

せいぶ館通信

第35号 / 2009年(平成21年)11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



審査終了後 集合写真(9月13日)

笑う合気道教室

中尾眞吾/支部長/六段

わっはっは・・・がっはっはっは・・・と、今日も、騒がしくかしましく、転がっている面々。稽古中に、微笑むのはええけど、大笑いはどうも？！と思うのだが、この道場は、お笑い大爆笑合気道教室だ。陽気な人が集まつたのか？ その人達が影響をしあつたのか？ 私の思惑とは違い、まあ！！にぎやかな事である。壁を隔てて隣は、「肃々」と稽古を進めている薙刀の人達なのに・・・。

7年前、県武道館・柿落としの半年後、「合気道婦人教室」が始まった。館長の第一声は「この教室で育つた人達が、兵庫県の中心になっていくようにお願いしたい。」だった。

県の施設だから・・受講生は一杯集まると思っていた。しかし何年経っても、数人での稽古が続いた。人は増えず、1人だけという日も何回かあった・・・。せいぶ館からも毎回、応援に駆けつけてくれていたが、気の毒な日が続いた。

家を8時20分に出て、10時の稽古に間に合わず。出かけるのにも「元気に行こう！」とハッパをかけない事には姫路は遠過ぎた。帰宅してからの仕事を思うと、気が重たかった・・・。

受講生が増えるように、職員の人達とも何回も話し合った。宣伝もよくして頂いたが、思うようにはいかない。定着しそうやなあ・・・と思うと、子供が出来たみたいです・・とか、パートの時間が重なったので止めさせて貰います、とか・・母を介護せなあかんので、とか・・貴重な人達が脱落していく・・。

婦人だけを対象にせず、男性にも門戸を広げ「女性・入門・練成教室」に衣替えをしたのが1年ちょっと前。べっぴんグループに、数人の男性が加わり、何とか10人を越えるようになって来たのは今年の初め・・・やっとそれらしい体制が整ってきた。

「合気道教室に、キャッチコピーをつけてもらえませんか。」と職員の方。それやったら・・ヤッパリ・・！ 「爆笑合気道教室」・・では不味いから、「笑う合気道教室」。
変やけど・・ぴったり・・か？！

あと何年かかるかもしれないけれど、黒帯誕生までは関わり合あうと思っている。(実現可能~~~?)

09.9.17

せいぶ館 土用稽古完遂者

鳴嶋 松井 玉置 内田 中尾

以上 5 名

平成21年9月13日 昇段・昇級 おめでとうございます

四段	徳山浩明 河村啓之
三段	鳴嶋保雄
二段	西澤莊平
2級	門田雅生 松井諭 柿沼秀行 香山麻紀
3級	佐々寧昭 森めぐみ
4級	内田光治 屈本有
5級	水國一志 梅本祐紀 森本幸治 石光久呂枝

子供クラス

9級	川原由紀子 塩田智規
10級	小屋悠莉香 川原健司

《 昇段 昇級 感想文 》

感謝

徳山浩明／四段

今まで一緒に稽古して下さったせいぶ館の皆様、ありがとうございました。そして、浜崎道場長、藤井先生はじめ、先生役の方々、ありがとうございました。特に、入会以来ずっと指導して下さった打越先生、佐治先生、そして何よりこんなに楽しい合気道の場を提供して下さっている中尾先生、明子さん本当にありがとうございました。今後ともよろしくお願ひします。

今回の審査、自分の中で不安はありませんでした。普段の稽古以上の事は出せないと思っていたのと、ここ数年、自分なりに少しは充実した稽古ができた、という実感があったからです。

4年前に娘が生まれたのをきっかけに、朝稽古を中心にしてきました。夜は家族と一緒に過ごしたかったのと、常々「中尾先生の技を身に付けたい。」と思っていたからです。

振り返ると、初段を取得して以来、慢心していたような気がします。後輩の方に対しきちんと受けを取らなかつたり、偉そうに口で教えてばかりの嫌な奴でした。ところが、朝稽古に参加すると、常連の方々が言葉少なく黙々と稽古しています。そんな雰囲気の中で、「自分も短い時間内に一度でも多く受けや取りをしていく。」という考えになりました。また、見取りで中尾先生の受けに呼んでもらえる事が多くなり、真剣に、嘘の

無い稽古をするようになったことも大きかったです。前での手本で何度も吹っ飛ばされて、息が上がっている状態ですぐに井出さんやブラッドリーから重く効き目のある技で投げられる。稽古後、軽いムチ打ち症のようになり、首や肩の不快感に何度も悩まされました。でも、その不快感以上に、気持ちは充実感でいっぱいでした。

受けと取り、お互いが良い稽古相手となって、嘘の無い稽古を積み重ねていく。合気道とは、ただこれだけの事しか無いような気がします。

今年で40歳になりましたが、まだまだ動けるように身体の手入れをして、稽古していくたいと思いますので、皆様よろしくお願ひします。

最後に、私事で恐縮ですが、今年の3月に開店以来、私の店にたくさんの方々が足を運んで下さいました。そして今もずっと支えて下さっています。本当に言葉では表せないほど、人の温かさ、有難さを感じております。ありがとうございました。今後ともよろしくお願ひ致します。

合気道と共に

河村啓之／四段

四段を頂き有難うございます。審査していただいた方々受けをしていただいた方々、有難うございました。ビデオ見て、受けに出てきた方々の多さに驚きと感謝でいっぱいです。

今回は今までの審査の中で一番落ち着いて受けられました。というよりもすごく楽しかったです。「上手にしよう、下手で失敗をするんでは…。」というより元々上手ではないし、当日は「稽古をしたい！」という気持ちでいっぱいでした。緊張していたのは1ヶ月前でした。でもある方の上手な技を見て、「自分は元々下手だから考える必要は無いの。」と思いました。その後私が好きなアニメ『ドラゴンボール』の悟空の口癖「審査が受けれるなんて、オラ！ワクワクして来たぞ！」という感じ！！でした。

高校時代に少林寺拳法、そして空手、それから合気道の世界に入って、自分の半生以上は武道界に生きています。3日で辞めたアマチュアレスリング部の先輩に「拳法は村で踊る盆踊りのようなものだ。」と馬鹿にされました。ある武道の先生に聞いたら「踊るように人を制したらそれは神の領域だ！」と言われました。踊るように人を制する遠藤師範、開祖…武の道は技から始まり芸、そして道と言われる。私は合気道の道を出来れば生きている限り歩んで、技から芸、そして道まで上達し、楽しんでいきたいと思っています。

また皆様稽古をつけて下さい。

稽古続けて良かったな

鳴嶋保雄／三段

お蔭様にて三段に昇段致しました。稽古を続けてきて良かったと、しみじみ思っています。皆さん本当にありがとうございます。審査当日は、どうしたら普段の稽古のように動けるかと考え、なるべく原則的な動きに努めたつもりです。しかし、結果はご覧の通りで、不十分な捌きから不十分な技となり、課題を多く残しています。稽古を重ねて納得のいく結果を求めるつもりです。

さて、私の稽古は朝を中心に、週3～4日ペースですが、最近は参加する人が増えて、多い日は20人を超える日もあります。参加者の平均年齢も高くなってきて、5年後ぐらいには60歳台になりそうな勢いです。「老人クラス」なんて言われる日も近いように思います。

すっかりハマってしまった合気道ですが、このままずっと続けるためには何が必要なのでしょうか。こんなことを考えなければいけない年齢になっているのです。これからは、持続的な稽古のために「受け」を今まで以上に勉強しようかと考えています。稽古を拝見していると「受け」の上手な方がいらっしゃいますよね。多分身体的負担も軽いのかなと思います。参考にさせて下さい。ではまた道場でお会いしましょう。感謝。

反省

西澤莊平／二段

約6年ぶりの審査。申し込みの資格があることを掲示板で知り、「機会があれば受けた方がいい。」と思って申込書を提出しました。

「二段が欲しい」ために審査を受けたのではなく、「せいぶ館を離れて銚子で稽古したことを少しでも出したい。」と意識して審査に臨みましたが、技をかけていても、また撮っていただいた映像を見ても、その成果はほとんど出せていません。

その原因は「稽古不足」。その一言に尽きます。頭では「常に『武道』として意識しながら『受け』や『取り』をしたい。」と考えていますが、体がついていっていません。こんな体勢は武道として有り得るのか？『受け』が思いきり攻めてきても余裕をもって対処できるか？自分が『受け』の時に『取り』に向かって正確に攻めていっているのか？直会の際、各先生方からいただいたコメントに耳が痛いです。「思っていたよりもええけど…。」「多人数がけになってくると余裕がなくなる。短刀を受けの目の前に置くことはおかしい。」「技にメリハリがない。」「まあまあ上手いがパツとしない。」「動きが重い。キレがない。」「受けは相変わらず下手くそ。」こればっかり意識すると憂鬱になってしまいそうですが…。ご指摘いただきありがとうございました。決して自分自身でも良い出来だとは思っていませんので、指摘された点を稽古の中で意識し磨いていきます。

まずは二段に昇段できたことを喜びます。そしてとにかく稽古！受けを取ってくださった方々に感謝。神戸、銚子で一緒に稽古してもらった方々に感謝。皆様、ありがとうございました。今後とも宜しくお願ひいたします。

昇級試験を終えて

門田雅生／2級

3級をいただいてから1年かけて、何とか2級に昇級できました。皆さんご存知のとおり、私は外科系診療所の開業医をしていますが、この1年の間、仕事の方でも手術を本格的にできるように医院を改築したり、いろいろ国の中でも制度に従って会計用のコンピューターを入れ替えたりと忙しい日々でした。

私の先輩の医師は、「今の時代、開業医は借金を背負うことによって、少しでも攻めの姿勢を取り続けていないと、じり貧になって将来的に立ち行かなくなるかも知れない。」と恐ろしい事を言いますが、どんな仕事でも、合気道でも、日々改善を心がけていく必要があるというのは変わら

ないことだと思います。かといって、開業医は風邪を引いても基本的には代わってくれる医者がいないので、健康に気を付けつつ、マイペースで1級を目指したいと思います。

とにもかくにも、普段稽古につきあってくれている皆様に感謝ですが、なによりも朝稽古で首投げにつきあっていただいた皆さん、本当にありがとうございました。

最凶の夏

松井諭／2級

この度の審査で2級をいただきました。ひとえに皆様のおかげです。深く感謝するとともにこれからもよろしくお願ひします。

いつもながら、作文を書くのに何を書こうか悩みます。今も文を書いたり、消したりの繰り返し...。本当に何を書こうかな。

...前にも書きましたが、僕の趣味として畠仕事があります。近所の貸し農園で野菜を作っています。しかし、最近、収穫量が大きく落ちてきました。タマネギは小型化し、全然太らない、同じく白菜も大きくならない。ジャガイモも豆サイズしかできない...。普通なら肥料不足が考えられるのですが、でも、肥料はちゃんと与えていました。病気でもなさそうです。何でだろうと悩んでいたら、ある事実に突き当たりました。それは、これらの野菜は前年、ある野菜を植えた近くで作っていた、という事です。その野菜の名は「はやとうり」。昨年、ものめずらしさで植えたら、その蔓が尋常でない勢いで繁茂した上に、支柱をなぎ倒すくらいにたくさん実をつけた最凶の野菜です。

昨年、散々苦労をさせられた“こやつ”は肥料で与えた栄養だけで満足せず、土壤の地力を思う存分吸い取っていたのです。おかげでこの夏は植えたかったサツマイモを植えることができず、堆肥投入にかなりの労力を費やす地獄の夏となりました。ペットは飼い主に似るといいますが、作る野菜も耕作する人に似てくるようです。

さて、凶暴な“こやつ”は今年は別のところに植えて、思いっきり蔓を伸ばしています。このままでは、昨年同様、たくさん実をつけることでしょう。どうしよう！

審査を終えて

柿沼秀行／2級

この度は2級に昇級させて頂きありがとうございました。審査申込み期限1週間前になり、思い切って審査を申込みましたが、「審査では日頃

の稽古の成果が出る。」と思うと、日頃の稽古不足が気になり、審査直前は不安で寝付けない日もありました。しかし、先生方や先輩方から励ましの声やご指導を頂き、準備不足の中ではありましたが、何とか審査に挑むことができました。

また、当日は、受けをとって下さった方々のおかげで無事審査を終えることができました。今回2級を頂くことが出来たのも先生方をはじめ皆様方からのご指導のおかげです。本当にありがとうございました。

ただ、審査の内容は自分の未熟さを痛感するもので、日頃の稽古の大切さを改めて認識させられました。これから、1回1回の稽古を大切にしながら、合気道を楽しんでいきたいと思っています。今後ともご指導の程、宜しくお願ひいたします。

審査を終えて

香山麻紀／2級

このところ、以前と比べると稽古に来る回数がだいぶ少なくなっているので今回の審査も受けようか迷っていましたが、そのことを浜崎先生に話すと「審査というのは出来る、出来ないということよりも達成度を見るものだし、審査を受ける事は1つの経験になる。受けてアカンかったらもう1回受けたらええねん。」と言われたので受けてみようと思いました。

結果は2級に昇級させていただきましたが、審査が終わった後に3の方から別々に同じ内容の指摘をされたので「そんなに悪かったんだ。」とかなり落ち込みました。なんだか稽古に行きたくないと思うほどでしたが4、5日してからは「悪い所がはっきり分ったんだから直せるように頑張ればいいか。」と考えるようになりました、またいつも通り稽古に来ています。

稽古回数を増やすのは時間的、体力的に難しいですが、その分1回の稽古を大切に、濃いものにできるようにしていきたいです。

運動神経

佐々寧昭／3級

3級に昇級させていただきました。4級の審査の時のような失敗の連続ということは無かったのですが、途中でいくつか大きな失敗をしてしまいました。緊張からくる失敗だったので次回からはもう少し落ち着いて行いたいと思います。

昔から運動神経が悪くて何をやってもダメでした。で、合気道の方はどうかと言いますとやっ

ぱり上達は遅いです。運動神経が悪い部分は練習回数でカバーする！と意気込んでいますが元が元なのでやっぱり思うように上達はしないようです。まあ今からプロになるわけでもないので運動神経が悪くても、才能が無くても自分が納得できる範囲で続けていけたら良いと考えています。

2級に向けてがんばっていきますのでまたよろしくお願ひいたします。目標せ年間稽古回数200回！(週4回ペースで稽古しているけどなかなかうまくいかない。)

マイブーム

森めぐみ／3級

今回、昇級させていただきありがとうございました。間際まで稽古に行くたび審査の技をしていただいていたにもかかわらず、なかなか覚えられずにご迷惑をおかけしました。指導してくださった皆々様、受けをしていただいた松井さん、たくさんの方々に感謝です！

最近のマイブームが2つあります。まず1つ目は、プールで前受身の練習をすることです。飛び込みは禁止なので、水に浸かったまま回るのです。受身の時に体が流れているとよく言われるので、実際水中でやってみるとまっすぐ回れないで、できていないのがよく分かります。で、「こらあ、ええわあ！」と気に入って1人でやっています。ただ、周りでは泳いだりウォーキングしている人がいるので少し恥ずかしいですけど。

もう1つは、自転車に乗っている時ですが、ハンドルを握らず、体の転換時の腕の形でハンドルの上に手の甲をのせて、体重をかけています。すごく危ないので私を見かけたら離れて下さいね！そして良い子のみんなもマネしないで下さい(>_<)

このようにどこでも合気道の動きを取り入れられるのはいいことですよね。些細なことでも楽しめるのは、私の特技なんです。こんな私ですが、これからもよろしくお願ひします。

無題

屈本有／4級

中尾先生と朝稽古の皆様、いつもありがとうございます。毎週皆さんとの練習とても楽しいです。私は2年前に5級の試験を受けました。その後、何人かの友達はいろいろな階級に合格しました。私は彼らのように強くなるためにがんばります！よろしくおねがいします。

復習するは我にあり

内田光治／4級

審査の後は色々と問題点がハッキリするので、審査終了から1ヶ月ぐらいは復習のために詰めて稽古することにしています。道場もすいているし、何を直さないといけないのかがハッキリしているので、私のようにドンクサイ人間でも比較的身に付きやすいのではないかという気がします(身に付いてるかどうかは別として)。

早く成長する人はセンスがあるということもあるのでしょうか、問題点をハッキリさせて、日々それを忘れずに直していくということを繰り返している人であったり、常に稽古の事を考えている(全ての動きが稽古になっている)ような人なのでしょう。私の場合はというと、稽古中は稽古についていくのが精一杯、稽古が終わると綺麗さっぱり稽古のことは忘れてしまって反省がない...orz。

今年は、その貴重な成長の期間にシルバーウィークが入ってしまった。休祝日は稽古が9:30からなので稽古に行ってから仕事に行くということが全く出来なくなり、1週間近く稽古を休んだ事になります。(骨折したとき以外こんなに連続して休んだことはないのではないか...)一般的の人には楽しい長期休暇も私的には迷惑以外の何者でもない。なんとかならんもんかなーシルバーウィーク....。

審査を終えて

水國一志／5級

この度、無事昇級できました。これも先生はじめ、皆様のご指導のおかげだと思っております。ありがとうございました。これからも稽古に励み、よりよい合気道ができるよう努力していきますので、よろしくお願ひします。

合気道から得られるもの

梅本祐紀／5級

この度、5級へ昇級いたしました梅本です。稽古をつけて下さった皆様ありがとうございます。無事、最初の目標をクリアすることができました。また次の目標にむけて精進していきますので、稽古でお会いした際にはご指導よろしくお願ひいたします。

さて、私のことをご存じない方がほとんどと思いますので、少し自己紹介を兼ねて、合気道を始めたきっかけをお話します。合気道は小学生の頃に見聞きし、漠然とした憧れを持っていました。

しかし、それも時間の流れとともに薄れていき、いつの間にか忙しく働く社会人となりました。数年勤め、これから大きく成長していくにはこの今までいいのか?と悩んでいた時、周りの尊敬する先輩方にあって、私にないものに気が付きました。それは「心の強さ」でした。能力や運よりも、心の強さこそが長期的な成長をうむ大きな要素だと考えました。そして、不思議な事にそう思ったと同時に合気道を思い出しました。

これが私が合気道を始めたきっかけです。なかなか達成し難い目標ですが、時間をかけて取り組んでいきたいと思います。

きっかけ

森本幸治／5級

この度は、5級をいただきありがとうございました。稽古で指導していただいた先生方、先輩方、本当にありがとうございました。

小学生の娘が去年の春から子供クラスでお世話になっていましたので、幸運にもせいぶ館50周年記念行事を見学させていただく事ができました。その時はまさか自分も合気道に入門するとは思っていませんでしたが、何か今まで味わった事のないような平和で楽しそうな空気が忘れられませんでした。

きっかけは数年来の肩こりです。背骨のゆがみが原因のようなのでこれは時間をかけてでも自分で治すしかないと思っていたところ、合気道有段者の友人から合気道は他のスポーツと違って左右均等に練習するので背骨矯正にいいという話を聞き、また50歳を過ぎてからでも始める人も多いと励されました。どう見ても武道向きではない貧弱な体形の私に出来るものかと思いましたが、本で調べると合気道は力ではない、やる気さえあれば誰にでも出来ると書いてある。それでも不安なので入会までに体験で6回ほど通いましたが、あちこち痛むものの寝込むほどではなかったので思い切って入会させていただくことにしました。

稽古を始めて半年ですが肩こりは少しずつ楽になってきて喜んでいます。稽古中もよく「もっと力を抜いて。」と教わりますが、普段の生活でも肩に力が入ってないか時々チェックするようになりました。きっかけは「肩こり」ですが、目指すは「宇宙と一体」。一步踏み出したばかりの長い道のりですが、無理せずゆっくり末永く学んでいきたいと思っています。これからもどうぞよろしくお願いします。

合気道続けるぞ!

石光久呂枝／5級

今回5級に昇級しました石光久呂枝です。私は合気道を始めて2年がたちますが、まだまだ技と名前が一致しない時もあり、難しいと思いながら毎回稽古を受けています。そんな中受けた審査では…頭が真っ白になりました。とても悔しい思いをしたので、これからは次の4級を目指して頑張りたいです。

せいぶ館の皆様、これからもどうぞ宜しくお願ひいたします。

子供クラス

9級昇級

川原由紀子／9級

私は、今日、9級に昇級しました。

昨日からずっと、「9級に受かるかなあ。受かるかたたらいやだなあ。」と不安でした。でも、しんさ会場にいた人達は、昨年私が10級を受けた時に見た人もいて、去年よりも安心して、しんさを受けることができました。

自分が技をやっている時、自分らしく、のびのびと合気道をできたと思います。しんさ結果を発表されたとき、自分の名前が呼ばれてとてもうれしかったです。これを自信に、これからも合気道のけいこをがんばりたいです。

毎週けいこをして下さる長谷川先生、西村先生、たまに来て下さる先生方、これからも合気道のけいこをがんばりますので、よろしくお願いします。

9きゅうになったこと

塩田智規／9級

ぼくは、9きゅうになってとてもうれしかったです。なぜかというと、今までの力をはっきりしてなんとか9きゅうをとったからうれしかったです。しけんの時はちょっときんちょうすると思ったけどせいぶ館道場に来たことがあることと、10きゅうしけんのときにしけんの流れを体験したことがあるから、きんちょうしなかったです。わざの中では一教がむずかしかったです。

それからえんぶかいで大人の人のえんぶははく力がありました。来年はぜひ8級をとれるようにこれからもがんばりたいです。

あいきどうで級があがった

川原健司／10級

ぼくは、あいきどうで、級が上がりとてもうれ

しかったです。

初めぼくは、あいきどうで級が上がるかしんぱいしていたけれど、道場に行くと色んな人が来ていたので、ぼくもがんばろうと思いました。始めの方は大人の人がわざをしていて、その人たちがしているわざを見てすごくかっこいいなと思いました。

ぼくたちの出番のときは、みんなに見られてきんちょうしたけれど、わざをするときはきんちょうしないでうまくできました。ぼくたちの出番が終わると、木刀とか使ってする人もいて、またかっこいいなと思いました。すべての人たちのわざを見てから最後に級が上がったことを知って心の中で「やったあ、級が上がった。」と思いました。

また、級が上がるようがんばっていきたいです。

初めて

小屋悠莉香／10級

わたしは初めて合気道の試けんを受けました。とてもきんちょうしました。会場のせいぶ館にいってみると、たくさん人がいて、びっくりしました。子どもは、わたしを入れて4人しかいませんでした。でも、試けんのときに、まちがえずにてきてよかったです。

結果を発表する時が一番きんちょうしました。なぜかというと、自分はちゃんと合かくしているかと心配だったからです。でも結果は合かくでした。とてもうれしかったです。

来年は9級目指してがんばりたいと思います。

ベトナム紀行

村尾邦明

夜中、ハノイ空港に着いた。飛行機を出ると一瞬じっとりとした洞窟の臭いがした。これがベトナムの臭いらしい。ハノイ北部の湖上のホテルに泊。翌日観光バスで世界遺産のハロン湾に向かう。途中バッチャン村という陶器を作る村を見学。バッチャンのチャンは中国語の茶碗だそうだ。フランスの支配で20世紀初頭、漢字とひらがなに当たる文字が廃止され、ベトナム文化の大系をなす漢文のベトナム古典はその文化と共に誰も読めない歴史の異物にされてしまったそうだ。しかし、独特の白い陶器の地肌に印刷のように正確に細かい絵付をする職人の姿はベトナム人の縦密な美的感覚の歴史が息づいているのを見るようだった。

龍が敵の侵略を防いた時に吐いた玉が島になったと言うハロン湾は湾内に3000もの奇岩が聳える絶景である。龍頭を付けた木製の40人程が乗れる観光船の両脇に子供をあやしながら果物を売る船が横付けする風景にベトナムを感じた。船内でのベトナム料理は素朴だが、味は日本に似ていて違和感がない。



夜、偽物と偽札に気を付けるとの注釈付きのナイトマーケットを散策。観光客向けの土産物を並べたテントが整然と並んだ北回帰線直下の夜の空気は黒くてじっとりと重い。翌日バイクであふれるハノイに戻り市内観光。土産物店のアオザイを着た可愛い売り子さんは店で勉強した日本語を上手にしゃべり、冗談にも答える。夜はベトナム水上人形劇を観賞。背景の裏から水中の棒で水上の人形を操る。水の深さは腰ほどもあり、4m位の棒の先に立てた大きな人形を操る重労働の演劇だ。最後に背景を除いて現れた人形師は男女6人程で溌剌とした笑顔が印象的だった。

翌日午前と午後の稽古に参加。稽古着を着るだけで汗が流れる。黒帯は熱心だが、白帯の多くは暑さにへこたれて座って見ている。中尾先生と行くと何処に行ってもついでに大歓迎されるので、いつも好印象で帰ってくる。日本時間朝2時発の飛行機でベトナムを後にした。



合宿報告

坂田真理・大里郁子

1日目の参加人数が23名という、これまでで最もコンパクトサイズになった今回の合宿。でも祖父江さんご指導のもと、内容の濃い2時間の稽古にしっかり汗を流しました。夕食とそれに続く宴会が和やかな雰囲気で盛り上がったのも、祖父江さんが終始にこやかな表情で稽古のご指導をされたおかげかもしれません。



ちらほらと見受けける二日酔いの人と、2日目からの参加者が加わって始まった翌日の3時間の稽古。「3時間もなんてもたない！」という悲鳴も聞こえましたが、前半の1時間が太刀、後半が合気道というメリハリがついた内容だったため、各自自分のペースで3時間の稽古を楽しんでいました。特に太刀の持ち方・振り方など、普段の道場では稽古しにくい分野をご指導いただけたのは貴重な時間だったのではないでしょうか。

今回の稽古のテーマは『相手の力を吸収する』ということ。なのに、ついつい対抗して、動けなくなることも多々あり、まだまだ意識が足りないことに気付かされます。「日々の稽古相手が自分の先生になる。」、「相手への感謝の気持ちを忘れずに。」という祖父江さんの言葉、それらをしっかりと胸に留めて、今後の稽古に臨んでいきたいです。

初日の稽古中に頭の衝突事故（Nさん、Oさん）というアクシデントも発生しましたが、大きな怪我もなく、充実の2日間となりました。



参加された皆さん、お疲れ様でした！

これまでの行事

- 6/14(日) 広島国際合気道道講習会
- 6/27(土)~28(日) 遠藤先生稽古会
- 7/23(木)~8/5(水) 土用稽古
- 8/9(日) 土用稽古完遂者表彰
- 8/30(日) 各クラス担当者会
- 9/13(日) 審査
- 10/15(木)~19(月) ベトナム遠征
(藤井, 村尾, 明子, 中尾, 高木)
- 10/24(土)~25(日) 合宿@新たんば荘
(祖父江さん指導)
- 11/3(水・祝) 兵庫武道祭

- これから行事 -

- 11/22(日) 関西地区合同研鑽会@豊中ひぎき道場
- 12/6(日) 横田前道場長追悼演武会・総会・忘年会
- 12/13(日) 大掃除
- 12/19(土) 遠藤先生稽古会
- 12/20(日) 遠藤先生稽古@王子スポーツセンター
- 12/30(水) 餅つき
- 12/31(木) 稽古納め
- 1/4(月) 稽古始め
- 1/10(日) 新年会

<編集後記>

[せいぶ館道場 入会案内]

会費

・入会金 5000円

・会費 (なるべく3ヶ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
ビジター料金 <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ヶ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 サジ 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 サジ 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	18:30~19:00 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
			19:00~20:00 井出
土	9:30~11:00 (初心者) 中尾	15:00~16:30 (子供クラス) 大里	18:00~19:30 (初心者) 松平
	7:00~8:00 (座禅会) 永昌寺		[毎月第2日曜前日 : 藤井]
日	9:30~11:00 中尾		
	11:10~12:10 濱崎	[毎月第2日曜 : 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(小畠) 毎月第1日曜(古流&自主稽古) : 13:00~15:00(小畠) 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:中尾眞吾 / 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。