

令和2年6月4日 00485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

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

satou.toshiharu@navy.plala.or.jp

ニュースレター【事務局情報】 北見練心会が練習再開! 北見市武道館を利用して柔道活動を行う



「北見練心会」が約3カ月半ぶりに稽古練習を開始しました。「新型コロナウイルス感染拡大」の影響を受け、長らく自粛(休止)せざるを得なかった練心会少年部(西尾静男氏指導部長)が、緊急事態宣言解除に伴い開館となった北見市武道館において、6月3日(水)103日ぶりに活動を開始しました。

た。柔道開始にあたっては、指導部が、公益財団法人全日本柔道連盟(以後「全柔連」)のガイドラインに基づいた練習計画を事前に「父母の会」に提案、了承を得て練習再開に踏み切りました。全柔連のガイドラインには、段階1～段階3までの指導法が示されており、「段階1」では、3つの密を避け、距離を置いた練習に加え、相手と組み合わない単独トレーニングや受身などが許可されています。また、段階1と段階2は、マスクの着用も義務付けられていますが、北見練心会指導部では、ガイドラインに従いながらも、練習中でのマスク着用においては柔軟な対応を行う方針となっています。また、「参加者の心得」を子供たちに伝え、当面は、基礎体力の回復を目標とした漸進的な無理のない練習計画となっています。「段階1」では、練習時間は1時間とし、初めは中学生のみと人数制限し、距離も1人あたり「畳(1m×2m)4枚」を目安に、軽めの練習メニューをこなし終了しました。(佐藤)

書面会議の通常総会 令和2年度NPO法人北見市武道振興協会通常総会が新型コロナウイルス感染の影響で、6月1日付の総会議案書が正会員に郵送・メール送信されました。書面表決の提出期限は6月20日(土)となっています。(佐藤)

武道振興協会事務所の花シリーズ 「サンギナリア」

サンギナリアは、北米中部～東部の森林の林床庭に生える。これは八重咲きの園芸品種です。真っ白な八重の花はバラの花のようです。(渋谷)



連載「武道宝鑑」第22弾 剣術極意(千葉周作遺稿「剣法秘訣」より)

修行心得(59回目) 続業十一手(つづけわざ) 組討 組討にて向こうを打ち取らんと思はば、打ちの當る當らずに拘わらず、向うの真向へ打ち込み、そのまま太刀を投げ捨て、右手にて向こうの面の後ろを確かと取り、左手にて面の垂れを確かと取り、右の手は此の方の右前の方へ強く振ち、左の手はそれに応じて強く突き上げ、振ち廻して、じりじりと強く振ちるべし、決してその左右の手をゆるむべからず、少しにてもゆるめば、向こう息をつき、容易に勝負つかざるものなり、右の術よくよく鍛錬すれば、假令幾十度の組討ちをなすとも、決して負くるものにあらず。……完