

第35号

○発行日：令和3年1月28日(木)
○発行：東京都合気道連盟
〒162-0056
東京都新宿区若松町17番18号
(公財)合気会内
電話：03-6457-3315
FAX：03-6457-3317
e-mail：info@tokyo-aikido.com
https://www.tokyo-aikido.com/
発行人：藤城 清次郎
編集責任者：小林 正明

合気道

道主植芝守央

東京都合気道連盟広報



理事長挨拶	2頁
主要行事予定	2頁
令和二年度東京都合気道連盟リモート演武大会開催	3頁
新規加盟団体紹介	4頁

加盟団体紹介	4～6頁
加盟団体今年の抱負	6～7頁
年男・年女今年の抱負	8頁
加盟団体の現状(アンケート回答報告)	9頁

年頭の挨拶



東京都合気道連盟

理事長 藤城 清次郎

謹んで新春のお慶びを申し上げます。
また、旧年中は会員・役員の皆様には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。

皆様と共に佳き新年を迎えることが出来ました。これも偏に合気道道主 植芝守央先生はじめ本部道場指導部の諸先生方、多くの皆様のお陰と深く感謝申し上げます。次第です。

昨年は、新型コロナウイルスの感染拡大で都連はもとより合気会でも悉く事業が中止になりました。その中、十二月一日には、「令和二年度東京都合気道連盟リモート演武大会」の開催に三十六団体の皆様にご参加下さりました。逆境の中にあっても頑張つてご参加いただいた皆様に深く感謝申し上げますと共に、ご参加できなかった皆

様にも視聴いただき力を頂けたのではないかと思います。この初めての試みに対し、様々な技術的な問題等を乗り越え実施にこぎ着けていただいた役員の皆さまに改めて感謝したいと思います。

又、このコロナ禍で多くの道場、団体の皆様のご苦勞されていると思います。そこで、都連では、ご苦勞されている加盟諸団体の活動支援、精神的な一助になればと考え、「コロナ禍お見舞い金」をお出しすることを理事会で決議いたしました。詳細は改めてご案内させていただきます。

又、今年は、かねて懸案であった東京都合気道連盟の役員の選出について検討を始めたと思っております。専従の事務職員のない東京都合気道連盟で、継続性を担保しながら公平で透明性のある選出方法はどうあるべきか、理事会で検討を始めたと思います。

新年を迎え、都連関連の行事が目白押しです。無事に開催できることを願うばかりです。

年頭にあたり、一日も早く平穏な日々に戻れます事を祈念いたすと共に東京都合気道連盟へのご支援、ご指導、ご協力をお願い致しまして、年頭のご挨拶とさせていただきます。

主要行事予定

(公財)東京都スポーツ文化事業団
東京武道館主催行事

令和二年度合気道錬成講習会

- ◇期日 令和三年二月二十日(土)
- ◇場所 東京武道館第一武道場
- ◇講師 本部道場指導部師範
- ◇人数 四十名

※東京武道館武道合同稽古は中止となりました。

(公財)日本武道館主催行事

令和二年度地域社会合気道指導者研修会

- ◇期日 令和三年三月六日(土)・七日(日)
- ◇場所 東京武道館第一武道場・大研修室
- ◇人数 四十名
- ◇対象 初段以上
- ◇会費 無料
- ◇主催 (公財)日本武道館

(公財)東京都スポーツ文化事業団
東京武道館
(公財)合気会
全国都道府県立武道館協議会

中央講師

金澤 威 本部道場指導部師範

地方講師

藤城清次郎 都連理事長

大田 勤 都連副理事長

※原則、二日課程の参加

東京都合気道連盟主催行事

令和三年度東京都合気道演武大会

- ◇期日 令和三年五月一日(土)
- ◇場所 東京武道館大武道場
- ◇主催 東京都合気道連盟

第三十六回東京都合気道連盟

評議員会

- ◇期日 令和三年四月十日(土)
- ◇場所 日本教育会館

※令和二年度少年部指導法講習会は中止となりました。



令和二年度東京都合気道連盟リモート演武大会開催

今年度は、新型コロナウイルスの感染拡大により東京都合気道連盟の事業をことごとく中止してしまいましたが、連盟として何かできることはないかとの観点で理事会で検討を進め、初の試みとしてリモート演武大会を開催いたしました。

開催の決定に至るまでには、一部に反対の声があつたものの実現可能性を追求し、開催要領の検討、適用技術の確認、技術的検証等、これまで連盟事務局では経験したことのない手順を踏みました。更に、開催決定に漕ぎ着けた後は、動画登録マニュアルの作成、各団体からの動画登録相談への対応、動画の編集等、事務局担当理事の皆様への献身的な活動に多くの時間が費やされました。因みに、都連からの経費支出は皆無でした。

このような支援に支えられ、百七十を超える東京都合気道連盟加盟団体の内、稽古が再開できている団体の中から三十六団体が演武動画を登録し、それらを十二月一日から十四日までの間、連盟加盟団体に限定して公開し、リモート演武大会といえました。

寄せられた動画は、各団体それぞれに工夫を凝らした内容で、普段の稽古の成果が存分に発揮されていると感じられるものばかりでした。個人演武や団体演武、また、体術から武器を使用した演武まで、幅広い演武を動画の中で披露頂きました。加盟団体の多くの会員の皆様にご覧いただけたものと思いますが、何れの動画も今後の

稽古の参考になるものだったのではないのでしょうか。

一部の団体からは、「リモート演武大会の配信につきまして、ありがとうございしました。今回は通常の演武会とはまた別の緊張感や楽しさがあり、やりがいのある演武ができました。どの参加道場の演武も立派で、且つ、その道場の特色が出ていて、大変面白く勉強にもなりました。当会の会員もみんなリモート演武大会はよかったと申しております。」という感謝のメッセージが届けられました。

(記・神谷)



リモート演武大会の様子 抜粋



リモート演武大会の様子 抜粋



新規加盟団体紹介

合気道なごみ会

代表 本橋 慶子



合気道なごみ会は、もともとは指導者である竹森啓佑先生が中央区総合スポーツセンターで毎週金曜日夜八時の一般開放日に指導をされていた時の受講メンバーが主となって作った有段者中心の稽古会です。竹森先生が中央区合気道連盟での指導を辞められ、せっかく所属登場を超えた仲間ができたのに、一緒に稽古する機会がなくなるのは残念という声が多かったため、江東区や墨田区の体育館に集まって、ほとんど毎週武器取りを中心とした稽古をしてきました。その後、竹森先生が体調を

崩されたのをきつかけに、伯耆原正章先生にも指導を手伝っていただき、徒手の稽古時間を増やし、千代田区の万世橋会館も利用して稽古をしてきました。

しかし、二年ほど前から会員の紹介で初心者数名が稽古に来るようになりました。これまでは自由に稽古していただけの会でしたが、有段者が段々と指導について考えるようになってきましたので、そろそろ単なる稽古会ではなく、白帯を育て、メンバーが更に結束を深めて地域に根差せる会を継続して運営していきたいと考え、この度東京都合気道連盟に入会させていただき、合気道の道場として活動させていただくことになりました。今後は千代田区を拠点の中心として、所属道場にかかわらず誰でも参加できる稽古場としての役割と初心者を育成していくという役割を担っていくるように頑張っていく気持ちでおります。

また、二〇二二年度は、万世橋会館の立替工事終了にともない稽古場所の確保と初心者の指導方法の確立が課題となっております。なにぶん未熟な会員ばかりですので、東京都合気道連盟のご指導ご鞭撻をどうぞ宜しくお願い申し上げます。



加盟団体紹介

祖師谷合気会

会長 中村 文子

祖師谷合気会は、昭和五十五年五月創立で、昨年四十周年を迎えました。

中村会長をはじめとする合気道を愛する熱心な会員と本部道場の先生方に支えられて続けてきました。

現在、会員は、大人三十九名、子供六十四名で、週三回、緑豊かな世田谷の砦八丁目公園の中にある砦地区会館で稽古を行っています。

祖師谷合気会のモットーは、地域の青少年の育成に貢献すること



あります。周りの学校から集まって来る子供たちが中心です。皆、小さい時から始めるので上手です。大人は、子供たちが合気道に取り組み姿を見て興味を覚えた親御さんが始められるパターンが多いです。親子、または、親子孫三代で、合気道を楽しんでいるのが祖師谷合気会の特徴です。当然のことながら、お母さん方を含めた女性会員が多く、男性諸氏は少し肩身の狭い思いをしながら、女性パワーに負けないように頑張っています。

コロナの影響で、昨年は、全日本演武大会も、国際大会も中止となり、大きな活動目標がなく

なつてしまいました。また、夏の審査や夏合宿など会としての行事もなくなり、非常に寂しい状況でした。九月に稽古が再開できて、最近ようやく、皆が稽古に戻ってくることができました。今年は、昨年開催を見送った四十周年記念行事を秋に実施する予定です。これからも、地域に密着した会として合気道に取り組んでいきます。

合気道本所道場

横山 喜一

昨年は、コロナの影響は多々ありました。令和三年は、友好道場との交流をはかり、稽古内容及び道場スペースを考え、会員の思う稽古を心掛けます。

鉦守道場

道場長 鉦守 和徳

教育者でもあり柔道家でもあった鉦守道場の創立者・鉦守尊邦先生は戦後の荒廃した世相の中にあつて、次世代を担う青年達が柔道を通して自信と希望を取り戻すべく昭和二十五年に道場の再興を図りました。合気道は昭和二十九年春に尊邦先生がある学者の紹介により開祖に師事することが叶い、その「道」と「術」に深く

感銘し、柔道生より選抜された合気道研究会を道場内に発足したことに始まります。そして昭和三十年、年明けに吉祥丸先生のご理解を得て東京で最初の(財)合気会支部道場として誕生致しました。初期



鉦守道場

の頃は、吉祥丸先生、山口清吾先生、西尾昭二先生、田村信喜先生方のご指導とご尽力を戴き、現在ではお陰さまで通算二千名を超える会員が育つて参りました。今でも古い道友が地方や海外から時々道場に訪れて旧交を温めることがあります。

昨年はコロナのために一時的に稽古の出来ない時期もありましたが、マスク着用と消毒などの感染症対策をとりつつ、最初は木剣、杖の稽古を中心に行ない、体術も交えながら稽古しています。

稽古は木曜日を除く毎日行っています。

また、毎年、一月には早朝の寒中稽古、五月には秩父の武甲山のふもとで春合宿を行い、合宿最終日には、ちびっ子等の家族も仲間に入り河原で楽しいバーベキューを行います。そして夏七月には暑さを吹き飛ばす早朝の暑中稽古と四季折々の特別稽古が鉦守道場の恒例となっています。

合気道小林道場

総師範 小林 保雄

合気道小林道場は小林保雄師範によって開設されました。小林保雄八段は、昭和二十九年に大学入学と同時に合気道本所道場に入門し、開祖 植芝盛平翁先生、二代道主 植芝吉祥丸先生に師事して来ま



合気道小林道場

した。大学卒業後は本部道場の指導部員として合気道の指導と普及に携わりました。

昭和四十四年四月に東京都小平市の自宅に手作りの道場を建て、本部道場の指導部員として初めてとなる個人道場を開設したのが合気道小林道場です。それ以来五十年以上に渡り、日本国内のみならず海外への合気道の普及と発展に努力して来しました。「一人でも多くの次ページへ

前ページから 人に合気道を」の言葉を motto に掲げ、地道な活動を続けています。

今年は新型コロナウイルスの影響で二月間道場を閉鎖しましたが、現在は感染防止に努めつつ、通常の稽古を行っています。

昨年予定されていた合宿や講習会、演武会、海外との交流行事もほとんどがキャンセルになりました。そこで、何かできる事は無いかと考え、小林保雄総師範の誕生日(九月二十日)に合わせて、オンライン演武大会「合気道小林道場演武会プロジェクト二〇二〇」を企画しました。

ぜひ、下記のQRコードからご覧下さい。
一日も早くコロナ禍が
終息し、皆で一緒に稽古で
きる事をお祈りいたします。



合気道自由が丘道場

幹事 寶村 信二

合気道自由が丘道場は昭和三十六年、多田宏師範が自由が丘駅南口近くにあった柔道の竹ノ内道場を借用し、ご自身の稽古場として始められました。令和三年には創立六十周年を迎えます。

道場生は一般部と少年部を合わせて約

八十名在籍しており、呼吸法を中心とした「生命力を高める」稽古に励んでいます。

また現在では手洗いやうがい、マスク着用といった新型コロナウイルス感染対策も取り入れています。



合気道
自由が丘道場

加盟団体今年の抱負

◆三田会研修塾

心も新たに、稽古に打ち込む一年に致したいと思います。

どうぞ宜しくお願い致します。

◆東京合気道秀和会

コロナ禍は収束していかないと思いますので、感染防止対策をとりながら稽古を継続していきたいと考えています。

◆鷹の台合気道同友会

感染予防に努めつつ、今できる事を地道に弛まず行いながら、楽しく稽古を進めてまいります。

◆合気道木下道場

二〇二一年も健康で稽古が続けられるように、コロナに負けないように日々の生活を送りたいと思います。

◆杉並合気会

杉並合気会は「和」を尊び「楽しく、明るく、仲良く、健康に」を motto に稽古しています。今年も感染対策をしっかりと行いながら充実した稽古を目指します。

◆鎌守道場

昨年来のコロナの影響で道場の稽古を中断せざるを得なくなったり、演武会、合同稽古などの中止などで道場生同士の交流が思うように進まない事もありましたが、今年こそは感染防止対策をしっかりと行っ

てこの難局を乗り越えて行きたいと願っております。

◆中央区合気会

コロナウイルスと向き合う中で、当会では社会の変化に対応しつつ、合気道仲間との繋がりを大事にし、本年も爽やかに楽しく稽古に励む所存です。



◆土井道場

感染拡大防止に取り組みながら、基本を大切にして稽古に励みたいと思います。

◆合気道興隆会

あけましておめでとうございます。コロナ禍のため、稽古は再開できておりませんが、本年も今までと同様に会員獲得を目的とせず、道場間の垣根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。当会は合気会会員でしたらどなたでも参加大歓迎です。本年も多くの方からご参加をお待ちしております。東京都合気道連盟の加盟団体の皆様のご参加も心よりお待ちしております。

◆合気道泰門会

コロナウィルス感染症対策を徹底しつつ、二〇二二年も会員一同協力して稽古に励んでまいります。

◆合気道臥龍会

ウィズコロナでも、楽しく面白い充実した稽古を一年間続けて参ります。怪我にも感染にも、十二分に注意をして。

◆日本歯科大学OB教職員合気道部

新年明けましておめでとうございます。昨年から引き続いているコロナ禍により大学道場が閉鎖されているため活動ができない状況が続いています。今年も先が見えない中でも各自が家庭でのストレッチ、合気道の理合について考察などして道場再開と

ともに稽古で検証出来るようにしておきたいと思っています。

本年も何卒宜しくお願い致します。

◆稲門合気俱樂部

マスク着用、手洗い、うがい、三密防止など新型コロナウイルス感染症対策を十分に行い、見える世界と見えない世界に注意を払いつつ健康第一に稽古に励む所存です。

◆パシフィック合気道

基本に忠実に、一人一人が安全に楽しく稽古に勤しむことで、二〇二二年も質実剛健の心身を養う道場を運営し、合気道の和の心を世界に広めて参ります。



◆合気道本所道場

呼吸法、足捌き、剣及び杖の稽古を中心に、怪我無く楽しく研鑽したいと思います。

◆北区合気道会

今年は合気道の魅力の下に、日々の稽古において老若男女が基本の技をさらに精進し、より一層それぞれの自己の個性に合った技に磨きをかけていく一年したいと思います。

◆港区合気会

コロナ禍により多くの会員が休会してしましますが、新規入会者も少しずつ増えています。引き続き感染症予防対策を行いながら稽古を続けていく所存です。

◆合気道 北千住道場

コロナに負けず今年も元気に頑張りたいです。

◆合気道心和会

新型コロナウイルスの影響下、限られた稽古方法ですが工夫して稽古して行きたいと思っています。

皆様の御健勝をお祈り致します。

◆青山会

コロナ禍により稽古に様々な制約がある中、基本が大切とされる、基本の意味を改めて考えながら、互いの健康に留意し、稽古に励んでいきたいと思っております。

◆祖師谷合気会

今年は設立四十周年の記念行事に取り組みます。会員全員でコロナ禍に負けない、立派な演武会を目指します。

◆東京都庁合気道部

合気道の素晴らしさを多くの人に知ってもらうため各種活動を展開し、『たゆまぬ稽古』を実践していきます。

◆合気道七舟会

コロナに負けず、着実に前進していききたいと思っています。

◆正道友和会

昨年は新型コロナウイルスに翻弄された一年でしたが、感染防止に全力を注ぎながら稽古を継続し、八月から十月までの三ヶ月で六名の新規入会者がありました。今年は更なる飛躍をする大事な年とすべく、師範・指導部共に決意を新たにしました。また、本部道場・都連盟・加入団体の益々の御発展を心より祈念いたします。今年も宜しくお願いいたします。





十二歳

小早志 実花(合気道木下道場)

ニコニコして過ごせる一年にしたいです。

瀬川 紗和(合気道木下道場)

初段目指して頑張ります。

中島 桜(合気道木下道場)

今年で六年目なので、早く袴がはけるように頑張ります。

山岸 柚依(合気道木下道場)

アニメをたくさんみたいです。

杉原 松允(千住合気会)

合気道をもっと上手に教えたい。

下条 大地(千住合気会)

合気道での稽古を安全で楽しくやりたい。

比留間 琥太郎(千住合気会)

今はまだ白帯だから階級が上がる様に頑張りたい。

櫻庭 小百合(パレストラ合気道クラブ)

私は十二才になったら上の級のおびの色をめざし、むずかしい技や新しい技にチャレンジしたいと思います。習った技をもっとかへんきにできるようにしたいです。

増田 結葵(パレストラ合気道クラブ)

十二才になって帯の色が変わったらむずかしい技に挑戦し、大人になっても技が使えるようにしたい。またきんちようしないうように精神を強くしていきたいです。合気道で集中力をつけ、勉強もがんばりたいです。

四元 謙成(パレストラ合気道クラブ)

ぼくは十二歳になって試験で昇級したら、キレがある技ができるようになりたいです。基本技をしつかりと練習してさまざまな技をしゅうとくしたいです。勉強と合気道を両立できるようにがんばります。

富永 理央(土井道場)

コロナウィルスの影響で練習する時間が少ないので、一回一回の稽古でいろいろな技を練習して、もっと上達できるように頑張ります。

ます。

近藤 真央(祖師谷合気会)

技が難しくなるので積極的に稽古に励み、分らない所は先生に聞きながら完璧に覚えていきたいです。めざせ黒帯!!

二十四歳

小野 慎太郎(土井道場)

稽古中だけでなく日常生活全体の中で、心身共に丈夫になっていけるよう尽力致します。

會田 未来(合気道臥龍会)

基本を大切にし、心身ともに成長できるように日々の鍛錬に励んでまいります。

影山 桃子(合気道臥龍会)

無抵抗主義を念頭におき、心身ともに鍛錬し日々精進します。

三十六歳

齋藤 有香(土井道場)

合気道は難しく、楽しいです!今年も基本を大切に体力作り、技の奥深さや力の使い方を学んでいきたいです。

女性(竹の氣クラブ)

合気道ができることに感謝をしつつ、初心に返って日々の積み重ねを大切に精進して参りたいと思います。

大谷 亮太(正道友和会)

はじめまして。正道友和会の大谷です。

先生方の熱心なご指導と仲間の支えのおかげで現在の道場で十年稽古を続けることができました。来年も合気の心を忘れることなく稽古に励んで参ります。どうぞ宜しくお願い致します。

四十八歳

出口 和哉(正道友和会)

先生がたの丁寧なご指導のもと、先日無事二級に昇級できました。今年は一級取得とその先の初段を見据えて、引き続き稽古に励みたいと思います。よろしくお願いたします。

菅野 尚子(祖師谷合気会)

一万回の稽古を目指して、感謝して毎日のお稽古を重ねます。繋がりが伝わってくる力に集中して、ついていく、又自分も相手を動かせるように意識したいと思えます。いつの日か鋭くも優しくも相手の方を包み込むような技になるよう精進します。

七十二歳

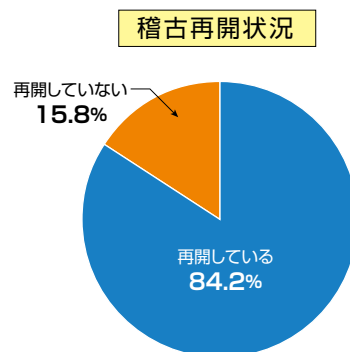
福田 雅春(鍛守道場)

子や孫を泣かすこと勿れ それは吾が来た道だから 老人を笑うこと勿れ それは吾が行く道だから 〱乾舟(けんしゅう)〱

加盟団体の現状（アンケート回答報告）

これはリポート演武大会参加希望調査及びアンケート調査の実施について、コロナ禍の中の各支部の活動現況に関する調査をした結果（十月十七日現在）、稽古が再開できない状況にある団体の回答です。

- 一、稽古再開している。 八十四・二％
二、稽古を再開していない。 十五・八％



稽古を再開していない理由

- ・稽古場所としている市の児童施設の一般貸出が再開しないため（体育館などの貸し出し可能な施設では一部稽古を再開している。）
- ・会場の利用が可能となり次第、一部稽古を再開しているが、今のところコロナの感染拡大などの事象はない。
- ・社外部員もおり、コンタクトのある武道として稽古場が会社敷地内であるので難しい。コロナ感染者が0になったとき稽古の可能性あり。
- ・定期的に使える稽古場所の確保が出来ていない。稽古場所の解決とコロナの状況を考慮している。

- ・施設の利用条件が厳しく、ソーシャルディスタンスを取らなければならない、単なる個々の運動程度しかできない。通常稽古は、コロナ収束後になるだろう。
- ・企業クラブであることと高齢者が中心のため、万が一にも感染者が出ることを避ける必要があるため。年内は厳しいと思われる。

- ・本年中は活動停止です。
- ・稽古場所が確保できないことと感染拡大防止です。再開は来年以降の見通しです。
- ・コロナウィルス感染予防のため、再開時期は未定です。

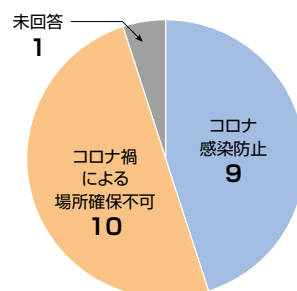
- ・稽古場所（公立中学校）が使用不可のため。稽古場所がコロナの影響で使用禁止となっている。十月十九日から稽古再開予定。
- ・高齢の会員もおり、コロナへの感染防止が最優先と判断しているため。再開時期は未定です。

- ・令和三年一月の本格的再開を目指しますが、行政・施設の方針を優先して判断するようにしております。

稽古を再開している道場の自由記述

- ・東京都における感染拡大状況を常に考慮しつつ、分科会の専門家の示す数値を参考に特に実行再生産数の変化に留意しながら稽古の継続か中止を判断していく所存。
- ・当面参加できるメンバーで不定期に稽古を実施する。
- ・コロナの状況により施設の使用が安定していないので不安である。
- ・六月から稽古再開、コロナ禍では通常稽古ができない事、また、感染予防対策を行っても四分の一の会員が感染を恐れ参加できない状態です。
- ・七月から稽古再開、稽古再開後の会員数は五割程度となっております。予想以上に新型コロナウイルスによる心理面等の影響があるものと思っています。
- ・中学校の武道場の施設開放がまだ再開されていないため。時期不明、現在代替場所を検討中です。
- ・施設の使用許可が出ないため、他の場所を借りて、数回稽古をしております。オンラインを取り入れてなんとかやっています。
- ・庁舎管理者の許可が下りないため、公には再開してない。但し、全体稽古の再開は自粛（又は留保）しつつも昇級昇段を控えた部員は本部道場のコロナウィルス対策指針に従い、有志で「自主稽古」を実施。
- ・コロナ禍における接触回避のため、近々会議を開き検討予定。
- ・施設の貸出中止が下りない限り団体として稽古の再開できませんが、会員には各自活動してもらっています。
- ・感染防止のため、館内アルコール消毒や手指消毒の負担が大きいです。また、稽古生間のディスタンスの指導にも難しさがあるので、冬季に向けてインフルとともにコロナ感染が増えるようであれば休館を考えます。
- ・医療関係者及びその家族の復帰が難しい感染予防をしながら臨機に対応します。
- ・小学・低学年の休会員が多数いるが感染終息の兆しが無い中、退会につながる恐れがある。今後また施設等の利用ができない事態にならないか心配である。
- ・高齢者も多いため、希望を取りながら今月より稽古を開始、蔓延の状況によっては再度中止を考える。
- ・感染対策は十分に行っているが、公共施設がまだ利用できないところがある。
- ・十月から試験的稽古の再開と位置付け、有志による稽古を再開したが、稽古日の削減と稽古時間の短縮をしております。

活動休止の要因



編集後記

令和二年新型コロナウイルス感染拡大に始まりコロナで終わる一年となつてしまいました。令和三年には早期にコロナも収束してほしいものです。殆どの行事が中止となり、嘗てない程、今まで経験したことのない長期間、稽古が再開できない状況です。合気道にとってもっとも苦難の道に立たされたと言っても過言ではありません。

普通稽古していた時と今では体力と技の差は相当の開きがあります。これを挽回して行くには、高齢者の私には通常稽古再開後に時間がかかるでしょう。でも一日でも早く通常稽古ができるよう希望を持ちたいものです。

（記・小林）

東京都合気道連盟

〒162-0056 東京都新宿区若松町17 番18 号 (公財) 合気会内

電 話 03-6457-3315

F A X 03-6457-3317

E-mail: info@tokyo-aikido.com

<https://www.tokyo-aikido.com/>