

ホリスティックヘルススクールじゆう工房 2008年8月

## じゆう工房通信 Vol.32

発行所：ホリスティックヘルススクールじゆう工房

〒251-0055 藤沢市南藤沢 8-1-A202

Tel:0466-50-7750 Fax:0466-50-7752

http://jiyukobo.main.jp

E-mail: jiyukobo@ni.main.jp

発行責任者：外山美恵子 編集：矢野美智子

### 【 ☆☆ 10月ヒーリングステージに向けて カンフー着の注文受付を開始しました！ ☆☆ 】

今年も10月13日に開催されるヒーリングステージでは、『毎日の気功シンプルレッスン』（外山美恵子著・学研刊）でご紹介している功法を、10分間にまとめた功法の表演を予定しています。表演時には、全員が白めのカンフー着で揃え、とても美しいと評判です。この度10月のステージに向けて、白いカンフー着の注文受付を開始いたしましたので、ご出演を予定されている方はもちろん、白いカンフー着を一着は持っていたいと思われる方も、是非この機会にご注文下さい。注文用紙は、各指導員またはじゆう工房にお申し付け下さい。HPからもプリントアウトして頂けます。なお、カンフー着は一着一着が手作りになりますので、**8月31日を締切**とさせていただきます。ご注文を希望される方は、できるだけお早目にお申込み下さい。



なお、同じく表演の際は、白いカンフーシューズで揃える予定です。お持ちでない方は、できるだけステージ本番までにご準備頂きますようお願い致します。じゆう工房でお勧めさせて頂いているカンフーシューズは、次の通りです。 ●メーカー：



ASICS アシックス ●品番：TOW011（ホワイト×ホワイト） ●商品名：ウーシューSL 太極拳用

スポーツ用品店よりも、インターネットの方がサイズ展開等が揃っていますし、定価よりも安くなることが多いのでお勧めです。（多くの店で定価8,400円が6,720円になっています。）

サイズに関しては、通常の靴と同じサイズですと、ややきつく感じる傾向があるようです。ただ、個人差がありますので、あくまでも参考としてください。現在、じゆう工房では指導員の上記と同じカンフーシューズをサイズ確認用に展示しておりますので、ご購入前には是非一度お立ち寄り下さい。サイズの確認だけしていただければ、じゆう工房でまとめて注文をお受けすることもできます。ご希望の方は**8月31日までに事務局までご注文下さい。**

### 【 ☆☆ 本物研究所 カリカセラピ商品説明&カウンセリング ☆☆ 】

じゆう工房でもファンが少しずつ増えているカリカセラピをご存知ですか？ご愛用者の方々からは、髪の毛にコシが出て抜け毛が減った！という声や、寝る前に自分へのご褒美として食べると、翌日ワクワクして目覚めることができる、など、喜びの声を多数頂いています。船井幸雄グループの（株）本物研究所で取り扱われているカリカセラピについての商品説明と具体的なカウンセリングを、この度、じゆう工房で開催することになりました。参加費は無料ですので、是非みなさまお誘い合わせの上、お越し下さい。



- 日時： 2008年8月18日（月）午後7時～9時 ●場所：じゆう工房 ●参加費：無料
- 講師： 榎済度 花山浩司氏 （都合により変更になる可能性があります。予めご了承下さい。）
- お申込み：各指導員または、じゆう工房（上記参照）へ電話・FAX・Eメールでお願い致します。

**【 ☆☆ 気功シンプルレッスン 特別講座のお知らせ ☆☆ 】**

NPO 法人心とからだの研究会・じゅう工房では、『毎日の気功シンプルレッスン』（外山美恵子著・学研刊）の中から、10 分間にまとめたオリジナル功法を、みなさまの心とからだの健康促進に役立てて頂きたいと思っています。



2008 年 5 月の遊行寺合宿では、気功シンプルレッスン普及指導員が 40 名誕生し、その内の 22 名が 7 月の中国研修旅行にも参加しました。今回の中国研修では、日中健身気功交流会があり、その際に 22 名の普及指導員の方々を中心に気功シンプルレッスンを表演させて頂いたところ、多くの方々から、誰でも気持ちよくできる気功法として、大好評を頂きました。気功シンプルレッスンは、NPO 法人心とからだの研究会の基本功法として、毎年 10 月に開催されるヒーリングステージにおいて今年も表演します。

老若男女を問わず、あらゆる年代の方々に無理なく動いていただける 10 分間の気功法を、一緒に覚えてみませんか？ 気功法が初めての方でも大丈夫です。どうぞ皆様お誘い合わせの上、お越しく下さい！

- ◎開催日時 2008 年 8 月 24 日（日）午前 10 時～午後 12 時  
2008 年 8 月 26 日（火）午後 19 時～午後 21 時  
2008 年 8 月 29 日（金）午前 10 時～午後 12 時、午後 13 時～午後 15 時、  
午後 15 時 30 分～午後 17 時 30 分

◎対 象：心とからだの健康にご興味のある方

◎講 師：矢野美智子（じゅう工房指導員・NPO 法人心とからだの研究会理事）

◎受講料：NPO 法人 心とからだの研究会会員：各回 2,000 円 一般：各回 2,500 円

8 月 29 日は、2 コマ通して 500 円割引・3 コマ通して 1000 円割引になります。

◎場所：ホリスティックヘルススクール じゅう工房（小田急・JR 藤沢駅南口より徒歩 5 分）

◎お申込：NPO 法人心とからだの研究会：[kokoroken@kxf.biglobe.ne.jp](mailto:kokoroken@kxf.biglobe.ne.jp) TEL&FAX: 0466-23-1736

**【 ☆☆ NPO 主催 8 月のくぬり絵講座>のお知らせ ★初めての方、大歓迎です★ ☆☆ 】**

**8 月 26 日（火曜日）午後 13:40～15:00**

**心臓の経絡と心臓・循環の働き** を勉強します。

4 月から第二クールが始まりました「ぬり絵で学ぶ からだの仕組み」講座。今月は、心臓の経絡と心臓・循環の働きについて勉強します。

心臓は身体を中心にあって全身へ血液を巡らせる要です。そして心臓から出た血液の巡り具合のバロメーターとなるのが、血圧です。血圧測定した数値によって、どのような身体の変化が分かるものなのでしょうか？ 心臓・循環について、ぬり絵を通して一緒に学んでいきましょう。この講座はいつからでもご参加頂けますので、是非お誘い合わせのうえ、お越しく下さい。

なお、ご参加頂く時は色鉛筆をご持参下さい。



◎日 時：2008 年 8 月 26 日（火）13:40～15:00 ※今回は火曜日の開催となります。

◎場 所：じゅう工房（小田急・JR 藤沢駅南口より徒歩 5 分）

◎講 師：矢野美智子（じゅう工房指導員・NPO 法人心とからだの研究会理事）

◎お申込：NPO 法人心とからだの研究会：[kokoroken@kxf.biglobe.ne.jp](mailto:kokoroken@kxf.biglobe.ne.jp) TEL&FAX: 0466-23-1736

【 ☆☆ 「ヒーリングステージ 2008」に向けて 合同練功会のお知らせ ☆☆ 】

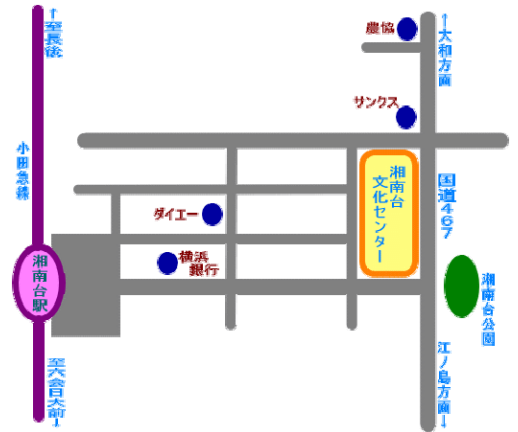
10月13日のヒーリングステージに向け合同練功会を行います。広い舞台の上で、大勢の方と一緒に練功は普段のお稽古では味わえない特別な気持ちのよさがあります。今年は、心とからだの研究会のNPO法人化一周年記念ステージとなります。充実した内容になるよう皆さんのお力をおかりしたいと思います。

じゆう工房会員の方も、それ以外の気功サークルの方も、一緒にみなでステージを作り上げていきましょう！ 合同練功会の参加費は無料ですので、お誘い合わせのうえ、奮ってご参加下さい。

ご都合の良い時間帯のみの参加も大歓迎です。

◎日 時：2008年9月23日(火・祭) 13:20～16:40まで

◎場 所：藤沢市湘南台文化センター市民シアター



【 ☆☆ 今月の田中章義さんの著書紹介 ～『心世紀』より～ ☆☆ 】



第4回：『心世紀 生きるとは世の中の役に立つこと』

田中章義 著 サンマーク出版 2003年刊

このコーナーでは、今年10月13日(祝)に予定している“ヒーリングステージ2008”の講演者である 田中章義(たなか あきよし)氏 の著作を、毎月ご紹介していきます。

今月は、今までご紹介しました本とは少し雰囲気が変わり、“S先生”と呼ばれる沖縄の男性についてのノンフィクションになります。どうぞ周りの方々とお楽しみください。

【人類が地球に原子力爆弾を落としてしまった1945年という年。その三年後の8月15日に、宇宙からある大きな魂が人間の肉体をまとして地上にやってきました。～(中略)～  
神命は、「地球をまもること」。人類が奢り、絶え間なく争いを続けた果てに地球を崩壊させてしまうほどの武器を使用してしまったことを知り、この大きな魂は神命を受けて地球に降り立たれた。一方で、宇宙の法則にかなった、神の心になつた真理の生き方を人々に身をもって示すという役割もお持ちになられている。

ここに書くのは真実の物語だ。～(中略)～ 宇宙から降り立った大きな大きな魂の物語。すべては、親神様の「まごころ」を地上に正しく伝え、根づかせていくための物語。これまでも、様々な著書によって歩みが紹介されてきた沖縄の一人の男性の生き方を、私も語り継いでいきたい。】

このような「はじめに」で始まるこの本は、田中さんがS先生に出会われた後、直接お話をされたり体験された様々な出来事を通して、できるだけ多くの方にお伝えしたいことをまとめていらっしゃる。今現在、地球は本当に危機的な状況にあるにも関わらず、世界の一部の地域を除いては、今日もこうして当たり前の毎日を送ることができる“有り難さ”は、私たちの見えないところで、地球が崩壊しないように必死に動いて下さっている生命がいて下さるからかもしれません。地球の危機は、私たち一人一人の生命にとっても危機です。この本を読んで、今の自分にできることを考えてみませんか？

# ホリスティックヘルススクール じゆう工房2008年8月予定

2008/8/6

TEL:0466-50-7750 FAX:0466-50-7752 E-mail:jiyukobo@ni.main.jp ホームページアドレスhttp://jiyukobo.main.jp/

日	月	火	水	木	金	土	
					1	2	
<b>3</b> 気功(富岡千秋) (池田千恵子) AM10:30~11:50  気功(矢野美智子) PM2:30~3:50	<b>4</b> 気功(矢野美智子) PM1:40~3:00  指導員研修 (外山美恵子) PM7:40~9:00	<b>5</b> 気功(石坂光代) AM10:10~11:30  気功(矢野美智子) PM6:00~7:20	<b>6</b> 気功(池田千恵子) AM10:10~11:30  ソフトヨガ&気功 (池田千恵子) PM1:40~3:00  気功(赤松淑子) PM7:40~9:00	<b>7</b> 気功(北島和恵) AM10:10~11:30  気功(東田樹治) PM1:40~3:00  PM3:30~ 特別講座【写経】 東田隆光	8	9	
<b>10</b> 気功(富岡千秋) (池田千恵子) AM10:30~11:50	<b>11</b> 気功(矢野美智子) PM1:40~3:00  指導員研修 (外山美恵子) PM7:40~9:00	<b>12</b> 気功(石坂光代) AM10:10~11:30  気功(矢野美智子) PM6:00~7:20	夏 休 み			15	16
<b>17</b> 【呉式太極拳】練功会 AM10:30~11:50  【単操講座】青木政枝 PM12:50~2:10	<b>18</b> 気功(矢野美智子) PM1:40~3:00  指導員研修 (外山美恵子) PM7:40~9:00	<b>19</b> 気功(石坂光代) AM10:10~11:30  気功(矢野美智子) PM6:00~7:20	<b>20</b> 気功(池田千恵子) AM10:10~11:30  ソフトヨガ&気功 (池田千恵子) PM1:40~3:00  気功(赤松淑子) PM7:40~9:00	<b>21</b> 気功(北島和恵) AM10:10~11:30  気功(東田樹治) PM1:40~3:00	22	23	
<b>24</b> NPO主催【特別講座】 気功シンプルレッスン (矢野美智子) AM10:00~12:00  気功(矢野美智子) PM2:30~3:50	<b>25</b> 指導員打合せ (PM7:00~) 指導員研修 (外山美恵子) PM7:40~9:00	<b>26</b> NPO主催 【特別講座】 「ぬり絵で学ぶ からだ&気功」 (矢野美智子) PM1:40~3:00 【特別講座】 気功シンプルレッスン PM7:00~9:00	<b>27</b> 気功(池田千恵子) AM10:10~11:30  ソフトヨガ&気功 (池田千恵子) PM1:40~3:00  気功(赤松淑子) PM7:40~9:00	<b>28</b> 気功(北島和恵) AM10:10~11:30  気功(東田樹治) PM1:40~3:00	<b>29</b> NPO主催【特別講座】 気功シンプルレッスン (矢野美智子) AM10:00~12:00 PM1:00~3:00 PM3:30~5:30	30	
<b>31</b> 気功(富岡千秋) (池田千恵子) AM10:30~11:50  気功(矢野美智子) PM2:30~3:50	NPO法人心とからだの研究会主催 【気功シンプルレッスン特別講座】  普段はなかなか動く機会がない方にも、無理なく覚えて頂ける「気功シンプルレッスン」。じゆう工房オリジナル曲の『希望の歌』に合わせて、のびのびと動くだけで背骨が洗われ、気功が初めての方でも安心して動いて頂けます。じゆう工房の会員ではない方でもお受け頂けますので、どうぞ皆様お誘い合わせのうえお越し下さい。  ●受講料: 各回 / NPO法人心とからだの研究会会員 2,000円 一般2,500円 ★8月29日は、2コマ通しで500円割引、3コマ通しで1,000円割引になります。						

※月3回の出席が出来ない場合は、都合の良い日時の講座に振り替えてご出席下さい。  
 当月分は翌月まで振替可能です。但し、指導員研修及び特別講座への振替出席は出来ません。