

今月のサロン

当日、気軽に来て参加できるのがサロンの魅力。健康生活、趣味活動、地域交流にぜひ活用ください。

ITサロン



パソコンの持込可。ボランティアの方がパソコンにまつわるあなたの悩み・疑問を解決します。
1/13・27（土）午後2時～4時
料金：200円

将棋サロン



発想によってさまざまな勝ち方がある戦法や相手の考え方を予測する心理戦などを楽しみましょう。
1/11・25（木）午後6時～9時
料金：200円

おもちゃの病院



動かなくなった、音が出なくなったお気に入りのおもちゃをトイ・ドクターが修理してくれます。
1/21（日）午後1時～4時
料金：無料

絵本でリラックス！
あうちえほんの楽しみ方



のぐちりえさんによる保護者向け講座。毎月第2水曜日。お子様連れ可（託児なし）。
1/10（水）午前11時～11時30分

俳句と短歌のサロン



日々の風景や想いを言葉にして詠みましょう。おしゃべりをしながら楽しく参加できます。
1/21（日）午後2時～3時
料金：無料

おはなし会



絵本の読み聞かせをします。毎月第2水曜日。
1/10（水）午後3時30分～4時
※1月から第2水曜の開催となりました。

赤ちゃんおはなし会



ママと一緒に絵本を読みます。毎月第3木曜日。
1/18（木）1歳半～3歳向け
午前10時30分～10時50分
0歳～1歳半向け
午前11時10分～11時25分

大おはなし会



絵本の読み聞かせの他に、工作や映画会などを行います。毎月第4水曜日。
1/24（水）午後3時～4時
午前11時10分～11時25分

息合いと氣と念の空手を求めて

サークル紹介

静寂な空間をつくる

空手道サークル正伝方円学舎は、昭和60年から中央本町センターホールで活動しています。健康のために体を動かしたい、護身術を学びたい、武道を極めたい、強くなりたい、そういう方々のための場所を提供したいという思いから、サークルが設立されました。会員は小学生から60代まで幅広く、女性もいらっしゃいます。稽古では無駄な話は一切なく、ピソッと張りつめた空気が漂っています。これは稽古をしている者だけではなく、付き添いで来ている人も同じで、いつもの体育館がまるで別の空間のようでした。

強い心を育む

正伝方円学舎は総合空手道です。沖縄の空手や棒術、杖術、短棒、木太刀、鎌、トンファー、ステッキ、ころも、長捲、ミット打法などの民衆武道にも取り組んでいます。

青少年の育成にも力を入れています。日々の稽古に無言の行、壁観察ではなく、付き添いで来ている人も同じで、いつもの体育館がまるで別の空間のようでした。

今年は11月に全国大会があるので、大人はそこに向けて稽古に励んでいます。「大切なことは勝つことだけではなく、そこに至るまでの修行」と指導者。継続は力なりを大切にします。日々の稽古に無言の行、壁観察の行や静坐行を道場訓として、人間の尊厳を大切にする大人、社会の役に立てる大人になるよう指導しています。

みませんか？



第89回 正伝方円学舎
(しょうでんほうえんがくしゃ)

活動日：毎月4回 木曜日
時間：午後7時～9時
入会金：1,500円
月会費：大人 2,000円
小人 1,500円
連絡先：03-3849-4733
(岡野)

「武道は気を放つ稽古からはじめなくてはならない。正伝とは心身一體で型を演じなければならぬ。微息の力、丹田息の力、観の目、見の目、脳神経の力、踵の力、指頭の力が身についてくると、心身が一つになります。微動だにしないのが心身一如である。心眼で空手ができるようになる。これを妙と呼ぶ。」という師の教えがある。これを極めないと私はちは稽古に精進しています」と会員。