

洗心

【SENSHIN】
《3月号》

2021年3月1日発行
【発行所】 白水修養会館
【連絡先】 〒345-0043
埼玉県北葛飾郡彩戸町
下高野 707-1
Tel&Fax 0480-33-7205
E-mail shiramizukarate
@ezweb.ne.jp

【発行】 洗心編集部

◆幼年合同稽古会

2/23

祝日の二十三日、アスカル幸手で幼年合同稽古会が行われました。保護者の方も名簿に記名頂くことで見学が出来るようになり、密を避けながらも多くの皆さんに、子ども達の元気な姿を見てもらうことが出来ました。

ウオーミングアップは、荒川館長の後を追いかけて、走って、スキップ！続いてジャンピングジャック。皆で数えて、なんと100回!! 腹筋を使つての動きはできたかな? だるま転がり、カエル倒立にもチャレンジしました。お手伝いの小学生のみんなは、流石! お手本を見せてくれて、ありがとう!

いつもはきれいに整列して始まりますが、今日は並ばずに間隔をとって正座、黙想からの挨拶になりました。

指導に来てくれた大学生の荒川雅俊先輩は、年中さんから空手を始め、小学3年生で初段。黒帯をとったそうです。しっかりと返事をすることが、とても大事」と教えてくれました。雅俊先輩の返事は誰よりも速くて大きいので、皆も大きな返事を頑張ろう!

荒川館長のお話、心が強い人は、人に優しく出来る! 覚えていきますか? 空手の稽古の中でも心を鍛えて、これから強く大きく育つ、皆の成長が楽しみです。



◆館長の言葉

木を見て森を見ず。↑↓ 森を見て木を見ず。上段の意味は、小さな事にこだわりすぎて全体が見渡せない状態を言います。また下段では、その真逆で、全体ばかり見ていると小さな事を見落としてしまうという意味となります。この言葉から気づかされることは、物事を考える時には、常に視点を変え、また俯瞰(ふかん)鳥の目のように高いところから眺める様にして見ると、物事の本質や、進むべき方向が見えて来るといことです。

私は普段、幼児から大人と幅広い年齢層の皆さんと接する機会が多くございませす。そんな時、既成概念にとらわれない子どもたちの発想や思考に「なるほど」と唸ることも少なくありません。また異業種で活躍する社会人の洗練された思考に勉強させられることも多々あります。是非皆さんも、日々の生活の中で、歩みを一度止めて視点を変えて見てみましょう。特に逆の発想はお薦めですよ!

◆白水団旗、贈呈!

2/14

白水団旗が新しくなりました! 一般クラスの内田さん(通称、炎の男)が中心となり、一般クラスの皆さんと協力して新しい団旗を作成。先日稽古で、内田さんから道場へ贈呈されました。皆さんには「白水錬成大会」でお披露目となります。この機関紙「洗心」と同じ洗心の文字が、赤い縁取りで白水マークと共に中央に描かれた、とても素晴らしい団旗です。どうぞお楽しみに!



◆行事予定

昇級審査・道場内審査

・三月十一～十四日 *予定表をご確認ください。
*審査料は当日までにお願ひ致します。

白水錬成大会

・三月二十～二十一日(土・日) 十二～十八時
*試合開始十五分前に集合をお願いします。
*ゼッケン、マスクをご用意ください。
*ズーム配信を予定しています。

全国中学生選抜大会

・箕沼ちひろ選手出場(中学2年男子組手)
・三月二十九～三十日(月・火)
*会場が長野県立武道館に変更になりました。

◆編集後記

今月は行事がいっぱい! 全力で楽しもう!
学年最後の月になりました。いろんな変化や制限があつたけれど、しっかり対応して頑張れたね!
審査や試合が出来ることに、心から感謝です。

◆昇級審査に向けて

すぐ出来ること

- ① 基本・形を行うとき、相手を想像して突き・蹴り・受けを行う
- ② 視線をまっすぐに
- ③ ひざを曲げて、重心を低く
- ④ 大きな声で返事と気合、挨拶も

いつも稽古で気をつけていることを、もう一度確認して、しっかり練習しよう!