



# 仲池合気道同好会 2017年 仲池だより 12月号

1回/月発行 2013年11月創刊

2017.12.19発行 編集責任者 石田 穂 (連絡先 080-3122-3256)

月謝は、月末までに次月分を谷岡先生まで納入していただくようお願い致します。

顧問	指導者	中中道場運営スタッフ	八中道場運営スタッフ
出口 隆興 師範	道場責任者 嶺岸 師範	道場責任者 石田 四段	
名譽顧問	少年部指導 谷岡 師範	少年部指導 谷岡 師範	
出口 志津枝	一般部指導 嶺岸 師範	一般部指導 石田 四段	
安永 伸子 師範	指導員 川村 参段	指導員 石原 武段	
	運営スタッフ 狩野 初段	運営スタッフ 尾谷 初段	
	運営スタッフ 川田 2級		

## 八中道場の中学生会員、保護者の皆様へ

来年1月から一般部での稽古となります。時間帯は以下の通りです。  
 ・一般部稽古時間帯 20:15~21:05  
 少年部が大勢のため安全のため今年から少年部と一般部の時間帯をずらして稽古しています。中学生会員は本来一般部で稽古を行いますが八中道場については暫定的に少年部の時間帯で行ってあります。しかし、体力的な面や大人との稽古の中での成長等も考慮して、本来の一般部での稽古とするものです。ご理解とご協力の程をよろしくお願い致します。

## 12/9(土) 十中道場、昇級昇段審査(少年部7名/一般部4名) 秋山兄妹と幸野兄弟の初めての審査です!

12/9(土)、十中道場で昇級昇段審査があり、少年部7名、一般部4名が審査を受けました。秋山兄妹と幸野兄弟は、初めての審査で緊張もしていたと思いますが一生懸命に稽古の成果を披露していました。外岡くん、風呂光くん、狩野くんは、一つ上の級に挑戦です。一般部の佐々木さんは初めての審査で5級に、田原さんは難関の3級に挑戦です。鳥谷部さんは、技の熟練度等も求められる二段に挑戦で、狩野初段、石原二段を受けに20分を超える審査で技も多岐にわたる楽しいものでした。少年部、一般部とも審査という日頃とは違う緊張の中で、これまでの稽古の成果を懸命に披露していました。



※級、段は審査時現在。

十中道場	
少年部受審者	一般部受審者
秋山 晃部(10才) 無級	風呂光 克吉 *10級
秋山 竜之介 無級	狩野 竜輝 *5級
幸野 瑛良(17才) 無級	佐々木 高弥 無級
幸野 剛樹(17才) 無級	久保田 晃弘 5級
外岡 優希 *10級	田原 隼弘 4級
	鳥谷部 明浩 初段

## 12/12(火) 八中道場、昇級昇段審査(少年部4名) 村上くん、藤田兄弟、館くんが審査です

12/12(火)、八中道場で昇級昇段審査があり、少年部の4名が審査を受けました。村上くんは8級オレンジ帯に、藤田兄弟と館くんは7級に挑戦です。審査は館之介くんの号令で礼を行い、嶺岸先生の指示で始まり、膝行、回転膝行、後ろ膝行、前受身、後ろ受け身が続いて規定技の審査です。みんな懸命に取り組みよく頑張りました。



八中講評 館くんと陸之介くんは、蹴上(きさ)の姿勢できちんと抑えるように、また入り身投げでは足を出して投げるようにして下さい。また、受けは片手取りの場合はしっかり片手を持つ、肩取りの場合は肩をしっかりとつかむようにする、捕りは技名を言われたすぐできるようにして下さい。全体として4人ともよく出来ていました。

## 1月の稽古日程、行事予定

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

●1/13、防災訓練のためお休み。

行事予定

1月6日	土	稽古始め(十中道場)
1月9日	日	稽古始め(八中道場)
1月14日	日	鎮開式(合気会本部道場)



### 新入会員です、よろしく

小椋 猛(おぐら たけし)さん。48才。  
船橋の瀬田塾で週3~4回稽古して、5級を取得されたとのこと。移転でネットを調べて仲池を知り体験即入会となりました。趣味はと聞いたら、うーん合気道かな?よろしく!

十中講評 久保田さんは大変良かったですが二教は手首をしっかりと持ち替えて固めは肩を抑えるのではなく腕を抑えるように。四方投げも半身で行うように、また受けから離れる場合は背中を見せないようにして下さい。その辺りを修正すればもっと良くなると思います。少年部の皆は大変良くできていました。これからも稽古をしっかりとやるようにして下さい。佐々木さん、田原さんは大変良かったと思います。鳥谷部さんは1、2級ならばいいのですが二段ですから、間合い、呼吸力、タイミングを大事にして力を抜いてリラックスして行うようにする、ゆっくり行うのもいいのですが、その辺りがまだ不足しています。掴まれてからではなく、掴まえるように誘いながらやるように。もたれたらすぐに反発するようにならないと初段や二段相手の場合は難しい級の人達に教える場合でも大変です。今後、稽古の中とか稽古後に投げてもらうなど中での力量の向上を図ることとして保留とします。頑張って稽古してみてください。

大田区の公式PRキャラクターの「はねびよん」です!  
 ゴミは必ず持ってね、ひよん! 学校の体育館をお借りしています。更衣室やゴミ箱に持ち込んだゴミを捨ててはいけません。必ず持ち帰って下さい。また製品の無断使用も厳禁です。