

Newsletter

Hokkaido Aikido Federation, No.2, Summer 2023

「北海道小中学生合気道強化練習会」成功裏に終わりました！

北海道合気道連盟理事長 佐藤 圭史

2023年6月25日、北海道立総合体育センター（北海きたえーる）にて、「北海道小中学生合気道強化練習会」が行われました。小中学生64人と保護者の方々、また、同練習会での指導に関わった先生方の積極的なご参加・ご協力もあり成功裏に終了することができました。今回の会の立案・組織には、小委員会のメンバーから多大なご支援を頂きました。北海道で初となるイベントではありますが、他の都府県で行われている小中学生向けの練習会とは一風変わった、全日本でも初めての試みとなるような合気道イベントを組織することができたのではないかと自負しております。合気道の厳しさを知ると同時に、参加した小中学生が「とにかく楽しくて、何度でも来たい！」と思えるようなイベントにすべく様々な工夫を凝らしました。Englishダンスや、船漕運動、全体稽古、レベルにあわせたグループ分け稽古、隅落としゲーム、演武会と盛りだくさんながらも、遅延なく、2時間で収めることができるように、事前に様々な想定を行いました。結果、全てを滞りなく完遂することが出来ました。参加した小中学生、会場に付き添われた保護者の方々、下記の諸団体、小委委員会メンバー、協力員の方々に改めて感謝申し上げます。

北海道小中学生合気道強化練習会協力団体

合気道神武錬成塾札幌教室／合気道函館道場／合気道張碓道場／岩見沢合気道会
札幌合気道会／道央合気道会／苫小牧合気会天心塾



北海道小中学生合気道強化練習会小委員会

阿部ジョスリン／五十嵐隆行／佐藤圭史
佐藤まゆみ／芳賀信治／林幸恵

北海道小中学生合気道強化練習会協力員

油谷弘洋（張碓）／石黒真由美（張碓）
石田旭（神武）／北口恵三（札幌）
君田伸之（札幌）／木村明（札幌）
木村雅子（道央）／佐藤翔太（道央）
土屋里來（神武）／土肥彰太郎（札幌）
神勝彦（岩見沢）／林竜（札幌）
藤崎良枝（道央）／山田弘之（道央）

写真提供：山田弘之 機関誌記事執筆：油谷弘洋

先生方の感想

芳賀 信治 先生、合気道神武錬成会札幌教室（初級クラス）

強化練習会では、皆様に助けられて怪我無く無事に終えることが出来、ありがとうございました。塾生の子供たちが楽しむことが出来、保護者の方々にも、喜んで頂きました。初級クラスの支援者の方々には、臨機応変に子供たちの指導補助をして頂き、感謝申し上げます。私自身も、一緒に楽しく稽古が出来ました。ありがとうございました。



阿部 ジョスリン 先生、合気道函館道場（初級クラス、アイスブレイク）

With over 60 children in attendance, the event was a great success. Parents brothers and sisters also observed the lessons and performances. It was held without troubles and thanks to the hard work of the organization staff, proceeded smoothly and comfortably. My group was about 14 children in the beginners' section and it lasted for 20 minutes, then Mr. Haga sensei and I switched groups, to be able to teach all 28 children. In my group, I focused on movement and posture. Solo practice about how to move may be valuable to children, so as not to confuse them when the waza style is different from their home dojo. Example movements are tenkan with keeping your body straight; irimi entering movement focusing on posture and keeping your eyes looking ahead; keeping your center low so that your feet do not leave the tatami mat; etc. Unfortunately, I could not watch the other classes (Intermediate/Advanced), so I hope I can see the video if it is available. Also, please share the photos by e-mail, if possible! Many thanks to everyone involved for making the event so wonderful!!!

（和訳）60人以上の子どもたちが参加し、大盛況のうちに幕を閉じました。保護者も、兄弟姉妹もレッスンやパフォーマンスを見学しました。主催者スタッフの努力のおかげで、トラブルもなく、スムーズかつ快適に開催することができました。私のグループは14人程の初心者の部で、20分ほどで指導が終わり、その後、芳賀先生と私はグループを交代して、合計で28人の子供たち全員を指導することができました。私のグループでは、動きと姿勢に重点を置きました。技のかけ方が自宅の道場と違う場合、子供たちが混乱しないように、動き方についての単独練習は貴重だと思います。例えば、体をまっすぐに保つ「転換」、姿勢と視線を前に向けることに重点を置いた「入身」、そして、足が畳から離れないように中心を低く保つ、などです。残念ながら、他のクラス（中級・上級）を見ることができなかったので、ビデオがあればぜひ見たいと思います。また、できれば写真もメールでシェアしてほしいです！イベントを盛り上げてくれた関係者の皆さんに感謝します！



五十嵐 隆行 先生、合気道張碓道場（柔軟体操、全体稽古）

強化練習会では誠にありがとうございました！皆様の力が結集して大成功のイベントだったと実感しています。終了後、当道場の参加者に感想を聞きました。子供達は「最初は緊張したけど、楽しかった。」「他の子と仲良くなった。」「ご父兄からは「大きな道場でいろいろな子と集まって稽古し、演武も見ることができて、本当に良い機会でした。」という嬉しい内容がほとんどでした。私自身、委員としてイベントの成功を願っていましたが、道場の指導者としても子供達が楽しんでくれるか、しっかりと行動してくれるかが不安でしたのでほっとしております。私は、グループ分け稽古の前、最初の全体稽古の指導を担わせていただきましたが、目安は初級クラスの合気道を始めたばかりの子供、としました。とにかく後ろ受身で足を折って、頭を打たないようにできれば良いと考えました。それが何とかできれば、ある程度いろいろな子と組んで稽古ができるだろうと。慣れている子にとっては簡単だったでしょうが、緊張していた気持ちを「自分は充分できる」と自信になってスタートできたのではないかと想像しています。上級クラスのまゆみ先生と中級クラスの林先生は、体さばきを大切にされ、技だけを行うのではなく、入身や体さばきといった動作を取り上げて指導されているのを拝見しました。技の型は知っている子がほとんどだったと思いますので、技をより高めて行くのに良い指導だと感じました。初級クラスの芳賀先生とジョスリン先生は、ご指導大変だったことと思います。1,2年稽古している子から、始めたばかりの子までさまざま。そして、小さい子は飽きないように楽しんでもらわなければいけなかったでしょうから。お二人とも普段のご指導のノウハウを駆使され、芳賀先生は前回り受



身を取り入れられ、ジョスリン先生は体幹を使った動作のトレーニングなど、それぞれ「なるほど」と感じられる指導を拝見しました。今後についてですが、開催場所を札幌とするか、道東方面とするか検討中です。しかし、この大会を毎年札幌で開催して欲しいという思いの子供・父兄の方が多いのではないかと想像します。来年もできたら良いなど・・・。一指導者としての気持ちでした！

佐藤 まゆみ 先生、札幌合気道会（上級クラス）

強化練習会では想像以上に疲れました。私自身気を張っていたのだと思います。誰も怪我なく、とても楽しそうに終え嬉しい限りです。札幌でも初めて顔合わせる子どもも多いなか、帰りには仲良しになっていたことが、今後の励みになりました。子どもたちも、違いを感じながらも一生懸命な様子でした。それぞれの違いを自然と受け入れ、何処でも誰とでも稽古出来る稽古人を目指してほしいと思います。今回のように指導する側が、しっかり違いなどを把握する事は必要かと思いました。子どもへの指導のワークショップのような事をしてみたいです。遊びから合気道へ繋げる、ゲームもそうですね。今回の強化練習会で、多くの子どもに接してたくさん考える事がありました。手伝いで参加した人が「技」ではなく「道」を体現しているのは子どもだと意見ありました。貴重な経験をありがとうございました。



林 幸恵 先生、道央合気道会（中級クラス）

思ったより大人数の強化練習会となりましたが、佐藤理事長・五十嵐事務局長・組織委員会の皆様、その他お手伝いいただいた方々全員の協力で、成功できたのではないかと思います。私が行った中級クラスの指導では、技を行う際、様々な道場の子がいて受け身一つとっても様々なやり方をしていました。そのため、合気道の技には色々な理合・やり方があることを参加者に伝え、今日私が指導しているものはバリエーションの一つであり、いつもの稽古内容と違っていても、まずはやってみましょうと指導しました。

また、今後必ずこれをやりなさいということではないことも指導しました。子供達にとっても色々なやり方や技を体験できたのは逆に刺激になったのではないかと思います。当会の子供達も、五十嵐事務局長・まゆみ先生・芳賀先生・ジョスリン先生の指導を受けて、楽しそうに稽古していました。最後に、子供達も様々な稽古、色々な先生からの指導を受けて、大変良い刺激を受けていました。ありがとうございました。



参加者の感想

【合気道神武錬成塾札幌教室】

- ◇ 岡崎 紘汰（おかざき こうた、年長、初級クラス）
初めてだからドキドキしたよ。楽しかったのは、受け身の練習だよ。めちゃくちゃ楽しくて、また行きたいよ。
- ◇ 岡崎 祐汰（おかざき ゆうた、小2、初級クラス）
後ろ受け身が一番楽しかったです。また、参加したいです。
- ◇ 岡崎ひより（おかざき ひより、小5、初級クラス）
私は、他の知らない人とやるとなると「うまくできるかな」と緊張しました。でも、長い時間やったことで、ドキドキしていたのが楽しくなってきました。終わった時は「もっとやりたかったな」と少し残念な気持ちになって、「またやりたいな」と思いました。次が楽しみです。
- ◇ 齋藤 里帆（さいとう りほ、小1、初級クラス）
大会に参加して隅落としゲームと、いろんな人と稽古できて楽しかったです。またやりたいです。
- ◇ 齋藤 佑渥（さいとう ゆうり、小3、初級クラス）
隅落としゲームが楽しかった。またジョスリン先生と芳賀先生で稽古をしたいです。
- ◇ 松坂 五百里（まつざか いおり、小3、初級クラス）
みんなと交流出来て嬉しかったです。これからも稽古を頑張りたいです。



◇ 山上 侑馬（やまがみ ゆうま、小4、初級クラス）

大会で皆と遊んだり、技を掛けあったりして面白かったです。どうしてかということ初めての大会で会場が広くて自由に技を掛けれたからです。また今度も大会をして下さい。

◇ 青池 晴七（あおいけ はるしち、小4、中級クラス）

知らない人たちと友達と一緒に遊んだり練習したりして楽しかったです。また今度やりたいです。

◇ 森田 瑛太郎（もりた えいたろう、小4、中級クラス）

強化練習会に参加して、合気道をやっている友達がたくさんいる事を知って驚きました。最初は緊張したけど隅落としゲームが楽しかったです。広い道場は気持ち良かったです。

◇ 石田 旭（いしだ あさひ、中1、上級クラス）

思っていた以上に楽しかったです。こういうイベントは初めてで不安や緊張がありました、とても楽しく体を動かしました。

◇ 土屋 里来（つちや りく、中1、上級クラス）

とても楽しかったです。いつもより広い場所での稽古”楽しかった～”集まるのがいい経験でした。年に何回かああゆう講習会をしてほしい。

【合気道張碓道場】

◇ 石黒 匠真（いしぐろ たくま、小3、初級クラス）

ぼくはイングリッシュエクササイズがわりと楽しかったと思いました。それとえんぶはいろんな人から見られてとてもきんちょうしましたが、自分なりにうまくできたと思います。終わった後に上手だったねとほめられてとてもうれしかったです。

◇ 佐山 悠斗（さやま はると、小3、初級クラス）

ぼくは、北海きたえーるにいてめちやくちやたのしかったです。ぼくはその中でたのしかったのはジョスリン先生のダンスがめちやくちやたのしかったです。あとふなこぎうんどうもたのしかったです。すみおとしゲームもやってたのしかったです。でもいっぽつでまけたけどたのしかったです。らいねんもほっかいきたえーるにいきたいです。

◇ 佐山 優有（さやま ゆあ、小5、初級クラス）

わたしは、初めて北海キタエールに行ってきました。ジョスリン先生のダンスはみんなと楽しくおどって、ダンスを教えてもらうとは思わなかったです。でも、ダンスは大好きです。みんなでけいこをしました。たくさんの人と体験しました。すごく楽しかったです。すみおとしゲームでは、ちょっとだけこつをつかんだので、最後まで勝ち残りました。はりうす道場の演武で技を発表しました。発表した技は、「すみおとし、一きょう、てんちなげ」です。みんな見て、きんちょうしたけど、いっしょうけんめいがんばりました。また、来年も参加したいです。

◇ 砂川 慈宙（すながわ ちから、小2、初級クラス）

さいしょの、ダンスみたいなのは、むずかしかったけど、できました。たのしかったです。すみおとしゲームもたのしかったです。

◇ 増田 壮太（ますだ そうた、小1、初級クラス）

たのしかったです。

◇ 増田 柊也 (ますだ しゅうや、小3、初級クラス)

さいしょは、きんちょうしたけどあとからだんだん慣れてきてさいごは、もうきんちょうしなかった。

◇ 三谷 凜桜 (みたに りお、小6、初級クラス)

私は強化練習会と聞いて最初は欠席で連絡しました。その後先生のお話を聞くうちに楽しそうと思い出席することにしました。当日は、たくさんの知らない人が集まることと初めて行くきたえーるにも緊張しました。体を動かしてすぐはやはり緊張で思うように動けませんでした。他の道場の人と組んでも、技のかけ方も違っておどろきました。少しずつコツをつかめてきて慣れてくると、今まで苦手だった技もなんだか得意になった気がしてきました。やっぱり欠席しないで参加してよかったです。これからの練習にいかしていきたいと思います。

◇ 村井 奏太 (むらい そうた、小4、初級クラス)

参加して楽しかったです。予想より道場が広くてびっくりしました。ぜんぜんきんちょうしなかったの、来年もあつたら参加したいです。

◇ 湯口 篤己 (ゆぐち あつき、小2、初級クラス)

ぜんぶたのしかったです

◇ 川村 恵 (かわむら めぐ、小6、中級クラス)

私は今回、北海道小中学生合気道強化練習会に参加して、たくさんの先生や他道場の子たちと一緒に稽古し、たくさんのことを学びました。特に印象に残っているのは、三つのグループに分かれた技の稽古です。普段とはちがう技のかけ方や受け身の取り方を知り、実際に技をかけ合い、とても充実した時間になりました。これからも、今回の練習会で学んだことを生かして、稽古を続けていきたいと思います。

◇ 砂川 かなう (すながわ かなう、小4、中級クラス)

さいしょの、初きゅう中きゅう上きゅうにわかれています。わたしは、中きゅうでした。ちがうせんせいできんちょうしたけれどずっとやっていたら、きんちょうがとけました。さいごに、えんぶをやりました。さいしょにやったえんぶの子たちは、すごくじょうずでした。いよいよわたしのばんだっておもったらきんちょうしました。それでもがんばってやりました。いりみをやっているとちゅうでおわってしまったけれどたのしかったです。

◇ 松本 絃汰 (まつもと げんた、小4、中級クラス)

いろいろな人とできていつもとちがうけいこができて楽しかったです。暑かったけどみんな最後までがんばっているなと思ったのでがんばれました。



◇ 村田 馨（むらた かおる、小3、中級クラス）

ぼくがちがう道場の人たちとれんしゅうをしたり、アドバイスをしてもらったりちがう道場の演武を見てとてもべん強になりました。いつもやらない人たちやべつの道場の人たちがたくさんいて来る前からきんちょうしていたけど、その日のために道場でれんしゅうしていたことをはっきして全力でとりくめてうれしかったです。さいしょの時のきんちょうもいろいろな人とれんしゅうをしている間にだいぶきんちょうもほぐれてきてあんしんしてとりくめるようになったので、またこんど強化練習会があったらまた参加して全力でとりくめるようにれんしゅうします。

◇ 村田 靖吾（むらた せいご、小6、中級クラス）

このまえの北海道小中学生合気道強化練習会に参加して感じたことは三つあります。一つ目は、ほかの道場の人ともけい古ができたことです。なぜなら、ふだんははりうす道場の人としかやっていないけれど、この強化練習会では、ほかの道場の人ともけい古ができたからです。二つ目は、しっかりとほかの道場の人たちの演武を見れたことです。どの道場も技がきれいだったし、真剣に参加していました。三つ目は、自分の全力を出して演武をできたことです。なぜなら、水色帯になって、また気合いが入ってきたし、たくさんの道場の人や、見ている人がいたからです。それに、技もとてもうまくできたのでとても良かったです。またいつか小中学生の強化練習会があったら次も参加をして合気道をうまくしたいです。

◇ 山地 真弥（やまぢ まや、小6、中級クラス）

六月に、「北海道小中学生合気道強化練習会」がありました。こういう練習会をやったのは、なにかわからないけど、始めてだったそうです。まず、ジョスリン先生と英語の音楽でリズム運動をしました。合気道でこういう運動はやったことがないので、楽しかったです。その他にも準備運動をして、私は、中級組の人達と技をやりました。同じ技なのに、ちがうやり方でやって楽しかったです。その後、二分三十秒の発表をやり終え、練習会は、終わりました。他の道場の人たちとやるのは、久しぶりだったので楽しかったです。

◇ 石黒 朋佳（いしぐろ ともか、中2、上級クラス）

今回初めての北海道小中学生合気道強化練習会は他の道場に通う小中学生がたくさんいて、中には張碓道場では見たことのない色の帯をした人もいました。グループ分け稽古では他の道場の先生に見取りの受として指名されたのですが、その先生の教え方や技の特徴が張碓道場と違って、同じ技でも道場ごとにその技の雰囲気が変わったように感じました。最後に行った演武は、練習だと途中でつかえたり技が思いつかなくて止まったりすることがよくあってうまくいかなかったのですが、本番ではスムーズに技を切らさずにうまくできました。いつもより広い空間で受け身をとるのは新鮮でした。今回の強化練習会で感じたことや教わったことを活かしてこれからも稽古に励みたいです。

◇ 古村 允（ふるむら みつ、中1、上級クラス）

私が、北海道小中学生合気道強化練習会に参加して思ったことは、まず道場がとても広かった事です。普段あまり広くない所でやっているのですごく広く感じました。次に、他の道場の人達と組んだ事です。ほぼ初対面の人と一緒に組み少し緊張しました。最後に演武の事です。大勢の人の前に出てやり、緊張しました。普段やらない事をやり、貴重な体験が出来ました。技をやっている時は暑かったり、疲れたりしましたが、終わってみると楽しかったです。

【岩見沢合気道会】

◇ Remiria Sato, 3rd grade at elementary school, Beginners class

I think that children should do Aikido. I have two reasons. First, I think Aikido develops your spirit. You become more careful and mindful. Second, I had fun practicing with many children from various parts of Hokkaido. It was very fun. I hope to join similar events in the future. Thank you, Joslyne sensei. I hope to see you again.



◇ 白木 琥珀（しらき こはく、中3、上級クラス）

私は、普段大人の皆さんと練習しています。今回、小中学生対象の練習会に参加して、初めてこんなに沢山の子どもたちが合気道をやっていることを知りました。練習会では、様々な道場の先生方から丁寧に、わかりやすくご指導いただきました。また、練習を通して他の道場生の皆さんと交流することができ、とても楽しく貴重な経験をさせていただきました。このような貴会を与えてくださった北海道合気道連盟理事長及び道場の先生方に感謝し、これからも頑張っていきたいと思えます。

◇ 神 愛里（じん あいり、中3、上級クラス）

岩見沢合気道会では、大人の中に混じって稽古をすることがほとんどなので、今回初めて同年代と稽古することが出来て楽しかったです。隅落とし対決はすぐ負けましたが、遊びながら合気道も学べる面白い遊びだと思えます。最後の発表はとても緊張しましたが、普段の稽古通りしっかり出来たと思えます。最初は緊張しましたが、今回の合同稽古会に参加できて、自分よりも小さい子や同年代も頑張っているんだ、と励みになりました。この経験を活かして、これからも合気道を楽しく続けたいと思えます。

【札幌合気道会】

◇ 森谷 祐太（もりや ゆうた、小3、初級クラス）

来て見て合気道の所をさがして見つけてから、先生たちと合流して、合気道をする場所に入ってすこしおちついた後、じゅんぴ体そうをして、ほかの先生といっしょにやるのは、きんちょうしたけど楽しかったです。そして、また次のきかいでやりたいです。

◇ 大澤 一輝（おおさわ かずき、小5、中級クラス）

ぼくは、いつもの体育館以外は初めてで、きんちょうしました。でも颯君と仲良くなれて良かったです。

◇ 小林 望々（こばやし のの、小3、中級クラス）

わたしは、すみ落としゲームが楽しかったです。また稽古をやってくれるなら、またすみ落としゲームをやりたいです。また行きたいです!!

◇ 小林 寧々(こばやし ねね、小6、中級クラス)

私は、他の道場の人達と体操をしたり、練習をするのが楽しかったです。ですが、私は途中で頭痛がひどくてやすんでしまいました。頭痛の原因は多分たたみだと思います。色がすごく、けい光の黄色で見ていると目がチカチカして、少し練習をしていると頭痛が起きました。ですが、練習を見ていて全部楽しそうでした。またこの稽古をしてくれるなら、ぜったい参加します！最初の方は少し心配でしたが、本当に楽しかったです!! ありがとうございます！

◇ 斎藤 純大(さいとう じゆんた、小6、中級クラス)

ぼくは習いごとでどこかにいくなんてことはなかったのでワクワクしたし、きんちょうもしました。ですが、思った以上に行ってみるとあまりきんちょうしませんでした。そして、知らない人とやるのもあまりきんちょうせずにできたのでよかったと思いました。あと、合気道をやっている人がこんなにいるんだなとおもいビックリしました。そして、一番たのしかったのは、すみ落としゲームです。準決勝までいきましたが、最後は開始3秒で負けたので悔しかったです。

◇ 高田 颯(たかだ そう、小5、中級クラス)

小中学生強化練習では、知らない人ばかりで少し行くのがいやだったけど、他の道場の人たちと練習したり、はじめて会った先生に技を教えてもらえて、自分の道場のやり方とは違う練習ができて、とてもいい経験ができました。前受け身の練習で僕の受け身を見た先生が「おお!!」と、はくしゅしてくれたことがとても嬉しかったです。僕は初めての人と技をかけあったりするのが苦手なのでもっともっと練習したいです。



◇ 寺坂 彰真(てらさか しょうま、中2、中級クラス)

6/25(日)、きたえーるで合気道小中学生強化練習会に参加しました。知らない子供達や先生方が他の道場からたくさん来て、最初は緊張しましたが、稽古をするうちに慣れて、純粋に楽しむことができました。準備運動で先生の英語でダンスをしたのが面白かったです。自分のレベルに合わせて楽しく稽古をすることができました。今後も、このような機会があれば、また参加したいと思います。

◇ 松本 果胡(まつもと かと、小6、中級クラス)

私は、知らない人と交流することが楽しかったです。理由は、いつも道場は同じ人としかやらないけど、知らない人とやると交流が深められて楽しかったです。地面の赤と黄色で目がチカチカしました。

◇ 大澤 由衣(おおさわ ゆい、中1、上級クラス)

いつもと違う場所での稽古ですごく緊張しましたが、分かりやすい動作やたくさんの人との練習ができて楽しかったです。他にもたくさんの人とやることで、道場によって少し違いがあり面白かったです。

◇ 菊地 賢太郎(きくち けんたろう、中1、上級クラス)

僕の強化練習会の感想は二つあります。一つ目は、会場が広く、同年代の子や先生など人がいっぱいいてびっくりしました。知らない子とペアになって、うまくいくか少し不安だったけど、いつもどおり技をかけたり、受け身をとったりできました。二つ目は、はじめての英語の体操や最後に発表などがあり緊張しました。体操は面白かったし、発表もやってみるとあまりドキドキせずにできました。少し疲れたけど、ふだんできないことができて楽しかったし良い経験になりました。

◇ 白石 明日香(しろいし あすか、中1、上級クラス)

今回は、今までとは違う人とも組んで練習できたので、とても楽しかったです。さらに、発表会を通して他の合気道会の練習の様子も見ることができ、面白かったです。自分の周りには合気道をやっている人はあまりいなかったのですが、今回、自分の他にも同じことをやっている仲間が北海道だけでもこんなにいるんだな、と実感できました。色々な人と交流することによって、自分自身とても成長したと思いました。ありがとうございました。

◇ 永田 鳳(ながた しおん、小5、上級クラス)

この日、初めての会場だったので、早めに出ました。会場に着いたのですが、だれも来ていなくてどうしようか不安でいっぱいでした。しばらくして先生やみんなが来たので、少し安心しました。英語の歌を歌いながらおどったりして楽しかったです。他の人も一生けん命がんばってやったので、ぼくも負けられないと思い最後まで全力でやりました。初めての小中学生合気道強化練習会だったけれど、たくさんの思い出になりました。これからももっとがんばって合気道にはげみたいと思いました。

◇ 永田 煌(ながた きらら、中1、上級クラス)

この日は、とても蒸し暑くてみんな、クタクタでした。また知らない道場の方々がいて緊張しました。ですが English 体操があったことで緊張がなくなり、そのあとのちょっとした稽古や上級コースの本格的な稽古も真剣に取り組むことができました。そして、各道場の発表会があり札幌合気道会の出番では緊張しましたが、たのしく行うことができました。

◇ 永田 紅(ながた れいん、中2、上級クラス、中3)

今回の強化練習では、色々な道場から沢山のの人に会い誰とやっていいのか、誰とできるのかわからなかったが、いざやってみると大人の人と比べ極め方などが違い、すごく勉強になり、その勉強したことを生かして技の技術を上げ今後の合気道さらに生かしていきたい。

【道央合気道会】

◇ 尾崎 夏生(おざき なつき、小2、初級クラス)

たくさんの方がきて緊張しました。同じ道場の人としか稽古をしたことがなかったので、誰が誰かわからなかったけど、赤い帯のお兄さんと紫帯のお兄さんが優しかったので、合気道が楽しくできました。他の道場の人とたまに稽古をするのは、勉強になっていいなと思いました。



◇ 尾崎 春子（おざき はるこ、小3、初級クラス）

いつも通っている道場で稽古だったけど、人がたくさんいたので、少し緊張しました。他の道場の人達と技の練習をする時に、分からなくて困っていると、話しかけてくれたり教えてくれたりして仲良くなった人達がいて、とても嬉しかったです。自分より年下で分からない子がいたら、教えたり、優しくしてくれたので、合気道の稽古にしっかりと取り組みました。合気道が大勢の人とできて、自分もとても楽しかったし、皆も楽しそうにやっていたので、また沢山の人達と合気道をやりたいと思いました。

◇ 尾崎 友思（おざき ゆうし、小6、初級クラス）

他の知らない人達と合気道をやってみて、こんなに小中学生で合気道をやっている人がいて、びっくりしました。緊張もしたけど、いつも通りに練習をしていたら、緊張がなくなりました。技がちゃんとできるか、不安ではあったけど、他の合気道の人に少し教えてもらいながらやって技が上手くできた。ちょっとだけ失敗した所もあったけど、頑張れたのでよかったです。他の人と合気道をやって新鮮な感じがしました。色々な稽古もあって、楽しかったです。

◇ 尾崎 綾一（おざき りょういち、小6、初級クラス）

分からないことがあって、最初はちょっと緊張したけど、他の会の人と仲良くできました。色々な会の演武をみて、頑張っているのがすごく伝わりました。短い時間で、たくさん観ることがでて、自分も頑張ろうという気持ちになりました。隅落としゲームでは、惜しいところまでいったけど、頑張っていてよかったです。他の会の人と稽古ができて、いい経験になったと思います。

◇ 中原 悠月（なかはら ゆづき、小4、初級クラス）

隅落としゲームは僕が初めてやったゲームでとても楽しかったです。休憩中も楽しくてやりました。道場の違う子とお友達にもなりました。演武の時に他の道場の演武がすごいと思いました。失敗をおそれずにやっていたところや、溜息が出るほど美しい稽古の姿が見られたところがすごいと思いました。僕も見習いたいと思います。

【苫小牧合気会天心塾】

◇ 田中 悠斗（たなか はると、小3、初級クラス）

すみおとしゲームで、あとちょっとでしょきゅうの一番強くなれるとこだった。片手どり一教で、たおされる方がむずかしかった。



北海道小中学生合気道強化練習会プログラム

①	開会式	10:00	
②	アイスブレイク	10:00～	ジョスリン先生と一緒に、英語リズム体操をしよう！
③	ふなこぎ運動		まゆみ先生と一緒に気合いを入れよう！
④	準備体操	10:05～	五十嵐先生と一緒に体をほぐそう。ケガのないように！
⑤	全体稽古	10:15～	五十嵐先生の指導で、みんな仲良く稽古しよう！ 前受け身 / 後ろ受け身 / 隅落とし 相半身方手取り一教表・裏
⑥	グループ分け 稽古	10:35～ 11:20	それぞれのレベルにあわせて稽古しよう！ ◇ 上級者グループ（まゆみ先生） ◇ 中級者グループ（林先生） ◇ 初級者Aグループ（芳賀先生） ◇ 初級者Bグループ（ジョスリン先生）
⑦	隅落としゲーム	11:20～	勝ち負けじゃない、一緒にやったことが大切だ！
⑧	休憩	11:25～	
⑨	発表会	11:35～	1. 道央合気道会（6分） 2. 合気道神武錬成塾札幌教室（6分） 岩見沢合気道会・苫小牧合気会天心塾（2.5分） 3. 札幌合気道会（6分） 4. 合気道張碓道場（6分）
⑩	閉会式	12:00	お疲れ様でした！先生方、保護者の皆様にも感謝！

加盟団体静動（イベント案内）

※詳細は各団体に問い合わせを

合気道張碓道場

8月9・10日 子供合宿（張碓道場）[会員限定]

合気道函館道場

8月6日 函館市武道大会にて合気道演武（函館アリーナ）[観覧自由]

岩見沢合気道会

8月19・20日 暑中稽古会（当別町体育館）

編集者より：

ニューズレターで案内出来るイベント情報がありましたらご連絡下さい。また、技法研究、合気道雑観も募集しております。経験年数は問いません。技法のこだわり、伝えておきたいと思う技法、合気道に関する考え方、合気道初心者の感想、なんでも結構ですのでお待ちしております。

連絡先：aikido.hokutoshinbu.since2002@gmail.com 郵送希望の方はTel 090-2072-2289 までご連絡下さい。
北海道合気道連盟理事／北都真武会 本間 雅富