

平成 30 年 7 月 19 日 00387 号

編集者:佐藤 寿春

北見武道通信

北見市幸町 8 丁目 4-4(佐藤整骨院内)

NPO 法人北見市武道振興協会事務局発行

直通:090-5986-0839

代表:0157-22-2212 Fax:0157-23-0581

satou.toshiharu@navy.plala.or.jp

URL <http://www.kitamibudokan.org/>

ニュースレター【事務局情報】第 23 回北見市総合武道祭の様子を毎週紹介！



6 月 16 日午後 1 時、市武道館（道場 1）では北見合気武道会の子供たちと指導者を含む一般 13 名が演武を披露しました。今年は各道場がほぼ同時刻にスタートし、僅かな時間差を縫うように行われ、

道場 2 の剣道と重なりながらも上手く進行され合気武道の妙技を多くの方に披露することが出来ました。

武道振興協会事務所の花シリーズ

事務所の「アジサイ」が咲きました！紫陽花（あじさい）は 6 月から 7 月頃が見ごろとされていますが、この長雨と寒さのためか北見市の我が家では 7 月 15 日頃やっと満開となりました。雨上がりの一瞬の日差しをのがさず撮影に成功。緑の濃い葉には水滴も残り、瑞々しく今が見ごろと云ったところです。



連載「武道宝鑑」第 19 弾 柔道秘訣 柔道教士七段 栗原民雄『柔道修行初心者者の心得』

5. 道場は業を積み道を修める神聖な場所であり、柔道衣は業を積み精神を錬る貴重な要具であるから、常に道場の整頓清掃と柔道衣の清潔修繕とを怠ってはならぬ。6. 身体を清潔にし、手足の爪を切っておくこと。不潔は衛生上害があるばかりでなく、他人に対して不快の感を与え、且つ失礼であり、爪の長いのは自他共に怪我を生ずる原因となる。7. 稽古前に大小便の通じをつけておき、稽古は食事後 1 時間ぐらい経過してからすること。稽古後空腹が感じて大食しないこと。稽古中は勿論、稽古前後に多量の水を飲まないこと。之等は忍耐心養成の第一歩である。8. 稽古した日は必ず温浴か冷水欲をすること。入浴は・・・つづく