秋深まる11月7日・8日、

第9回

楊家養心太極拳

第27号 2015年12月25日発行 NPO法人

太極拳養心会

発行人 楊 麻紗

東京都中野区東中野

www.taikyokuken.jp

養心会三つの心

名時 先生

実はこの懇親会が楽しみで交流会に参加され

の部」の始まりです。

身体を引き締め た冷えた空気が

は幕を閉じました。

に支えられて宴会が今年もスタートしまし る方もいるとか……いないとか……多くの人

た。大口町の八段錦を織り込んだ17名による

チュラチュラ体操」を ノーン曲げ」、恒例とな

皮切りに「超能力ス

った東京吉田泰子師

と知多半島巡りに出発です。まずは〈えびせ

その後2台のマイクロバスで、50名の仲間

調に回復です。改めて太極拳の凄さを実感!!

身体は絶好

来ました。なお、この交流会は8日の中日新

(朝刊)に掲載されました。

心太極拳とこなめ合宿交流会を終える事が出

最後に多くの人に支えられ、第9回楊家養

大満足な知多半島巡りだったと思います。

事務局 〒 164-0003

1-11-16-508 TEL 03-3365-5868 FAX 03-3365-5118

年に増して205名が参加し盛会となりま 今年も全国各地から溢れんばかりの笑顔と共 心太極拳とこなめ合宿交流会」が開催され、 に、沢山の同学の仲間をお迎えしました。例

した。今年は久しぶりに、遠路のところ奈良

から90歳でなお、お元気な中村二可先生に参

加いただきました。 また、今回の交流会のハイライトの一つが、

私たちが暮らす愛知県の知多半島で、長年楊

名時太極拳の発展に寄与されてきました

の様に美しく素晴らしかったです。次は昇段 組の先生方の一糸乱れぬ24式太極拳はいつも 露のなかで、齋藤理事夫妻も加わった、東京 審査です、2名の師範チャレンジを先頭に34 感動の輪を広げました。グループ別の演舞披

名の方たちが上位階位を目指し、まさに1年

10回交流会での再会を約束し第1部「静の部 交流会は終了し来年の第

気持ちを持ち、太極拳を通じて人間性を高め NPO日本健康太極拳協会の齋藤理事ご夫 開会式で、楊麻紗先生から「感謝や謙遜の 齋藤宏一理事、そ 来賓の常滑市教育 の静寂を迎える頃、 気の中皆さんの演舞は続いて行き、大変見応 を行いました。その後いくつかのグループに えがありました。 分かれての演舞を行ない、秋の澄み切った空 の稽古の総決算・ここが花舞台と皆さん緊張 した面持ちで全力を出し切り素晴らしい演舞 夕闇が迫りサザンアリーナの森の木々が夜

そんな感動的な開会式を終えた後、

先生の模範演舞「鶴の舞」が会場イッパイに

居る人全員が心底から喜んでいるところに現 と言う間の2時間でし り……まさに交流会の名にふさわしい、あっ れると言われる

″精霊 てくれました。 ん現われ(写真に写り た。もちろん、そこに 踊りあり・お笑いあ

(オーブ) もたくさ 懇親会に花を添え は酒蔵の中を歩くので館内は酒の匂いが充満 は清酒「国盛」を作る酒蔵です。見学コース しておりました。お酒 最後は〈酒の館〉展示館の見学です。ここ

是非ご賞味下さい。

が、苦手な人には入る なく嬉しいでしょう の好きな人ならたまら

ミュニティ・カレッジ主催の「八ヶ岳バスツ

さや癒しを与えるといわれています。

期一会の早朝稽古 自然とのマッチング

誰もが無理と思われた2日目の早朝稽古

りのバスの中から、3頭の子鹿を連れた家族

がり青空が目に

に沁みます。ロッジまでへの帰 る時には、<br />
高原は<br />
見事に<br />
晴れ上

あり、家族連れ等も多

色々と趣向が凝らして

く、賑わっていました。

ステージイベントと

れたようです。

音楽堂を出る

鹿を見ることができました。バスの中は「カ

われました。高原ロッジから2分ぐらいのテ は、夜来の雨が上がり6時30分に集合して行

にはうってつけ。きれいに刈られた緑の芝生

ースコート近くにある広場は、太極拳の稽古

と落葉松の木々が、雨に洗われてその色を鮮

に就きました。

ワイイ!」のよ

大歓声。2日間の研修の成果を

の皆さんは東京・常滑への帰路

供たちのヒップホップ

みに達しました。

フラダンス、子 太極拳、バンド 調和している状態をいい、自然界はこのゆら ぎは不規則さと規則さがちょうど良い具合に

、fのゆらぎ〉で説明しました。このゆら

番・8番の「攬雀尾」の足の修正を指導。そ

会社の主宰で、特別イ 開催されました。ガス

試飲会や、ジェルネイ

ベントとして、焼酎の

ル体験、クジ引き等が

会堂でエネルギーフェスタというイベントが

9月12日、13日の2日間、

出水市の出水公

の流れがとても良く感じました。実技では7 が癒され気感が高められたことから、太極拳

の平で空気の重さ〉を感じることを説明しま して、楊名時先生が特に強調されている〈手

した。部分稽古で皆さんはそのことを体得さ

会の稽古でした。稽古の後の食事の美味し

気を存分に浴び、暑からず寒からずの一期

います。

陰影は墨絵のと

ようであり、雨上がりの高原

空の晴れや曇りによる木々の

を行いました。

かったこと!はいうまでもありません。

10時からの稽古は音楽堂。早朝稽古で心身

ぎでできており、このゆらぎが生物に心地よ

ている9月3日~4日、東京・池袋の西武コ

秋雨前線が停滞して全国的に雨模様の続い

八ヶ岳f/1の揺らぎ

ナーに殺到です。えび 事も出来ない見学コー 酒の試飲があり皆さん スでした。ここでもお 種類のお酒試飲コー んべいとエビフ 大ひさしの下での早朝稽古

ヤーとお酒を頂き、

帯にあり、そこは大火山群でもあります。音 貴重な体験をして、太極拳を気功に昇華した み10名の参加でした。今回は今までとは違う 山梨県の境にある山塊で、日本の主要な地溝 楊名時先生の深い訓えを体感しました。 今年で3回目ですが、東京組み10名、常滑組 アー〈音楽堂で太極拳〉」が行われました。

八ヶ岳は長野県の諏訪地域と佐久地域及び

にくの雨で空港を一望 けました (笑)。あい ょした。立禅が始まる 人ひさしの下で行われ oず、常滑体育館の巨 9る海岸での稽古はで **残る重たい身体で出か** 好まり、 ・雨音が心地よく、ま

穏やかな気の漲る団体演舞

2日目は早朝稽古で

とこなめ合宿交流会 「第9回楊家養

私だけではなかったと思います。 嬉しくそして感動している」とおっしゃられ ここで楊麻紗先生のお姿を見て涙が出るほど

ブの磯部和雄会長から祝辞を賜りました。 目頭がジーンと熱くなったのはきっと

内音頭」です。歌あり 露されました。

しの熱演。今年は東京組の全員によるカラオ また、齋藤先生が飛び入りで得意の篠笛を披 ケで、なんと麻紗先生が中心で……熱唱! フィナーレはこれも何 L例の全員で踊る 「河 踊り等々ひっきりな

範の「沖縄なんだき節」

を何人か見受けました。 リャーと海の幸定食です。ここは知多半島で お土産の大きな袋を抱えてバスに乗り込む人 んの里〉、フロアーいっぱいに広がる〈せん い試食コーナー〉でしっかり試食した後、 次は〈まるは食堂〉で昼食です。エビフ

美味しいですよ。訪れる機会がありましたら 番有名な食堂で、煮魚・刺身・えびフライ

各地より 地元常滑組の演舞

大賑わいの懇親会

感想をいただきました。そこで私は、自然の 中で稽古を行うとなぜ癒されるのかを、〈1 美味しい」など太極拳の経歴などを踏まえた ました。周りの景色に癒されました。空気が かったので、自己紹介を行いました。 「気を強く感じました。空気の重さを感じ

終わりました。次に参加者が例年より少な を聞きながら、静かに1回目の太極拳を舞い 外は激しい雨となり屋根から流れ落ちる雨音

これは初めての体験です。そして、途中から に気を感じ、特に足裏からが強く感じました。

並び、晴れてくれた太陽

の後、稽古

ます。全員が東に向って



ーふじみ野 第3回フクトピア・

チャリテイーフェスタ

埼玉県ふじみ野市にて「第3回

七段を説明を交えて行い、太極拳24式を「心

先生のご挨拶があり

先導により甩手、八段

「熊酔功」も行いました

東京・八王子の河原達師範が教士7段の先生 いて、「関東甲信越居合道大会」が開かれ、

勤労感謝の日の11月23日、東京武道館に於

て「腿」は足首から上の部分ですが、厳密に 述べましたように、足首から下の部分、そし

同じ足でも中国語の示す「脚」は、前にも

いえば、膝から上を大腿、膝から下を小腿と

京 気迫のこもった居合の演武

方と共に、気迫のこもった美しい演武を披露

な人に与えられる 熟達し、識見優秀

にした足です。

ふみ出すのは、脚、

つまり、

かかとを中心

六、蹬之於足

教士とは剣理に

自然に動くことができます。

足全体に気を持っていって動かせば、ごく

の教士を拝受しま は2014年にこ 称号で、河原師範

という動きがありますが、これは、

かかとか

楊麻紗教室(東京)

高瀬三佐子 足立カヨ子

(以上10名

審查日順

今まで知らなかったこと(東洋医学や経絡

健康法についての色々なことや、

食べ物等

が鍛えられている事を云われ、それが私を支

拳の写真入り記事を見たのが最初でした。 時の通産省事務次官・佐橋滋氏の楊名時太極

その後、大阪・中之島に、朝日カルチャー

り、ご縁で入会、先生は石川先生という東京 センターが開校、楊名時気功太極拳講座があ

から単身赴任の方で、1年程して東京へ帰ら

たのですが、病院に行っても、年の割に筋肉

腰、膝を痛め63歳と云う年齢で太極拳を始め

私の場合は、何回かの怪我により、頸椎、肩、

は色々とあると思いますが、私と楊名時太極

同学の皆さん方は楊名時太極拳との出会い

拳との出会いは、約40年程前、朝日新聞に当

えております。本当に太極拳を行っていて良

等)を知ることができた。

に関心が向くようになった。

平成10年から太極拳を始め、同じことを何

かったと日々感謝です。

因だと分かった。健康のため始めた太極拳

が入らず、立つのもつらい事もありますが、

れました。

せに思わない日がない位です。時には足に力

竹内先生を始め良き友人達に恵まれて、幸

日々鍛錬をくり返しております。ありがとう

ないのは、股関節と下半身が弱いことが原 年もしてきているのに、思うように上達し 山口智恵美

野崎昭子教室(千葉・鎌ヶ谷市

**杉江満寿夫教室**(愛知・常滑市)

バランス感覚がとれ転倒防止にもなり、

腰

私はとても幸運です。太極拳は一生続けるこ

杉江先生の教室に入れる運命に恵まれて、

丈夫になり、姿勢も良くなった。

インナーマッスルが鍛えられ足腰や筋肉も

転倒予防になった

熊本・犬童 久美子 (72歳)

式呼吸で副交感神経が優位になり、気持が安

続けたいと思っている。

楊名時太極拳との出会い

ず子さんと一緒に岐阜の自宅へお伺いし、お

をしています。楊名時先生の身体の具合が悪 私は30数年前から楊名時先生のお伴でお参り いる鑑真和上の眠る奈良・唐招提寺のお参り

たので、紹介します。

南会津・大内宿

晩秋の里山

<交通のご案内>

上野精養軒

●TEL

●最寄駅

然災害や異常気象が、

世界各地 球の温

(写真/安田

新年懇親会

〒110-8715 東京都台東区上野公園4番58号

JR御徒町駅·地下鉄上野御徒町駅(徒歩12分)

ホームページ用

原稿募集!!

ホームページを更に充実した

いと思います。各地の行事、 情報、レポート、写真等、事

■ ホームページアドレス

http://www.taikyokuken.jp

務局までお寄せ下さい。

03-3821-2181

JR上野駅公園口(徒歩5分)

京成上野駅(徒歩5分)

地下鉄上野駅(徒歩5分)

認知症の予備軍ともいわれる正常と認知症

境目であるMCI(軽度認知障害)の段

楊名時先生が京大学生時代から続けられて

第1回目「ついに分かった!予防への道」は、

NHKスペシャルシリーズ認知症革命の

認知症予防は早く歩くこと

癒しの風景

11月14日に放送され非常に興味深いものでし

わりに仲間と一緒にお参りした時も参加させ

時は、東京の今井治先生が楊名時先生の代

なりになり、

言われた事もありました。野村先生がお亡く

野村教室の生徒であった戸清し

生から師範審査を受けました。師範審査の演

元年に京都・相国寺の砂利のお庭で楊名時先

野村教室で稽古を続け、先生の推薦で平成

名時先生の演舞は芸術です。オーラが出てい

舞を見た外国の観光客の方から素晴らしいと

位牌の前で感謝とご冥福を願い合掌をさせて

いただきまし

私は何事も始めたら10年を一つの区切りと

健康太極拳なにわ友の会

以来10数年……これからもゆっくり静かに

養い、転倒やそれに伴う骨折を防ぐからです。 また、絶えず続く体重移動でバランス感覚を 腰が強くなり、下肢の筋力低下を防ぎます。

果を出すのか………」びっくりしたことを覚

なかった太極拳が、「……こんな素晴しい効

中国の古くさい体操が……」位しか知識が

太極拳は高齢になってもできる運動です。腹

健康に良い、本当にいい事づくめです。 らぎます。動く気功なので全身に気が満ちて 師範レポートより

腹式呼吸が身につき歌う時にも役立ち、

ま

太極拳で筋肉が鍛えられた

鎌倉・李 幸子 (80歳)

法を探していました。

私、30才代に退職後にもできる趣味、健康

考えています

痛の時も長引かなくなった。

た老化防止にもなっている。

榊原彰子 山本深雪

竹内彰一教室

(東京) 松島純子

李幸子 藤森吉之

村崎義則教室

大國きみ子

犬童久美子

「蹬」はふむ。太極拳に「右蹬脚」「左蹬脚

ら足を踏み出す動きです。

しました。

贈呈が行われ、杉江 感謝状など記念品の

れていました。

大会は全員で立禅か

あり会場は熱気であふ

杉江先生夫妻への

で、師範7名で、八段錦の一段、二段、六段、 太極拳のみで、持ち時間が30分ありましたの

の風景」の曲に合わせて演舞しました。

観客は、たくさんではありませんでしたが、

ダンス等がありました。太極拳は、楊家養心

時からでしたが、堂内に入った途端手がピリ

造になっています。初日3日の稽古は午後3

ミッド型で天地のエネルギーを集めやすい

ピリと気を感じました。参加者全員が一番気

の集まっている真ん中で気を浴びたあと、八

段錦・太極拳の稽古に入りました。

私は稽古が進むに従って全身が痺れるほど

されました。東日本震災復興支援と市民交流 フクトピア・チャリテイーフェスタ」が開催

織師範はフクトピアで太極拳を2講座もって たもので、過去3回の中で一番盛会でした。 プラザ「フクトピア」開館15周年記念を兼ね して楊砂織師範が7名の生徒と共に参加し さまざまな催し物の中で、太極拳の代表と 「楊名時太極拳」を披露しました。楊砂

イベント欄に「楊家養心太極拳」の文字があ

てくださいました。新聞の折り込みチラシの

太極拳になじみのない方々が、熱心に見入っ スタッフの皆様や、若いお母さん等、かねて

り嬉しい1日でした。

鹿児島 八段錦・太極拳の演舞

県常滑の地で17年前に発足し、現在全部で8

の教室があります。

館で開催されました。杉江満寿夫教室は愛知 去る8月23日、標記の発表会が常滑市体育

第一回杉江教室発表会開催 豊吉 義夫 またその「気場」は一人で演舞するより多人

て「気場」が高まってゆくとお話されました。

め9名が演舞を披露。 があり、師範2名を含

員合格とのお言葉を頂き、 日頃の精進のお陰で全

皆さんのほっとし

た笑顔が印象的でした。

麻紗先生のご講話では、楊名時太極拳をよ

く理解するためには先生の本を読み、技

ことが最も大切であり、

そうすることによっ

生の訓えを引用され

と気持ち良く舞いまし

太極拳24式をのびのび

た。引き続き昇段審査

紗先生と一緒に楊名時 錦と進み、次いで楊麻

心をこめて演舞する

要」という楊名時先 より心技がより重 形より養心が、体技 ました。その中で「養

であると述べられました。 が、はるかに高まり、このような大勢が一堂 数でお互いに「気」を出し合って演舞する方

に集まる「発表会」の場が大変意義深いもの

り深く

特に道着者の演舞を見て「よくぞこのように 40名もの多くの立派な生徒さんが育ったもの 次に潤子先生の挨拶があり、皆さんの演舞

れました。都築義之実行委員長の挨拶の後、 全員で体育館いっぱいに広がり、のびのびと 当日は8教室から166名の方が参加さ だ」と感涙にむせびながらお話されました。 一同、杉江先生夫妻にあらためて感謝の気

どのバランス運動は脳を活性化させる効果が

題である認知症の予防法として、「太極拳な 頂きました。また、高齢者にとって身近な問 術的には手を柔らかく使うこと等のご指導を

高いそうなので、長く稽古を続けて9歳

つまり運足のこと。

「腿」は、足首から腰までの足全体をいい

「行」は歩く、運ぶ、

歩行、

運行の意味。

にかかる力は七分です。

を中心にして、足の裏をつかいます。かかと け根部分をつかいます。踏むときは、かかと

の心得を、初心の人にも分かりやすく、

「利休道歌」は千利休が茶道の心や作法

めたもの。その意味するところは、稽古は かも覚えやすいように31文字の和歌にまと

から習い十まで進んだら、再び始めの一

に戻り繰り返していくことが大切という教

動かすところは足全体である、ということ

りを踏むのです。

普通、蹴るときは爪先とか、足裏の指のつ

に足を出すのです。中ぐらいの高さなら相手

蹴るのではありません。かかとで踏むよう

の腰を踏む。もっと高ければ相手の胸のあた

稽古とは一より習い十を知り

十よりかえるもとのその一

(利休道歌

十六関要訣の解説(その2)

の指導のもと、全員で導引法「熊酔功」 いお話をして下さいました。最後は竹内 0歳まで健康で長生きしましょう] と

持ちを懐きつつ、笑顔で記念撮影を行い、

演舞を楽しみました。

後の精進と再会を誓い閉会となりました。 京 気功太極拳大会を開催

デュエットに全員が魅了されました。 江先生夫妻の演舞があり、熱の籠った美しい その後、グループ毎の演舞披露。初めに杉

道着者による迫真の演舞で会場の気はその極 次第に熱気が帯びてきました。最後に40名の 発揮すべく、各人が懸命に演舞され、会場は 演舞が行われました。各教室の練習の成果を つづいて男性のみによる演舞及び教室毎の

正一・長谷川

内彰一教室の「気功太極拳大会」が練馬区の サンライフ練馬にて開催されました。当日師 真っ青な空が広がった11月15日の午後、竹

了しました。

を教わり気血の流れを良くして無事大会を終

冢楊麻紗先生をお迎えし、80余名の参加者が

大会終了後、師家を囲んで近くのお店で懇

と笑いで楽しいひとときを過ごし心の輪を 親会を行いました。美酒を傾けながら語らい しました。

足は、足全体が要になるのですね。とかく部 分的になりがちですが、よく注意していただ に移動するか、この時の「あし」の運び、運 前進するか、退くか、左に移動するか、右

大なポイントです。

運足は、あらゆる武術、

健康法にとって重

劇などに見られるあの美しい動きをつくるの

七分の力を入れて、かかとを踏むことが京

です。かかとの内側に秘められた力が、静

わたり指導してくださった先生方に、心より 新師

た。おめでとうございました。10年の長きに でやわらかい着地の姿勢になるのですね。 今年は、次の方々が新しい師範になりまし えです。再び一に戻った時の理解度は、初

して太極拳を深めましょう。 師範になったら初心に戻って、

心の時と違い明らかに深まっています。 この言葉はあらゆる稽古事の格言です。

寝たきりにならないために

ゆっくりと続けて行こうと思う。

を取り入れ、今の状態で無理せず、 なので、毎日の生活にスクワットやその他

ました。腰を落としてゆっくり動くことで足 ムの予防に、太極拳が非常に良いと言ってい

あるテレビ番組でロコモティブシンドロー

時分知人から太極拳を紹介され竹内教室に入

会した。半信半疑だったが、ほぼ2年経過し

検診データがかなり改善されていた。

ただきました。

岐阜・榊原 彰子 60歳 現役時代体が超メタボ状態だった。そんな

● メタボが改善

生は大阪に来るのはお金だけではないとおっ したが先生の真似をするだけでした。野村先

吉之

者が変われば動きも変わり当初はまごつきま

継がれ、天候が悪くても毎週土曜日に新幹線

その後、岐阜の野村貞三先生が教室を引き

で大阪まで教えに来ていただきました。指導

加は終了となりました。 楊名時太極拳は、何の方でもできる健康法

亡くなりになり、箱根研修会の2泊3日の参 15回目研修会直後の7月に楊名時先生がお 急の動き、 芸術の演舞 時先生の緩 に近づける

その方は看取り稽古ができている方で、将来

が楽しみでした。

古すればするほど難しい、何時になれば楊名

目安にするとよいでしょう。

認知症の予防として、衰えている脳内ネッ

くない人が青信号を渡り切れる速さなので、

それは秒速80m以下。この速度は足腰の悪

のリスクが高まるのでしょうか?

では、歩く速度がどれぐらいならMCI

年どの部分の演舞を看取り稽古をするのか目 くで伺い、名時先生の動きを近くで拝見、毎 修会は15年連続参加、楊名時先生の教えを近

その年の5月から2泊3日の箱根指導者研

とお世話になりました。

先生の心・技を大切に、仲間と一緒に2カ月

速度・バランスに表れるというのです。テレ

研究でMCIの人はこの脳内ネットワーク

キ―ワードは「脳内ネットワーク」。最近の れ予防できるというのです。それは歩き方で 階であれば、簡単に認知症であるか見分けら

が弱まっていることが分かり、それが歩行や

平成15年から「なにわ塾」を開き、楊名時

名時先生の教え、指導者十訓、太極拳経など に1回のペースで勉強会を続けています。楊

るのだそうです。

本年も宜しく

お願い申し上げます

NPO法人太極拳養心会

定員150名

込〆切1月23日。出席者名および会費を郵

開かれました。そこでフランスのオランド大

異常気象は貧困と内戦を生み、

テ

日

や 口 の温暖化対策を話し合う「COP21」

が地

12月の初め、130カ国の代表が集まりと呼ばれています。 していることから、「モンスターエルニーニ 現象が挙げられるそうです。この

ルー

沖の海水温度が高くなるエ

ル

現象は ニーニョ

続通

原因として地

化と、

くことをいうのですが、

常海水温度

が0・5度の上昇が半年以上

今年は4度も上

昇

日

便書留で事務局へ送付)

戦後70年の今年、私は皆様の暖かいご支本に生まれてよかったと痛感させられます。 フランスの同時テロの映像を見るたびに、 を生むと演説しました。シリアからの難

ことができました。心から感謝いたします。

『の可能性も、

との予報

協力のお陰で元気に全行事を終える

理事長

麻紗

(絵/大石由美子 役員一风 う動作は複雑な脳内ネットワークを必要とす ビではそのことが一目瞭然でした。歩くとい お伴でお参りをさせていただいていますが、 ていただきました。今は養心会楊麻紗先生の

お供ができないときは別の日に大阪の仲間と

緒にお参りを継続しています。

話を伺い、全国各地の先生方と出会い、色々

及び懇親会に12年連続参加、楊名時先生のお

平成4年2月から東京・学士会館の師範会

標を持って参加していました。帰阪後の教室

きる座式太極拳12式の稽古もしています。 施している車椅子の方、足腰の弱い方にもで と八段錦・太極拳24式の演舞、介護施設で実

健康寿命を伸ばすための健康法として手

足首を使う、力を抜くことの難しさ、稽

で動きが変わったと指摘する人もいました。

に精進する のみです。 か、稽古 茶木康晴師範の模範演舞 トワークを改善させる効果的な方法を、米イ の方法は早歩き。1回1時間、息が弾むほど リノイ大学の研究者が見つけ出しました。そ

ので認知症予防に効果的ということでした。 化されるとのこと。 の早歩きを週3回行う。これだけで脳が活性 また、料理を作ることは複雑な手順を踏む

(日

なにわ友の会健康太極拳 交流大会(決定)

日 슾 슾 形 申

指導者研修会 (予定) 楊家養心太極拳・NPO法人太極拳養心会の「2016年新年懇親会」を、下記のとおり開催いたします。 今回の会場は昨年と同じ東京の「上野精養軒」です。ご多忙中の帯津良一先生もご出席くださいます。 窓から不忍池が望める明るい会場で、美味しい料理を味わいながら、親睦を計り絆を深めたいと思 います。皆様のご出席を心よりお待ちしております。 2016年2月11日 (木・建国記念の日) 11:30~14:00 (受付11:00~) 場 上野精養軒 3F 桐の間 10,000円 費 式 着席スタイル 教室単位。教室担当の先生方は、ご面倒でも 出席者の取りまとめをお願いいたします。(申

込







としての正しい道ではないかと思います。楊 生からお聞きしたことがあります。哲学は人

生のもと大阪・京都で教室の助手もさせてい しゃっていました。お気持ちに感謝。野村先

であり、哲学を含み、芸術であると楊名時先

▼3月13日 3月27日 (日  $\widehat{\mathbb{H}}$ 

奈良·唐招提寺参拝(予定)

冬ですが大雪

風邪に気をつけてどうぞ