



NPO 法人
帯津良一場の養生塾
川越養生塾

直心館news

No.11
2020/10月

〈川越養生塾 at 木野目〉

場所 **木野目自治会集会所** 〒350-0016 川越市大字木野目1162 木野目稲荷神社

時間 **15:00~16:15**

(会場借用 14:00~17:00)

14:15 開錠

窓開け 床掃除 用具消毒

* 大野迎 🚗 14:30 南古谷発

* マイカー 15:00 直接会場へ
(駐車可)

* 検温 手指消毒 ソーシャルディスタンス

* 練功 ・電手 ・八段錦 ・站椿功
・太極拳 ・太極拳部分稽古
・帯津先生講話 ・呼吸法「時空」

* 大野送 🚗 16:30 集会所発

片付け 床掃除 点検 戸締り

17:00 施錠

今後の予定 川越養生塾

11月

10日 24日

12月

12日(土) 22日

◆当面隔週で実施。

◆12/12(土) 通常は火曜日の川越練功を変更し、池袋養生塾との合同練功となります

▶その後、別会場『大穀』で先生を囲んでの交流・懇親会。詳細は追って伝えます。

◆2021年度の練功スケジュールは直心館12号でお知らせします。

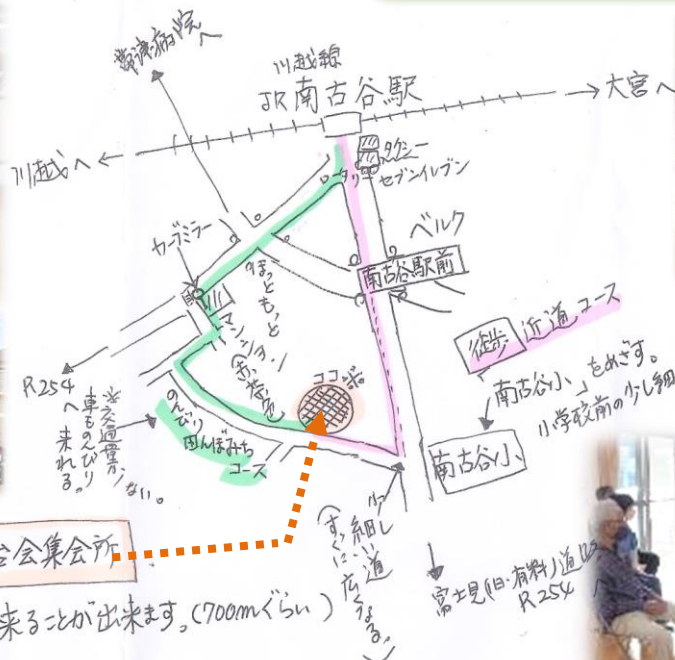
◎夕方、急に寒くなる季節になりましたが、今後も窓を開けての練功となりますので、ご用心下さい。



10/27 時空



10/13 講話



※ 木野目自治会集会所

◎ 駅から歩いて来ることが出来ます。(700mぐらい)

◎ P あります。(もちろん無料)

◎ G する時は「南古谷」で検索してください。
拡大すると「木野目自治会集会所」と、できます。



10/13 太極拳



しばらくぶりだね!

今年も残り2ヶ月、ラストスパートの時期に入りました。

今年はコロナ禍で大変な年でしたが、皆さんは良い年でしたでしょうか？

そうでなかった人はまだ2ヶ月有ります、ラストスパートで逆転して良い年にしましょう。結局、健康で元気なら良いのだと思います。毎日の気功で何時までも元気でいましょう（大野）

小川政子 9/13

直心館 news ありがとうございます。楽しく読ませていただいております。7月大雨、八月猛暑、9月台風、加えてコロナ禍…。気候変動、環境問題、切実ですね。

私、9月7日で90歳5か月になりました。体力の衰えが身にしみて感じられる今日この頃です。待ちに待った養生塾の再開、参加したいのですが、足が痛くて歩くことが出来ません。圧迫骨折に変形性膝関節症とか、治療を受けています。9/29は滝原先生の診察がありますが、帯津病院に行きます。道場には早く活気が戻ってほしいですね。 近況報告まで。

練功参加にあたってのお願い

NPO 法人帯津良一場の養生塾 川越養生塾

- ①体調がすぐれない時は無理をせずお休みください。
- ②入場する時、手指のアルコール消毒とスタッフによる検温（非接触型）にご協力いただきます。
- ③更衣室はありません。なるべく動きやすい服装でご参加ください。やむを得ない時は用具室等を使ってください。1～2名ずつの交代をお願いします。
 - ◆その際、脱いだ衣類を入れる袋をご用意ください。
- ④開始前の交流や、練功時のソーシャルディスタンスにご留意下さい。
- ⑤功法時以外のマスクの使用と水分補給は、各自で適切にお願いいたします。
- ⑥受講料（コロナ禍期間中）

◆受講料は全会員一回につき 1,000 円

◆毎回その都度納入（釣銭のやり取りが無いようにお願いします。）

- ⑦会場入り口や窓等を開放して換気に留意し、練功開始前後に椅子・ドアノブの消毒、床の清掃をする。

◆ NPO 法人帯津良一場の養生塾の基本的な考えは

☆川越養生塾から感染者を出さない。

☆会員の安心・安全を確保する。



9/29 時空

NPO 法人帯津良一場の養生塾 川越養生塾

連続講座＜帯津良一とさめき養生塾＞

第Ⅱ期 からだ こころ いのち

- ・10/17「生命場と気功」
- ・11/14「気の養生と呼吸法」14:00～
- ・12/19「太極拳には終わりが無い」

11/14 集中講座 実技研修会のご案内

10:00～12:00 雑司ヶ谷地域文化創造館

宮崎姿菜子講師による気功の起源から現代に至る流れの解説とその演武及び実技研修。参加ご希望の方は下記大野又は篠崎 049-293-1714 Mail: info@ba-youjiyo.com まで

〒350-0021 川崎市大字大中居 545 帯津三敬病院 直心館道場

Tel 080-8731-0410 mail ohno1059@docomo.ne.jp 大野