

ニュース

【日本合気道普及連盟 春季交流会】

日時：2018年5月13日(日)

場所：日本合気道普及連盟 本部道場 (阿蘇)

内容：詳細は、会員投稿をご覧ください



濱田館長の指導1 (入り身投げ)



濱田館長の指導2 (入り身投げ)



稽古風景1



稽古風景2

【北星館学童部保護者会 会合】

日時：2018年5月20日(日)

場所：岩屋中学校 武道場

内容：29年度活動報告、30年度計画の確認、意見交換などを実施しました。

多数された多くの保護者のみなさんから貴重なご意見をいただきました。

今後の学童部の運営に役立たせていただきます。

保護者のみなさんとは今後も協力して子供たちの成長を手助けしたいと思いますので、
よろしくお願ひします。

【お知らせ】

北星館 定例総会が以下のとおり開催されます。多数の参加をお願いします。

日時：2018年6月10日(日) 17:15～ (学童部の稽古後)

場所：岩屋中学校 武道場

春季交流会に参加して

5月13日熊本の本部道場にて日本合気道普及連盟の交流会に参加しました。

北星館からは濱田・村里・吉田・大平・松尾・森脇・吉岡・田中侑の8名参加しました。

当日はあいにくの雨でしたが長崎を7時過ぎに出発して阿蘇の本部道場に11時前に着きました。

11時から理事会があったため稽古は12時～13時半の1コマ。

13時40分～15時10分の2コマの計3時間の稽古でした。

1コマ目の1時間半は育翔館の木村先生の指導で主に呼吸力の稽古を行いました。

呼吸力の稽古は先生によって言葉の表現や説明が違ったりするので新鮮な気持ちで稽古が出来てあっという間に1時間半経ちました。

2コマ目の1時間半は当道場の濱田館長の指導で基本技の稽古で主に「小手返し」「入り身投げ」「四方投げ」がメインの稽古を行いました。

北星館では日頃の稽古でいつもやっている技でしたが他の道場ではあまりやらないのか技のやり方、順序が分からない方もいて少し驚きました。

ただ1時間半、技メインの稽古で参加人数も多く、おまけに雨で湿気もあったせいか汗もかいて疲れしました(笑)

3時間の稽古で呼吸力と基本技の両方出来るとても勉強になって有意義な1日でした。

北星館の稽古は2時間程なので3時間と聞くと長く感じるかもしれませんが、普段しない呼吸力や技を他の道場の方々とすると新しい発見や知識を自分の物に出来るので時間が経つのが早く感じます。

呼吸力に関してはよく「力を抜け」と言われますが、

交流会に参加して他の先生方と稽古して、「指先に意識を集中させる」「腰を安定させて重心移動をする」などアドバイスを頂き、身体全体を使って稽古する事も重要な事だと再認識出来ました。

頭でわかっているにもかかわらず実際身体でやるのはとても難しいです。

稽古中だけでなく休憩時間や終わった後にも他の道場の先生方と会話するのも交流会も目的ではないでしょうか。

稽古も何事もなく終えて、帰りの車中も稽古した感想を言いながら事故もなく無事に長崎に着きました。

交流会の行き帰りの車中は合気道の話だけでなく、プライベートの話や日常生活に役立つ豆知識、すべらない話?など普段話さない事もワイワイ言いながら行くので楽しいです。

新しく入門した方や中学生の若者も次回の交流会に参加してみたいかでしょうか。

3時間の稽古が終わって疲れもある中、運転して頂いた村里さん・松尾さん本当にありがとうございました。

編集後記

投稿欄についてですが、いつもは個別に原稿の執筆をお願いしたりしています。

リレー随筆という形式で皆さんに順番に書いていただこうかとも考えています。

これから、積極的に声を掛けたいと思いますので、ご協力よろしくお願ひします。