

Vol.14:JULY.20 .2014

第 37 号

YOUSEI Life Awakening Arts

ようせい

「ようせいフォーラム2014」報告

佐藤 節子
横澤 喜久子
矢田部 英正

活動報告

WA・KI・AI・AI

天野 勝弘
水原 佐和子
甲野 希美
松村 麻美
佐藤 三友紀

『日々是養生』 yousei

YOUSEI= Life Awakening Arts

事務局：東京女子大学 健康・運動科学 平工研究室内 FAX:03-5382-6092 <http://www.yousei.org>

日本養生学会 第 15 回大会 ようせいフォーラム 2014 報告

【総合テーマ】

「からだの自然を問う」

会 期：2014年3月1日(土)～2日(日)

会 場：埼玉女子短期大学

大会名誉会長 梶沢 栄一 (埼玉女子短期大学学長)

大会 会 長 横澤 喜久子 (日本養生学会理事長)

大会実行委員長 佐藤 節子 (埼玉女子短期大学)



埼玉女子短期大学キャンパス

プログラム

3月1日(土)

- ・ 基調講演 「死を思い、よりよく生きる」 帯津 良一 (帯津三敬病院名誉院長)

- ・ 演舞および実習 山村 若静紀 (山村流上方舞 静紀会主宰)
近藤 洋子 (民俗舞踊研究会 舞スタジオ)
近藤 淳 (山伏神楽研究会) 他

- ・ シンポジウム 「からだの自然と東西における舞踊表現」
司 会 矢田部 英正 (日本身体文化研究所)
シンポジスト 山村 若静紀 (山村流上方舞 静紀会主宰)
シンポジスト 近藤 淳 (山伏神楽研究会)
シンポジスト 水原 佐和子 (アルファ医療福祉専門学校)
シンポジスト 天野 勝弘 (関東学園大学)

3月2日(日)

- ・ 一般研究発表

座長: 藤永 博 (和歌山大学)

1. 視覚・手感覚から腹式呼吸法を生みだし、深く掘り下げる思考法へと導く指導法
—民間テニススクール受講生・大学体育テニス受講生を対象として— 町田真悟 (町田企画)
2. ストレス経験の記述が寮生活開始初期から半年間の心の健康に及ぼす影響について
○中井 定¹、高井 茂¹、白石安男² (1:東京理科大学 基礎工学部、2:東京理科大学 経営学部)
3. 幼稚園における姿勢教育の取り組みの紹介
○天野 勝弘¹、甲田希美²、松村麻美²、佐藤三友紀²、永沼 和喜³、谷口 美保子³、糸井 信人³ (1:関東学園大学、2: 関東学園大学経済学部経営学科スポーツマネジメントコース、3: 臨牀鍼灸医学研究会、気単会)
4. 養生学における低速度の等速性筋力測定の可能性を探る
○松村麻美¹、甲田希美¹、佐藤三友紀¹、永沼 和喜²、谷口 美保子²、糸井 信人²、天野 勝弘³ (1: 関東学園大学経済学部経営学科スポーツマネジメントコース、2: 臨牀鍼灸医学研究会、気単会、3:関東学園大学)
5. 足の形状の定量化 —靴選び、靴開発につながる試み—
○甲田希美¹、松村麻美¹、佐藤三友紀¹、三浦孝仁²、天野 勝弘³ (1: 関東学園大学経済学部経営学科スポーツマネジメントコース、2:朝日医療学園、3:関東学園大学)

座長:中谷康司 (東邦大学)

6. Fスケール問診票を用いた大学生における逆流性食道炎症状の有訴率調査および同症状に対する円皮鍼の効果の予備的検討
○糸井 信人^{1,2}、永沼 和喜¹、荒木廣展¹、谷口 美保子^{1,2}、松村麻美³、甲田希美³、佐藤三友紀³、佐野信子⁴、佐藤節子⁵、藤永博⁶、天野 勝弘⁷ (1:臨牀鍼灸医学研究会、気単会、2:糸井鍼灸治療院、3: 関東学園大学経済学部経営学科スポーツマネジメントコース、4:立教大学、5:埼玉女子短期大学、6:和歌山大学、7: 関東学園大学)
7. 東洋医学健康調査票の構成妥当性の検討 —新たな調査用紙作成に向けて—
○永沼 和喜¹、糸井 信人^{1,2}、荒木廣展¹、谷口 美保子^{1,2}、松村麻美³、甲田希美³、佐藤三友紀³、佐藤節子⁵、藤永博⁶、天野 勝弘⁷ (1:臨牀鍼灸医学研究会、気単会、2:糸井鍼灸治療院、3: 関東学園大学経済学部経営学科スポーツマネジメントコース、4:埼玉女子短期大学、5:和歌山大学、6: 関東学園大学)
8. 男子ラクロス部における心理的競技能力、日中の眠気、健康関連 QOL の関係性
○谷口 美保子^{1,2}、永沼 和喜¹、糸井 信人^{1,2}、荒木廣展¹、松村麻美³、甲田希美³、佐藤三友紀³、藤永博⁴、天野 勝弘⁵
(1:臨牀鍼灸医学研究会、気単会、2:糸井鍼灸治療院、3: 関東学園大学経済学部経営学科スポーツマネジメントコース、4: 和歌山大学、5: 関東学園大学)
9. バランス Wii ボードに用いた重心動揺測定の紹介および大学生における重心動揺における BANSHIN 熱刺激の効果の予備的検討
○荒木廣展¹、谷口 美保子^{1,2}、永沼 和喜¹、糸井 信人^{1,2}、松村麻美³、甲田希美³、佐藤三友紀³、加茂智彦⁴、藤永博⁵、天野 勝弘⁶ (1:臨牀鍼灸医学研究会、気単会、2:糸井鍼灸治療院、3: 関東学園大学経済学部経営学科スポーツマネジメントコース、4:聖隷クリストファー大学、5:和歌山大学、6: 関東学園大学)
10. 姿勢に対する意識の国際比較
○平工志穂 (東京女子大学)、天野勝弘 (関東学園大学)、張勇 (長野県短期大学)、横澤喜久子 (元東京女子大学)

「ようせいフォーラム 2014」報告



大会実行委員長 佐藤節子
(埼玉女子短期大学)

「ようせいフォーラム 2014」報告を書くようにとの依頼を受け、締め切りが近づいてきたので昨年と一昨年のニューズレターを開いてみた。一昨年のニューズレターでは「ようせいフォーラム 2012 大会報告」を大会組織委員の藤田恵理先生（東京大学）が執筆し、当日のプログラム内容を的確にまとめられている。昨年のニューズレターでは「ようせいフォーラム 2013」報告欄で実行委員長の越部清美先生（法政大学）が謝礼を簡潔に述べ、さらにシンポジウム司会の福本まあや先生（富山大学）が臨場感あふれる報告をされている。ここまで読んで、しまったと気がついた。この報告はプログラムにきちんと参加した人が書いている。気安く「はい」と返事したが、私はすべてのプログラムに参加したわけではない。よって本稿は「ようせいフォーラム 2014」裏方報告ということになる。ご容赦いただきたい。

そもそもなぜ埼玉女子短期大学で「ようせいフォーラム 2014」が開催されることになったのか？記憶をたどると養生学会理事長の横澤先生の「次回のようせいフォーラム、埼玉女子短期大学でできないかしら？」という声がよみがえってきた。いつこの言葉が発せられたのか記憶は曖昧である。2013年3月2日（土）に私は法政大学で開催された「ようせいフォーラム 2013」で常任理事会への出席を求められた。お弁当を頂きながら次回のようせいフォーラムを開催する会場（大学）が未定という常任理事の先生方のお話を伺っているうちに、断れない雰囲気になってきた。この常任理事会の要請を受け、埼玉女子短期大学の学長や事務局に「ようせいフォーラム 2014」の会場として埼玉女子短期大学を利用できるか打診することになった。そして検討の結果、許可するとの返事を学長から頂いた。

8月に入って横澤先生のご提案により講演は日本養生学会顧問の帯津良一先生に決定した。帯津先生の病院とお住まいは埼玉女子短期大学の所在する日高市の隣の川越市にあり、お招きしやすいことが決定の理由にあった。3月1日の午前が空いているという帯津先生のご都合に沿って「ようせいフォーラム 2014」の日程も決まった。続いて実行委員を組織した。大会実行委員長を私が担当し、実行副委員長を天野勝弘先生（関東学園大学）に依頼した。また、実行委員を矢田部英正（日本身体文化研究所）（シンポジウム担当）、藤田恵理（東京農工大学）（一般研究発表担当）、金田洋子（表千家茶道教授）（会計担当）、平工志穂（東京女子大学）（事務担当）、水原佐和子（アルファ医療福祉専門学校）（事務担当）の各先生方に依頼した。さらに大会役員として、大会名誉会長を楯沢栄一（埼玉女子短期大学学長）、大会会長を横澤喜久子（日本養生学会理事長）の各先生方に依頼した。皆様快く引き受けてくださり大変感謝している。

10月に入って日本養生学会第15回大会概要「ようせいフォーラム 2014 第1報」を会員へメール配信し、日本養生学会ホームページに掲載した。12月に入って大会の統一テーマを「からだの自然を問う」と決定し、帯津先生の演題を「からだの自然を問う —死を思い、よりよく生きる—」に決定した。また、矢田部先生のご提案により演舞および実習のテーマは「古代・近世の舞踊に見る日本人の身体技法」、シンポジウムのテーマは「からだの自然と東西における舞踊表現」とし、実演者やシンポジストの出演交渉が進められた。そして出演が決まった方々にはフォーラムの趣旨を説明し、当日配布するプログラム原稿の執筆を依頼した。

年明けの1月には予算を立てた上でチラシとポスターを完成させた。大会の詳細「ようせいフォーラム 2014 第2報」を会員にメール配信するとともにホームページに掲載し、

さらに発送作業も行った。大会の詳細は表記ミスが見つかり印刷のやり直しに手間取った。さらに新聞社等に手紙を送って出版物への掲載を依頼し、ポスターを近隣に配布して掲示依頼を行った。2月の雪が降る中、総会やシンポジウムの最終打ち合わせを行った。参加申し込みや研究発表抄録およびプログラム原稿を2月15日(土)に締め切り、一般研究発表の順番や座長を決め、プログラムを作成し印刷した。さらに懇親会場の予約、弁当の手配などを行った。大会前日の準備は経費節約のため私1人で机や椅子を運んで掲示物を貼ったが、これはかなり大変だった。学生アルバイトを確保すべきだったと反省している。

大会当日は関東学園大学の学生の皆様や気単会の皆様が朝8:30に集合していただき、実演・実習会場(A会議室)の設営を手伝ってくださった。10:00の開場とともに参加者が三々五々集まってきた。受付の会計事務は多くの方が協力していただき大変心強かった。

「ようせいフォーラム2014」は10:30に始まり、埼玉女子短期大学楳沢学長の挨拶と実行委員長の挨拶があった。司会の横澤理事長から説明があり、いよいよ帯津先生の講演が始まった。壇上に登場しただけで会場は暖かい空気に包まれたように感じられた。帯津先生のお話はとても心温まり、生きる勇気が湧く内容だった。自分がどのように死ぬのかその様子を具体的にイメージし、何通りか考えておくことを奨励されているという話が大変印象に残った。最後までお話を聞きたかったが、中座して昼休みに行われる常任理事会の資料を準備し、午後の実演・実習の準備のためにヨガマットやCDデッキを体育館から会議室へ運んだ。さらに昼休み中にシンポジウム会場の設営をし終えた。

午後の実演・実習は、まず司会の矢田部先生による解説の後、山村若静紀先生の舞が演じられた。畳3枚を2段重ねにして舞台を設え、矢田部先生が持参された金屏風を背景にした異空間に山村先生が浮かび上がり、その中で特別の時間が流れた。細やかな仕草一つ一つが鮮やかでとても濃密なものに感じられた。その後山村先生による実習があったのだが、私は翌日開催される総会の資料を作成するために中座した。研究室で作業をしているとやがて近藤淳先生の踊りの太鼓の音が響いてきた。実演・実習は盛況のうちに終了した。

この後シンポジウムが始まったが、私は畳とヨガマットとCDデッキの片付け作業に入った。畳の片付けはエレベーターに乗せて出す作業に難儀したが、関東学園大学の学生さんや気単会の皆様ご協力いただいた。また、シンポジウム終了後、実演・実習会場(A会議室)の机と椅子を現状復帰する作業も多くの方が手伝ってくださった。心よりお礼申し上げます。

「ようせいフォーラム2014」1日目は何とか無事に終了し、一同懇親会場へと移動した。懇親会で苦労したのは、事前申込者のうち当日キャンセルがどのくらい出るか、予約無し参加者がどのくらい出るか予想数を計算した人数で予約をする点だった。弁当の数や2日目の昼食の予約も同様に数の予想に苦労した。余った弁当は守衛や学会員の方々の夜食用にお渡しして何とか捌くことができた。

2日目は10題の一般研究発表が行われた。本学会の特徴は、伝統的東洋の自然観、人間観、身体観を学際的に見つめる点にあり、様々な分野の方々の研究や知見を結集し、多角的な視点で捉えることができる点が醍醐味だと思う。今後の発展が期待できる研究が多く発表されたのではないだろうか。フロアから多くの質問や意見が出され、活気に満ちた研究発表になった。その後総会が開かれ、最後の閉会式での横澤理事長の挨拶、遠藤副理事長の閉会の辞により「ようせいフォーラム2014」は終了した。

終了後も受付の机と椅子の片付けなど皆様にお手伝いいただき大変感謝している。その後の川越散策のオプションは、あいにくの雨模様であったが、14の方が参加してくださった。遅い昼食の後、自家用車に分乗して埼玉女子短期大学を出発し川越市役所前の駐車場に到着したのは3:30ごろだろうか。時間の許す範囲で、時の鐘、菓子屋横丁、蔵造りの家並みを見学し、お土産を買い、散策を楽しんだ。

「ようせいフォーラム2014」の参加者は51名に及び、盛況のうちに終えることができた。運営面ではいろいろと反省点はあるが、皆様のご尽力により充実した内容となったと思う。日本養生学会会員の更なるご活躍と日本養生学会の今後の発展を祈念して筆を置く。



基調講演 からだの自然を問う

— 死を思い、よりよく生きる —

帯津良一先生をお迎えして



日本養生学会 理事長
横澤喜久子

帯津良一先生によるせいフォーラム 2014 の基調講演をいただきました。ご出席できなかった皆様にもご講演内容、ご様子を少しでもお伝えし、先生の人生哲学から「死を思い、よりよく生きる」を考えていきたいと思ひます。

私たちの学会は「生きる力を養う」という大きなテーマ掲げ、研究、実践活動を進めています。いつの時代にあっても、誰もが不老長寿を願ひ、方法を探し、身につけたいと思ひますが、目前の課題、仕事に追われ、忙しい日々を過ごす中、ただ、健康法、からだづくり法を追いかけ、健康・からだづくりの奥底を忘れがちです。ベースにはまず、いのちの問題があり、いのちをどう捉え、限りあるいのちをどう生きたいのか、どう活かしていきたいのかという哲学なしには「生きる力」は語ることはできないでしょう。私たちが養生、養生法の研究、実践活動を進める上でもまず、いかに生きるかという哲学をもって進めていくことができたいと思ひます。

このフォーラムでは帯津先生の生老病死、人生哲学を伺ひ、生き方、毎日の過ごし方を語っていただくことで、私達それぞれのいのちの生かし方を考え、学ぶ機会となりました。

本学会は帯津先生に長年、応援いただひておひります。先生と日本養生学会との出会ひはアジア学生文化協会理事長の小木曾友先生にご紹介いただきました。帯津先生は東大病院第3外科医局長、東京都立駒込病院外科医長でがん治療、手術等にあたられ、1980年から北京で中西結合医療に取り組まれ、1982年埼玉県川越市に帯津三敬病院設立されました。2005年には東京池袋に帯津三敬塾クリニックを開設され、近代西洋医学と伝統的な東洋医学を統合した「人間を丸ごととらえるホリスティック医学」を実践されています。

私はアジア学生文化協会で開催されていた帯津良一先生の講演会（昨年100回目を迎えました）、氣の医学会、人体科学会等にも多く参加させていただひておひりました。先生のお医者としての患者さんとの関係、先生の人生観、生き方、お話を伺うたびに少しでも学ばせて頂きたいと思ひ続けておひりました。先生のお話を伺うと生きていくことが楽しくなるのです。元気が湧き出てくるのです。先生のご著書の中で語られます。「人間は本来、孤独で哀しい存在だと覚悟する、そこに自分で希望の種をまいていく」、「感動と好奇心を忘れず、ときめいて生きる」、「死ぬことがわかっひていても希望を持って生きる」、「死を考えることによつて生き方は大きく変わってくる」、「死に時が来たら、勢いよく死の世界に飛び込む」、「死ぬまで元氣の生きる」・・・等と私は本当に共感させていただひておひります。

今回のご講演から心に残るお話をご紹介させていただきます。

からだの自然性：

生老病死、これはわれわれが必ず通る道であり、からだの自然性です。私たちは皆、よりよく生きたいと願い、養生を考えます。先生は養生の対象はからだでなく、いのちである。養生は単なる長生きのためのものでなく、もっと深い、私たちが生きることの根源にかかわる道、自己実現の道であり、死によって終わるものでもない。養生は単なる長生きのためのものでなく、もっと深い、私たちが生きることの根源にかかわる道、自己実現の道であり、死によって終わるものでもない。



ご講演くださる帯津先生

死について：

法然は 89 歳、親鸞 89 歳、空海 61 歳、日蓮 60 歳、道元 53 歳、一遍は 51 歳で亡くなったとのこと。先生はすらすらとお坊様のお名前と亡くなられた年齢をご紹介くださいましたが、私は帯津先生の幅広いご知識、ご記憶力にまず、びっくりいたしました。他力本願のお坊様の方がどうやら長寿であったらしいのです。自分の力でなく、他人の力、阿弥陀如来の本願によって望みをかなえ、極楽往生を得るのです。他力本願は仏・菩薩の力によって救われるらしいのです。自力本願は自分一人で修行を行い、徳を積み、知恵を磨き、みずからの力で念願を達するということ、私はまだ、あの世のことを何も考えていませんでした。五木寛之氏の「親鸞」、「他力本願」も読んでみたくなりました。

理想の死に方、ラストシーンの理想：

どんな死に方がよいか、何れ誰にも訪れることですが、予測できないいろいろな状況になるので今から 7~8 通りの望む死に方を考えておくのはどうかと語られます。そして、映画から先生の理想のパターンをお話くださいました。先生は映画少年でいらしたようです。帯津先生の高校生時代は怒涛のごとき、洋画襲来に当時、先生が受けられた感動、感性をそのままに今ははっきりと伝えてくださいました。帯津先生はすごい、あまりに昨日のように鮮明に語られるのです。素晴らしい！高校生でいらした帯津先生のお姿が目には浮かびます。感動された映画の場面がどんどん出てきました。何といても西部劇、ジョン・ウェインの駅馬車（私もあの渋い、無言の、男らしい、そして哀しい彼を好きでした）、イングリッド・バーグマン、ハンフリー・ボガードのカサブランカ、あの夜霧に消えていくラスト・シーン！と。先生の新鮮な感動が伝わってきました。ビリー・ワイルダー監督のおしゃれなコメディの「7 年目の浮気」、昼下がりの情事、アパートの鍵貸します・・・と。もう、昨日見られたように、いきいきと次から次と映画作品が上がってくるのです。そして、その中に同じく映画少年であった立川談志さんと一致された理想の死に方についてのお話ができました。彼がこうして死にたいと言っていたお話、「彼女と二人、バーで飲んでいる。ここはどうしてもシングルモルト・ウイスキー。そこへ彼女の亭主が入ってきて、やおら、ピストルを出して、ズトーン！これがいいねえ」帯津先生も同感であると語られていました。西部劇らしい、いい女とガンマンです。面白いですね。でも、私はこのようにロマンティックな死に方は思いつきません。私はどんな死に方がいいかしら？と考えると楽しくなりますね。ふと、かつて訪ねたイギリスのホスピス（バラの庭園が美しかった）で、「ここは天国へのエアポートよ。」言われたことを思い出します。

攻めの養生：

先生は 78 歳のお誕生日を迎えられ、益々、元気いっぱいに語られます。死へ向って、生命の躍動、まだまだこれから燃える、エネルギーがどんどん出てくるのでしょうか。死ぬまで養生、死の直前に一気に加速して、クライマックスへ。肩の力を抜いて、歩を進めていく。そうするうちに時空を超えた大いなるいのちの流れが見えてきたら、これに身を任せる。私たちは旅人、大いなる旅のさなかにある。大いなる流れに身をまかせつつ、自分を高めていく。

心のときめき ひらめき：

どんな時にときめくか、生命が躍動するか、ときめきの材料は私たちの日常に溢れるほどあるという。要は日頃から感性を磨いて、これを的確につかんでいけばいい。私もこのときめき論は好きになりました、ときめきを探して毎日を過ごしたいと思います。

先生の日常生活：

毎朝、2時半（草木も眠る丑三つ時）、皆の眠る深夜、全てが眠りについたというこの真夜中に先生は起床です。車に迎えられ3時には先生の病院へご出勤、そして病院の業務、実務に取り込まれる（数年前に、先生の取材のお仕事が朝5時、6時のご予定にびっくりしたことがありますが・・・）。その頃よりもさらにお早く、1日をスタートされていらっしゃるのです。なぜそのように早くから活動されていらっしゃるのか？それは夜の6時までに仕事を終え、6時半には必ず晩酌をされながらの夕食が毎日のお楽しみでいらっしゃる。先生のお仕事量から逆算されると毎日の起床時間は2時半、その時間からが1日のスタートとなられるのだそうです。数年前には5時には病院に入られるとお聞きし、驚いたのですが、また、さらにお忙しくなられ、毎日のご多忙でお仕事をこなされるのに2時半のご起床、平均睡眠時間は4時間とのこと。土日にはホテル泊まりで原稿書き、あまりにご多忙でいらっしゃいます。私はいつもつややか、ニコニコ笑顔、穏やかでいらっしゃる先生の毎日に驚きました。私たちに元気をくださる先生は多くの悲しみ、苦しみ、ご苦勞をいつも患者さんや多くの人々に寄り添って生きていらっしゃるお姿に私は感動し、感謝の気持ちが起こります。養生とは生命の場を調べていくこと、その生命の場は必ず、外と繋がっており、外界、地球、宇宙につながっていく。生命の場を調べて虚空の世界につなげていくことが「養生」であるとおっしゃられます。私たちは太極拳、気功等も学んでいますが、こうした太極拳、気功は「氣」を磨き、外界、地球、宇宙につながっていく生命の場を調べていくことになるのだと思います。「生老病死」、これはわれわれが必ず通る道であり、「からだの自然性」です。病気の時でも、死ぬ瞬間でも常に「生命の場」を調べていく。「死ぬ日まで養生と、ときめきを感じて生きる！」先生のこの言葉が好きです。

帯津先生のご講演に参加された方々の表情が晴れやかな、爽やかなお顔に変わっています。ご講演ありがとうございました。



これは先生からご連絡にいただいた絵葉書で、この絵は先生の患者さんが書かれたようです。私も先生からほのぼのと、ゆったりとした笑顔をいただきました。



《からだの自然と伝統舞踊》の報告



矢田部 英正
(日本身体文化研究所)

からだの自然と伝統舞踊

人間の身体は、私たちにもっとも身近な「自然物」であり、身体に対する見方は「自然」に対する見方とイコールで結ばれる。地理的にも思想的にも大きく異なる日本と西洋の「身体＝自然」観は、舞踊や芸能における身体技法とどのように対応しているのだろうか。

西洋化をして140年余りが過ぎ、戦後教育を受けて来た現代の日本人にとって、日本の伝統文化に接することは、まるで異文化に触れるような驚きがないだろうか。日々くり返されるなかで身につけられる身体技法は、私たちの美意識を深いところで形成してもいて、「どのような身体を美しいと思うのか？」という価値観についても、近代以前の日本人はいまの私たちとは大きく異なる感覚をもっていた。

技を究めることが、「からだの自然」にもとづく構造的な勁さに支えられ、演じる者に美的な覚醒をもたらし、傍らでそれを観る者の心を陶醉させる。そんな感覚が今回演じられた地唄舞にも山伏神楽にも共通してあるように思える。大勢の観客を対象とした舞台芸とちがい、お座敷の狭い世界で芸を成熟させてきた上方舞は、谷崎潤一郎の『細雪』でも描かれているように、京に古来伝承されてきた女性美の到達点といって過言ではない。女性に特有の肉体の起伏を完全に包み隠してしまう日本の伝統服は、抑制された舞の動きに乗せられた途端に、老いても朽ちることのない美の世界を、およそ眼に見えない領域で、観る者の心に訴えるようだ。



「ぐち」を舞う山村若静紀氏

手ぬぐいは、時に京を流れる鴨川や、それを取り囲む遠山の景色に見立てられ、演じる者の身体に、古の風景をしみ込ませるようだ。50人余りの参加者が同時に舞う「夕暮れ」も、滅多に観られない光景ではないだろうか。

今回演じられた「ぐち」という演目は、近世（江戸時代）後期に大阪界隈で唄われていた流行歌である。他の多くの曲目と同様、後ろ姿で佇むことから始まる演舞は、立ち居の所作の一つ一つの形を極限まで磨き上げることで、肉体の比例（プロポーション）とは別次元の身体美を出現させる。人目を忍ぶ逢瀬を描く曲でありながらも、その抑制された型の伝える感覚は、いまの私たちからすれば高貴にさえ見える。

足先を「イ」の字に交叉させながら、膝を深く曲げ、はすかいに構えた姿態が身をよじるように畳の上を摺り歩く。艶気を帯びたその足運びは山村流の基本の歩容でもあり、実習で行われた「夕暮れ」の曲目では、その歩行様式が首尾よく身につけられる。両手に掲げられた



「夕暮れ」を舞う参加者

続いて演じられた山伏神楽は、中世から続く山岳修行の舞踊で、そもそも人に見せるために演じるものではないという。日本における芸能のルーツを、古事記に描かれた岩戸神話に遡ることができるかすると、日本の舞踊の源流には祈祷としての祝詞と、礼拝としての「舞」と「踊り」が祖型であったことがわかる。今回演じられたアマテラスの舞は、もとは森羅万象に豊穰な生命をもたらす「光り乞い」の舞踊であり、それは古代神話に描かれたような、日本人の太古の風姿を伝えている。



山伏神楽 天照の舞に入る



山伏神楽を舞う近藤淳氏と太鼓の近藤清氏

うダイナミックな神楽の舞も、本来は舞台上で行うものではなく、深い山の中に神殿を見立て、踊り手の身体に神を憑依させるシャーマニズムの舞踊であったろう。はじめは語るような素朴な謡いも、日本語の本来の響きを思い起こさせるようであるけれども、太鼓のリズムが重なるにつれて言葉は徐々に熱を帯びて、日常の意識をにわかに変性させる。「神楽」とは文字通り「神」を「楽」しませる意であるわけだが、この踊りを延々と続けていくと、おそらく記紀神話に書かれた「神懸かり」の状態に入ってゆくように思われた。

古代の昔から千年来の伝統をもつ山伏神楽と上方のお座敷で洗練を究めた地唄舞と、その芸風は対極的と言えるほど異なるけれども、両者は「能」というキーワードで結ばれているという。舞台上に神や死者を降臨させる「夢幻能」は、14世紀に世阿弥が確立した手法と伝えられるが、その背景には山伏神楽にもあるような「神懸かり」的な修験舞踊の他、「歩き巫女」のようなシャーマンによる芸能が存在し、世阿弥の創作にも深い影響を与えている。武家のお抱えとなつてから、能は男性だけのものとなったが、その抑制された芸風に倣いながら、女性による座敷舞へと展開した地唄舞も、ルーツを辿ると「神楽」の舞へと通じている。

多様に展開される舞踊表現も、その発祥を辿っていくと共通の源泉から湧き出ているようで、そのことが公教育のカリキュラムを考えていく上で非常に重要なことのように思われる。知識や技術、価値観の多様性を同時に学ばなければならない学校の教育のなかで、それぞれの教養が本質的に共有し得るような源泉にまで学びを深めること。そのことが個々の学びを互いに機能させる礎になるように思われるからである。

文化を超える身体感覚

シンポジウムではさらに測定評価と西洋舞踊からの知見を加えて、専門を越えて共有される身体感覚について討論が行われた。本学会の年次大会では、今まで「立ち方」を中心に姿勢の取り方について関心が集まってきたが、天野先生からその経緯をご説明頂きながら、スポーツ選手と映画俳優の立ち方の対比にはじまり、スパイナルマウスによる脊椎形状の民族比較の結果など、興味深い研究成果をご紹介いただいた。とくに仙骨の傾斜角度がスポーツのパフォーマンスに及ぼす影響についてのご指摘など、示唆に富む知見が多く含まれていた。実際に計測を行ってみると、人間の脊椎形状には個人差が多様にみられるものの、民族ごとに共通する傾向があらわれたり、またスポーツや技芸の専門技術によっても多様な姿勢のあり方があって、それぞれに一定の合理性が存在することがわかる。



演舞および実習講師の方々

続いて水原先生からご紹介頂いた西洋の舞踊では、日本の伝統とは大きく異なる技法によって支えられていることが示された。バレエに代表的な「ターンアウト」という立ち方においては、股関節から脚全体を外回転させ、左右の爪先が 180 度になるまで脚を外に向けて立つ訓練が行われる。上体は天井から吊り上げるように引きのばし、それにとまって脊椎の形状はS字から直線に近い「ストレイトバック」となる。この姿勢で腰を深く沈み込ませる「プリエ」の型は、一説によると相撲の「股割り」と同じものだと言われるが、バレエにおいては跳躍や回転の激しい動きのなかでも上体の安定を保つためのものであるという。

西洋舞踊の発表を聞いた後に、「すべてが日本舞踊と逆の動きで行われている」という若静紀先生からのご指摘を頂く。膝の向き、上体のつくり方、動きの方向性など、舞とバレエは凡そ真逆の方向にからだを使うよう演じられる。山伏神楽においても膝を曲げ、腰を深く落として重心を低く保つところに日本の伝統舞踊に共通の特徴がある。それぞれの舞踊は、それぞれの社会に継承されてきた身体技法の美的特質を抽出してきたエキスのようなものであり、「型」のなかには抽象芸術のように文化の情報が秘められている。つまりそれは服飾や建築の様式とも密接に関連した立居振舞いの論理を伝えてもいるのだ。

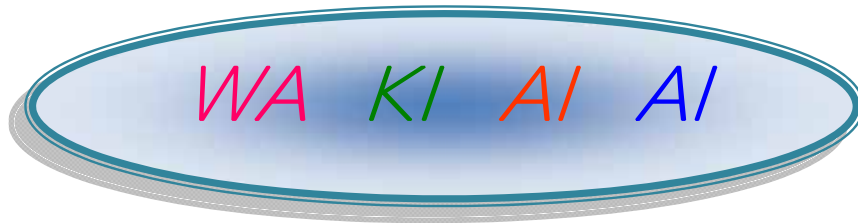
さて一見してこのように異なるそれぞれの舞踊のなかには、はたしてどのような共通点が見出されるのだろうか、と問いを立てると、シンポジストの方々からは「軸」というキーワードが上がってきた。近藤先生からは鳩尾の少し上のあたりの「胸」の所に身体を統率する中心があり、水原先生は「お臍から天井に抜けるような感覚」ということをご教示頂いた。さらに若静紀先生からは合理的な秘訣を求める以前に、「型」をひたすら反復する（やり倒す）ことの重要性についてご指摘があった。

古来の数々の伝書には、心身を統率する中心の要として「丹田」という言葉が伝えられている。しかし、その実態については文献によって諸説があって、定説というものを定めることができにくい。しかし、伝承される感覚の曖昧さも含めて、安易な秘訣を求めるよりも、古来の「型」を朝鍛夕錬して、身をもってつかみ取っていくのが本来の筋というもののかも知れない。

但し、闇雲な荒稽古によって心身を崩壊させてゆくような事例が、スポーツでも芸道でもなかったわけではない。厳しい稽古の積み重ねが、心身を高めるものとなるのか、それとも怪我や障害を伴いながら健康から遠ざかっていくのか、そうした明暗の分かれ道を知る指針が、今回の大会テーマである「からだの自然」ということに集約されるように思う。その意味でも、数百年の時を超えて生き続けてきた伝統舞踊の「型」のなかには、身体を本来あるべき「自然」へと導くための情報が無数に隠されていることを、あらためて教えられるようであった。



シンポジウムの様子



美しく見せるワンポイント身体訓練



アルファ医療福祉専門学校
水原佐和子

この度、タイトルのような内容で原稿を書かせて頂くこととなりました。美しく見せることについての専門家というわけではありませんが、専門としてきた西洋舞踊の中には、誰にでも取り入れることのできる基礎的ないくつかの技術として、日常生活に活かすことができるものがあります。この度はその基礎について簡単にご紹介させて頂こうかと思っております。

美しく見せるということは、つまりは人から見られるという他者の視点がそこにあるわけですが、例えば人前に出るような日常生活の様々な場面で、自身の姿勢や歩き方にいつもより少しの注意を向けることで、その人の印象が大きく変わることがあることはよく言われています。私自身も、これまで携わってきたいくつかの教育現場で、初回の授業では立ち姿勢と歩き方に改めて目を向けてみるという時間を作り、学生同士お互いを観察させ、話し合うというようなことを行ってきておりますが、少しの意識を向けることが学生の見た目の印象を大きく変えることはその中でも非常によく見て取ることができます。

そこで、以下に簡単にではありますが「立ち姿勢」と「歩き方」についてのポイントをまとめましたので、ご参考にしていただければ幸いです。

<立ち姿勢について>

基本姿勢としては、壁を背にまっすぐ立つことから始めます。その際、正面から見ると体がどちらかに傾いている人も多く見られるので、肩のラインがまっすぐになっているかという点にも注意してみてください。

- ① 両足の踵と膝をつけ、足先を軽く開きます
- ② 膝は少し外側を向けると見た目も美しく、またバランスも取れ安定します
- ③ 腹筋、臀部に意識を向け、腹部を引き上げ重心が上に抜けるように意識します
- ④ 胸を張りすぎないように肩は力を抜き、また顎は少し引き気味にします

以上のことに注意しながら、頭が上から一本の糸で釣られているようなイメージで立ちます。また、横から見たときに腰が反りすぎていないことも大事なポイントです。

<歩き方について>

上記のような姿勢から、まず一歩ずつゆっくりと踏み出してみましよう。

- ① 膝を軽く曲げながら足を踏み出し、踵から地面に着くように着地します
- ② 先行する足が着地する時に、同時に後ろ足の親指で地面を蹴り、その足が伸びていることを感じてください

③ 上半身は基本の立ち姿勢を維持したまま顎を引き、視線は少し先を見るようにします。いずれも、普段より少し歩幅を広めに意識することが、取り入れやすくする為のポイントです。上記①→②への移行の際、踵から親指へ、という《体重の移動》を意識することによって見た目にも足の健康の為にもよいスムーズな歩行が可能となります。近頃よく話題に上る、若い女性に特徴的な高い靴を履き膝を曲げながら歩くという歩き方も、このような基本姿勢と体重移動を意識することによって、見た目にも美しく、また健康にもよい歩き方へとシフトさせることができます。

先日のようせいフォーラムでも議論されたように、姿勢や歩き方にはそれぞれの文化や伝統により継承された特徴があります。上記で説明したような立ち姿勢や歩き方の基礎技術は、重心を上を意識し、適度に胸や肩を張り、一步の歩幅を大きめに意識するなど、西洋的な要素を取り入れた形式です。ですが、現実には形式云々に関わらず、姿勢や歩き方そのものについての意識自体が向かないことが多いのではないかと思いますので、どのように教育に取り入れていくか、ということも課題としつつ、学会の中でも大きなテーマとなっている人間の「姿勢」について今後も検討し、関わっていただけると考えています。



日本養生学会第 15 回大会 に参加して



学会の運営を経験して

学会という場所で、受付という重要な役割を任せられました。最初は本当に出来るのか不安な気持ちがありましたが、先生方が優しく丁寧に教えてくれたため、不安な気持ちもなくなり、落ち着いて仕事をすることが出来ました。

受付は、出欠確認だけではなく、大切なお金の扱いもあったので、みんなで分担して、自分の役割を果たすことが出来ました。3、4人が一斉に来たときは、どこからやればいいのか分からなくなって、テンパってしまったりしましたが、ミスもなく乗り切ることが出来たのでよかったです。また、受付の横で物品販売などを行っていましたが、受付をやることで精一杯だったため、そこまで頭が回らず、なかなか宣伝出来ませんでした。今回の学会では、研究発表会への参加に加えて、受付業務を任せられ、普段は経験出来ないことを多くさせてもらえました。また、次の日本養生学会にも参加し、いろいろお手伝いさせていただきたいと思います。その時には、もっと余裕をもてるよになりたいと思いました。

(佐藤三友紀)

関東学園大学経済学部経営学科
スポーツマネジメントコース

3年 甲田 希美

3年 松村 麻美

2年 佐藤三友紀

研究発表をして

初めての学会だったので緊張しました。自分たちが調べてきたことを上手く伝えることができるか心配でしたが、無事終わることができました。発表をしたことにより、たくさんの方の専門知識を学ぶことができ、とても貴重な濃い2日間をおくることができました。私の研究は姿勢と関係があるものだったので、シンポジウムでは姿勢について様々な分野から学ぶことができました。姿勢とは、バレエや日本舞踊にとっても関係深いことが分かり、改めて姿勢の奥深さが分かりました。やはりバレエや日本舞踊をやられている方の立ち姿を見ると、とても綺麗でした。山村先生の演技は私たちもとても夢中になることができました。山伏神楽の演舞も、太鼓に迫力があり、本当に素晴らしいものを見せていただきました。皆さんから刺激を受けて、自分の興味のあることをとことん研究して行くことは、とても楽しいことだと思いましたし、今やっている足の測定を、今後さらに研究を進めていきたいと思いました。

(甲田希美)

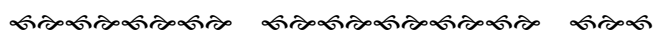
私は学会というものに初めて参加させていただきました。そして、その場で発表するというのも初めてでした。学校で発表の練習をしてきてはいたしましたが、とても緊張していました。しかし、1日目から準備や受付、懇親会等で多くの先生方とお話させていただくうちに少し緊張が和らいでいました。発表の時間になり、自分の順番がくるまでにまた緊張してしまいました。それでも、自分にできることを精一杯やろうと思い、発表に臨みました。聞いている方々に聞きやすいよう心掛けて発表しました。それもあって、発表時間を少しオーバーしてしまいました。先生方からの質問には、しっかり答えることができたかどうかはわかりませんが、自分なりに答えることができてよかったと思いました。

今回、このような会に参加させていただいたことで、多くのことを学びました。今後もこの経験を活かし、勉強を続けていきたいです。

(松村麻美)

私は、発表を行うのではなく先輩方の発表の手伝いということで参加させていただきました。私は、人前に立って何かをするのが苦手で、なかなか自分から積極的にやることはありません。しかし今回の発表を見て、もっと人前に立つ練習をしなければいけないと思えました。そして、気を抜いてしまった部分があったので最後まで集中出来るようにしたいと思えました。先輩方の堂々とした発表はとても素晴らしく、見習っていきたいと思えます。このようなことを反省点として、次は私も発表できるよう勉強していきたいと思えます。

(佐藤三友紀)



川越散策に参加して

とにかく、雨が降っていてとても寒かったです。そのお陰か、1つの傘を2人で共有することによって距離も縮まり、会話が多くなりました。川越は、昔からずっと残っている建物が多く、街全体の雰囲気がとても落ち着きがあり良かったです。雨のため、閉まっているお店も多かったのですが、また機会があれば来たいと思いました。学会(勉強)の後で、このようなレクリエーション(研修?)をするのは、とてもいいと思います。ただ、時間が遅かったため美術館に行けなかったのが残念でした。

ただ、いろいろ美味しいものを皆さんにいただきました。「ごちそうさん！」長〜い麩菓子にはびっくりしました。横澤先生からいただいた中にあんこが入っている餡子餡がおいしかったです。寒かったので、たいやきが美味しかったです！少し昔の食べ物ばかりで、やはり研修なんだなとみんなで話しました。いろいろお世話になりました。ありがとうございました。See you next Annual Meeting!



(甲田希美、松村麻美、佐藤三友紀)

この1年を振り返って



関東学園大学
天野 勝弘

はじめに

ニューズレター担当の方より、最近の私の活動について原稿を書いてくれと依頼されました。正直、面倒だなという思いもありましたが、自分のやったことをしっかり振り返るのは、とても有意義なことです。こうした機会でもないとなかなかできないことですので、今は大変感謝しています。

この1年は本当にいろいろなことをしてきました。身になることもあります。そうでない活動も多くありました。身になるとは、私たちの職業では、論文や書籍の公表、それに学会報告もありますが、そうした活動を指します。また、学生の面倒を見ることも成果物として形にならなくとも、重要な活動で、身(実)になる活動に含んでいいのでしょうか。学会の運営の仕事も、身(実)になる活動でしょうね。しかし、世間が評価できる成果ということだと、形にならなければなりません。ただ、そればかりに走るのも私には不向きなようです。結局は、バランスが大事ということです。その意味で、この1年を総括すると、やや形としての成果が不足していると、あらためて思います。

そこで、この原稿はこうしたことすべてを含ませていただきたいと思います。成果報告だけですと、ボリューム的にも質的にも、貧相なものになってしまからです。内容は、私の日記みたいなものなので、みなさんにはおもしろくないかもしれません。その点も、お許しください。それでも、何らかの参考になれば幸いです。

1. 幼稚園における姿勢教育

先の日本養生学会の研究発表を聞いていただいた会員の方はご存じですが、栃木県のF幼稚園で姿勢教育をすることになりました。その幼稚園は、ヨコミネ式保育を実践している園ですが、さらにより保育を目指して行きたいという考えを持っています。そこで、姿勢教育の導入を提案しましたところ、やっていこうということになりました。成果もすぐに出すというのではなく、何年かかけて、他の園にも提供できるくらいのメソッドに仕上げたいという考えが、私にも園側にもあります。結論から言いますと、この1年間はあまり成果が出ませんでした。ただ、次につながる活動はできたと思います。まず5月、8月、12月、3月に姿勢教育の効果を検証するための測定(運動能力、姿勢測定など)を行いました。私の持っている4つのゼミの学生を動員し、1回25名程度で幼稚園に行き、半日がかりで測定を行いました。かなり大変なイベントですが、学生達への教育効果も期待した活動でした。姿勢教育プログラムは、その測定の間実施されました(計3期間)。運動能力を幼児で評価する難しさや、姿勢教育が運動能力の改善にはなかなか効果がでないことなどが分かりました。また姿勢もどのように評価するのか、さらには姿勢教育そのもののプログラムの吟味など、多くの課題を突きつけられた1年となりました。今年度は、この反省を活かして現在プログラムの構築中です。さらに、投げ教育と走りの教育を新たに加えることになりました。今年からゼミ生がいなくなるので、大がかりな測定はやめます。しかし、4月から卒業生を1名職員として採っていただきましたし、来年4月にもう1名(日本養生学会で発表しました)体育教師として採っていただくことになりましたので、彼女

たちを中心にプログラムを進めていきたいと思っています。この仕事は、私のライフワークと考えています。

2. 産学共同事業

昨年度は、業者の方との仕事も多くありました。成果が出たものもあれば、これからのものもあります。この事業は、基本的には研究費をいただいて、製品開発（ソフトウェアも含む）につなげるというものです。そしてその成果は、次の研究開発の依頼につながるということになるのでしょうか。いずれの事業も、養生という切り口を加えつつ進めていこうと考えています。

(1) ストレッチコットン

2 倍ほどに伸びるタオルのことです。これを運動器具、健康器具として売り出すための、エビデンス検証や、プログラム開発のお手伝いをしました。ストレッチコットンを使った運動の強度を測定したり、数ヶ月間のプログラムの成果を測定したり（筋力、柔軟性、姿勢、アンケートなど）しました。この製品は秋に売り出され、まずまずの売り上げがあったようです。そのお陰で、今年も第 2 弾、第 3 弾として、肩こり解消のためのプログラムの開発や、幼児向けの運動具（主としてコミュニケーション構築ツールとして）の開発の依頼を受けました。

(2) ラクナール

ラクナールは、姿勢矯正や腰痛防止のためのベルト、健康具です。これを、幼児の姿勢教育に使えないかということで依頼を受け、現在研究を進めています。先の幼稚園における姿勢教育にも用いましたが、なかなか成果が上がりません。また、ゴルフの練習具に改良するというプロジェクトを先日いただきました。早速、協力してくれる学生を決めましたので、その学生と知り合いのプロゴルファーとともに、今年 1 年かけて製品化を目指して行きます。

(3) 靴選びのための足型計測システム

ある紳士服販売会社が、効率的にお客さんに合った靴選びをするために、足の計測システムを制作したいという要望があり、その開発に加わらせていただきました。この内容は先の日本養生学会で私のゼミ生が発表しました。足の計測システム自体は結構出回っているのですが、より安価で確かなものという要望です。そのために、少々精度を落として計測をすることになりますが、データで裏付ける作業をすることにし、その部分を私が担当しました。学会で発表した学生にも加わってもらい、研究を進めています。学生にとってもよい勉強機会になりますし、この内容を、彼女の将来に結びつく、子どもの足の計測にも応用しようと考えています。ようやく試作機ができるところまで来ました。最終的には数百店舗にこの機器が導入される計画ですので、何とか結実させたいと思っています。

(4) ボートレーサーのサポート

競艇、今はボートレースと呼びます。この選手達の競技力向上プロジェクトに参加させていただいています。今のところは、ボートレーサーに必要な体力評価、心理面のサポート、戦術の分析を行っていますが、まだまだこれからという段階です。ここでも姿勢や日々の生活のあり方など、養生という側面も提供していきたいと思っています。

3. 学生とともに

私たち大学教員は、学生をしっかり教育し、世の中に送り出す義務があります。その内容は画一的でなく、人それぞれのやり方があるはずですが、本学は、経済学部の単科大学ですが、4 年前からスポーツマネジメントコースができ、体育専門（経営学も学びますが）学生が入ってきました。そこで、私の夢だった学生との研究活動ができるようになりました。とはいえ、大学院でもなく、体育といっても主専攻ではないので、共同研究するレベルにはなかなか至らないのが現状です。それでも、昨年あたりから数名の学生が熱心についてきてくれるようになりました。その学生は、日本養生学会に入会し、今年の学会に参加し、研究発表をさせていただきました。

私の先輩が、「卒業生と一緒に仕事をするのが夢だ」と言ったことがあります。例えば、

私は大学院を出て、大学の教員になった後、恩師と共同研究する機会がありました。それも、確かに卒業生と一緒に仕事をする事なのですが、今、私が思っているのは、もっと拡大解釈した仕事のことで、一緒にビジネスという下世話に聞こえるかもしれませんが、やはり何らかの糧が発生するようなものです。そのことを通して生活にも結びつく、お互いに、糧という媒体を通して、責任で結びつく、そうした関係になりたいということです。今年、日本養生学会に参加した学生達は、そうした関係が確実にできあがったわけではありませんが、そのような方向を、私サイドは考えていますし、考えられるようになってきました。

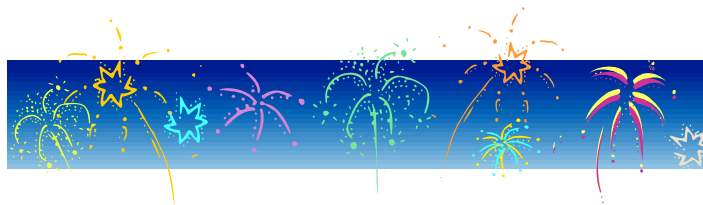
そこで、彼女たちには、今後とも日本養生学会の会員として活動してもらい、継続的に研究発表をしてもらうつもりでいます。また、先日は、日本体育大学の船渡先生の研究室の年次研究発表会にも参加させていただき、発表をさせました。さらに、先の産学共同事業にも、役割分担を決め参加してもらっています。これらの活動は、彼女たちの将来（就職先と就職後の活動）に結びつくものなので、しっかり進めていこうと考えています。

話が前後しますが、昨年1年で次のような教育活動をしました。

1. 大学生の観光まちづくりコンテスト（観光庁など主催）に参加した。河口湖の現地視察などを行い、本選出場を果たし、河口湖町でポスター発表を行った。
2. 昨年に引き続き、大学生のベースボールビジネスアワード2013に応募した。
 - ①スポーツツーリズムからの野球観戦集客の拡大策 – 修学旅行のコンテンツとして –
 - ②元気になる野球観戦グッズの展開①は最終選考まで残ったが、惜しくも落選した。
3. 公共施設で鍼灸師の方々と共同で養生の講座を開催した
 - ①お灸講座
 - ②アロマ講座
4. 本学部活生の競技力向上のための各種測定
心理検査、女子ソフトボール部のスイング動作解析ほか
5. 日本体育大学の小学生の姿勢・歩行測定のお手伝い
本学学生が依頼を受けて、測定の手伝いをした。

おわりに

以上、研究にまつわる件はほとんど出てきませんでした。正直、学生とともに駆け抜けた1年でした。反省も多くありますが、納得もしています。今年は、昨年とはかなり違った展開になりますが、真剣に成果を考える年にしたいと思っています。それは自分のためでもあります。結果的には、学生のため、学会のため、社会のためになると信じております。



2013年決算報告

日本養生学会 2013年 決算 (2013年1月より12月まで)

収入の部

勘定項目	予算額	決算額	△は予算に比較して減	
			差引増減	摘要
①会費収入	350,000	464,000	114,000	年会費5千円(学生千円)
②特別郵送費	5,000	0	△ 5,000	
③研修会	0	0	0	
④繰越金	1,056,214	1,056,214	0	
⑤寄付金	0	0	0	
⑥利息	1,000	4	△ 996	
合計	1,412,214	1,520,218	108,004	

支出の部

勘定項目	予算額	決算額	△は予算に比較して減	
			差引増減	摘要
運営費				
①会議費	50,000	32,262	△ 17,738	
②賃金	40,000	8,000	△ 32,000	
③印刷製本費	100,000	23,480	△ 76,520	ニュースレター等
④通信費	50,000	24,340	△ 25,660	ニュースレター等郵送料
⑤特別郵送費	5,000	0	△ 5,000	
⑥消耗品費	30,000	41,686	11,686	
⑦交通費	100,000	34,800	△ 65,200	
⑧雑料	5,000	0	△ 5,000	
⑨広報宣伝費	20,000	21,600	1,600	インターネットHP代等
⑩慶弔費	5,000	0	△ 5,000	
⑪予備費	10,000	0	△ 10,000	
(運営費小計)	415,000	186,168	△ 228,832	
事業費				
①日本養生学会第12回大会	150,000	150,000	0	大会運営費補助
②海外研修会補助	100,000	0	△ 100,000	準備および研修先経費等
③国内研修会	150,000	0	△ 150,000	運営費補助
④ようせいサロン	0	5,200	△ 144,800	ようせいサロン茶菓代等
⑤研究プロジェクト推進費	100,000	100,000	0	研究プロジェクト推進
(事業費小計)	500,000	255,200	△ 244,800	
収入総計	1,412,214	1,520,218	108,004	
支出合計	915,000	441,368	△ 473,632	
次年度繰越	497,214	1,078,850	581,636	

監査の結果、上記に相違ありません

2014年 2月 9日

日本養生学会

監事 梶野英之 

監事 平野御子 

会費納入のお願い

一般会員 5,000円
学生会員 1,000円

平成26年度会費を下記の口座にお振込み下さいますようお願いいたします。

ゆうちょ銀行
口座番号:00100-0-472757
口座名:日本養生学会

『日々是養生』 yousei

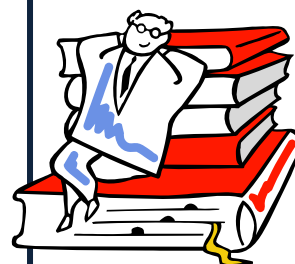


太田正和先生（岡山理科大学名誉教授）はこれまでの多くの教育研究功勞に対し、本年5月13日に平成26年春の叙勲にて、瑞宝中綬章を受章されました。心からお祝いを申し上げます。おめでとうございます。

遠藤です。本年3月31日をもって筑波大学を退職致しました。今は非常勤をやりながら、相変わらず学生と楽しく授業をやっています。思っていた以上に、退職後にもやらなければならないことは沢山あり、気分は休まるどころか、焦りながら忙しく駆けずり回っています。毎日のように「落ち着きなさい！」と、自らに言い聞かせつつ、少しずつでも良いからと、生活を整えようとしております。

生活基盤が整い次第、研究や研修のお手伝いをさせていただければと願っています。

（遠藤 卓郎）

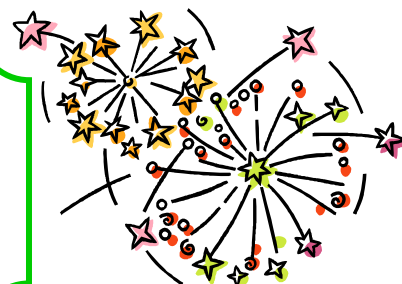


ご無沙汰しています。退職して四年目、今年3月に妹が62歳で亡くなりました。病室で付き添いながら、健康の有難さを噛みしめました。医学が進み、どんなに養生に気を使っても寿命には勝てないのでしょうか？ 90歳を過ぎても田舎で一人住まいする母の気丈さには頭が下がります。今も非常勤として週に2日、太極拳や保育内容研究の授業を担当。元気で寿命の限り太極拳を楽しみ深めたいと願う日々です。

（谷 祝子）

憲法で戦争放棄を宣言してきた日本が戦争できる国になりそうです。この頃の恐ろしい状況に不安を覚えます。私は次世代の一人ひとりの大事ないのちを誰ひとり戦争で失わせたくない。「養生」はいのちを守り、育てることです。まだまだ、私たちには役割がありそうです。

（横澤喜久子）



会員の皆様の近況、著書等の紹介を掲載いたします。ご自分の著書の紹介、寄稿等ございましたら youseigakkai@yahoo.com までご連絡ください！お待ちしております。

ようせいフォーラム 2015

日 時 : 2015年(平成27年)3月

場 所 : 東京女子大学

実行委員長 : 平工 志穂 (東京女子大学)



養生学会ホームページの URL の変更についてのお知らせ

ホームページで告知しておりますが、養生学会ホームページの URL が <http://yosei.gr.jp/> ⇒ <http://yousei.org> に変わりました。よろしく願いいたします。

編集後記

目まぐるしく移り変わる社会に生きる私たちですが、日々の出来事に、人間は何のために科学を発展させてきたのか？現在の享楽を追求するために未来を犠牲にしてよいのか？と疑問を感じ、立ち並ぶビルに囲まれてデジタルに管理され生物としての自分のからだを感じる感性が育つのだろうか？と憂い、人間国宝 志村ふくみさんの『祈りは最高の科学』という言葉に、古より自然に挑みながらも共存してきた人類のありかたを思い、よりよく生きるための「養生」が社会に反映されることを願うばかりです。

「WA KI AI AI」、「日々是養生」コーナーへのご寄稿は下記編集委員までご連絡ください。お待ちいたしております。

連絡先 : youseigakkai@yahoo.co.jp

(KANETA & FURUYA)

