

東京都合気道連盟広報第二十九号

理事長挨拶



東京都合気道連盟
理事長 藤城清次郎

明けましてお目出度うございます。皆様におかれましては、お健やかに新年を迎えることとお慶び申し上げます。また、会員・役員の皆様には日頃より東京都合気道連盟の活動、運営にご協力、ご尽力を賜り改めて厚く御礼を申し上げます。

現在、東京都合気道連盟は、加盟一六七団体を数え多くの仲間と共に新しい年を迎えることが出来ました。これも偏に合気道主権寺守先生はじめ(公財)合気会合気道本部道場指導部師範・指導員の諸先生方をはじめ多くの皆様のご指導・助言・ご尽力あつてのことと深く感謝申し上げる次第です。

去る十一月二十三日(木・祝)の東京都合気道演武大会では、約千百名の皆様にご参加頂き、又多くの来賓をお迎えし成功裏に終えることが出来ました。又、百三十人を超える会員の皆様には、当日の運営にも携わって頂きました。皆様のご協力により

円滑な進行で予定通りの閉会が出来ました。怪我人もなく成功裏に終えることが出来、改めて御礼を申しあげたいと存じます。続く教育会館での情報交換会にも百八十名近い皆様に参加頂き、あちらこちらで懇親を深める場面が観られ和気藹々の内に会が進みました。(公財)合気会の可児晋理事、全日本合気道連盟尾崎理事長、本部道場指導部師範増田誠寿郎令夫人貴代様にもご列席頂き、会を盛り上げて頂きました。改めて感謝申し上げます。

さて今年度も残り三ヶ月となりました。今年度末迄に、都連の関係する行事として一月十一日(木)・三月八日(木)の両日には広域合同稽古、二月十一日(日)東京武道館の演武発表会、同じく三月三日(土)・四日(日)の二日間に亘り地域社会(足立区)指導者研修会が開催されます。

本年も皆様と共に、合気道を通じ、心と身体との錬成と会員相互交流の場を多く提供していきたいと思っております。(公財)合気会、全日本合気道連盟とも緊密な連携をとりながら運営する所存です。年頭にあたり、皆様のご健勝とご発展を祈念いたし合わせて本年も変わらぬご支援、ご指導、ご協力をお願いしまして、年頭のご挨拶とさせていただきます。



○発行日…平成三十年一月十三日(土)
○発行…東京都合気道連盟
東京都新宿区若松町十七番十八号
(公財)合気会内
発行人…藤城清次郎
編集責任者…小林正明

(公財)合気会主要行事

○一月十三日(土)
全国道場・団体連絡会議
場所…本部道場
時間…午後二時半
新年賀詞交換会

場所…京王プラザホテル
時間…午後五時

○一月十四日(日)
鏡開き式
場所…本部道場
時間…午後二時から

○四月二十六日(木)
開祖・吉祥丸道主を偲ぶ会
場所…本部道場
時間…午後七時から

○四月二十九日(日)
合気神社大祭
場所…茨城県笠間市合気神社
時間…午前11時から

○五月二十六日(土)
第五十六回全日本合気道演武大会
主催…合気会
場所…日本武道館

○七月十五日(日)
第四十回少年少女合気道錬成大会
主催…合気会・日本武道館
場所…日本武道館

○八月四日(土)
第十七回全国高等学校合気道演武大会
主催…全国高等学校合気道連盟
場所…岩間市武道館

○十一月十七日(土)
第五十八回全国学生合気道演武大会
主催…全国学生合気道連盟
場所…日本武道館

東京都合気道連盟行事

◇平成三十年三月三日(土)
～四日(日)～
平成二十九年東京都地域社会合気道指導者研修会
主催…日本武道館・東京武道館
主管…東京都合気道連盟
場所…東京武道館
時間…午前十時から午後四時まで

◇四月七日(土)
第三十四回評議員会
主催…東京都合気道連盟
場所…日本教育会館
時間…午後三時から午後四時まで

◇六月十六日(土)
東京都合気道錬成大会
主催…東京都合気道連盟
場所…東京武道館

◇十一月二十三日(金・祝)
平成三十年度東京都合気道演武大会
主催…東京都合気道連盟
場所…東京武道館

平成29年度東京都合気道演武大会

今回で第二十回となる東京都合気道演武大会（主催Ⅱ東京都合気道連盟 後援Ⅱ東京都、（公財）東京都体育協会、（公財）東京都スポーツ文化事業団、（公財）合気会、全日本合気道連盟）は、十一月二十三日（木）十一時から、足立区綾瀬の東京武道館で開催された。当日は朝から強めの雨模様であったが昼頃から晴れわたり、演武大会を祝福しているようであった。当日は八十八団体から千人を超える演武者が集まった。

定刻に開会式が始まり、国歌斉唱、小林正明大会副委員長の開会の辞、藤城清次郎大会委員長の主催者挨拶後、来賓祝辞として、可児晋（公財）合気会理事、保坂三蔵元参議院議員（公財）合気会顧問、寺内定雄（公財）東京都スポーツ文化事業団 東京武道館館長の三人の方々から祝辞を頂戴した。大会開催に当たり士気高まる想いを与えられ、来賓紹介後に演武会へと移った。

第一部・第四部は団体演武が行われ、各道場の個性豊かな演武が披露された。第二部は高校生演武として若い世代のフレッシュさ溢れる演武が行われ、今後の合気道の発展を期待させられた。第三部は代表者演武として加盟団体を代表する個人演武が行われた。最後に第五部は本部道場指導部演武として藤巻宏本部道場指導部師範率いる師範・指導員による基本技から総合演武までの演武が行われ、盛況のうちに閉会となった。

午後四時より千代田区一ツ橋の日本教育

会館にて情報交換会が百七十名を超える出席者で会場は熱気に溢れる中行われ、無事と和気藹々の中終了した。



平成二十九年 東京都地域社会合気道指導者研修会

平成三十年三月三日（土）～四日（日）

平成二十九年東京都地域社会合気道

指導者研修会

主催…日本武道館・東京武道館

公益財団法人合気会

全国都道府県立武道館協議会

後援…日本武道協議会

東京武道館武道協議会

主管…東京都合気道連盟

場所…東京武道館 第一武道場

時間…午前十時から午後四時まで

講師…

中央派遣講師

（公財）合気会本部道場指導部師範

大澤 勇人

（公財）合気会本部道場指導部指導員

梅津 翔

地元講師

東京都合気道連盟理事長

藤城 清次郎

東京都合気道連盟副理事長

大田 勤

申込先…東京都合気道連盟

第五回全国合気道指導者研修会報告

去る平成二十九年十二月八日(金)十日(日)千葉県勝浦市の日本武道館研修センター『第五回全国合気道指導者研修会』が開催された。趣旨は、日本全国合気道を指導する中学校、高等学校の教員及び社会指導者を対象に、学校教育における合気道の指導法に関する実技と講義を行い、学校における合気道指導の充実に資する為のものです。

北海道から沖縄まで四十四都道府県七十六名の参加でした。第一日目、記念写真、開講式のあと、植芝守央道主による『合気道とは』の講義が行われた。道主は合気道の『合気道は、お互いを尊重して決して争わない。相手とぶつからない。』という理念を実際の動きの中で実演された。また、合気道の歴史として、植芝守平開祖の誕生から始まって現代の合気道までのつながりを講義された。

次の講義は講師川城健先生による『武道場必修化に伴う体育授業における合気道の指導について』です。川城先生は一時間半にわたって学校体育における合気道指導について講義された。

二日目、午前中は『中学校合気道指導法』の講習会と『全国合気道指導者研修』の二手に分かれ行われた。『中学校合気道指導法』は九時から十二時半まで、あいだ三十分の休憩を挟んでの三時間の実技となった。中学校合気道指導法①②の講師は日野晴正先生。日野先生は、まず受け身として、後ろ受身を四段階に分けて行った。そして

対人的技能として、①逆半身片手取り隅落とし ②相半身片手取り小手返し ③逆半身片手取り四方投げ(裏) ④正面打ち一教(表) ⑤相半身片手取り入身投げ ⑥座技呼吸法 を行った。全部を全くの初心者に教えるように号令と共にゆっくりと丁寧に稽古を行った。一技ずつ相手を替えてたくさんの人と初めてのように稽古をさせて頂いた。

『全国合気道指導者研修』は尾崎全日本合気道連盟理事長の司会、挨拶に始まり都道府県連盟の会議に続き、全国を六ブロックに分かれ『本部道場についてどのようになっていますか?』というテーマでディスカッションを行い、その後ブロックごとの発表がなされた。

午後の講義、最初は、講師坂本静男先生による『中高年の運動指導の留意点』として一時間半行われた。スポーツに関連した突然死、スポーツ傷害、熱中症についての内容であった。このあと三十分『中学校武道必修化指導書武道編DVDを視聴した後、中学校合気道指導法③として、講師金沢威先生が実技を行った。金沢先生は、午前中、日野先生が行った全ての技を号令をかけながら段階的に、技をレベルアップしながら行った。ゆっくりでしっかり丁寧な稽古であった。

三日目、午前中全国指導者研修②として講師林典夫合気会理事のもと実際に中学校で授業として合気道を指導されている諸先生方の授業実践例発表が行われました。十

一時に閉校式があり十一時三十分解散となった。(渡辺隆志記)



東京武道館主催の「合気道広域合同稽古」です。この事業は東京都合気道連盟が主管となって開催されています。たくさんの方の参加をお待ちしています。

東京武道館合気道広域合同稽古

平成二十九年年度

第五回 平成三十年一月十一日(木)

講師 櫻井 寛幸 本部道場指導部師範

第六回 平成三十年三月八日(木)

講師 難波 弘之 本部道場指導部師範

平成三十年年度

第一回 平成三十年四月十二日(木)

講師 未定

第二回 平成三十年六月十四日(木)

講師 未定

第三回 平成三十年九月十三日(木)

講師 未定

第四回 平成三十年十一月十五日(木)

講師 未定

第五回 平成三十一年一月十七日(木)

講師 未定

第六回 調整中

講師 未定

会費 五百円

各時間 午後六時半から八時半

北区合気道会

当会は、基本を大切に技の向上を図り、若手指導者の育成に力を注ぐと共に合気道の健全な普及・発展と地域社会への貢献の充実を図っていきます。合気道は生涯を通して出来る武道ありますので、これから地域住民との交流を大切に、六月に合気道初心者講習会、十月に合気道体験教室、十一月に区民体育祭合気道演武大会の充実を図り会員の増員と合気道の発展に取り組んでいきます。

祖師谷合気会

中高年生の合気道に対する考え方の成長が見受けられる。彼らの手助けになれる事を考えて行けたらと願っています。

池袋合気道同好会

当会では櫻井寛幸合気道本部道場指導部師範のご指導の下、日々合気道の稽古に励んでおります。会員は二十代から七十代まで幅広い年齢層が在籍しており、それぞれの体力や目標に合わせて稽古をしております。平成三十年という新たな年を迎えるにあたり、会員一同、心機一転してより一層心身の修練に努めるとともに、合気道のすばらしさを多くの人と分かち合っていけるよう励んで参りたいと思います。

合気道八王子合気会

あけましておめでとございます。今年も基本に忠実に日々稽古を続けてまいりたいと存じます。何卒よろしくお願いいたします。

合気道本所道場

呼吸法を中心に、日々の生活に活かせるよう、丁寧な稽古を心掛けたいと思います。

合気道初心会

あけましておめでとございます。今年は十周年を迎え、各会員それぞれがめざしている合気道を共有し良い方向に進みたいと考えます。そのための発表の場として秋頃一泊の合宿を予定しています。一人一人が合気道を通じて心の裕福さを追求できればと思います。今年も、お互いが認め合う会員を募集していますので興味のある人は合気道初心会までいつでも連絡ください。

合気道石田塾

当塾は平成二十二年に発足し今年八年目を迎えます。現在、部員は一般部三十六名、少年少女部三十一名、幼年部十一名。四歳から七十歳まで稽古は活気にあふれ厳しくも和気藹々の雰囲気の中、自分以外は皆「先生」という態度で、お互いに切磋琢磨して楽しく汗を流しています。地域社会の健康づくりと青少年の心の健全な育成に更なる貢献が出来るよう邁進してまいります。

七舟会

新年明けましておめでとございます。また各団体の皆様には一層の精進を願われることとお慶び申し上げます。当会は、故有川定輝師範の系譜を継ぎ、氣結びを意識した稽古を行っております。開設より十七年目をむかえ、会員においても体が練れるようになってきており安定した稽古ができる

体制もできてまいりました。本年においては、さらに技の練磨をおこない、美の中に強さがある合気道を目指してまいります。

竹の氣クラブ

謹んで新春のお慶びを申し上げます。輝かしい年の初めに当りまして一言ご挨拶申し上げます。本年もゆっくりですが、一歩ずつ確実に歩んで参りたいと思っております。皆さんの合気道を志す方々と一緒に稽古が出来ますことを願っております。皆様のご健康とご多幸を心よりお祈り申し上げます。

荒川合気会

当会は都内の荒川区・北区・台東区の三区にまたがり八支部道場を持つ団体です。会員は約四百名で、子供は五歳から大人は七十七歳の方まで稽古に励んでおります。また海外「中央アフリカ共和国」にも支部道場があります。今年に創立五十五年の節目となりました。二月に道主先生にご臨席を賜り、「創立五十五周年記念祝賀会」を開催します。今年の目標は、五年後の「六十周年」に向けての第一歩ですので会員一同、更なる稽古に精進してまいります。

凌雲志

新春を迎えお慶び申し上げます。当会は、開設より十七年目を向かえ、十数人の会員ではありますが級段者が満遍なくおり、技の錬度や体力にに応じて稽古ができる体制が整ってまいりました。特に二十歳代の会員においては、居残り稽古での基本技の反復

に余念がありません。本年においては、有段者は技の研究を行い、それを下の者に伝え、基本技を中心としながらも臨機応変の対応力を稽古していく所存です。

合気道蹴守道場

当道場は昭和三十年一月、縁あって都内初の支部道場として発足、合気道の稽古を通じた日々の精進、成長を願って六十三になります。この間、毎日の稽古から多数の指導者を輩出するとともに、区合気道連盟の中心的道場として本部師範を迎えた講習会等も実施してきました。今後も充実した稽古を通じて開祖の大いなる理念を学ぶ場としての道場で有りたく、お世話になった吉祥丸前道主、諸先生方の御恩と初心を忘れず精進いたします。

東大和市合気道会

今年は、創立五十周年の節目の年、道主をお迎えして盛大にお祝いして行きたいと思っております。毎週水曜日の婦人クラス、金曜日の一般クラス、日曜日の午前・午後の子供クラス／一般クラスの会員増強、稽古内容の充実をさらに図ってまいります。普段の稽古では、基本を重点的に解説・指導してきました。「怪我をしない稽古」「怪我をさせない稽古」を合言葉に、基本の技の習得に心掛けてまいります。更に一人でも多くの市民に合気道の良さを普及させ、青少年育成を通しての地域貢献に今年も頑張っていきたいと考えています。

法務省合気道部

活動を維持するため部員の獲得を目指すとともに「相手にけがをさせない」ことに心かけて「基本技」を中心に稽古し、合気道を通じて心身の錬成を行っていきます。

大塚道場明道館

新年明けましておめでとうございます。毎年同様、人間求道のために日々の稽古を大切に、心身の錬成を図るというところに加え、今年は人員の増加に力を注ぎたいと考えております。そのためにどうすれば仲間が増やせるのかということを道場内でお互いによく話し合っていきたいと考えております。日本経済は二年後の東京オリンピックに向けて著しく発展、進歩していく中、我が道場も人員を増やし、益々発展出来るよう努力していきたいと思っております。

第一三共合気道部

昨年は、東京都合気道連盟の年間通したイベントで他道場との交流含め刺激を受ける事が多く勉強になりました。又、当部を振返ると昨今の社会人クラブとして運営が難しい点もありますが、様々な業種な方も参加し老若男女問わず稽古しております。同じ社会人合気道部として活動されている姉妹道場の皆様と一緒に、今年も身体も心も健康に愉しく稽古精進してまいります。

合気道宇宙の会

当会は稽古を通じて交流を深め互いに切磋琢磨し技の向上と自己錬磨を目指して心身ともに健やかに楽しく稽古に励みます。

朋清会等々力道場

昨年例年通り滞りなく年間行事を行い、また大きな怪我無くすべての演武と稽古を終えることができました。本年もまた、日々の稽古に励み、決して油断することのない一年にしたいと考えています。

あきる野市合気道連盟

今年も合気道を通じて市民の健全育成を期し、親睦と人格の陶冶を図ると共に、合気道の研究・発展・向上・普及に取り組んでまいります。また、基本を大切に、大人から子供まで誰もが楽しみながら怪我をせず稽古に取り組み、心身ともに成長できるように精進してまいります。

合気道清進塾

今年も和気あいあいと、各人が目標を持ち、それぞれのペースで成長していきたいと思っております。相手と気の通じた、しなやかな強さを目指します！

杉並合気会

当会は、一九八七年四月に創立され「和」を尊び「楽しく、明るく、仲良く、健康に」をモットーに稽古する合気道団体です。土・日・祝日と月十回程度の稽古のほか、年一回杉並区主催のスポーツレクリエーション大会で「合気道演武大会」を開催しています。昨年初めて参加した「東京都合気道演武大会」は研鑽の機会として大成功でした。今年も更なる充実を目指します。そして技術の研鑽を目的に他団体との交流をさらに促進いたします。

江戸川区合気道連盟

当連盟は、今年創立五十周年の記念の年を迎えました。五十年の歴史を積み重ねられた事は、(公財)合気会、区当局、関係機関他多くの皆様のおかげと深く感謝を申し上げます。設立以来節目の周年行事には、二代吉祥丸道主、植芝守央現道主にお越し頂きました。来る六月十日(日)には、道主をお迎えし特別講習会と記念式典祝賀会を開催致します。この五十周年の記念事業を盛大に開催し、お世話になった皆様に感謝の意を称したいと思っております。

中央区合気会

本年は当会設立五十周年記念の年、九月二日(日)道主先生をお迎えし特別講習会の開催を予定しています。当会のモットー品格ある中央区合気会のもと「少年には謙と元氣、成年には活力と勇氣、熟年には希望と楽しみを」と会員の益々のやる気と人間力UPを目ざし日々修練し厳しさの中にも会員の和と団結、明るさと楽しさを求める五十周年を有終の美で飾り合気技のみではなく合気道を磨く年のスタートに！！

城東誠和会

少年部、初心者部では合気道の基本動作(受け身、膝行、半身、正面打ち、転換、入身転換など)と杖の基本形(十三、二十五、三十三)の反復練習を徹底していききたいと思います。成人部では、年二回行われる審査前には、審査項目である基本技を細部に至るまでチェックし、それ以外の時期では広く応用技、武器技、実戦的な技(返し技など)に挑戦し、演武会前には各会員の課題を演武で達成できるようしっかりと準備していききたいと思います。

葛飾合気会
新しい年を迎えるにあたり、当会としては広く合気道の良さを区民に知って頂けるような機会を増やして、合気道(運動)を通して、健全、健康な体をサポートしていきたくと考えています。そのために区報やパンフレットを利用して広報活動を進め、また体験教室を定期的に開催していかうと考えています。また、少年部から中学生になった際に退会や休会をする会員がいますが、いつか再開してもらえうような温かい会の運営を今年も進めたいと思っております。

西新宿合気会

本年も私達は皆で協力して会を運営していきたいと思っております。意見を出し合い、人任せにせず、率先してやる。皆でいい会にしていきたいです。

千住合気会

結成から五年、誰でもが通い易い道場、誰でもが一生懸命になれる基本に忠実でわかり易く楽しい稽古が出来る道場を目指し、また一人でも多くの稽古仲間が増える様な雰囲気作りで会員一丸となって励みたいと思っております。



合気道松風塾

昨年は合同稽古や演武会に数多く参加させて頂きました。今年はまたしっかりと足を地につけ、何か「気付き」のある稽古を重ねていきたいと思っています。

合気道れいめい会

当会は会員それぞれ基礎動作、基本技を大切に無理のない正しい体の使い方を学び出来る……という楽しみを共有しつつ武道としての厳しさを追求して行きます。また小学校の親子合気道教室を通して地域に根差した活動をしていきます。道友の皆さま、本年もどうぞよろしくお願い致します。

荻窪合気道同好会

僧越ながら創立から三十年を迎えるに至りました。安野本部道場師範のご指導のもと、杉並区在住・在勤の方を中心に中学生から大人までが集い合って稽古を行っています。日々の稽古で心掛けることは、合気道の技を学ぶのみではなく姿勢や所作、延いては心の在りようや気構えを合気道で学ぶということ。他の会との交流、合同稽古や合同合宿も引き続き行って参ります。

飛鳥合気道

新しい年になってもこれまでどおり怪我をしないさせないよう心がけ、柔軟に力まず稽古を続けていきます。言葉だけでなく動きも分解して見せながら頭と身体で理解できる詳しい説明をしていきます。各自の上達ペースに合わせた無理のない楽しい稽古で今年も一年間鍛錬していく所存です。

合気道山口道場

合気道稽古の充実、また会員相互の交流を図りたいと思います。本会の計画としては積年の記録をまとめて映像文章を編集する事を本年の重点実施とします。

合気道興隆会

あけましておめでとうございます。本年も今までと同様に会員獲得を目的とせず、道場間の壁を越えて多くの合気道家の方々と交流して、合気道を盛り上げていきたいです。本年も多くの道場からご参加をお待ちしております。

習練館道場

開設二年目となる昨年は十四名が入門し、会員数が当初の倍以上となりました。今年も新たに多くの入門者を迎え入れられるよう、特に安全面に気をつけて稽古に励みます。門弟は年齢層に幅があり、特に年配になって始められた方には、健康面の効果を工夫します。技術面では門弟として互いが参考となるよう、基本を意識した丁寧な稽古をします。本年は道場の将来に向けた基礎造りの年にしたいと考えています。

合気道土井道場

来年は四十周年を迎えます。基本を大切に、各々の習熟度に合わせて目標を持ち、稽古に励みたいと思います。

新小岩合気会

基本の技を大切に、稽古を続け、仲間を増やしていきたいと考えています。

合気道臥龍会

本年は戊戌(つちのえいぬ)。勤勉忠実努力の年です。本会も「合気道は徹底的に無抵抗主義」との教えに忠実に無理せず基本を守り一所懸命稽古を重ねて参ります。

裁判所合気道部

創立五十五年を迎えます。合気道の稽古参加で、爽快感がみなぎり、頭脳の回転が良くなり、困難な仕事に対しても立ち向かうフアイトが湧き起り、仕事能力の向上や充実した楽しい生活を宣伝し、合気道の仲間を増やしていきます。

稲門合気倶楽部

当部は早稲田大学合気道会出身のOBOGで構成する社会人団体です。全日本演武大会、都連演武大会への参加、毎月の定期会合、現役OBOG交歓稽古やゴルフコンペ等を通じ会員の親睦をはかっています。本年は会員同士の連絡を密にして更に活動を充実させて行きたいと考えております。

江東区合気会

会員の技のレベルアップ、特に女性を重点に技の向上を目指す。

七曜会

今年は稽古の場のみに止めず、我国古来の伝統的武道精神文化発展の道程に思いを巡らせながら心身の健全な生涯を目指す上での糧となるような充実した稽古の年にしたいものと思います。皆様のご指導をよろしくお願い申し上げます。

新規加盟団体紹介

竹の気クラブ

代表 大崎 敏雄

新年おめでとうございます。この度、東京都合気道連盟に加盟させて頂きました竹の気クラブと申します。どうぞ宜しくお願い申し上げます。当会は本部道場多田宏先生の日頃のご指導に基づき、「現代に生きる武道」としての合気道を考える稽古を心がけて参りました。基本技を中心とし、呼吸や瞑想を含めた稽古を続けております。稽古場所は品川区立総合体育館・戸越体育館・目黒区立中央体育館で土・日の日中と平日の夜間で、週三回程度の稽古を行っています。一般の方のクラス・少年部の他、特に初心者・基本クラスを設けて和気藹々と楽しく稽古をしております。

毎年、創立記念日の神社参拝・記念演武大会・伝書輪読会・夏合宿等も年々充実して参りましたが会が発足してまだ三年足らずでこれからです。先生方や連盟の皆様方の暖かいご支援、ご指導を賜りたく、何卒宜しくお願い申し上げます。



十二歳

鈴木 遙 (荒川合気会光道場)

ぼくが今年がんばりたいことは、四
教をできるようにすることです。理由
は次のしん査のこう目の一つなのにも
かわらず、まだやり方も分からない
からです。そして今年こそインフルエ
ンザになっても大じょうぶな体を作り
コツコツとけいこに来て、ぜひ次のし
ん査をうけたいです。

竹内 颯太 (荒川合気会光道場)

ぼくは、合気道をはじめて一年にな
ります。この一年でぼくは合気道のわ
ざをたくさん知りました。ですがどれ
も完璧とは言えないので、今年の抱
負は「無理なく一つずつ覚えていく」。
そしてその中でも基本の入身投げや隅
落としからしっかりと覚えていきたい
です。

魚住 琉那 (荒川合気会光道場)

今年は部活とかでこれがない時もある
かも知れないけどこれがあるときは来
て、次に級を受けたいです……

越沼 真珠 (あきる野市合気道連盟)

私は今年、中学生になりますので、
合気道と学校生活を両立させたいで
す。これからは大人の会員と稽古する
ようになるので、今まで以上に気を引
き締め、努力を重ね、日々に生かせる
ようにしたいです。

門司京桃実 (千住合気会)

塾も合気道もどっちも頑張る……

古川千紘 (杉並合気会)

早くはかまをはける様に一生けん命、練
習します。

古本杏華 (飛鳥合気道)

大好きな呼吸法の練習をたくさんしたい
です！

米重 慎斗 (合気道土井道場)

稽古をするのが疲れるけど、楽しいです。
今年の目標は、怖がらずもっと素早く受け
身を取る事です。お兄ちゃんたちは努力
賞を受賞しているので、僕も取れるように
がんばりたいです。

富永 潤 (合気道土井道場)

黒帯目指してがんばりたいです。

大野 榮 (合気道土井道場)

黒帯になれるよう頑張りたいと思います
す！

二十四歳

鈴木健太 (合気道臥龍会)

節目の年である今年は、己の合気道やこ
れまでの人生を見つめ直す良い機会だと感
じております。合気道では基礎に重きをお
いて一つ一つの動作や理合いを正しく理解
し、技の向上に努めるべく日々の鍛錬を怠
らない所存です。また昨年より新社会人と
して新しい環境に身を置いておりますが、

二年目となる本年も合気道で鍛えた体力や
精神力、思考力を最大限に発揮して公私と
もに充実するよう日々邁進して参ります。

三十六歳

井田毅志 (鷹の台合気道同好会)

六才の長女が合気道に興味持ち始めたの
で、今年は長女に合気道の楽しさを伝えて
稽古を楽しみたいです。

四十八歳

酒井 豊 (中野区合気道会)

合気道を始めて七年と半年になります。
応用と基本を、自分の中でしっかりと区別
し、基本とは何かを常に意識して普段の稽
古に取り組んでいきたいと思っています。その
意識が基本動作としてはっきり現れ、周囲
に伝わるようになることを目指していきた
いと思っています。

大川貴之 (中野区合気道会)

合気道は私にとって悩みの種です。もち
ろん思考を巡らすという良い意味なんです
が、考えすぎてしまうところもあって、そ
んな時は基本に戻り、自身の正中線に意識
を置き、無理のない素直な合気道を理想と
して取り組んでいければと思っております。

ハサン・アンマル (習練館道場)

昨年に始めたばかりの合気道で、今年
(成年)に受身を綺麗にできるという抱負
を抱いています。特に前受身・横受身は正
しく、痛みなく、格好良く、スムーズに地

面に落ち、スムーズに正しい姿勢で立つこ
とに力を注ぎたいです。また、それをもっ
て人生のすべてのことに広げて行きたいの
です。人生で最も重要なものは、物事を一回
挑戦する(攻め)より、失敗したときに(受
身)スムーズに引受、やりがいに影響なく
跳ね返って立ち、挑戦を更に続けること
です。合気道の攻め技を受けるにしても、人
生の煽りを受けるにしても、バシッと落ち
るのではなく、ボールの様に綺麗に受身を
取って、ばねの様に綺麗に立つことができ
る年になるように。

久保田隆裕 (鷹の台合気道同好会)

四回目の年男です。日々稽古できること
に感謝しつつ新たな発見を求め新鮮な気持
ちで稽古に励んで参ります。

菊池 昭仁 (七曜会)

今年は三級を目指し、より一層合気道に
真摯に取り組みたいと思います。今までは、
教わったことを頭で理解することに重点を
置いて、繰り返し練習がおろそかになっ
ていたように思います。その結果、以前教
わったことをしばらく経つと忘れてしま
い、できなくなるといったことがありました。
今年は頭で理解した後、考えなくても体が
動くよう、繰り返し練習することに取り組
みたいと思います。



六十歳

中島敬二（中野区合気道会）

今年、五度目の年男を迎え還暦の間入り。二十代の頃、還暦を過ぎても稽古に励み三十年以上合気道を続けている方々を「すごい人達だ」と思ったものだ。しかし私自身がその年齢になると「まだ、まだ、これからだ。傘寿までは続けたい。」と思う自分がそこにいる。講習会等で諸先輩方が高齢となった現在も元気に稽古をしている姿をみるにつけ、自分も稽古後に飲む冷たいビールを楽しみに、これからも合気道とともに年齢を重ねていきたいと思う。

戸塚 基司（中野区合気道会）

私が合気道の稽古に行く時、いつも自分に言い聞かせていることがあります。それは、「慌てず、力まず、正しい姿勢で下半身から動く」ということです。しかし、これがなかなか難しく、一筋縄ではいきません。なので、これをせひ私の今年の抱負にしたいと思えます。そして、もう一歩レベルアップして、元氣な六十代と言われるよう日々精進していく所存です。

西山 佳夫（七曜会）

あけましておめでとうございます。合気道を始めてから今年で早や四年目となります。成（犬）に倣って、更に精進して心身を鍛えたいと思います。

都築光子（鷹の台合気道同好会）

合気道を始めてまだ数年ですが、心と身体にとても良い刺激を受けるので、できる限り続けたいと思います。

鈴木純二（北区合気道会）

合気道を始めて二十六年になりますが、合気道は奥が深く、まだ修練の道半ばではないと思います。この道を進む上で、「守・破・離」という言葉がありますが、六十歳になりやっと「守」を卒業できたかと感じる次第です。今後は「破」を目指してさらなる試練を積んでいきたいと思っています。

大室 健（中央区合気会）

本年四月に六十歳。合気道を始めて七年。中央区合気会と柏の輝陽塾で稽古をさせて貰っています。まだまだ未熟者ですが、その内体力も落ちて技も変わって来るんですよ。合気道はその変化を楽しめると深いですね。もっと力を抜かなきゃ。そしてご機嫌な稽古仲間と飲むお酒、最高です。

宮田 哲哉（葛飾合気会）

合気道に接してからもう三十四年ほどが過ぎた。私の人生の半分以上合気道とともに歩んできたことになる。その間に結婚して、転職して、いろんなことがあったが、その度に合気道に力をもらい、合気道の仲間にも力をもらい、励まされて生きてきたことになる。次は私が少しでも仲間にも力を与え、励ます立場となってそして合気道とともにこれから成長していきたい。こんなことを思い新年の決意表明とする。

山岸欽也（大塚道場 明道館）

新年明けましておめでとうございます。昨年十二月に昇段いたしました。有段者としての自覚を持ち、心に変化が出てまいりました。入門当時は、右足が曲がらず左足だけの行儀の悪い状態が週二回の稽古を行い、現在は週三回になっていきます。そして意識の変化が稽古に対して出て来ました。稽古で指導された技の起点を知り、稽古を始めている所です。技の数だけある起点に付き稽古をしております。起点でとらえて轉身し、手が上下する意味を知り理解でき、技を活かす事に繋がると得心できました。又、一歩進むためには、失敗+無しは失敗、失敗+反省は進歩、失敗+反省+経験は熟練を目指し稽古続け、継続し千日の鍛、万日の練を行い技の意味の大切さを知り実行して、遙かな頂を目指し、常に良い目的を見失わずに努力を続け、今後の人生においてザイルパートナーに歩みます。

石原英次（千住合気会）

日々の稽古を通していつでも若い心と身体を保っていきます。

佐藤美恵子（合気道石田塾）

「エッホー！エッホー！」と掛け声かけ始め早、二十五年。気づいたことがあります。先日、軽井沢でカーリングが体験したところ、六十才にして出来ました！体幹ついてます。合気道に感謝です。やる気と目的意識がはつきりしていれば、どんな時でも行動できます。しかし、体力、気力が必要です。この二つは幼児期から養われるものです。

少年部指導員として多くの子供達の運動推進したいものです。

七十一歳

中田 勇（荒川合気会光道場）

二十五年前に町屋道場へ七年間通い残念ながら仕事の都合で辞める事になってしまったが、十八年の時が経ち驚くような偶然から光道場の酒井三枝子道場長から電話があり、稽古を再開することになりました。一昨年に妻を亡くし、更に昨年は肺を切る大病を患いました。落ち込みましたが、仲間の存在に助けられ、ポジティブな気持ちを持ち治療後もすぐに稽古に参加。少しずつですが体を動かせるようになってきました。まずは病気の自分の動きに戻ることが目標です。次の年男まで、いつまでも合気道を楽しんでいくつもりです。

宮瀬博国（合気道清進塾）

合気道をはじめ既に五十年、転勤で休み休みでしたが今も週一で稽古をしています。目標八十歳！体力気力のある限り、続けます。

木下智雄（鷹の台合気道同好会）

七十才で、健康保持のため、学生時代にかじっていた合気道を再開し、週一回若い人に混じって汗を流しています。

編集後記

昨年の東京都演武大会多くの加盟団体の参加を頂き誠に有り難うございました。今後共に進んでいきます。（小林記）