



合同演武会の様子

# 彩の合気

さいたま市合気道連盟合同演武会

『合気と私』 猿田彦道場 川瀬 陽子

発行/埼玉県合気道連盟

及び私と合気というタイトルで執筆依頼があり「川瀬さんに書いてもらうから」おまけに「大阪弁で」こんな条件まで付けられました。私が呑み込んだ台詞を察して頂き、口語体での文章をお許し願います。

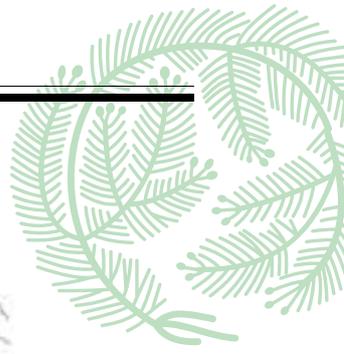
私は頭も体も動かすのが苦手で、殊に運動はほんまに嫌いです。こんなドンくさい人が運動したら余計体に悪いわと嘯っていた私ですが、こら、あかんと自覚した人は、整骨院に行った時「運動しなさい」と大きい釘をさされてしまったからです。

同じ体を動かすんなら余得も要るがな、その点、武道やったら、姿勢も良くなるし根本解決、万々歳やんと私が、合気道を選んだ根拠は極めて浅薄でした。猿田彦道場に見学を申し込んだのは、そんな軽い理由やったんですが、帰りには入門を申し込んだりしました。運動音痴でリズム感もあらへんののに、先生の動きに見惚れて、斯様に激しいのに滑らかに優雅な動きがあるものかと、感動してもうたんです。入門時は、合気道というものは須らく、こんな動きなんやと思うとりました。

ところが、「中段の突きを躲して、体はこう半身で！」あ？ 突きい？ 「この動きは剣の袈裟切が元にあつて。」

袈裟切？ よくよく見ると道場には木剣や杖、刀や鎌もあったりで、これは、普通なん？と疑問がありよりました。が、稽古が終わるたんび「なじや、今の!？」思いつすのに四苦八苦しる中、他のことに思い巡らす余裕なぞありません。

演武会を観させてもらった時、道場毎に型ゆうのか動作がちやうんやと知りしました。その差異は奈辺にあるものかは良くは分からしまへんが、私が師事する理事長の動作が他の方と違う理由は、過日分かりました。それは今まで持っていた疑問にも繋がるもんでした。先生は野呂昌道・藤平光一・清水健二・塩田剛三・黒岩洋志雄・西尾昭二と6人もの先生に師事されたそうどす。それがこの動きになつとんやと納得しました。せやけど納得いったんはそこままで、技は相変わらず理解でけしまへん。先生のように典雅に動きたいなぞ無茶は言いしまへんが、せめて流れぐらいは覚えたいんやがなあと凝り固まった筋肉と頭を叱咤し稽古に励んどります。



## 立正打散



# 報告道場行事

## 日本・スイス国交樹立150周年記念 少年部講習会

合気道明心会 清水拓市

平成26年10月9日、日本スイス国交150周年を記念してスイスから20名以上の子供たちと10名前後の大人が、池田師範の稽古を受けるために入間武道館にやって来ました。講習会では亀井師範の挨拶に続き、スイスのEric Graf師範の講習、そして池田師範の講習とリレー方式で講習が行われました。

まずはスイスのEric Graf師範の指導で準備体操と呼吸法を行い、次に池田師範の正面打ちの間合いを感じることから始まった稽古は、一教、小手返し、入身投げ、天地投げ、呼吸投げと基本の技を中心に行われ、最後に座技呼吸法で終了となりました。

稽古終了後は、場所をレストランに移動し懇親会を兼ねたティータイムを満喫しました。

当日は、平日にもかかわらず日本の小中学生も稽古に参加し、活発な交流が行われました。

池田師範がスイスで指導されていたEric Graf師範の生徒さんたちの技は非常に柔らかく、我々にとっても違和感の無い合気道でした。

スイスの子供たちも普段と変わらぬ感覚で稽古に励むことができた様で、日本の子供たちにも打ち解け非常に有意義な時間を過ごせたと思います。

稽古終了後は、場所をレストランに移動し懇親会を兼ねたティータイムを満喫しました。



明心会では毎年1〜2回ほどスイ  
スから出稽古に来日する方々が  
いらっしゃるのですが、今回のよう  
に少年、少女が多数来日するのは初  
めの出来事でした。  
大人のみならず子供たちが合気道  
を通じて国際交流や親交を深める良  
い機会となった1日でした。



## 【さいたま市】 合気道浦和尾又道場

この度、わが師のA&P石垣道  
場、石垣晴夫先生の推薦のもと、平  
成26年度総会にて加盟承認をいた  
だきました合気道浦和尾又道場です。

当道場は平成20年10月にJR浦和  
駅西口県庁そばのテナント1階に14  
畳の狭いスペース、会員数10名程度  
でスタートしました。その後平成22  
年8月には浦和駅徒歩7分の25畳の  
テナント1階に引越し現在に至って  
います。この浦和を本部とし、蕨、  
南大沢（東京八王子）に支部を置き  
三か所で活動しています。会員数  
は少しずつ伸びて現在、子供含め  
100名の会員数です。

県、市連盟加盟の推移は平成22年  
にさいたま市、平成23年に八王子  
市、そして平成26年に今回の埼玉  
県に加盟してまいりました。

# 新 加盟道場紹介





道場のモットーに「和氣藹々」を掲げ、けっして心も身体もぶつからず、謙虚で感謝の気持ちを持って接することを心掛けています。子供クラスの指導については剣、杖を取り入れ楽しいなかにも厳しさがあるようにしています。特に小6から中学生になるとときには大人の技が恐怖につながらないように工夫をこらし、その結果、小6の8割の子が大人クラスに移行しています。夏には蕨、南大沢、浦和の三道場の子供達を集め一泊で合同審査会を行っています。プールやゲーム遊び・皆での食事・稽古・審査・と楽しい思い出づくりに寄与できるように企画しています。



また全国少年少女錬成会には3年目で出場をし、子供と親御さんとの一日を合気道で過ごしてもらっています。いづれにしましても子供の根底に合気道が根付いてくれれば嬉しい限りです。大人クラスは、徒手の他に短刀、杖、剣を使い兵法的な体捌きも稽古しています。原則的に絶対につつからない技を目指し、開祖語録の「儂が動けば技になる」を念頭においています。まだ若い道場です、これから皆様のご鞭撻をありがとうございます。今後ともよろしくお願ひ致します。

(尾又富士雄)

## 【比企郡吉見町】 合気道修徳会

この度埼玉県合気道連盟に加盟させて頂きました合気道修徳会です。私が合気道に出会ったきっかけからお話します。昭和45年(22歳)頃のことです。高校時代はバレーボールをやっていた体調を崩す様なこともなく、健康な生活を送っていました。しかし、高校を卒業後にスポーツとは縁が切れてしまい、仕事中心の生活が3年程度続いた頃、体調不良で年に数回風邪をひいては、近くの病院のお世話になる様になりました。ある時医師より「風邪は一度罹ると免疫が出来て1年位は風邪に罹らなくなるものだが、あなたは年に何回この病院に来るのか」と皮肉を言われる状態になってしまいました。そこで医師に「では、どうすればよいのでしょうか」と訊ねると、「運動をしない」とのことでした。考えてみれば、私自身は子供の頃から丈夫なほうではなく、丈夫な身体を作るために中学2年の時に一年発起し、バレーボール部に入っ

て練習に励んだことが、自然に身体を丈夫にしてくれていたのだと思

至り、運動を辞めてしまった結果が体調不良を生んでしまったのだと考えました。であれば、これからでも自分に始められる運動は何があるのか探していた時、偶然新聞に掲載された合気道の紹介記事を見つけ、老人にも、女性にも、子供にもできる武道であるとの内容に興味を持ち、合気会本部に電話をして自分の住まいの近くの道場を紹介してもらったのが島田先生の川越道場で、その時は、確か22か23歳でした。



早速、川越道場に入門をお願いし、それから30年余り指導を受け、育てて戴きました。

合気道を続けてきたお蔭でしようか、風邪は1年に1度罹るかどうかで、健康状態も安定しております。その後、訳あってしばらく合気道から離れておりましたが、受け身の取れる身体を維持したい思いもあり、自宅近くで指導しておられた大谷一枝先生（故人）の元で稽古を再開しました。その良き出会いによって、2011年春に大谷先生の後継者として合気道川島町同好会の代表を継承することとなりました。そして、2013年5月に大谷先生がお亡くなりになった後、11月に比企郡吉見町で町の武道館をお借りして、新団体 合気道修徳会を立ち上げ活動を開始しました。

当初は一般3名、子供3名でしたが、現在は一般10名、子供9名で木曜日と日曜日の週2日稽古をしています。また私自身は、指導者レベル向上の為、桶川愛氣会で石川宏師範の指導を受け、合わせて居合や杖の稽古、さらに、本部道場やJICA合気道部でも時々稽古をさせていただいています。

修徳会の稽古方針としては、楽し

い合気道を怪我の無い様に稽古することを心がけています。

稽古場のある吉見町は、公共交通の便は決して良くありませんので、稽古に通うには車が必要となるため会員を増やしていくというハンデはありますが、熊谷市、鴻巣市、小川町など近隣地区から通ってくださる会員がおり、とても有難い事だと



思っています。今後は、一般会員のみなならず、小・中・高校生会員を増やし、将来の合気道愛好者を増やしていきたいと考えています。吉見町を拠点として合気道の普及・振興を図ることが、町のスポーツ振興に寄与する事となって、町の施設をお貸しいただくご恩に報いていく事になれば幸いと考えています。

最後になりますが、他団体に所属されている道友の皆様との交流も深めて行きたいと考えておりますので、いつでも遊びに来て稽古に参加してください。歓迎いたします。

（渡辺浩）

### 【さいたま市】

## 大宮西部合気道会

当道場は、昭和61年6月に合気道小林道場、合気道堀越道場の傘下道場として、大宮市（現さいたま市西区）に設立致しました。

以来、会の名称変更等がありましたが、皆様のご指導のもと、合同研修会、演武大会、合宿、各種記念行事等に参加してまいりました。そし



て、当道場も29年目に入っております。当時は、1階がハンバーガー店で2階が道場でしたので、四方投げや、入身投げのときの、振動や音が壁や床に響いてご迷惑をかけたこともありました。今では懐かしい思い出です。

平成25年に、大宮西部合気道会は、公益財団法人合気会の公認道場として正式に認可を頂きました。

平成26年6月には、埼玉県合気道連盟の総会におきまして、正式に加盟を認可して頂きました。会員一同大変喜んでおります。

稽古は、日曜日・祝日を中心に、主にさいたま市体育館柔道場におい

て2時間程行っております。稽古内容は、前半、後半に分かれます。前半は準備運動に始まり、基本的な体術を中心に初心者から有段者まで一諸に稽古します。後半は剣と杖の基本を中心に稽古します。子供クラスは、礼儀正しく、姿勢を正し、黙想して前半で終了します。

また、家族で触れ合える合気道を目指しています。

既に、家族と一緒に稽古をしている方も何組かいます。

合気道は、相手との強弱を争うのではなく、お互いを尊重しあう武道であることを基本理念としています。心・技・体の中でその理念を具体的に表しているようにしています。また、相手に合わせた稽古を指導し、怪我、事故、トラブルのないように務めております。

「継続は力なり」をモットーに、お互いに切磋琢磨し、カミのない大きな技を目指し、楽しく稽古をしております。

人を創る武道・心身鍛錬のできる合気道を地域の皆様に一人でも多く、親しんで頂きますよう、日々努力して参ります。今後とも大宮西部合気道会を宜しく願致します。

(佐藤繁)



## 【蕨市】 蕨無為会

為会が発足して瞬く間に2年が過ぎました。普段の稽古は、蕨市民体育館と蕨第二中学校の体育館で週2回行っています。会員数も徐々に増え、初心者から経験者まで、老若男女あわせて30人くらいが出入りするようになり、そのうちのおおよそ半数がいつも稽古に来てくれます。

最初の頃はいざ指導する立場に立ってみると、自分のためになる稽古とはまた違った難しさを感じ、何をどう教えてよいものか途方に迷う思いでした。運動能力も体力も一人ひとり違い、初心者にはとりあえず合気道らしい動きと受身を身につけてもらわなくてはいけません。経験者となると技のレベルも求めるものも多様ですので、こうした教え方でもいいのかと、私自身が自問自答の繰り返しです。同時に、指導を続けていくためには、教え方についての絶えざる創意工夫と、教える側の向上に向けた自己研鑽が不可欠だと感じました。

そこで無為会では、定期的に外部の指導者を呼んで講習会を開催し、

指導する側の技術の向上を図るとともに、会員の皆さんにも色々な合気道を体験してもらおう機会を設けています。講習会はだいたい月2回、日曜日に行い、講師は鈴木師範、内田師範などそれぞれのスタイルを確立しておられる経験豊かな高段者や、年に1回は小林道場総師範の小林保雄先生をお招きして、当会の会員以外にも近隣の道場にも広く呼びかけて相互の交流を図っています。

当会では、無理なく、楽しく、そして飽くなき向上を目指して、日々の稽古に励み、合気道の普及発展に力を注いでいきたいと考えています。また、技や考え方が滞らないよ





うに、今後も色々な先生方の協力を  
得て講習会等を開催し、交流の機会  
を作っていきたいと思いますが、当  
会の会員に限らず、興味ある方のご  
参加をお待ちしております。

(垂内久充)

◇◇◇ 平成27年度 埼玉県合気道連盟 行事予定 ◇◇◇

● 平成27年度 第一回常任理事会

日時：平成27年1月25日(日) 午後3時30分～午後5時00分

場所：にいざほっとぶらざ 会議室

● 平成27年度 第二回常任理事会

日時：平成27年3月1日(日) 午後3時00分～午後5時00分

場所：フォーシーズンズ志木ふれあいプラザ 会議室

● 第31回少年少女錬成会

日時：平成27年4月12日(日) 午後1時00分～午後3時00分

場所：さいたま市記念総合体育館

● 平成27年度 定例理事会

日時：平成27年4月19日(日) 午後3時30分～午後5時00分

場所：フォーシーズンズ志木ふれあいプラザ 多目的ホール

● 平成27年度 定期総会

日時：平成27年6月7日(日) 午後5時00分～午後6時30分

場所：さいたま市民会館うらわ

● 第33回合同講習会

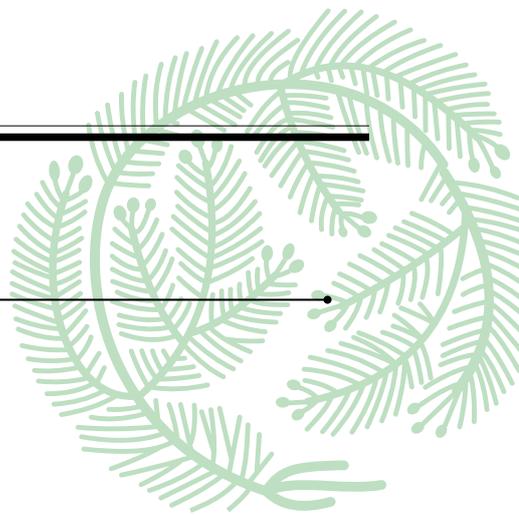
日時：平成27年7月5日(日) 午後2時00分～午後4時00分

場所：越谷市立総合体育館

予定は変更になる場合がございます。詳細は県連ホームページ [sainoaiqi.com](http://sainoaiqi.com) でご確認ください。

# 彩のなでしこ

N A D E S H I K O



## 私と合気道

黎明道場志木合気会 三上 綾

今から6年ほど前、以前より興味があった合気道を小学生の娘と一緒に始めたいという思いがあり、親子で稽古ができる道場を探していました。自宅から近い場所で稽古をしている志木合気会を見つけ、親子で入会したのが私と合気道との出会いです。

最初の頃は、動きがわからず何度も同じことを教えてもらわなければならない状況でした。自己嫌悪に陥り、合気道を辞めることを考えた時期もありました。しかし、そんな状況でも丁寧に根気よく教えてくださる三輪師範、先輩方のおかげで続けていくことができました。合気道を通して感謝の気持ち、謙虚な心の大切さを感じることができたように思います。

次第にたくさんのお話を学びたいという気持ちが強くなり、積極的に稽古に参加するようになりました。気付けば5年が経ち昇段を意識するようになりましたが、自分の未熟さや袴を着けることへのプレッシャーを感じ、審査を受けたくないという後ろ向きの気持ちを持っていました。しかし、周りの方々の勧めもあり、昨年11月に審査を受け、昇段することができました。



※このコーナーでは県内の女性合気道家をご紹介します。  
自薦・他薦を問いませんので各道場よりのご応募をお待ちしております。

あんなに躊躇していた袴ですが、いざ着けてみたところ、気持ちが引き締まりプレッシャーも心地よく感じたのです。袴を意識して動くことで、技も受け身も以前よりスムーズにできるようになってきました。また、先輩方から「袴が足捌きを教えてくれる」「袴を着けてから中身が追い付いてくる」「袴の人が増えて嬉しく思う」等、たくさんの言葉を掛けてもらい、後ろ向きの気持ちは吹っ飛んでいきました。

今、稽古が楽しくて仕方ありません。この気持ちに体が付いていかないこともあります。これからも心身ともに鍛錬していきたいと思います。そして、今まで親切に教えてくださった先生方や先輩方、ともに学び合う仲間、支えてくれている家族への感謝の気持ちも忘れずに、謙虚な心を大切にしていきたいと思います。

### 「彩の合気」への 投稿をお待ちしています。

- 道場行事報告／原稿 1,000 文字、写真 2 点
  - 彩のなでしこ／合気道への想いを原稿 800 文字、写真 1 点
- ※画像はプリント写真もしくは写真 1 点あたり 2MB 以上のデータをお願いします。画像解像度が低いと印刷に適應いたしません。  
(プリント写真はご返却いたします。)

### 登録メールアドレス変更の際は 必ず事務局までご連絡ください。

連盟情報を伝達する手段としてご登録いただいております加盟団体の登録メールアドレスですが、アドレスに変更が出た場合は速やかにご連絡をお願いいたします。特に下記の 2 例は、変更の連絡が忘れがちになりますのでご注意ください。

- 登録が携帯アドレスの場合、利用携帯電話会社変更があったとき。
- プロバイダーの変更を行ったとき。

応募は郵送またはメールにて

〒352-0011 埼玉県新座市野火止 5-4-26  
埼玉県合気道連盟事務局 佐々木淳一  
メールアドレス sasaki@sainoaiiki.com