

ようせい
日本養生学会

第21号



- ▷ 巻頭言
- ▷ 日本養生学会「会則」
- ▷ 第10回記念国際養生フォーラム
- ▷ 「出版計画」
- ▷ 「か・ら・だ博」へ賛助出演

事務局：東京女子大学文理学部・横沢研究室内

FAX：03-3396-9996・http://www.yosei.gr.jp/

本会のモットーは「共生原理」

研究会から、「学会」へ

— 新名称は「日本^{ようせい}養生学会」です —

^{ようせい}
日本養生学会理事長

横 澤 喜久子

本会の前身は(株)全国大学体育連合の教材開発活動の一つとして11年前に上海体育学院との交流から始まりました。それ以来毎年中国養生法研修会が開催され、当時大学教育であまり目を向けられなかった伝承的中国養生法をとりあげるようになり、さらに発展的に1999年7月に研究会設立発起人会が開催され、2000年4月に「大学体育養生法研究会」が発足したのです。そして本年で4年目をむかえて、この機会に名称を「日本養生学会」と改め、第二期目の運営体制となって新たに動きだしています。

本学会では西洋現代科学の叡智と東洋養生法思想並びに東洋身体技法の伝統との融和を求め、これまで、会員諸氏とともに積み重ねてきた「日中共同研究活動」「伝承的養生法研究調査」から独創的な実践研究を進めてまいりました。時代を超え、普遍的な「人間・からだ」の存在基盤を考えるとときに、私たちは、誰もが避けてはならない「原点」問題を少しずつ提起してきたように考えています。

ともすればこれまで科学一辺倒で歩んできた20世紀の価値観から、私たちは、改めて、最も基本的な人間存在の問題を伝承的養生観から学び直し、自然の一員としてみつめていきたいと願っています。動

物にとっても人間にとっても、最も大切にしたいことは「いのち」であって、最も避けたいことは「不安」のはずです。「安心」できるところへ身を置きたいという欲求行動は動物本来の基本的な能力のはずです。

私たちが人間らしく生きていけるようになるためには「こころ」と「からだ」の安泰が不可欠です。「知識」「技術」「学力」の重視の前に、いつの時代にあっても、まず「安心できる状況」をつくりだし、「からだ」を育て、「気力」を高め、「意識」の豊かさを培養する必要があるのではないのでしょうか。あまりにも当たり前のことなのですが、この「基本」の問題が、現代社会において一番難しいこととしてはだかっています。今日の限りなく進みつつある「科学」「技術」の恩恵を充分に享受するためにも、現在、私たちに求められていることは、真の教養を高めることを経て、そして統合的な広い視野を培うことによって、最も基本的な「こころ」や「からだ」や「いのち」のことを自らの問題としても理解することではないのでしょうか。

私たちは広く豊かな教養と人間基盤の問題を生活的に考えなければならない時代に生きています。だ

からこそ、私たちは、避けてはならない「からだ」と「こころ」の問題を基本的な教育テーマ・生活テーマとして見据えることが一層と重要だと考えています。大学教育においても、この「原点」を求めるといふ視点において、伝承的養生法などの授業開発が大いに注目されつつあります。私たちは、ここに「基本」を見直し、実践的研究を中心にして、広く社会との連携を図りながら、「養生学」の基礎を堅固に積み上げたいと願っております。

会員のみなさまの、益々のご活躍ご発展をお祈りいたします。

(東京女子大学教授・運動生理学／養生学)

日本養生学会会則

2004年3月6日制定

(前号につづいて第10条以下を掲載)

第4章 役員

第10条 本会に次の役員をおく。

- (1) 会長 1名
- (2) 副会長 2名
- (3) 理事長 1名
- (4) 常任理事 若干名
- (5) 理事 若干名
- (6) 監事 2名

第11条 会長および副会長は別に定める方法により総会において選出する。

2. 理事長は理事の互選で選出する。
3. 常任理事は理事の互選で選出する。
4. 理事は正会員の中から別に定める方法により選出する。
5. 監事は正会員の中から別に定める方法により選出する。

第12条 会長は本会を代表し、会務を統括する。

2. 副会長は会長を補佐し、必要あるときはこれを代行する。
3. 理事長は理事会と常任理事会を代表し、本会の運営を統括する。
4. 常任理事は常任理事会を構成し、会務を執行する。

5. 理事は理事会を構成し、会務を審議する。

6. 監事は本会の会務を監査し、あらゆる会議に出席して意見を述べるができる。

第13条 役員の任期は3カ年とし、改選時の翌年1月1日から始まるものとする。ただし、再任を妨げない。

第14条 役員は無給とする。

第15条 本会に理事会の議を経て名誉会長および顧問をおくことができる。

2. 顧問は必要に応じて意見を述べるができる。

第5章 会議

第16条 本会の会議は、総会、理事会および常任理事会とする。

第17条 総会は本会の最高議決機関であり、会長がこれを招集し、次の事項を審議決定する。

- (1) 会長および副会長の選出
- (2) 事業報告および収支決算
- (3) 事業計画および収支予算
- (4) 会則および諸規程の改正
- (5) その他の重要事項

2. 総会は通常、毎年1回学会大会時に開かれる。

第18条 臨時総会は、理事会の決定または正会員の5分の1以上の要求があるときに開かれる。

第19条 理事会は理事長が招集し、必要に応じて開催される。

第20条 常任理事会は理事長が招集し、必要に応じて開催される。

第21条 総会および理事会の議事は、出席者の過半数をもって決定される。ただし、会則の改正は出席者の3分の2以上をもって決定される。

第6章 支部

第22条 本会の事業を推進するために、支部をおくことができる。

第7章 委員会

第23条 本会の事業を推進するために以下の委員会をおく。

- (1) 総務委員会

- (2) 大会・研修委員会
 - (3) 編集委員会
 - (4) 開発・研究委員会
 - (5) 会計委員会
2. 必要に応じて特別委員会をおくことができる。特別委員会の設置は、常任理事会において決定する。
3. 委員会の運営細則は別に定める。

第24条 各委員会の委員は、理事長により委嘱される。

第8章 会計

第25条 本会の経費は次の収入によって支出する。

- (1) 年会費
- (2) 入会金
- (3) 助成金および寄附金
- (4) その他の収入

第26条 本会の会計年度は毎年1月1日より12月31日までとする。

第27条 予算ならびに収支決算は監事の監査を受けて、総会の承認を得るものとする。

第9章 事務局

第28条 本会に、会務執行のために、事務局をおく。

第29条 事務局に、幹事若干名をおくことができる。
2. 幹事は理事長の指名により委嘱される。

付 則

- 1. 本会の会則は2000年3月11日より施行する。
- 2. 本会の会則は2004年3月6日より施行する。

第10回記念・国際養生フォーラム2004

2004年度中国養生法国際研修会

— ご案内 —

いよいよ第10回目を迎えることになりました。本会はこのたび「日本養生学会」へと会名も改めて新たに生まれ変わることになりました。これを機会に、中国上海市において、上海体育学院のご協力を得て、記念フォーラムとして、恒例の国際研修会を下記要項のとおり開催します。会員諸氏並びに関係筋のみなさまのご参加をお待ちしています。

研修期間：2004年8月25日（水）～8月30日（日）
（5泊6日）

主 催：日本養生学会

共 催：(株)全国大学体育連合

協 力：上海体育学院・上海大学・上海中医薬大学・復旦大学・気功研究所

研修会場：上海体育学院

宿 泊：上海体育学院大学交流センター

参加対象：大学・短期大学で「養生学」を志す教員並びにこの分野に特に関心のある方々

研究発表：「国際養生フォーラム」研究発表・討論

実技研修：中国伝承的養生法研究調査・実技実習
（呼吸法・気功・太極拳・マッサージ）

- 参加経費：① 165,000円（本会会員）
② 170,000円（非会員）
③ 150,000円（学生）

定 員：30人（最少催行員20名・20名未満中止）

参加申込：参加費を7月末日までに下記の指定口座へ振り込み、申込書を下記へ郵送してください。

〔振込先〕 みずほ銀行 西荻窪支店
普通預金 8 0 2 2 4 4 8
にほんようせいがっかい ちゅうごくけんしゅう よこざわ まくこ
日本養生学会中国研修 横沢喜久子

〔申込先〕 ☎167-8585 東京都杉並区善福寺
2-6-1・東京女子大学文理学部
健康運動科学横沢研究室内・中国養生法研修会運営委員会事務局
FAX：03-3396-9996
e-mail:yokozawa@lab.twcu.ac.jp

〔照 会〕 久保隆彦
明治学院大学体育研究室
FAX：045-863-2144
e-mail:kubo-t@mij.biglobe.ne.jp

会員募集！！

本会は日本学術会議への登録を近々行います。そのために、名称を「日本養生学会」と改め、ただいま会員大募集のキャンペーン実施中です。会員ひとりが、新会員ひとりの推薦を！！

日本養生学会出版計画

— 大学生対象の教科書づくり —

本会では2003年4月10日に好評を博している「からだの原点—21世紀〔養生学〕事始め—」（市村出版・2000円）を第一弾として出版しました。本計画は第2弾として本会のこれまでの実践研究を集大成し「大学生対象」の教科書づくりを目指すものです。会員のみなさまが実際に大学で取り組んでいる「授業内容」をテーマの中心にして編集する方針です。執筆についてご関心のある方々は本会事務局へお問い合わせください。内容としては下記のような編集傾向を考えています。

- ▷ からの成り立ち
- ▷ 伝承的養生思想に学ぶ
- ▷ 現代と養生
- ▷ 養生と実践
- 〔知る〕
- ①自分を知る
 - からだ・こころ・いのち・体質・ひとの基本運動・体調
- ②まわりを知る
 - 自然環境・社会環境・人間環境
- 〔整える〕
- ①姿勢
 - 立つ・坐る・よこたわる・歩く
- ②呼吸
- ③こころ
 - ゆるめる・やすらぐ・いやす・いきいきする
- ④食べる
- ▷ やってみよう—身近な実践法—
- ①呼吸法
- ②太極拳入門
- ③ようせいエクササイズ

執筆依頼者には上記の内容に関して現在大学で取り組んでいる授業内容を「400字×30枚程度」の字数でまとめていただくことになる手筈です。会員のみなさまのご協力をお願いします。本会事務局へのお問い合わせは7月末日迄をお願いします。

みえる・わかる・家族の健康

からだ博

ようせい
日本養生学会が賛助出演

「か・ら・だ博」は、自分や家族の健康に積極的に取り組んでいただけるために、日常生活のなかで実践できる健康管理法などを、わかりやすく紹介する新しいタイプのイベントです。
会期：2004年8月3日（火）－8日（日）
会場：東京ビッグサイト西ホール
主催：日本経済新聞・NHKほか
後援：厚生労働省・文部科学省ほか

日本養生学会賛助プログラム

監修：横澤喜久子（東京女子大学教授）

- ▷ 8月3日（火）10:30-12:00
「からだほぐし・こころほぐし」
天野 勝弘（関東学園大学助教授）
美馬美千代（上智大学教授）
- ▷ 8月5日（木）12:30-13:15
「日本の宝を手に入れる・民俗舞踊に学ぶ」
近藤 洋子（国際基督教大学助教授）
近藤 清（民俗芸能研究会主宰）
- ▷ 8月7日（土）12:30-13:30
「太極拳って何？・馬王堆漢墓導引図から」
張 勇（長野県短期大学助教授）
- ▷ 8月7日（土）10:30-12:00
「気功とがん治療」
帯津 良一（帯津三敬病院名誉院長）
- ▷ 8月7日（土）15:00-16:30
「運動は細胞へのダイナミックな働きかけ」
跡見 順子（東京大学大学院教授）

ようせい
日本養生学会

東京女子大学文理学部・横沢研究室内

FAX：03-3396-9996

<http://www.yosei.gr.jp/>

☎167-8585 東京都杉並区善福寺2-6-1