

せいぶ館通信

第32号/2008年(平成20年)4月/発行 (財)合気会神戸支部せいぶ館 編集・文責: 土井郁子、林佑樹、玉村淳子
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 Tel (078) 382-1659

せいぶ館道場50周年記念行事へのお誘い

濱崎正司/道場長/七段

拝啓

桜花爛漫の候、皆様にはお変わりなく日々の稽古に励まれている事と存じます。

さて、当せいぶ館は、昭和33年に精武館として誕生し、阪神大震災後「せいぶ館」と改め、その精神と伝統を引き継ぎ、お蔭様で50年を迎えることが出来ました。ありがとうございました。

当道場ではそれを記念して、「開祖没後40周年行事」等で大変ご多忙な道主に、貴重なお時間をお割き頂き、ご指導を賜る事を計画しております。

新たな交流が生まれ、楽しい稽古ができればと思っています。皆様におかれましては大変ご多用とは存じますが、万障お繰り合わせの上、ご来神頂きますようお願い申し上げます。

なお、イベントのご案内は後日改めてお送りさせていただきます。

敬具

「せいぶ館50周年記念行事」

9月21日(日)

稽古 : 県立文化体育館

パーティー: チサンホテル

皆様のお越しをお待ちしております！



竹中君の結婚式 in ベトナム

中尾眞吾／支部長／六段

先ず、新婚家庭を訪問する。背広にブーケの新郎が迎えてくれる。築30年という老朽市営住宅。建物はよく痛んでいるが、「囍」という字が晴れがましい。

部屋に通され、アルバムを見せられる。しっかりした材質の写真集である。竹中君とベッピン&しっかり！フィアンセが色んな服装で、色んなロケ地で写っている。色んなポーズを要求されたであろう・・・謹厳実直な新郎を思い浮かべると・・・思わず噴き出さずにはおれない。公務員の月収が1万円位のハノイで、4～8万円ほどかけて作られるらしい。これを結婚前に作らなければ、結婚までは至らない、とは現地ガイドの話。

ベッドも、是非、見るもの、だそ〜だ。そういえば私らの結婚の時も、近所の人が家にやって来て、たんすの中を検分されたなあ・・・。ベッドの上には、二人の写真と装飾。



小雨の中、出迎えのマイクロバスに乗り込み、式場に到着。ぬかるみの道を、せっかくの「背広」&せっかくの「着物」が泥で汚れるのを気にしながら会場へ急ぐ。側溝では「ぼうふら」がブクブク・・・

へえ・・・ここで結婚式をするのかな？！ 祠である。新婦の家は、古くからの旧家なので屋敷内にそういうものがある。立派な祭壇の側面に、ホーチミンの写真も掲示されている。片っ方の奥におばあちゃん達が座り、対面に土地の長老か？ 年配の男性が陣取っている。

前庭に、雨除けのテントが張られ、祝いに駆けつけたお客さんが溢れている。裏庭にも人が満ちている。

新郎新婦とご両親が正面に立ち、司会者らしい人が何かしゃべっている。結婚式の始まりだ。新郎新婦は2本の長い線香を持っている。司会者や新婦の両親が、竹中君の持つ2本の線香が寄り添うように？ に助言している。これにも何か意味があるんやろか？ 線香に火が点けられ、指輪の交換、お母さんから新婦へネックレス、新婦からおばあさんへのプレゼント。何かおばあさんが言い、新婦は感涙。クライマックス。

これで儀式は終り？ お経は読まへんのかな？ 焼香を上げへんのかな？ 誓いの言葉は？ 何か・・・あっさりして、カンタンで・・・素朴で・・・ええなあ・・・！



さあ・・・宴会だ・・・ご馳走が運ばれてくる。直径20センチぐらいの皿や鉢に載せた料理を、お盆一杯に重ねて置いていく。親戚・近所の人たち手製の料理。

新婦が急須を持ち、新郎はタバコ片手に、各テーブルを廻る。列席者一人一人にお茶を注ぎ、男性客にはタバコを勧める。「竹中君、わしタバコ嫌いやで。」「分ってます。こうするみたいですから。」

大昔、日本でも初対面の人にタバコを勧めてコミュニケーションを図りよったなあ。

赤いご飯、お祝いの赤飯だ。甘いけど、もっちりして、なかなか旨いもんだ。揚げたものがある・・・ちょっと硬いけど、日本でのビフカツだ。青いパイアの酢の物。えびを煮付けたもの・・・新鮮。野菜と魚の胃袋の炊き合わせ。珍しい食材だ。鳥？鴨？アヒル？を骨ごと叩き込んでボールにした物。蒸し鶏は、肉が硬くて、小さくて、ブロイラーばっかりの日本ではなかなか食べられへん旨さ、昨日まで庭を走り廻ったんやろか？ ハムも旨かったし、とうもろこしの煎ったのんもイケタな。

前日、式当日の昼下がりには稽古をしてくれる様に頼まれ・・・アルコールの匂いをさせて道場に行く訳にも行かず・・・もっと！ 食べたい料理やベトナムウオッカを尻目に、式場を後にする・・・トホホ

平成20年3月9日 昇段・昇級 おめでとうございます

四段	井出雅洋 衛藤久美
参段	香山和宏
二段	角田リサ エステラ・ディーン 松延馨
初段	益田和芳
一段	遠藤綱一 李進瞬
二段	田渕七重 毛利哲夫
三段	杉山将之
五段	山本将弘 濱田剛志
六段	ルナ・一樹 清武直子 兒玉悠 金築初音
七段	兒玉渉
八段	兒玉迪 遠藤史憲 清武宏仁 岡崎充志 土居星奈
九段	小西玉緒 須方音寧 大口日向
十段	藪内優治

寒稽古完遂者

平尾重雄 中尾眞吾 村尾邦明 エステラ・ディーン

【昇段昇級感想文】**審査を終えて**

井出 雅洋／四段

先日の審査で昇段させていただきました。可能であればもう一度巻き戻したい箇所も多々あるのですが、現在の力量の証明だと正面から受け止め、指摘していただいた点をよく反省しながら、日々の稽古に精進したいと思います。指導してくださった方々、稽古を一緒にしていただいた方々に心よりお礼申し上げます。

私事で恐縮ですが、2年前に合気道の稽古中に生まれて初めて骨折を経験しました。左手の中手骨でした。隣の方とぶつかりそうになりバランスを崩した結果でしたが、竹を割るような音が見事に道場内に響いたことを鮮明に覚えています。不思議と痛みはなく、その後、稽古時間終了まで普通に稽古を続けていました。きっと稽古で脳内ホルミネが沢山分泌されていたのでしょう。一昨年そして昨年の忘年会ではこの骨折手術を受けた時の麻酔体験について報告させていただきましたが、前回昇段の際にも書かせていただいた拙文の続編として、もう一度この場をお借りして実感したことを書き連ねてみたいと思います。

全身麻酔や腰椎麻酔(正確には脊髄くも膜下麻

酔)の際には人間の体が本来の重さに戻り、とても2,3人の大人では移動させることができないと6年前のせいぶ館通信に書きました。これらの方法でも骨折の麻酔は勿論可能ですが、術後の鎮痛やリハビリテーションを促すために手の骨折の手術や肩関節、足関節の手術の際には区域麻酔(神経ブロック)といって患側の手や指、足一本だけを選択的に麻酔することも出来ます。以前は弱い電気刺激を使って特別な針を目標とする神経の束の近くに進め、局所麻酔薬を注入して麻酔をしていましたが、最近は超音波エコーが簡単に使えるようになり、神経の束や血管は勿論のこと局所麻酔薬が拡がっていく様子さえも鮮明に見えるので麻酔科の世界では今一番ホットな話題の分野となっています。このうち肩や手の麻酔をする際には通常、頸椎から神経の束が出てくる部分(のど仏の高さ)やこの束が鎖骨の下、腋の下を通過する部分で麻酔薬を注入します。私はこの方法で患者さんに麻酔することはありましたが、自身が経験したことはありません。ここぞとばかりに同僚の麻酔科医に頼み、嬉々として麻酔と手術に臨みました。チクッとしたかと思った後、じわりと首や肩のあたりが熱くなり、左腕全体が痺れ始めました。手術を開始したことも分からないどころか、左

腕が一体どこにあるのかさえわかりません。こりゃすごいと感激しながら整形外科医の先生と世間話をしながら手術は終了しました。しかし、私にとってより大切だったのはこのあと病棟に戻ってからでした。それは一体、麻酔がかかった腕一本の本来の重さはどの程度あるのかを知ることでした。ベッドの上で自分の右手で左腕を担いだ途端、あまりの重さに絶句しました。こんなに重いとは。胡坐をかいたままでは右手で左腕を持ち上げることが難しく、上半身を一緒に移動させて重い左腕を持ち上げます。その後、ベッドサイドに立って同じように右手で左腕を支えてみたり、ちょっと左腕を上を放り投げて右手で受けて重さを感じてみたりと麻酔が切れていくまで自分の重い左腕と戯れました。そして、合気道でいう“重さ”は、もしかするとこういう原理が関係しているかもしれないと感じました。“意識がある状態で力を抜く”、勿論、合気道の妙はこれだけではないでしょうが、合気道の中でやはり力を抜くということは重要な要素のひとつであるように思う今日この頃です。

長くなりました。今後とも変わらぬご指導をいただきますようどうぞよろしくお願いいたします。

無題

衛藤久美／四段

昇段審査の受けをとってくださった皆さん、有難うございました。また、日々稽古をいただいている皆さん、有難うございます。

子供の頃、絵を描く時に細い線を何本も重ねて輪郭を描いていると、一本線で思い切って描くように言われたことがあります。今だに思い切って描くことが出来ていません。最近仕事でメモはペンで書くように心がけていますが、つい、自信のないときは鉛筆をとってしまいます。パソコンは私にとってありがたい道具です。でも、本質的に迷って時間がかかることには変わりなく一回ですっきりした仕上がりにはなりません。

稽古のときもあれや・これやと迷っていると何をしようとしているかわからなくなってしまう事があります。多人数がけの時、対峙するのは一人。一人ずつとは思いながらも周りに気をとられて目の前の対処が疎かになります。

仕事も合気道も同じ稽古。自分の絵がしっかり描けるように、自分の作品が好きだと思えるように、稽古に励みたいと思います。

これからもご指導いただきますよう、どうぞよろしくお願いいたします。

稽古

香山和宏／参段

この度は参段を頂きありがとうございました。今回の審査は稽古不足がハッキリと判る内容で恥ずかし限りです。

ここで今までの上段者の方達でしたら色々な話を書いておりますが、稽古の中から出た問題の答えは稽古の中にしかないと思うので、自分も、自分と一緒に稽古をする相手にも気持ちのいい稽古ができるように私はこれからも稽古あるのみです。

栄光と名誉の為でなく

角田リサ／三段

今、郷愁を感じる、とブームになっている昭和30年代後半からが私の子供時代でした。

テレビを見るのも、好きだったけど、遊ぶといえば、やはり「外」がメイン。

友達と遊びに行くときは、いつも手ぶらで、ハンカチ一枚、お金も、持ってなかった。でも、全然平気でした。

もちろん子供だったから、といえるのですが、それだけでなく、自分自身、我が身ひとつだけで、充分だった、ような気がします。

翻って考えるに、近頃の私は(カバンの中身もさることながら)なんと「持ち物」の多い日常なのでしょ…

あの頃は「身ひとつ」で、遊んだり、勝負?したり、はたまた泣きをみたり…

などと、感慨にふけてたら…

あらら?人生の折り返し点、とっくに過ぎてるじゃないの!

そろそろ、必要でないモノ。や、こだわっているモノ。の棚卸しをしなくてはいけない時期がやってきたようです。

あ、ひょっとすると…「私が～と思う感覚」も思い切って、捨てるといいのかもしれませんがね。ありがとうございました。

黒帯の重み

松延馨／三段

この度は三段位昇段の許しを頂きまして誠に有難うございます。さすがに三段ともなると大変厳しい審査に感じられましたが、応援して下さった皆様のお陰をもちまして無事に乗り切ることが出来ました。この場をお借りしてお礼申し上げます。

段位を得て黒帯を巻くという事は、少なからずその道場の看板を背負うことに他なりません。そしてその責任は、段位が上がるに連れ重くな

っていくものでもあります。今回の審査では、その事を改めて、正に身を持って先生方、先輩方に教えられたような気がしております。

まだまだ未熟な私ではありますが、今後とも、五十年の歴史と伝統を誇るせいぶ館道場の看板を汚さぬよう、日々精進を重ねて参りたいと思っております。ありがとうございました。

習得曲線

エステラ・ディーン／弐段

友人が最初に私に合気道とせいぶ館道場を紹介してくれたのは、7年半前でした。そして、そのことに私はこれからもずっと感謝することでしょう。

最初の1ヶ月間、私は受身をするにも苦労しました。ですから自分が、弐段はいうまでもなく、初段まで上達することも想像できませんでした。不可能な挑戦のように思われ、そしてまた、私の生徒たちが初めて英語の勉強を始めた時にどのように感じるかを理解することができました。

しかしながら、外国語の勉強にしても、十分練習すれば誰でも着実に上達することができます。いつの間にか一つの文を言えるようになり、そしていくつかの文を、ついには会話ができるようになっていきます。同じように、合気道もひたむきな稽古を必要とします。しかし、稽古を続ければ誰でも上達することができます。

語学の勉強では、このような上達はいわゆる‘習得曲線’をたどります。つまり、あるレベルに達した後、そこに至るまでに学んできた全てを消化するために、しばらく上達はゆっくりになります。

私も合気道で同様の習得曲線をたどってきたように感じます。そして今、この消化の段階にいてところで、それゆえ上達はゆっくりです。時々挫折しそうですが、きちんと稽古を続けることで、いつかはこの段階を通り抜け、さらに上達できることを望んでいます。

ですから、私はこれからもできるだけたくさん、長く、稽古し続けるつもりです。

弐段をいただけてとても幸せです。せいぶ館の皆さんの指導や励ましに感謝します。そして皆さんとまたすぐに稽古できるのを楽しみにしています！よろしくお願いします！

The Learning Curve

Estella Dean

It was seven and a half years ago that a friend first introduced me to aikido and Seibukan Dojo and for that I will be forever grateful.

During my first month of training, I struggled even to do ukemi, so never imagined that I would ever be able to progress as far as shodan, let alone 2-dan. It seemed like an impossible challenge and I could understand how my students feel when they first begin to study English.

However, when studying a foreign language, if we practice enough, everyone is able to make steady progress and before we know, we can say a sentence, then a few sentences and finally have a conversation. In the same way, aikido requires dedicated practice, but if we keep practicing, everyone is able to make progress.

For language study, this progress follows a well-documented ‘learning curve’ so after we reach a certain level, the progress slows for a while as we assimilate all that we have learned up to that point.

For myself, I feel that I have been following the same learning curve for aikido and right now am at this level of assimilation and therefore slow progress. Although it sometimes feels frustrating, I am hoping that by continuing to practice regularly, I will eventually get through this stage and be able to make further progress.

Therefore, I intend to continue practicing aikido as often and as long as possible in the future.

I am very happy to have been awarded 2-dan and would like to thank everyone at Seibukan for their guidance and encouragement. I look forward to practicing with you all again soon!

Yoroshiku onegaishimasu!

怪我と病気

益田和芳／初段

ブラッドリーとロスが帰国して間もなく、アクシデントが発生。左膝の靱帯が伸びる怪我をしてしまい、ひどい時は膝が抜け、歩行も困難な状況になってしまいました。仕事に穴をあける事も出来ず、この一年、病院や接骨院を何度も替え、稽古に復帰しては休部せざるを得ない日々を過ごしましたが、ようやく今年から何とか出来る迄回復することが出来ました。

こう書くと、お先真つ暗のうじうじした世界だったと思えるでしょうが、そこは転んでも只では起きない性格。リハビリ目的ではじめたロード自転車は徐々に、ウォーキングになり、登山になり、オフロードバイクになり、おかげで趣味も次々増え、さらには何年もやっていなかったゴルフも始めてしまい、とうとう「金欠病」になってしまいました。これが一番厄介な病気かも知れません。

一番苦しかったとき、もう合気道は出来ないかもしれないと真剣に悩みましたが、曲がりなりにもこのように復活出来、今回、黒帯まで頂けたのは本当に夢のようです。今後またぶん皆様に心配、ご迷惑をかけながら続けられると思いますので、今後とも宜しくお願いします。本当に有り難うございました。

無題

遠藤綱一／一級

いつも審査が近づくと眠れなくなります。

でも今回は審査が終わっても眠れませんでした。それは、厳しい講評をいただいたからではなく、講評でいただいた言葉が全て普段のケイコで常々言われている事だったからです。

でも自分にはその事を意識している余裕などありませんでした。課題を忘れない様にと、正面打ちからあの技に入るにはこうやってとか…。結局上っ面ばかりで肝心な事が出来ないという結果になってしまいました。

振り返って見れば練習中もそうだった様に思えます。自分が段々出来る様な気になって、雑になっていたのではないかと思います。

級が上がって来れば、課題も難しくなってくるし、求められるものも厳しくなって当たり前だと思います。今日それが痛いほど身に染みしました。

初心に還って一つ一つの事をていねいに、一から出直すつもりでやっていきますので、皆様よろしくお願い致します。本当にありがとうございました。

合気道への道

李進舜／一級

先日の昇級試験で1級をいただきました。ご指導いただきました皆々様、誠にありがとうございます。

僕が合気道を初めて体験したのは平成6年だったと思います。

そもそも球技は大の苦手、山登りしか取り柄がなく、高校、大学と山登りばかりしていたところ、柔道をしている友達から声をかけられ、「医学部柔道部の部員が2人しかおらず、団体戦に出るには最低3人必要なので入ってもらえないか」といわれたのがきっかけでした。登山の合間に片手間に始めた柔道でしたがそれなりに稽古もして、初段をいただきましたが、試合にはめっぽう弱く、数のうちだけで、全く戦力にはなっていませんでした。全然勝てないその言い訳なのですが、何らかのルールの中かで勝ち

負けを争うのが好きになれず、その頃ちょうど合気道部が発足し、横で稽古を行っているのを見て、興味を持ち、ものは試しに少し習ってみようと思い出したのが、元町商店街にある大阪合気会の支部の道場でした。

稽古に通い出したのはいいのですが、山登りと柔道部(もちろん学業も)の合間を縫って通っており、さらに途中地震で中断、再開、その後大学を卒業し仕事が始まるとともにやめてしまいました。その職場の先輩として井出さんがおり、土日も稽古があるということでこのせいぶ館を教えていただきました。でも、仕事が忙しく2、3回目の稽古中にも緊急手術で呼び出されるということなどあり、すぐに通わなくなっていました。

その後、京都、浜松、松江と転勤し、山登りは遠くに行こうとすると泊まりとなりどうしても時間がとれないし、いつか合気道を再開したいと考えていました。松江はこじんまりとした街で、武道場、職場と官舎がどれもそれほど離れていませんでした。そこで門をたたいたのが養神館で、松江には養神館以外にも合気会や他にもいくつかの会が練習をしていましたが、その当時の僕にはまだ合気会や養神館などの違いは知らず、練習の曜日と時間帯のみで入門しました。そこも平日どころか土日も稽古に参加できないことも多く、途中数ヶ月も間が空いたりしながら、それでも4年ちかく稽古をさせていただきました。その松江を離れる直前、最後の稽古で黒帯を渡され初段をいただいたような具合でした。結局黒帯は家で一度巻いたきりで、それを着けて練習することはありませんでした。

その道場の練習はせいぶ館とはかなり違って、ひたすら基本が大切であり、最終的にはそれが実践への最短の道といわれていました。入門しての10回は技の練習はなく、皆の稽古する横で別に挨拶、礼、立ち居の練習、次の回は受け身、膝行のみを、そしていくつか基本動作があるのですが、その後は毎回1つずつ基本動作の練習をし、それらを全て修了するまでは仮入門ということになっており、それらが全て終わった時点でようやく入門となります。実際入門するまでに数ヶ月、頻りに稽古にこれる人でも1ヶ月ほどかかることになるため、そのままこられなくなるものも多かったように思います。入門して初めて技の型を習い始めます。それでもそれは合気道の型の練習であって、初段から合気道を行っているということであり、白帯の間は合気道の型の練習をしているという感じでした。

そして2年前ようやく神戸に戻ってこられたのを機に、ここせいぶ館で稽古をさせていただくようになりました。養神館の練習が身にしみてしまっており、つい稽古をしながら、あれは同じだなとか、似ているなとか、この動きは養神館にはないななどについて考えてしまいます。実際せいぶ館で教えていただいていることの多くは養神館にいた頃にはなかった、または未熟なためまだ教えていただいていたもので、たとえば後ろ重心がよくいわれますが、松江にいた頃は重心は常に前であり、養神館には後ろ重心はないといわれていました。

毎回稽古をさせていただくたびに新しい発見があり、非常に楽しく稽古をさせていただいています。少しずつではあるけれどもせいぶ館の合気道に近づけていけてはいるのかなと勝手に考えたりしています。

そうはいっても、まだまだわからないことだらけで、1級をいただき、合気道という道にでて、そのスタート地点につくのが手に届きそうな位置にやってきたのかなという気持ちで、今後も地道に研鑽を続けていきたいと考えています。

今後ともご指導のほどお願い申し上げます。

収穫と課題

田淵七重／二級

2級を頂きました。今回は、技の数も増えてレベルも上がるので、正直、審査を受けることを迷っていました。でも、普段の稽古で出来ていることしか審査でも出来ないんだ、と開き直って、自分を試してみることにしました。直前の2週間は、できる限り道場に通り、ひとつひとつの技を復習しながら稽古に臨みました。その間、稽古後にも時間を取ってもらい、たくさんの方々に相手をしてもらいました。そして審査にパスし、後日に賞状を手にしたときは、本当に嬉しかったです。みなさま、ありがとうございました。

好きなだけで過ごしてきた稽古の時間も、審査を前に、程よい緊張感と意識をもって臨むことになりました。同時に、日頃からこの感覚を持って稽古に集中していたらなあ…、という反省にもなりました。そして、合気道が好きだからこそ、やっぱりもっと上手になりたい、とも思いました。

出来ることからひとつずつ。審査後の評にもあったように、まずは課題のひとつとして、呼吸、体力づくりに取り組んでいきたいと思いま

す。つぎの1級にむけて、頑張ります！

無題

毛利哲夫／二級

この度は2級に昇級させて頂き有り難うございます。

審査においては、心と体がバラバラ…散々な状況となり、喜びよりご指導いただいた方々に申し訳ない気持ちで一杯です。この体験から稽古の取り組みが甘かったことを痛切に感じております。今後は目標を明確にし、一回一回の稽古を大切に、気持ちを入れ今以上に稽古に励みたいと思います。

今後ともご指導よろしくお願い申し上げます。

今後の課題

杉山将之／三級

3級合格させていただきありがとうございます。

今回の試験では姿勢の件で指摘を受けましたので、これからは姿勢にも注意しながら稽古を続けていきたいと思っています。

楽しいです！

濱田剛志／五級

5級合格させていただいてありがとうございました。合気道がどんなものかよくわからず始めてまさかこんなに奥が深くて楽しいとは思わなかったです。まだまだこれからなんでよろしくをお願いします。

無題

山本将弘（明石道場）／五級

合気道を習い始めてちょうど1年が経ち、五級に昇級する事が出来ました。明石道場に通り始めた頃に草野先生から「最低でも1年間は続けないと合気道がどんなものか感じる事は出きない。」という話を聞きましたが、まだ合気道がどんなものか全くわかっていない状態です…

出来の悪い私ですが、まだまだ合気道を習いながら心身を鍛えて行きたいと思っていますので、先生方や先輩方これからもご指導よろしくお願いします。

大人クラスへ

清武直子／六級

今回の昇級試験は子供クラスとして受けるのは最後だろうと思って臨みました。大人クラスにいていなければ六級以上は受けられないということを直前に知り、愕然としましたがこれで最後だと気を引き締めていきました。

この試験を最後に、子供クラスはもう卒業しようと思います。今まで子供クラスでずるずるとやっていたのですが、これからは大人のほうでがんばって続けていきたいと思っています。子供クラスの先生方、お世話になりました。また、大人クラスの方々、お世話になります。よろしくお願いします。

小学校最後の試験

ルナー樹／六級

待ちに待った試験の日です。あまり緊張しませんでした。走ってせいぶ館に行ったので熱かったです。

大人クラスと子供クラスの合同練習が色々な技をやってとても面白かったです。

試験は、落ち着いて出来ました。

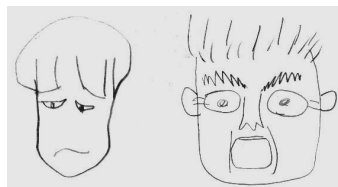
級が八級から六級になったときとても嬉しかったです。これからも友達と続けようと思いました。そして、最後にもらったパンはとても美味しかったです。

合気道の先生の性格

兒玉悠／六級

古殿先生は元気な先生で子供に対して明るく接してくれました。土曜の先生はジョークが大好きな先生です。この二人はそれぞれ子供に対しての接し方がそれぞれ違うことが分かりました。

今年で子供クラスを卒業します。ありがとうございました。

**私と合気道**

金築初音／六級

私は、この間の試験が最後でした。5年間ありがとうございました。私の合気道は、身を守るもので、友達が来て、先生達としゃべったりして、ゲームをしていた5年間でした。一言で言うと…

合気道、意外なところで任天堂。

本当にありがとうございました。

試験に受かった

兒玉渉／七級

僕は試験の日に道場へ行きました。中には大人が何人もいたのでびっくりしました。他にもいろんな人がいたので緊張をしなくなって子供クラスの試験が始まったので少しどきどきしていましたが、次の合気道のある日に道場へ行くと全員受かっていたのでうれしかったです。

もうすぐ七級

兒玉迪／八級

合気道

もうすぐ七級

頑張るぞ

合気道の審査

遠藤史憲／八級

合気道の審査で小手返しをちょっと忘れていました。これはやばいと思う思い出してやりました。次の七級のときは前日からちゃんと覚えて審査をしたいです。

二回目の昇級試験

清武宏仁／八級

二回目の昇級試験はあまり緊張しないかなあと思っていました。

でも中に入ったら人がいっぱいいて緊張しました。でも稽古で緊張が取れました。

そして、子供クラスの審査のとき、名前を呼ばれたらまた緊張してしまいました。

でもまたやっているうちに緊張が取れました。そして技とかをうまく出来てよかったです。

帰りにもらったパン、おいしかったです。

昇級審査

岡崎充志／八級

僕は今回の審査で八級になりました。

僕は今回の審査で「ドキドキ」も「ワクワク」もしませんでした。なぜなら、大人の人たちが、わけの分からないところで笑っているの僕は変な気持ちで今回の試験を迎えてしまいました。中身も「間違えてそうだ」と思っても合格だったり変でした。

道場の友達

土居星奈／八級

私は2年生から習いはじめ、もう3年になります。

今年の合気道は、ものすごく楽しかったです。先生にほめられたり、友達に会ったり。でも、

4月になったら、私は友達がいなくなります。なぜかと言うと、6年生の育未ちゃんが、中学生になるので、会えません。あと、5年生の初音ちゃんが、バレーボールのクラブが忙しくなるので、合気道をやめることになってしまいました。

私は、4月から、また新しい友達を作りたいです。

私の夢は、早く黒帯を取って合気道の有名人になりたいと思います。

先生、この3年間ほんとうにありがとうございます。

せいぶ館の道場を大切にしたいと思います。

合気道の試験

小西玉緒／九級

私がなぜ合気道に入ったかという、強い体になりたかったからです。

はじめてやったときは意味が全然分からなくて、ずっとみんなのを見てたら友達に「楽しいよ」といわれたので入ってみたら本当に楽しくて。

一年生のときに試験があったのに受けなかったから二年生の時に初めてやったときには緊張していたけど、今はあんまり緊張しなくなってきて、スムーズに出来ました。九級になれるか心配だったけど、九級になれてよかったです。

合気道の試験

須方音寧／九級

私は合気道の試験は二回目です。だから前の試験のときよりももっとうまくやりたいので、いっぱい練習しました。

試験で出る技は覚えました。そして当日とてもドキドキしました。名前を呼ばれたとき、とても緊張しました。でも何回も練習してきたことを思い出し、頑張りました。その試験では練習よりすごく良かったのでほっとしました。

そして木曜日、見に行くと九級にあがっていました。とてもうれしかったです。合気道を始めて、いろいろな技が出来るようになったし、姿勢が良くなりました。

合気道をやっていて

大日陽向／九級

僕は、試験は緊張しました。次の週に札を見ると九級にあがっていたのでうれしかったです。

僕は前受身が得意です。学校で前受身が役立ちました。

友達と遊んでいると、ボールに夢中になってこけかけました。すると、手が前に出て、一回転して、傷一つなしで起き上がりました。

自分では何がおきたか分かりませんでした。でも、あとで前受身したと気付いて、「合気道して良かった」と思いました。

本当に合気道をして良かったです。

詩 あいきどう

荻内優治／十級

あいきどう
みをまもるため
やっている
なぜだろう
たのしいな



ありがとうございます

常峰瑛宏／卒業生寄稿

古殿先生、林先生と、先生方。合気道を今まで教えてくださってありがとうございます。

もうすぐ子供クラスを卒業するので、教えてくださる時間は少ないですが教えてくださったことは忘れません。

大人になっても頑張ります。

ありがとう

渡辺育未／卒業生寄稿



飯田市青年商工会議所との交流、稽古報告

2008年3月1日 (土)

講評させていただきます！

とても爽やかで気持ちの良い方々でした。

特に道場が笑顔と笑い声（悲鳴？）で満たされていたことが印象的でした。

一回切りとはいわずに又機会があれば一緒に稽古させて頂きたいなと思いました。以上です！

長野の飯田から来られた J C I の青年団。はるばる神戸のせいぶ館で合気道を体験されました。

威勢の良い挨拶で道場に上がられるや否や、開会の儀式が始まる。秒単位でプログラムが淡々と進行されていく。普段の道場では見慣れない光景にこちらがアウェイなのかと錯覚してしまう程。しかし、スピーチでは必ず笑いをとられるのを見て、「なんやせいぶ館の宴会と同じやなあ」と一安心。

開会式が終わると稽古開始！早速柔軟体操で「イタイイタイ！」と悲鳴が上がる。「無理に勢いを付けずに自分でイタ気持ち良いくらいに」と中尾支部長。その支部長の柔軟さにまたも感嘆の悲鳴。

「大好きな彼女に会いにいくつもりで」。同じ歩く動作も気分次第で足取りが変わってくる。戸惑いながらではなかなか前に進めない。「じゃあ今度は葬式に行くイメージで！？」。

気持ちで体を動かすことは、頭ではなんとなく分かっているでも難しいです。そんなこんなで緊張も解れてウキウキ稽古は続きます。



押し合い、へし合い、いなし合い。合気道は相手の力を使う涼しげなものというイメージをもたれていた方には飛んだ災難！？道場中皆一緒に汗だく。でも「笑顔」で気持ちは前向きに！起き上がっても起き上がっても倒される。でも笑顔で起き上がる。一回の稽古で百転百起！

合気道にはじめて触れられる方々とどうやって一緒に稽古するのだろうという不安は全くの杞憂に終わり、皆で一緒にいい汗を流せました。

稽古を通じて色々な人と出会えることは合気道の醍醐味。それは道場を越えて、さらには合気道も越えて、普段は合気道とかかわりのない人とも一緒に稽古が出来るとは！とても楽しい出会いでした。



そろそろタイムアップのベルが聞こえてきそうなのでこのあたりで。。

(文責：林 佑樹)

これまでの行事

9/30(日) 関西研鑽会(ひびき道場)24名参加	12/30(日) 餅つき
10/13(土)～14(日) 合宿(武蔵の里・栗林師範)	12/31(月) 稽古納め
11/3(土祝) 兵庫武道祭(兵庫県立武道館)	1/3(火) 初稽古(明倫塾)6名
11/4(日) 歩さん&田中君の結婚を祝う会 (香美園)	1/13(日) 新年会
11/11(日) 佐藤君結婚式(ホテルグランド パシフィック)	1/21(月)～2/3(日) 寒稽古
12/1(土) 上海(昌子さん・ミンジャ)	2/9(土)～10(日) 栗林師範&甲南大学との 合同稽古
12/2(日) 横田前道場長追悼演武会・総会・忘年会	2/11(月・祝) 上海(野倉夫婦・アンダー)
12/16(日) 大掃除	2/24(日) 県民体育大会(横田師範&鈴木指導員 県武道館)
12/22(土)～23(日) 遠藤先生&甲南大学との 合同稽古&吉本新喜劇	3/1(土) 飯田青年会議所合気道体験教室35名
	3/9(日) 審査
	3/22(土)～23(日) 遠藤先生&甲南大学との 合同稽古

これから行事

5/24(土) 全日本演武大会(日本武道館)	10/11(土)～12(日) 合宿(田辺)
6/28(土)～29(日) 遠藤先生講習会	11/3(月祝) 兵庫武道祭
7/19(土)～8/1(金) 土用稽古	12/7(日) 横田前道場長追悼演武会・総会・忘年会
8/3(日) せいぶ館創立50周年記念行事 「予行演習」(県文化体育館)	12/14(日) 大掃除
9/7(日) 審査	12/20(土)～21(日) 遠藤先生講習会
9/21(日) せいぶ館50周年記念行事 (県文化体育館・チサンホテル)	12/23(火祝) 餅つき
10/6(月)～12(日) IAF(田辺)	12/31(水) 稽古納め

《編集後記》

朝、目が覚めて自分の好きな
感觸の空気を感じると、すごく
いい予感がします。少し湿気を
含んだ、春のやわらかい日は特
に。…最近ようやくその理由
に気付きました。花粉の飛散量。
そんな日はあまり飛ばないから
鼻の状態がマシで、気分も爽快。

朝の空気を楽しめるなんてち
よっと優雅～と思ってたのに、
かなり現実的な理由でがっかり。
。。

ともあれ、窓を開けても気持
ちのいい季節になってうれしい
です。(土井)

最近(というか数年来…?)
あまり稽古をしていません。せ
いぶ館通信の編集作業を手伝っ
たり、子どもクラス(住吉)に
顔を出したりさせていただいて
いるため、それほど道場から遠
ざかっている気はしないのです
が…。

しかしたまに稽古に行くと、
気を遣って色々声をかけて下さ
るみなさま、ありがとうございます。
また、以前教わったアレ
コレをすっかり忘れていたのを
咎めずまた教えて下さって、大
変感謝しております。(玉村)

子供達と稽古を始めて早1年。
沢山勉強させてもらっています。
合気道だけでなく。。

仕事柄、子供達の興味にはとて
も関心がありますが、道場で元気
よく走り回っているのを見ると、
「こんなに楽しいことを知って
いる子供達に、それ以上の楽しみ
を与えるゲームなんて作れない
な」とつくづく感じます。

そういう私も合気道を始めて
早8年。仕事以外でゲームはしま
せん。だって合気道が最高に楽し
いんですもの！(林)

[せいぶ館道場 入会案内]

■会費

- ・入会金 5,000円
- ・会費 なるべく3ヵ月分以上を前納してください

一般	5,000円/月 (一括払いの場合: 28,000円/半年、50,000円/年)
小～大学(23歳以下)	3,000円/月
65歳以上	4,000円/月
ビクター料金 <1週間有効>	1,500円/一般 1,000円/小～大学生(23歳以下)・65歳以上 2,000円/本部師範及びそれに準ずる先生の指導日

- ・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 サヅタカオ)

■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下さい。
- ・スポーツ安全保険(毎年3月に切換え)に加入して下さい。 <大人1,500円/年、小学生500円/年>
(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

- ・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 <2008年4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			18:30～20:00 佐伯
水	7:00～8:00 中尾	13:30～15:00 (レディース)★ 明子	18:00～19:00 (初心者クラス)★ 玉置
木		16:45～18:00 (子供クラス)★ 古殿	19:00～20:00 (初心者クラス)★ 久河
金	7:00～8:00 中尾		18:30～20:00 佐治
土	9:30～11:00 中尾		18:00～19:00 徳山
日	9:30～11:00 中尾	15:00～16:30 (子供クラス)★ 林	19:00～20:00 井出
	11:10～12:10 濱崎	←[毎月第2日曜: 藤井]	18:30～20:00 松平
			↑[毎月第2日曜前日: 藤井]

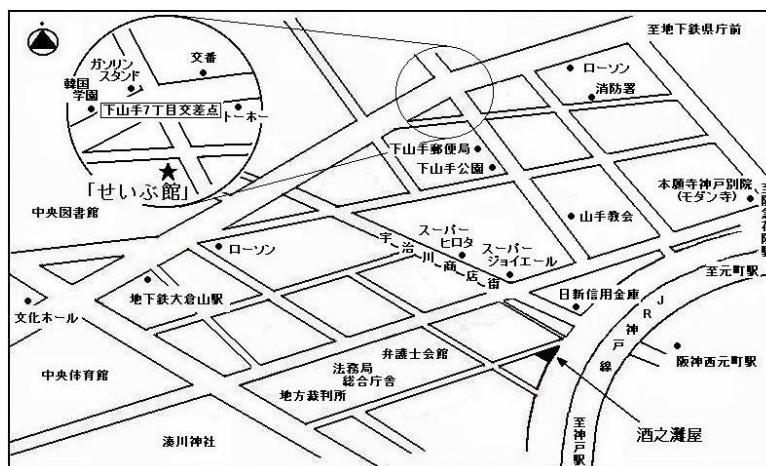
明石道場 水: 19:00～20:30 (山下)

COOP住吉子供クラス 土: 17:00～18:30 (長谷川)

杖道部 <神道夢想流> 会費: 1,000円/月 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)

■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: 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 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://seibukan.main.jp/>>

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。そういう思いを基に、下村湖人著「次郎物語」から「白蘆林」と名付けました。