なところに差し掛かったら、滑落しないため、体を緊張させず、ときには手と足を物体のように取り扱う方が合理的であること、もう一つは足の裏を地面にフラットに置き、常に体の重心がどこにあるのかを考えていることです。出来るだけ体を柔らかくしないと、岩に筋肉が弾き飛ばされます。

運動の原理が似ているのは当然としても、何か合気道のヒントが隠れているようで、頭の隅から離れていきません。

少し前座の話が長くなりましたが、このたび何とか初段に通していただき、ありがとうございました。ほんやりと、いつか初段を受けるのかな、と他人事のように思っていました。T先生やA先生の励ましに背中を押され、初段を受けることを決心しました。今は、本当にたくさんの人に助けていただいた、と感じています。お二人が言われた「初段がスタート」との言葉を胸に受け止め、これから頑張っていきたいと思っています。

それから、技でお世話になったY先生、U先生。励ましていただいたT先生、優しいS先生、ありがとうございました。審査いただいた諸先生方、受けを取っていただいた諸先生方、それから練習で手を握っていただいたすべての方々に、感謝、感謝。

いよいよここまで来ました

杉浦永治／1級

1級をいただき、誠にありがとうございます。多くの方々からご指導・ご協力をいただき、なんとか合格することができました。重ねてお礼申し上げます。

最近は、以前より少しは体が動くようになってきたように感じます。稽古も楽しく参加でき、稽古を終えた一日は、充実した心持ちを味わうことができます。

ただ、まだまだ力を過剰に込めてしまう状況が多々あるので、この点を特に意識して稽古し、力みの解消に努めます。

次回は、いよいよ初段の審査を受けたいと思いますので、それまで積極的に明るく楽しく一生懸命に稽古を重ねていくつもりです。

今後ともご指導・ご鞭撻よろしくお願い申し上げます。

稽古した回数は裏切らない

古手川路子／1級

早いもので合気道を始めてからもう3年半が経ちました。

たかだか3年半、と笑われそうですが飽きっぽい私にとっては長続きしているほうなのです。稽古回数も300回は超えているはずです。

「走った距離は裏切らない」と言ったマラソン選手がいましたが、合気道の稽古においても同じことだと思います。

もちろんただ漫然と数をこなしても無意味ですが、稽古した回数は裏切らない、した分だけ自分の身になるのだと信じて稽古を続けています。審査でも技の上手い下手、出来不出来は別にして稽古している人は見ていてわかるような気がします。

これから1000回、2000回と稽古を重ねることで少しずつでも成長していけたらと思います。

最後に、嫌な顔ひとつせず（時には進んで）後稽古に付き合っていたいただいた皆さん、ありがとうございました。

「転換」

森田 誠／2級

審査前夜、（誠）「明日また雨やって(T_T)」、（真）「うそ、また?(T_T)」

どちらが雨ホニャララかは分かりませんが、イベント前日の我が家で、このような会話が結構多いです。

前回の審査もそう、今回もそうでした。ちなみに、新婚旅行の時もそうでした。帰国前に台風が3つも襲来、ケアンズ空港とホテルのあるポートダグラスをつなぐ道路が冠水、土砂崩れ等により

通行不能。帰国するか留まるか迷いましたが、留まるとホテル代は実費、それも1週間くらいの予定になるとか、何とか空港まで行かなくてはと、天候がましになったらという条件で、観光用のヘリコプターを飛ばしてもらい緊急脱出をしたことがありました。

さて、本題に戻って、今回は、2級に挑戦しました。

これまでの級に比べ技の数が多く、前回の審査の時のようなスリルを味わわないよう、稽古のほかに、技の種類を紙に書き出して整理してみても、頭の中で何度も予行練習をしたりの日々を経て当日を迎えました。

技のうんぬんはさておき、今回の検定では、気持ちの変化を感じたようなおもしろい体験を得ることができました。

当日、既定の技をやりおわって、あとは座り技呼吸法で終わろうとしたときのこと。

「後ろ技2つやって」

一瞬「?」。審査要綱を思い返してもあるはずもなく、とっさのことで慌てました。すぐに後ろ手をとられ、とりあえず体を捌き、反射的に左右に四方投げ。これで1本目はセーフ。

2本目はどうしよう。思い浮かばない。ちょっと待ったになってしまうか。一瞬浮かぶマイナスな状況。

しかし、このときは、不思議と「あきらめずとにかくやってみる」といったプラス思考が浮かびそれを実践してみると、四方投げを3回したものの、あきらめず続けたらなんとか三教裏で制することができました。

あきらめてしまいそうでしたが、あきらめずにやってみたら、活路が拓けたような感覚でした。

後ろ手をとられ捌いて制するまでのわずかな間に、うまく「気持ちの転換」を感じ実行できたことが収穫です。

この感じが生活各場面でいつでも実践できればいいのですが…なかなか。

また、次に向けて稽古します。これからもよろしくお願いします。

陽。

高瀬裕規／3級

この度は3級を頂きありがとうございます。遂に初歩受け身認可の級にやってまいりました。

最近思う事。合気道の稽古って難しい（今更ながら）。技をためす対象が他のスポーツとかと違

って生身の人間なのです。一人一人動きが違うのはもちろんの事。強烈な技を教えてもらっても試せなかったりする(元々喧嘩で人も殴れない小心者なので)。でも、黒帯の人なら大丈夫ですね。合気道の攻撃力に比例して防御力も高い気がする。他にはすごく固い人と稽古して、どんな技がちゃんと効くのか分からなくなってスランプに陥る事もあるのですよ(←むしろこっちの方が多い。ヘタクソだから)。

始めに書きましたが、初歩受け身認可の級。楽しいです。けっこう強めに投げてもらいましたが、回る世界のスピードが違います。道場が違って見えます。初めの方の級の人。いっぱい受け身練習して頑張ってください。とっても楽しいですよ(頭打たないように気をつけますね)。試験はホントほろほろでした。技もブサイク、顔もブサイク。生きててすみません。今回の試験で学んだ事。あまりに力を抜いていると相手が攻めてこない。あと、相手が脱力したときにまで力を流す技をやっていると技が止まってしまう。押し込む技を使う事。それと小手返しは高過ぎたなあと反省します。

濱崎先生の評価。前回「型に捕われすぎている。型に捕われるな」。今回「君は型を知っとるのか!!」本当にすみません…。それでは普段稽古をつけて頂いているみなさん。ありがとうございます。これからもよろしくお願いしますね。

デビュー

小坂 優／3級

この度は昇級頂き有り難う御座います。

私は今年の1月から袴を穿くようになりました。これが私のデビューです。

前回の試験が終わってから、周りの人から、袴を穿いても良いよ、と勧められました。しかし、いざ、穿いて良いと言われると、恥ずかしさや、私みたいな者が本当に穿いても良いのかな?!という不安などがありなかなか穿く事が出来ませんでした。でもある日、ある人から「穿きたくなければ穿かなくて良いんじゃない??」と言われ、何か急に自分が一人取り残されたようで、急遽、袴を買う事にしました。

こんな精神的に弱い私ですが、心身ともに、もっと強くなれるように、日々これからも努力していきたいと思ひます。

いつも稽古をつけてくださる皆様、これからも宜しくお願い致します。

今後の稽古では

菊田佳治／3級

今回の試験までの稽古は自分にとってあまり収穫のないものでした。理由は合気道がどういうものかどうかもまだつかめてないと思ったからです。これからの稽古では回数はもちろんのこと!内容を重視した稽古をしていきたいです。合気道の本質がつかめたら上達すると思ひました…。

今回の試験の終わりに佐々木先生が言われたことで「相手を観察する合気道をしなさい」という話を稽古で意識してみたいですね。

初心

森本陽之／3級

この度、3級を頂くことが出来ました。今年でせいぶ館に入門し2年になるのですが、入門当初は稽古を続けることで精一杯で、昇級審査を受けるなどということは全く考えていなかったにもかかわらず、なんと今回で3回目の昇級!これもひとえに稽古をつけてくださったせいぶ館の皆様のおかげです。ありがとうございます。

さて、毎回審査直前になると稽古不足を痛感します。「それなり」に稽古をしていたつもりが、審査を目前にして、あわてて審査の為の稽古をすると山のように「アラ」が出てくる出てくる…。

しかし考えてみれば、「それなり」の稽古で思ふような結果が出ないのは当然のことで、合気道ではないにしろ、過去に自分が「何かを成した」時、その過程の努力は毎日が真剣勝負でした。不器用な私が、「それなり」程度の努力で「何かを成した」事なんて一度もないと、経験で十分知っていたつもりなのに。

入門当初は、なんとしてでも合気道を続けようと、(気持ちだけは)必死の稽古をしていた気がします。それが慣れると共に、心に「惰性」が出てきてしまい、気が付けば「それなり」の稽古…。

最初の年の年末、灘屋の最後の営業日、中尾さんに、

「来年は初心者でなくなるようにがんばります」と挨拶をしてお店を出ようとしたところ、「初心者は卒業しても、初心は忘れたらあかんで」

と言われたことを思い出しました。

仕事や家庭の事情もあり、稽古回数はそれほど増やせません。ならばこそ、毎回「真剣勝負」な

稽古を出来るよう、初心を思い出し、今後の稽古をがんばりたいと思います。

これからも…

森田真理子／3級

最近読んだ本の中に、「製造」と「創造」の違いについて書いてあった。どちらもモノをつくり出すという意味だが、製造とは設計図どおりに同じものを何千、何万とつくることであり、一方創造とは世界にただ一つのものをつくることで、それぞれの個性が尊重されると。

合気道の場合はどうであろうか。道場では先生の技をつぶさに見、皆が少しでもそれに近づけるよう繰り返し稽古する。それにもかかわらず、それぞれの技にその人らしさが表れているように思うことは多々あるし、また、先生方や先輩方の演武などを見させて頂いても、その方ならではのいったものを感じることができる。

絵画や音楽などの芸術は創造の分野であるということだが、基礎を大切にしながらも次第に、または自ずと個性が表現されていくという部分は、合気道にも共通するものがあるように思う。技の中に個人個人の性格、体格、思想、環境などが反映され、稽古の中で工夫し磨かれて、やがてその人らしい合気道が「創造」されていくのだろう。

私の合気道がどのようなものなのかまだまだわからないけれど、それを探しつつ、これからも精進を続けたい。稽古が単なる繰り返し(=製造)となってしまうたり、クセと個性の意味を取り違えたりせぬよう心がけながら。

笑う合気道教室

松本富美恵／3級

4級の昇級審査を受けてから何年過ぎたことでしょう。この度やっと3級をいただくことができました。ありがとうございました。

私は、姫路の武道館での別名「笑う合気道教室」で週に1回あるかないかの稽古をしています。教室名の通り、稽古の間ほとんど笑っているか、奇声を発しているか、なので、めちゃめちゃ楽しく合気道をさせていただいております。ところが、あまりの稽古回数の少なさと笑っている記憶しかないせいで、審査前には慌てて必死で稽古をしなければ、とても審査なんて受けられる状態ではありませんでした。そのため、中尾先生をはじめ、

いろいろな方に散々ご迷惑をおかけしましたが、必死で稽古した合気道もやっぱり楽しかったです。

せいぶ館の方には信じられないくらいスローペースで合気道をしている私ですが、「やっぱり合気道は楽しい」と思えることを重視していますので、これからも無理せず楽しく続けていきたいです。また、せいぶ館にもお邪魔しますので、皆様よろしくをお願いします。

感謝の言葉

ジェイソン・ヘンウッド／3級

せいぶ館道場の先生方、生徒の皆さん、ありがとうございました。皆さんとの8ヶ月の稽古は本当に楽しかったです。また、3月の審査で有段者の審査と演武会を見た際は合気道の力と美しさを見ました。皆さん、これからも頑張ってください。

Jason Henwood

I'd like to thank all the teachers and members of the Seibukan dojo. I had a great 8 months training with you. Watching the yudansha tests and demonstrations at the testing period in March I could really see the power and beauty of Aikido. Good luck to everyone in the future.

なんとか

田村 清／4級

単身赴任の合間に道場に通り、なんとか稽古回数を達成し、なんとか昇級できました。

年末には単身赴任が終了し、今度は出張、自治会活動の合間に通り、自分なりにはよく回数が達成できたと思います。

あいかわらず、足の動きを気にしたら、手を忘れ、次には体の回転を忘れ、一向に上達するイメージは本人にもないのですが、道場の皆様にご迷惑をかけながら、又、道場に通いたいと思いますので、ご指導をお願いします。

健康と合気道

毛利哲夫／4級

このたび4級を頂きました。先生方及び先輩方のご指導のお陰で一步前進することが出来ました。有り難うございます。

合気道を始め、約1年になります。長年蓄積してきた脂肪等が取れ、健康診断の結果もビックリするほど良くなり、勇気を出して合気道を始めて

本当によかったと思います。

初心者クラスは若い方が多いので、いつも若さを頂きながら、楽しく稽古をさせて頂いています。

これからも出来る限り道場に赴き、稽古を通し色々な宝物を発見したいと思います。

これからもご指導宜しくお願い致します。

幾つになっても

毛利小枝子／4級

4級を頂く事が出来ました。

5級の時とは、又違う嬉しさがあります。教えて頂いている先生方、緒先輩、皆様方、本当に有り難うございます。

幾つになっても試験はイヤ。審査表を出す事を迷いました。でも受けて良かったです。稽古の為の稽古になっていた節があり、目標を持つことで、心構えが違って来ました。出来ない事、判らないことを自分から聞けるようになりました(これは私としては、大進歩です)。

日々の積み重ねが結果に出る、恵まれた環境の「せいぶ館」で精進して行こうと思います。

これからも、宜しくお願い致します。

緊張しました

川島佑之／4級

4級に昇級できてとてもうれしかったです。この前5級を受けた時は、ものすごい緊張したのと一緒に、今回もかなり緊張しました。でも、今回はとにかく落ち着いて確実に技をすることを目標としていたので、何とかできました。

次は3級に向けて、できるだけいっぱい練習に出て頑張りたいです。

長続きしてます

田淵七重／4級

せいぶ館に通いはじめて1年と3ヶ月、合気道はすっかり私の生活の一部になっています。

これまで、ゴルフやスキューバダイビングなどをしてきましたが、趣味として続いたものは何もありませんでした。こうして、続けていきたいと思える合気道(まだたった1年数ヶ月の経験ですが)、そしてせいぶ館と出会えたことを、本当に幸せに思っています。

そして今回、二度目の審査となり4級をいただきました。毎度、緊張はしますが、それまでの稽

古の成果を評価してもらうことは、次のステップへの課題を持つという点で、とても良い経験だと感じました。

ただ、課題を挙げだすときりがないので、審査後にご指摘をいただいた、「腰の位置を低くする」という点に当面は意識をおいて、稽古に臨みたいと思います。先生方、先輩方、これからもご指導の程、よろしくお願い致します。

4級審査を終えて

門田雅生／4級

この度ようやく4級をいただくことができました。それもこれも、手を変え品を変え、皆様に教えて頂いたおかげです。ありがとうございました。

最近稽古にくるたびに、ささやかな発見を見つけることが大変楽しくなってきました。とはいえ、まだまだ体の力は抜けないのですが。

とりあえず、柔らかい受けをとれるようになること、腹や腰から動けるようになることを次の3級までの目標として、頑張りますのでよろしくお願い致します。

やっと受けることができました

永山恵美子／4級

ゆっくりだなァ…。5級を受けたのはいつの事でしたっけ? なんせ姫路での稽古は、年間32回。そんなペースに慣れてしまっ、お稽古行って合気道できたら、「あー今日も楽しかった?。」と満足してしまっ…。

「うわっ、もっとめっちゃめっちゃうまくなりたいわー」とか、「がんばって、上の級に挑戦するでー」とか、「中尾先生の巨体を手玉にとって、クルクル〜回して、キュウと言わせてみたいもんだわー」などという考えは、小指の爪の先ほども浮んで来ないのであります。

今回も先生に背中を押してもらってやっと4級を受けることができました。先生だけではなくたくさんの方に心配していただいたり、教えていただいたり…皆様お世話になりました。

感謝

杉山将之／5級

5級合格させていただきありがとうございます。次回もがんばりたいと思います。

私の趣味

松井 諭／5級

この度の審査で何とか5級をいただきました。日頃より皆様に指導いただいた結果だと思えます。本当にありがとうございました。でも今回の審査を振り返ると、課題をこなしたものの、後で色々考えてみると、こうしておけばよかった、ああしておけばよかったと反省すべきところがありました。これからはこの反省点と、苦手なことの克服を一層頑張って研鑽したいと思います。

この原稿に書くにあたり、人前では上がり症、文章書きもあまり得意ではないので、「何を書こう…どうしよう」と迷った末、私の趣味のことを書きます。

私の趣味の一つに畑仕事があります。はじめてかれこれ7年くらいですが、貸し農園を借りてひっそりと野菜を作ってます。といっても、多くが虫の餌になることもある位うまく作れてない、下手の横好き趣味です。

その趣味で、3月10日にばれいしょを植え付けしました。少し植え付けるつもりだったのが、種イモが余ってしまい、結局、予定の倍の面積に植え付けしました。ちょっと重労働だったので、次の日の朝、筋肉痛でした。

話は変わりますが、審査中のことです。座技呼吸法のところでいきなり太ももの裏が軽く攣りました。「やばい!」と思いながら、悟られないよう気合いで続けると治まりました。この後に受けも取ったんですが、また足が攣らないか冷や冷やしました。

もうおわかりだと思います。足が攣ったのは前日の畑仕事が原因です。審査前の日に要らん重労働はしてはいけないとつくづく感じました。反省…。

亀の歩みですががんばります

森本貴子／5級

このたびは5級をいただき、ありがとうございました

受けを引き受けてくださって練習にずっとつきあってくださった毛利さん、この場を借りてお礼申し上げます、本当にありがとうございました

主婦業、母親業をしていると、朝や夜の稽古には行きにくく、どうしても週に一度か、よくて二度ほどしか稽古に行けないため、なかなか覚えないう上に、すぐに忘れてしまい、亀の歩みでしか進んでいけないのが悩みです。その分、毎回の稽古を大切に…と思うのですが、それがまたなかなか難しく、我ながら歯がゆい思いをしています。

夢は、いつか、せいぶ館の実力派重量級徳山さんを華麗に宙に舞わせることなのですが、この調子では一体いつになったらそんなことができることやら…。

まあ夢は夢として置いておいて、当面はせめて技の動きくらいは覚えたいなあと、初心者らしい目標を近場において頑張ります

せいぶ館のみなさんにはこれからもご迷惑をかけますが、どうぞよろしくおつきあいくださいませ。

大人のクラス

高木惇平／5級

今回は5級をいただきありがとうございました。

僕は子供クラスから合気道をしていて、今年で8年目になります。子供クラスときは、みんな楽しく合気道をしていましたが、大人クラスに入ると、全員が真面目に稽古に取り組んでいて、子供と違うところを色々感じました。

子供の時の試験は3組ずつぐらいでやっていましたが、大人は2組ずつなので、とても緊張しました。今回の試験では、何か所か間違った所もありましたが合格して良かったです。

これからも迷惑をかけるかもしれませんがよろしくお願いします。

5級の試験

和田悠樹／5級

大人クラスでは初めてだったので、基準がどのくらいなのかもわからなかったし、子供クラスでもそうだったけどたくさんの人達がいたので、とても緊張しました。

これからもがんばり、経験を積み、一つ一つ確実に昇級・昇段していきたいです。

受かりました

常峰秀美／5級

大人のクラスになって、初めての試験でしたが、何とか5級になる事ができました。自分の番が終わった後、ほかの人を見ながら、ちゃんとできていたかどうか、不安になったりしたけど、受かって安心しました。

それと、久しぶりに子供のクラスの子に会えて、楽しかったです。髪の毛、いじられましたけど。

波乱にみちた試験だったけど、受かって良かったです。これからも、合気道をがんばっていきたいです。

「愛」気道

屈 本育／5級

このたびは昇級試験に合格させていただいたばかりか、皆さんのすばらしい輪に招きいれていただき、せいぶ館の皆さん、特に中尾先生には深く感謝申し上げます。特に中尾先生の私への遠慮ないご指導での努力やせいぶ館の皆様の助力と友情に感謝いたします。ここせいぶ館には、まるで愛する家族が居るかのようです。

合気道を稽古している人のユニークな特徴の一つに、ほとんどの人が非常に親切な人であるということがあげられると思っています。合気道の稽古は競争ではないので、自己中心的な人や私の強い人には魅力が少ないのだと思います。そのことは私が合気道に興味を持った大事な理由の一つなのです。

また違う話になりますが、やっつけようとする気持ちを無くすことは、私がより効果的に「ハラ」の使い方を理解する助けになりました。攻撃することは人に筋肉の力を使わせがちになり、その筋肉の緊張により自分の中心から離れていってしまうのだと思います。

しかし逆に、内側への意思は力を中心の方に引き込み、ついには「ハラ」に達するのだと思います。私はこれを愛と同じと考えます。好きな誰かと話しているときは引き込まれます。こんな時のことを「魅力を感じている」と言います。好きではない誰かと話をしているときは「反発を感じる」でしょう。多分あるレベルに達した合気道は愛の訓練になっているのだと思います。だから憎しみや恐怖で相手を押したり叩いたりする稽古ではなく、愛で包み込み溶かしてしまうような稽古なのでしょう。相手を床に叩きつけ

る前までは！

最後になりますが、受身を習っていることには非常に感謝しています。が、どうやらしらふの時にだけできることのようにです。昇級審査の後、ほんの少しだけ飲みすぎて、最後には自転車をクラッシュしてしまいました。受身で回転する代わりに顔から着地してしまいひどくすりむいてしまいました！ みなさん気をつけましょう。くれぐれも飲み過ぎないように！

I would like to express my deepest thanks to the Seibukan Dojo and in particular Nakao Sensei for not only passing me in the grading, but also for welcoming me into a wonderful community of people. I am extremely grateful for Nakao Sensei's effort in teaching me without reservation and the support and friendship extended to me by the other students. It really is a loving family here at Seibukan.

I believe one of the unique features of Aikido practitioners is that they are generally extremely kind people. As Aikido training is not competitive, it does not seem to attract people with excessive egos or aggressive tendencies and this is one of the key reasons why I became interested in learning.

On another level, the lack of aggressive intent has helped me understand how to use "hara" more efficiently. I believe that aggression often leads people to use muscular strength and this tension detaches ones-self from your center.

However the opposite, an inward intent draws force in, ultimately to your "hara". I equate this to love. When you talk to someone you like, you are drawn in, we say "you feel an attraction". When you talk to someone you don't like "you feel a repulsion". Perhaps on some level aikido is a dynamic practice of love, so that you learn not to push and hit people away with hate and fear but to embrace and dissolve it with your love, before dropping them on the floor!

Lastly I am deeply grateful for learning Ukemi, however it only seems to work if you are sober! After my grading I drank a little too much and ended up crashing my bicycle and instead of rolling, I fell on my face and took off a lot of skin! So please be careful and don't drink too much!

Poon-Yu Khut

ご指導願います

三浦研爾／5級

このたび、合気道5級に昇級することができました。武道の目的は級や段をとる事ではなく、心の成長であると考えてきました。それでも、半年間稽古を積み重ねてきた結果が「級」という一つの形になったことに、喜びを隠さずにはられません。

私は昨年2006年の8月にせいぶ館へ入会しました。中学時代は柔道部に在籍していたことがありましたが、合気道の体裁きは柔道のそれとは全く違うことにすぐに気がつきました。今思い返すと、去年稽古で身に付けることができた事といえば、体裁きと技の形だけだったように思います。年が明けた頃に、ようやく体の動き方や技の理屈などがわかってきて、ようやく合気道を始める事ができた、と感じられるようになりました。今回5級に昇級させていただけましたが、まずは5級に相応しい実力でいることが自分にとっての課題です。

心の弱い自分がこれまで合気道を続けてこられたのも、愛情をもって稽古をつけて下さったせいぶ館の皆様のお陰です。本当にありがとうございます。

これからも一層稽古に励み、心身ともに鍛えていこうと思いますので、ご指導ご鞭撻のほどよろしくお願い致します。

入門のいきさつ

山口浩之／5級

昨年7月に入門させていただき、この度、5級に昇級させていただいた山口です。今回、自己紹介を兼ねて、入門のいきさつを述べさせていただきます。

ここ数年、運動から遠ざかっており、また、小学校半ばとなった子供達も、親より友達と遊ぶ方を優先する気配が見え始めてきました。そのため、身体を動かせ、生涯の趣味にできるようなことを始めたいと考えていました。

そんな折、武田惣角氏を描いた「鬼の冠」を読んで合気道に興味を持ち、その後、インターネットでたまたま見つけたホームページに、ある合気道の先生が書かれた言葉を読んで、合気道を始めようと決心しました。「(前略)人間は、生まれながらに他の生命を思いやるようにはできていない。そうなるためには訓練が必要である。そし

て武道はそのためにこそある。正直に自己を見つめながら、稽古に励むならば、その時々、弱い心を持つ自分を、惰性に流されやすい自分を、あるいは卑怯な自分を発見する事が出来るであろう。こうした悪い自分を知ることは、実は素晴らしいことなのである。それは自分を向上させる動機となる。どんなに愚かな自分を発見したとしても、決して卑下することはない。そこから自分に打ち勝とうと発心すればよいのである。(後略)」

まだ始めたばかりですが、やればやるほど、分からないことや、気を付けるべき点が出てきて、毎回の稽古で合気道の奥深さを噛みしめています。

これからも

信川 創／5級

この度は、5級をいただいて有難うございます。技の飲み込みが遅い者ですが、稽古に励みますのでこれからもご指導よろしくお願い致します。

半年になります

花房麻紀／5級

もともと体を動かす事が好きだったので、何か始めてみたいと思い、インターネットで「武道」と「神戸」をキーワードに検索していた所、せいぶ館までたどり着きました。

早速見学に行き、やってみたいと思ったものの自分に続けられるだろうかと考えとなかなか決心が付かず、1ヶ月ほど悩みましたがせっかく興味を持ったことなので、とりあえず3ヶ月やってみてどうしてもダメなら諦めようと思い切って入会しました。

始めたばかりの頃はやはり私には無理だと思う日が続きましたが、右も左も分からない私に何度も丁寧に指導してくださった皆様のおかげでもう半年が過ぎようとしています。

半年間続けられた事はとても嬉しいのですが、何が出来るようになったかを考えると自信を持って言える事はまだ何也没有什么。次に半年経った時にはもっと成長を感じることが出来るのだろうか？と考えたりしますが、まだ初心者の域を抜け出せない私に出来る事といえば「続ける事」くらいです。とにかく稽古に来てその時に出来る事を精一杯やってみようと思いますので今後とも皆様のご指導のほどよろしくお願い致します。

～☆～☆～これから子供クラス～☆～☆～

春名優里／6級

道場に入る時、ふだんより人が多くて静かだったので少しきん張しました。体そうしていると少しきん張もやわらぎました。

前うけみをしていると、足をくじいてしまったので、後ろうけみは難しかったです。みんなの技を見ている時もくじいた所が気になっていました。自分の名前を呼ばれた時、不安になりました。終わっても、失敗したような気がして心配で不安でした。そして時間がたつにつれ、だんだん安心してきました。

そして土曜日、6級になってたと知ってうれしかったです。

常峰瑛宏／6級

1番最後だったのでとてもきんちょうしました。しかも、自信がないわざも出たのでさらに、きんちょうしました。

でも合格できて、よかったです。なので6級になれました。でも姉は、5級です。これからもがんばって、初だんや1級などを目指します。

これからもよろしくおねがいします。

渡辺育未／6級

6級ありがとうございます。

1年生からはじめ、もう6年生になります。今回はきんちょうなどありませんでした。5級を受けられるのは中学生からと聞きました。来年受けられないので残念です。

私の夢は黒帯を取ってはかまをはく事です。なのでやく大人クラスでけいこしたいです。その時は、よろしくお願いします。

児玉 悠／7級

自分はなんとか7級にあがれてよかったです。1年生の秋に入ってたくさんの友達が合気道できて、たくさんのわざをれんしゅうしました。それであっという間に7級になったのがうそのようです。

これからもがんばりたいです。

金築初音／7級

わたしが試験に出るのは、今年で4回目です。4回目だったので、ぜんぜんきんちょうしませんでした。

1回目の時は、すごくきんちょうしたけど、2回目ぐらいにはきんちょうしなくなりました。

ことし、うかったので7きゅうになりました。来年の試験もがんばります。

黒田大雅／8級

ほくは、しんさをうけるのが今年で三度目です。それに今年6年生で子供クラスでのしんさは最後なのでぜったいに良い評価をしてもらおうと思いました。けいこは1週間に一度しかいけなかったけどいままでより真けんにやったのでけっこう自信がありました。

しんさの2週間ほどまえにさとう先生が技はていねいにやるよりも元気にやったほうがよいと言いました。ほくは、その通りだと思って本番では元気に、ていねいにやりました。けっかはちゃんと一つ級があがりました。ちゃんとれんしゅうしたので自信をもってできました。

児玉 渉／8級

いろいろ大人クラスの人が、多かったです。自分の今いるクラスの子供クラスの方が人数がすごくすくなくかったです。子供クラスのしんさが始まって体の運動を数秒くらいしました。先生が指名した技をしました。にがてな技もあったけど、しんちょうにできているかなあとと思いました。

清武直子／8級

8級受かりました。

1年生のとき少しやっていただけの合気道だったけれどもう8級受かりました。自分でもびっくりしました。

4月から大人クラスに移動するけれど、がんばってどんどん上手になりたいです。ありがとうございました。

遠藤史憲／9級

3月のしんさでほくがわざの名前をおぼえているのはたいのてんかんです。ほくは名前ではわからないからやっている人を見てやったりしました。前のしんさで10きゅうにあがれて、今年のしんさで9きゅうにあがれました。うれしかったです。らい年のしんさは8きゅうになればうれしいです。

岡崎充志／9級

ほくは、今回で9きゅうになりました。

さいしょの前回りうけみがへただったのですこし心ばいでした。しけんは先生がいったより15分おくれてはじまりました。うけみとしこ

うがふあんでした。とくにふあんだったのは、しっこうでした。でもちゃんとできてたのでよかったと思いました。

うけみがおわって、つぎにわざのしんさがありました。出るわざは、先生が言っていたのでぜんぶできるわざだっていうのは分かっていました。わざをいっしょにやる人はきよたけくんでした。わざは、いわれたのはどれもかんたんでした。子どものしんさがおわると1きゅうの人たちのしんさははじまりました。うまい人がいっぱいいました。合かくしたので良かったです。

香名保成美／9級

しけんのとき、10きゅうから9きゅうにあがってうれしかったです。そして8きゅう7きゅうになって6年までつづけていきたいと思います。6年になったら体がかたくなるけど、やわらかいままです。5・6きゅうとかになったら、早く1きゅうをやってみたいです。

でも、なんで合きどうっ言うん？

児玉 遼／9級

しけんをうけました。いろいろなわざが出ました。ちょっとむずかしそうなわざや、りょう手もちなどがありました。いろいろなわざがおわって子供クラスのしんさが終わりました。その後、大人クラスの人たちのしんさははじまりました。大人クラスはものすごいわざをひろうします。すごいわざがおわっていき、大人の人はずいとなって思いました。

土居星奈／9級

今年の合気道のしけんはほんとうにうれしかったです！ だって合気道9級になったから。

だけど、とび級にならなくてちょっぴりかなしいです。

来年の合気道のしけんでは、がんばってとび級になりたいです！

片岡侑希／10級

しけんの日、きんちょうして「ドキドキ」しました。私はちょっとまちがえそうになりました。ざぎこきゅうほうを、たってしそうになりました。まちがえそうになったときからだいぶたってもきんちょうしました。そして、つぎの木よう日ごうかくしてうれしかったです。「おちたか？」と思ったけどふだがまだできてないときいてほっとしました。

須方音寧／10級

私は合気道のしけんを受けるのははじめてです。1年生から、合気道を、はじめました。はじめて、合気道の見学にきて、すごくなりたいと思いました。かっこよかったです。

わたしは、合気道をならいました。いろいろなわざを先生に、教えてもらいました。さいしょは、「こんなわざできるかな〜。」って思っていたけど、やってみるとできたので、とてもうれしかったです。

今回しけんを受けてとてもきんちょうしたけれど、いっしょうけんめいがんばりました。しけんにごうかくして、とてもうれしかったです。

わたしは合気道が大すきです。これからもがんばります。

福永 葵／10級

わたしはしけんで、ドキドキしました。

でも「黄色おびになるのはうれしい」と思うと、みんなのおうえんの声が聞こえたような気がして、やる気が出てきました。そして見ている人も自分のかぞくやせんせいなどに見えて「ちゃんとしてるよ」みたいにはずかしくなくなりました。

いっしょにやってたさすがたさんもいつもよりちょうしがよかったなと思いました。

つぎのしけんもがんばりたいです。

小西玉緒／10級

さいしょはきんちょうしたけどあとからはきんちょうしなかったです。つぎからは、だんだんにやにやしてました。後から、ちょっとだけきんちょうしました。おもたより、ひとがすくなかったです。まえ回りとうしろ回りができるかちょっとドキドキしました。でもすごくてのしかったです。

豊永真奈／10級

わたしははじめてあいきどうに入ったのは7月だったからはじめてしけんに出ました。ドキドキとかきんちょうはしなかったです。でもあいきどうのへやに入るとはじめはとってもあつくって、人が大ぜいでくつがかいだんのばしょまでずらーりとならんでいました。でもわたしはくつぶくろをもってきたから大じょうぶでした。

今はもう10きゅうです。つぎは9きゅうにならずにとばして8きゅうになればいいな〜とすごくおもうけれど、それだったらうれしいな。

そうだったらいいな。

でもどこのきゅうが一ばんいいのかわからないな。できればずっと上がってからきくかな。とにかくとってもしけんがたのしかった。

豊永隆裕／10級

ぼくはあいきどうのしけんがながかったからしんどかったけれど、むきゅうから10きゅうにあがれてうれしかった。

またいつかしけんにて10きゅうから9きゅうになれるようにれんしゅうをがんばる。うまくなるためには先生のいうことをしっかりと聞いてわざをたくさんおぼえていきたい。いつもおってくれるおばあちゃんありがとう。

清武宏仁／10級

合気道に行く時、あんまりきんちょうしなかった。どうじょうに來たらげんかんにくつがいっぱいだったのでびっくりした。中に入ってみると、そうぞういじょうにいっぱいだったのでびっくりした。まってる時に大人のしんさを見てすごいなあとと思った。見てたら足がしびれた。自分がやる時あんまりきんちょうしなかった。

うまくできたよううまくできなかったようなかんじだった。あまりつかれなかった。しんさをうける時間がみじかかった。

楽しかった。

－これまでの行事－

11/3(金・祝) 兵庫武道祭(県武道館)
11/4(土)～5(日) 栗林師範講習会
11/8(水)～9(木) 道主来神(合気道探求取材)
12/3(日)横田前道場長追悼演武会・総会・忘年会
12/17(日) 大掃除
12/23(土)～24(日) 遠藤先生講習会
12/30(土) 餅つき(灘屋)
1/4(木) 稽古始め・新年会
1/20(土)～2/2(金) 寒稽古
1/27(土)～28(日)栗林師範講習会(せいぶ館・兵庫高校)
1/28(日) 濱崎道場長の古稀の祝い(東天閣)
2/3(土)～4(日) 祖父江さん講習会
2/18(日)寒稽古完遂者&藤井さんを囲んで(ミソハン)
2/25(日) 兵庫県連盟合同研鑽会(県武道館・関師範)
3/4(日) 三田道場演部会(中尾・井出・佑樹・春山)
3/11(日) 昇級・昇段審査

3/24(土)～25(日) 遠藤先生講習会
4/1(日) お花見(大倉山公園)
5/4(金)～5(土) 澤田さん講習会

－これからの予定－

5/26(土) 全日本合気道演武大会(日本武道館)
6/23(土)～24(日) 遠藤先生講習会
7/8(日) 広島国際合気道道場5周年
7/20(金)～8/2(木) 土用稽古
9/9(日) 昇級・昇段審査
9/30(日)関西地区合同研鑽会(ひびき道場・道主指導)
11/3(土・祝) 兵庫武道祭
12/2(日)横田前道場長追悼演武会・総会・忘年会
12/16(日) 大掃除
12/22(土)～23(日) 遠藤先生講習会
12/30(日) 餅つき

編集後記:

拡大版。

・審査総評で浜崎道場長が「間が悪い」とおっしゃっていました。受けの間、取りの間。攻める場合、かわす場合。間を大切にしましょうと。丁度そのころ、落語家の桂文珍さんの本を読んでおり、落語は間が命なので空気が伝わらないテレビなどの映像では伝わりにくいとのこと。間が少し違えば、オチが落ちなくなると。なので、テレビの落語は面白さ半減なのだそうで。間が大切という点で共通していると思った次第。

間違った状態のままの稽古は、やはり「間違い」なのでしょうねえ。お後がよろしいようで。

・私事で恐縮です。私の引越しに伴い送別会を開いていただきました。有難うございました。

(佐藤彰雄)



濱崎先生古希祝い 写真集



何はともあれまずは乾杯

芸達者なこの人は… →



← めでたくこんなお祝い！
いつもよりたくさん回ってます！

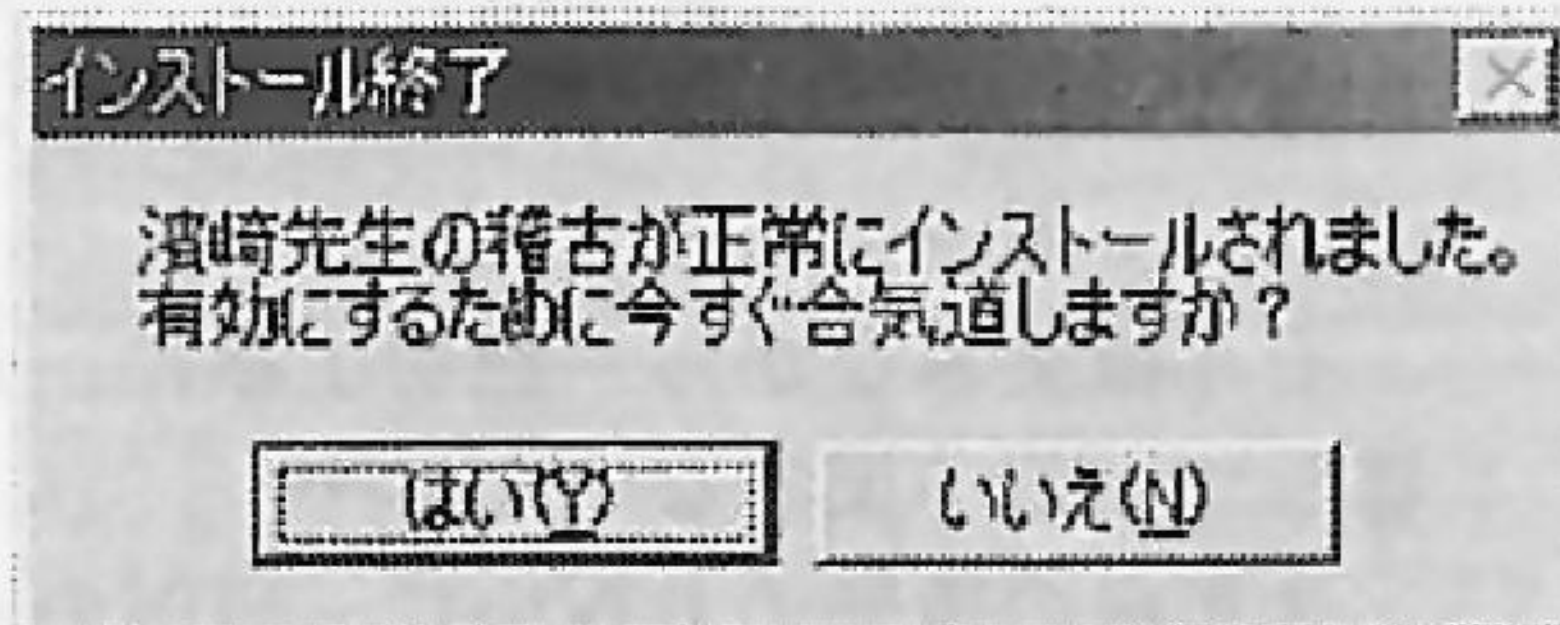


思わず店の人も見とれちゃう



お店の前でパチリ。

～おまけ～



八尾 嶠さん追悼文

去る3月19日深夜、我々の合気道仲間であり、また人生の先輩でもある八尾 嶠さんがご病氣のため亡くなりました。八尾さんの人柄でしょうか、たくさんの追悼文が寄せられましたので以下に掲載いたします。原文のままですのでタイトルのある文章と無い文章があります。

八尾さん、有り難う

中尾眞吾

土曜日の朝、道場に行く。道場の廻りがきれいに掃き清められている。

「！ 八尾さんが来ているな」

土曜日、小雨が降っている。前に網戸を洗ってから、チョット時間が経ち、汚れが目立つようになっている。

「中尾さん、今日は網戸を洗いましょうか？」と、八尾さん。網戸洗いも最適な日・悪い日がある。風の強い日は、ごみが網に詰まるから×。雨模様の日が、網戸を洗うのには絶好の日である。

確か網戸の掃除は、八尾さんが入院して以来、この1年で、2回しただけだ。

八尾さんが入院中、奥さんにそんな話しをした事がある。

「はあ～～！？ 家ではそんな事は…」

「！」

一昨年の晩秋か？ 八尾さんがカメラを携えて…「中尾さん、写真撮って！」と。「この写真は年賀状に使うのです。古い友人にも、合気道をしているのは隠していたんですけど、やっと忖度になったんで、皆に袴姿を知らせるのです！」「やっとこの日が来ましたよ」破顔一笑。嬉しそうやったな。

八尾さんが、第二道場に見学に見えたのは十数年前になる。小柄な八尾さんだから入門を決意するのは、ダイブン躊躇したようだった。凶暴な正面打ちを、気合十分にトリが当たり・振り向き・座り、技が決まった時、入会を決めた、らしい。あの技がしたい、と。

稽古を重ね…チョット先輩になり…生来の優しさなのか？ 親切なのか？ 若い人達をツカマエテは、教えるのが八尾流稽古法だった。

「八尾さん、口で教えるマがあったら、汗で教える方がええよ。一緒に稽古しとったら、自然に身に付くよ。」

「はい、ガッテン！」

そう微笑みながら、懇切丁寧に、又、言葉で指導している…反省ないなあ…。

2年前の還暦のお祝いに、恒例の道着贈呈。そ

の左腕には赤い刺繍で、「せいぶ館・八尾」。

「八尾さん、この刺繍は、もうウケを取らんでもええ印やで。」

「はい、ガッテン！」

もういっぺん、口でええから、教えて下さいよ。合掌。

天国の八尾さんへ

小畑盛義

いかがお過ごしですか。

土曜日の朝、「おはようございます」の元気な声とやさしい笑顔は、もう見られないですね。

冬の寒い朝、暖かい陽だまりを取りあうこともないですね。

夏の暑い朝、扇風機の前で一息つくことないですね。

以前から時間が出来たら始めたいと言っていた杖道の稽古は、1日だけでしたね。

道具を一式揃えて「お願いします」と入部したのは、あなたが始めてです。

天国で思い存分稽古してください。 合掌

中尾明子

去年の4月21日、八尾さんの奥様から電話がありました。「会社へ行く途中で、飛行機を見上げていたら、気分が悪くなったそうです。でも、自分でタクシーに乗って、新須磨病院に行きました。軽い脳梗塞で、5～6日入院します。それで、杖の先生に今週はお休みしますと伝えてください」との連絡でした。実際、お見舞いに行った時、神戸空港に向けて、すぐ近くを飛んでる飛行機に出くわしました。おもわず私も見上げ、あーこれなんや…と須磨の海岸で佇んでしまいました。

ビックリするやら、ほっとするやらで、1週間後私から電話を入れました。ところが、状況が、一変していました。連絡を頂いたその晩に急変し、小脳を取るほどの手術をされ、意識不明の状態が続いているということでした。

でも、その後行く度に、眼がしっかりしてきて、意識がはっきりしてきました！！ YES・NOや、ゲー・チョキ・パーが、表現できるまで回復され

ました。さすが、八尾さん！ やったーッと、思いました。

今年の2月の初めには、奥様も会社を辞められ、家族一丸となって、在宅介護をすることに決めていました。その為の色々な努力をされてる中、急に、帰らぬ人となってしまいました。

だいぶ前、八尾さんが皆の前で、ルールとマナーについて話されたことがありました。せいぶ館には、あまりルールはありません。だからこそ、皆のマナーで、よりよい道場にしていきたいと思います、といった事でした。その時、すごく嬉しかったのが思い出されます。

去年の正月、もしもの事があったらこうして欲しいというメモのコピーを、3人の子供さんに手渡しておられたそうです。お葬式はどこそこで、お世話になった方々には、ビール券何枚かとカステラを持って、早めに伺うこと…等々。奥様は、ちっとも知らなかったそうです。その原本が、仏壇の中から出てきたようです。

何もかも段取りをして、頑張ってはったんですね。もうチョット、もうちょっと、一緒にゆっくりと稽古をしたかったですね。

安らかに眠り下さい。

合掌。

八尾さん追悼

山崎昭彦

「もう1回お願いします。」普通は受けと取り交互に稽古するところですが、何回となくもう1回お願いします。「いいの？」と思いつつ、また取りをする。しつこくもう1回お願いします。「なんでそんなんでできるんですか？」と聞かれても…。いつも八尾さんの稽古はこんな感じでお相手しておりました。八尾さんが黒帯になってから受身がメキメキと上達していくのがわかりました。八尾さんの「もう1回お願いします」がもう聞けないなんて、残念です。ご冥福をお祈りします。

ありがとうございました

品川高宏

八尾さんには教えていただくことがたくさんありました。

元気に明るく真剣に取り組む姿勢、私のような若輩者にでも教えを請う姿勢、あいさつの仕方など後輩に行動によって模範を示す姿勢等。

私が初心者クラスを始めた頃のことです。

人前で教えたり、話をしたりすることが苦手で、きちんと初心者みんなに伝わっているか、とても不安でした。ある時、来てくださっていた八尾さんに伺いました。

「みんな、こんな説明で分かってくれているでしょうか」

「なかなかいいんじゃないですか。ただ、説明のときは一番後ろの人に話しかけるつもりでみんなの目を見て説明した方がいいですよ」とアドバイスをしてくださいました。

痛いところつかれ、さすがに人生の先輩と感じました。指導方法や説明方法については、その後もいろいろとアドバイスをいただき、とても感謝をしています。

また、その初心者クラスで私のことを先生、先生という八尾さんに今までどおり品川さんと言ってくださいとお願いしたことがありました。

その時に「教えてもらっているので、先生と呼ばせてください。また、私の行動を初心者のみんなも見ているから、そう呼ばせてください」

「……」

返す言葉ありませんでした。一時が万事でおそらく八尾さんは合気道以外でも全てのことに於いて、行動によって模範を示されていたのではないかと推察します。

人生の先輩、社会人の先輩として、いろいろと教えてくださってありがとうございました。合気道を通して八尾さんに出会えたことに感謝しています。

思い出

古殿英介

八尾さんがせいぶ館に入会され白帯だった頃、本当によく一緒に稽古させていただきました。合気道の稽古は取りと受けを交互に繰り返しますが、八尾さんとするとその熱心さから取りの私に「その技もう一遍やってみて」と催促の繰り返しで私の取りの時間がやたら長かったことを思い出します。私はいつの間にか心の中で八尾さんのことを「リピートの八尾さん」って勝手にニックネームをつけてました。だけど稽古は大変楽しかったし八尾さんの周りにはいつも笑顔があり和やかな雰囲気がありました。優しい八尾さんの人柄だからなんだろうなあとつくづく思います。

もう道場でお会いすることはできないけど私の心の中には元気だった頃の八尾さんの面影を

忘れることはありません。これからは天上より我々を優しく見守って下さいね。八尾さんに恥ずかしくない稽古をしていく所存です。

お安らかに眠りください。合掌。八尾 嶠様。

八尾さんへ

衛藤久美

第二道場ではじめて稽古をした時「あなたは先輩なので、思いっきりいきますよ」と言って、本当に突進。思わずよけたらそのまま壁に…。これって猪突猛進？と思ったのが第一印象でした。人を誉める事が上手で、でも、その中にきびしい言葉もあり、人生の先輩の言葉がずしんとこたえた時もありました。出会いに感謝しています。

八尾さん、もう“自由自在”ですね

澤辺義典

62歳の若さでご逝去された、八尾さんのご冥福をお祈りしながら、追悼の拙文を八尾さんに送ります。

『貴方と一緒に稽古したのは、何回ありましたでしょうか。』

貴方は、私と技の稽古をするとき、何時も“すいません。もう一度やってもらえませんか”と、自分が納得できるまで、繰返し々要求されていましたね。そして、真っ正直な貴方は、何時も私の手をしっかり掴んで、「どのように捌きますか」といった風に、いつも私の反応を見ていらっしかったのを覚えております。

初段を印可されてからも探究心の強い貴方は、常に一所懸命に（インターバルも充分に取られて）稽古をしていました。そして、いつのまにか“軟らかなとび受身”が…！

でも、八尾さん。もう自由自在に合気道が楽しめますね。掴むものは無いし、掴まれるものも無い。物を掴むと其処には自由が無くなるんですね。

受ける技も無ければ、利かせる技も無い。心のままに、自由自在。

八尾さん、道場の男子トイレの掃除、後継者がいますのでご安心召され。』合掌

八尾さん追悼文

野田和利

私がはじめて八尾さんにせいぶ館でお会いしたのはもう何年まえでしょうか？

小柄だかとても明るく身軽な方というのが第一印象でした。稽古中、おそらくは親と子供ほど年がはなれているだろう私に常に敬語で接していただきました。

最初のころあまりに丁寧なので一度「僕に敬語なんて使わないでください」とお伝えしたら逆に「せいぶ館では野田さんが先輩ですから」とまったくいやみのないストレートな言葉で返されたのをいまでも覚えています。

稽古でもまったく年齢を感じさせない軽やかで若々しい動き、20代の方でもなかなか身につけられない柔らかい受けをとられていた八尾さん。

現れるだけで道場内が明るくなる。そんな雰囲気常々を持っておられた八尾さん。

稽古する相手に常に楽しい気持ちを感じさせてくれた八尾さん。

おそらく一緒に稽古したどの年代の方でも八尾さんと稽古するのが楽しかったに違いないと思います。

急な訃報でうまく言葉が見つかりませんがまた一緒に稽古したかった…。

そんな気持ちでこの文章を書いています。

常に一生懸命で真剣に、でも自由に物事に取り組まれた八尾さん。きっとあちらの世界でも自由に軽やかに過ごされていることと思います。

いままで一緒に稽古できてとても楽しかったです。本当にありがとうございました。

清清しさ

田中利幸

私は、数年前に神戸を離れ関東に移りました。それ故、八尾さんの近況も存じ上げませんでした。

私が神戸に居りました頃、八尾さんがせいぶ館に入門されたのを覚えております。

八尾さんは、とにかく快活な方でした。特に挨拶には勢いがあり、大きくはっきりとした挨拶をされます。それから、とても表情が豊かな方です。良く笑われる方で、そのせいか御顔を思い出そうとしますと、笑顔ばかりを思い出します。

稽古における八尾さんは、おしゃべりや笑顔を交えながらも、挨拶同様にとっても勢いがあり真剣です。その勢いを表現するには「突撃」という言葉を最初に思いつきます。突撃されればそれだけ手ひどく投げざるを得ません。しかし、投げられても直ぐに又突撃ということを繰り返す、その内にボロ雑巾の様になります。まっしぐらで男らし

い稽古です。

私の仕事は、あまりスーツを着る機会が無いのですが、それでも月に1、2回は仕事でスーツを着用します。実はスーツを着る度に、八尾さんに教わったことを今でも思い出すのです。

あれは、せいぶ館の式典の時だったでしょうか。その時もスーツ姿でした。私が歩いておりますと、後から、

「田中さん！スーツを着ている時は、こうやって、踵を鳴らして歩くものです！」

振り返ると、いつになく厳しい表情の八尾さんが、歩き方の御手本を示されています。

前に踏み出した足の踵が地面に着く時に、カツンという歯切れの良い音が響く様に歩くべきだと仰るのです。不意をつかれた私は少しだけムッとしてしまい、その日は余計に教わった様には歩かなかったと思います。

しかしそのことが心に残っていて、何時しか、スーツを着て仕事をするときには、歩き始めに踵の音を確かめる癖がついてしまいました。

私の両親は今も健在ですが、八尾さんが、私の両親と変わらぬ御歳であったことを伺い驚いています。

それは、その御歳でありながら、道場であんなに激しい稽古をされていたのかという驚きと、私の親程の方に、ずいぶん失礼な振舞いを、私はしていたのではないかという申し訳無さや、有り難さ、そして、私は私の両親をもっと大切にしなければ、という感情の混ざったものです。挨拶、稽古、歩き方。一貫して勢いがあり快活であり、清しい態度を示されました。

八尾さん、あの時素直に、踵をカツンと鳴らして歩かなくて御免なさい。

今では、私も踵を鳴らして歩いております。

本当に、有難う御座いました。

八尾さんの面影

村尾邦明

道場での八尾さんは何時も柔和な笑顔に満ちていた。

休日の朝は何時も、道場の前に小柄な人影があり、よく見ると箒で丁寧に門の前の道、横の道を掃除する八尾さんであった。稽古着の入ったリュックを道場の門の脇に置き、まるで自分の日課のように掃除をしておられるのだ。ついこの前も見つたような気がするその姿が無くなって、もう1年近くも経つのだろうか。

稽古の時は、後ろからよく村尾さん、やりましようかと声を掛けて下さった。そして、必ず受けに回って、懇切丁寧に指導をしてくださった。うまく出来ると、上手ですねーと下手なお世辞で、私を喜ばせてくださった。ご自分はなかなか取りに回ることなく、何回でも投げさせてくださり、申し訳ないような気持ちになった。

一度、神戸空港の羽田行きの6番ゲートの待合席でお見かけしたことがあった。私が待合席を見渡した時に八尾さんを見た気がした。残影を辿りながら八尾さんに視線を戻すと、極自然に目を逸らされたので、人違いかと思った。6、7人を挟んでちらり、ちらりと横顔を窺うとどう見ても八尾さんであった。近づいて八尾さんですよと声をかけると、普通の顔で「はい」とおっしゃるだけであり、いつもの柔和な笑顔は無かった。「こちらを見られたような気がしたのに、知らぬ顔をしておられるから、人違いかと思いました」と言うと、「声を掛けてはいけないかと思ひまして」とおっしゃり、えらく氣を使われるなーと思いながら、いつものような世間話を始めた。その時はもう、いつもの八尾さんの顔であった。

その時は、「妙によそよそしい一面もある人」と言う説明が私の頭の辞書の八尾さんの項目に加わったが、いま、こうして八尾さんの姿が混じる色々なことを思い出すと、私が、待合席を見渡した時に、私の視線が一気に八尾さんに集中し、八尾さんに焦点を合わせなかったことをひどく悲しんでおられたのかも知れないと思うようになった。それは余りにもナルシスティックな考え方かもしれないが、そういうことかも知れないと思うほど、子どものようなナイーブさを持っておられる方であった。その後、二度ほど道場でお見受けしたような気がするが、家の近くで飛行機を見上げていて、気分が悪くなり倒れられたと聞いたのは、そのことがあってから数ヶ月後のことだったと思う。

土曜日から日曜日の朝の稽古の後、一人で歩いて海岸病院まで八尾さんをお見舞いに行った。八尾さんは一人で病床に横になり、窓の外を見ておられた。「八尾さん」と言いながら、八尾さんの視線に入ると、八尾さんは気付かれたようであった。ホースが鼻や首から出る痛ましい姿に声が出なかった。「具合はどうですか？ 早く元気になってくださいね」というのが、精一杯だった。八尾さんは何かを言いたそうにしておられた。私は、うなずくしかなかった。しばらく居て「では又来ます。今日は帰りますね」というと、目で「どう

もありがとう」と言っておられるように見えた。それが生前の八尾さんを見る最後となった。

その後、少しずつ良くなっておられるのとばかり思っていただけに急な訃報に驚いた。花に埋まった八尾さんの顔の肌は驚くほど綺麗だったが、笑みの無い八尾さんは悲しくて、唯、合掌するしかなかった。

優しい八尾さんのご冥福を心よりお祈り申し上げます。

八尾さんへ

香山和宏

ザッ！ ザッ！ ザッ！ ザッ！ …土曜の朝、更衣室から出てくるといつも八尾さんが道場の外を掃除している音が聞こえていました。

初段になった時の照れ臭そうに、でも本当に嬉しそうな顔を今でも思い出します。

八尾さん、お疲れさまでした。ご冥福をお祈りします。

八尾 様

西川 渉

毎週土曜日の稽古には、小生の相手をして下さり、ありがとうございます。あなたとの稽古はいつも腕の取り合いから始まります。あなたは上級者であるにもかかわらず、先に受けに回って、小生に取りを譲るのです。私も負けず、礼儀に従い、受けに回ろうとするので、腕の取り合いとなってしまう。そこに笑顔が生じ、相手を思いやる優しさに触れ、感謝するのです。あなたの道場周辺の道の清掃にも頭が下がりました。いつか誰かがゴミを集めていたら、「こら、僕の仕事を取るな！」と怒っておられましたが、そのユーモアには苦笑してしまいました。

あなたは高齢なのに、技はしなやかで、基本に忠実でした。あなたは若い頃から合気道にあこがれながら、入門の機会に恵まれましたが、約十年前にせいぶ館に出会って入門し、合気道の稽古ができることを心から喜んでいました。遅い出発を取りもどすかのように稽古熱心で、小生より後に入門しながら、さっさと追い越して、三段まで昇進しましたね。またあなたは袴の折れ目にミシン糸を入れ、型くずれを防ぐところにも、またきちんとした袴のたたみ方にも、あなたの合気道に対する篤い思い入れと愛着を感じたものでした。稽古中の中尾支部長との丁々発止の掛け合

いはいつも楽しく、かたわらで微笑ましく、聞いたものでした。あなたの周辺は、いつも笑いと明るさに包まれ、心が和む貴重な存在でした。土曜日の稽古も、あなたが来なくなってから、何となく寂しく感じています。

同世代の小生にも気安く声をかけて下さり、歳のせいか、健康のこととか、同窓会のこととかの話題が多かったように思います。いくつになっても合気道を続けられるよう、お互いに健康に注意しようと話し合っていたのに、また病院に見舞った際には、リハビリに努めて、再び稽古できるようになろうと励ましたのに、この度の急逝は信じられず、残念でなりません。現世との縁は途絶えましたが、異なる宇宙できっと合気道と再会して、また周りにユーモアを振りまきながら稽古に励んでいることと信じます。

合掌

林 佑樹

八尾さんと同じプログラマーである私は、八尾さんの口の合気道が大好きでした。

順序立てて論理的に説明される合気道はまるでプログラムのよう。せいぶ館に入門した頃のに出逢った私にとって、その人柄と親切な御指導は大きな支えでした。

八尾さんが遺されたプログラムは今も私の中で走り続けています。

有難うございました。どうか安らかに。

角田リサ

稽古が終わって、男子更衣室のトイレやシャワールームを率先して、お掃除してくれる方でした。

いつも腰が低く、サラリーマンというより、時代劇に出てくる大店の番頭さんという感じ。

お見舞いにうかがった折、初めて奥様にお会いしましたが、綺麗な方で、またびっくり！

ひょっとして、八尾さんも若かりし頃は、案外”男前”だったのかもしれないと、一同、想像をたくましくすることしきり。

告別式に参列してわかったのですが、本当にご家族に愛されていた「良きお父さん」だったのですね。

ご家族の姿から…。

八尾さんは、合気道は、三段だったけど。

人生合気道では、間違いなく六段の高段者。

しばしのお別れですが、いつか会えそうな気がします。

なんか…みんなの席を取ってくださってる様

子が、目に浮かんできました。

あんまり張り切りすぎないでくださーい。

八尾さんを偲んで

山本梅子

土曜の朝、稽古に行くと、道場の周りをいつも掃除していた八尾さん。

少し短めに袴をはいて、にこにこ「こうするんですよ！」なんて、手をとっていつも教えてくれましたね。杖も始められて、一緒に稽古できたのは1回だけだったのでしょうか。

坂本さん、角田さんとお見舞いに伺った時、「せいぶ館の三美人がきましたよ。わかりますか？また、手を取って教えてくださいね。」との言葉に、小さく頷いてくれました。少しずつ、お元気になられているのだとばかり思っていたのに、先にそちらに行ってしまうれました。私はそちらでは少しばかり大人しくしたいと思っていたのですが、あの短めの袴で、にこにこ笑って誘われたら、また手を差し出してしまいそうです。

八尾さんの笑顔忘れません。

「土曜日の朝」

坂本泰子

八尾さんといえば土曜日の練習に一度は必ず相手になってもらっていました。有段者にもかかわらず先に受けをとってくれるのです。できないと何度も何度も受けを取ってくれるのです。

「何は元気や言うても大丈夫かなあ」と思いつつ、それでも「いいよ、いいよもう一回やってみて」と一生懸命教えてくれるのです。せいぶ館には教え好きの方が多いのですが、八尾さんもそのお一人のようでした。

せいぶ館通信を見ると2001年、私が3級を取った時に初段を取られたようです。気が付くと袴をはかれています。いつものように一緒に練習をしている時フッと気づいたのですが、力が抜けてすごく受けがやり易くなったのを感じました。

「僕は柔らかいですよお」とご自分で言われていた通り、いつの間にこんなに変身してしまったのかと思いました。

それまでは「坂本さん腕、固いよ」と言われつつ「そうかな八尾さんも相当やで～」と思っていたのです。八尾さんが私に注意された後で、たまたま眞吾先生が練習に当たられた時など「八尾さん腕固いなあ」と言われているのを聞いて『や

っぱりなあ』と思っていたのです。

しかしある時突然、前記のように力が抜けた八尾さんを見てやっぱり段を取る人は違うなあと思いました。段の重みを感じた人はそれなりにちゃんと上達されているのだと思います。

八尾さんが昨年、病に倒れるほんの1～2日前の土曜日でした。数週間八尾さんとは練習で顔を合わせていませんでした。その日の土曜日は練習されたのかどうか覚えていませんが、終わると八尾さんがいて杖を袋から出しているところでした。

「あれ～八尾さん久しぶり、いつの間に杖始めたの～」と私が聞くと、「うんちょっとね」と少し照れくさそうにいつもの関東弁で答えてくれました。八尾さんと交わした最後の言葉でした。

八尾さんが亡くなれるほんの数日前、角さんと八尾さんの話をしたところでした。「暖かくなったらまた一回お見舞いにいかなあかなあ」と…。

桜が咲く前に逝かれてしまいましたが、きっと天国では大好きな合気道と始めたばかりの杖を練習されている事でしょう。

~~~~~

昨年、4月21日、脳梗塞で入院して以来、11ヶ月間の入院生活でしたが、その間、中尾様、古殿様はじめ、多くの皆様がお見舞いに来てくださり、たくさんの激励を頂きまして、私たち家族はどれほどの元気を頂いたか、はかり知れません。有り難うございました。深く感謝申し上げます。

“必ず治る”そう信じてきましたが、自宅介護を直前にしての死去でした。

又告別式には遠路にもかかわらずご参列くださいまして、誠に有り難うございました。主人もきっと感謝していることと存じます。

こんなにも多くの皆様に愛されてきた主人を誇りに思っております。今後は、私と子供3人、力を合わせて、精一杯、主人の分も、元気に明るく生きて行こう、そう決意致しております。

皆様もどうぞ、お身体を大切に活躍くださいませ。

皆様のご健康と、ご多幸を心よりお祈り申し上げます。

八尾和子

せいぶ館の皆様

3月28日

# [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)                                |
| 小～大学(24歳未満)・65歳以上 | 3000円/月                                                              |
| ビジター料金 <1週間有効>    | 1500円/一般(通常) 2000円/一般(本部師範の稽古に参加の場合)<br>1000円/小・中・高・大学生(24歳未満)・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 サシタカオ)
- ・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 サシタカオ)

## ■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 兵庫県支部

〒650-0011神戸市中央区下山手通4-16-3 兵庫県民会館8階 (財)兵庫県体育協会内 Tel(078)332-2380

## ■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しましょう 道場内は禁煙・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 <2007年5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 | 7:00～8:00 中尾                    | ←(初心者クラス)★              | 18:30～20:00 (初心者クラス)★ 久美 |
| 火 |                                 |                         | 18:00～20:00 佐伯           |
| 水 | 7:00～8:00 中尾                    | 14:00～15:30 (レディース)★ 明子 | 18:30～20:00 (初心者クラス)★ 玉置 |
| 木 |                                 | 16:45～18:00 (子供クラス)★ 古殿 | 18:30～20:00 佐治           |
| 金 | 7:00～8:00 中尾                    |                         | 18:30～20:00 澤辺           |
| 土 | 9:30～11:00 中尾                   | 15:00～16:30 (子供クラス)★ 林  | 18:30～20:00 松平           |
| 日 | 9:30～10:55 中尾<br>11:00～12:00 濱崎 | ← [毎月第2日曜: 藤井]          | ↑ [毎月第2日曜前日: 藤井]         |

明石道場 水: 18:30～20:30(草野)

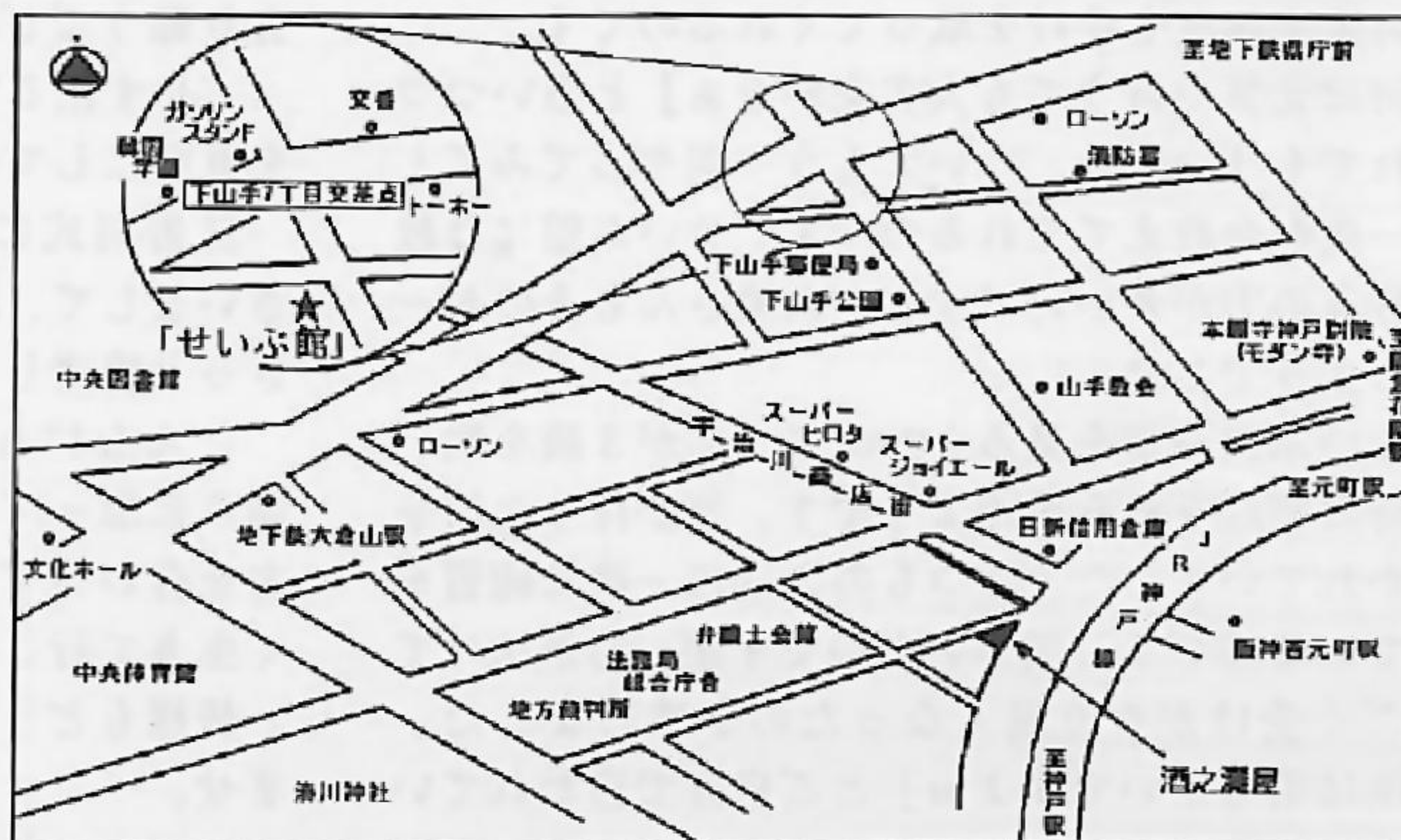
コープこうべ・合気道入門(小学生対象) 土: 16:50～18:30(春山)

杖道部 <神道夢想流> 水: 13:00～13:50(明子) 土: 11:30～14:30(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
- 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: 中尾真吾/道場長: 浜崎正司/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 Tel(078)382-1659 / FAX(078)341-3980

<インターネットにせいぶ館のホームページがあります... <http://www.ne.jp/asahi/aikido/seibukan/>>

## 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。