

# 全日本護身武道連盟新聞

大きな信用は  
小さな約束  
と実行の積み  
重ねである

第77号  
令和5年9月4日

NPO法人  
全日本護身武道連盟  
護身武道 小林会本部 発行責任

**派遣事業**：我孫子市生涯学習出前講座  
人に優しく、力を技での「気合せ」実践講座

**日時** 2023年8月30日 9:30~11:50

**場所** 我孫子市若松 26・4  
アビスタ 1階ホール

**出向者** 講師 小林慧彦護身武道・小林会館長  
長島東葛道場長 中武城北道場長  
市川上野道場長 中野指導員助手  
陳助手、吉岡助手、  
吉岡助手の祖母、母、妹

**依頼団体** A B I K O O 3  
**参加人数** 大人8名、子ども12名

**進行** 市川大地 本部指導員  
それは、2023年度生涯学習出前講座に優しく、力を技での「気合せ」実践講座を、時間前ですが始めたいと思います。よろしくお願ひします。

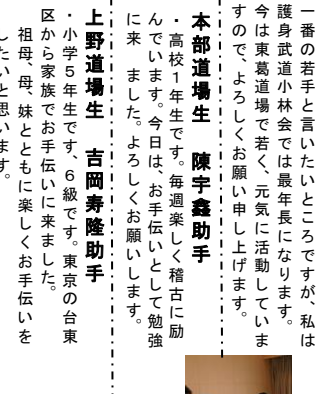
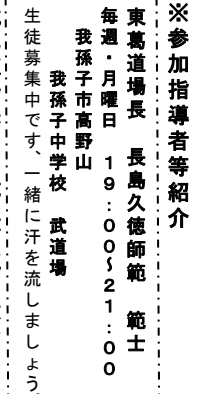
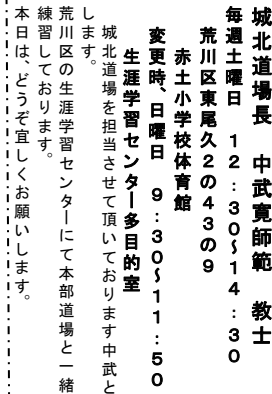
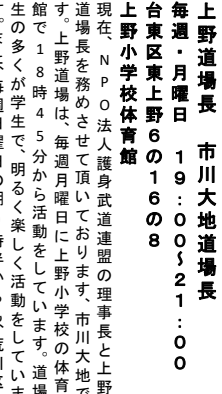
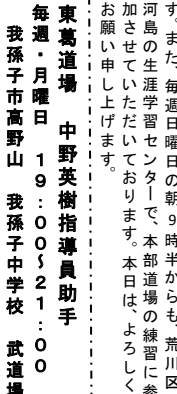
**サークル挨拶** 竹内彩乃さん  
おはようございます。ABIKOO3の竹内です。このサークルは3年前の、社会教育サークルの仲間と子供達です。今回、親子で身体を動かすこのテーマで出前講座の申し込みました。よろしくお願ひします。

**講師挨拶** 小林慧彦 護身武道小林会館長  
講座の意義について  
大きな声をだしてあいさつをしましょう。  
おはようございます。  
今講座では、「親子で身体を動かそう!」のテーマに沿って実践したいと思います。  
武道等の経験がなく、護身術等の受講されたことがない方が多いので護身術と護身武道とは、技の理解を深め探求していきたいと思います。護身術は、護身武道は、技に対する考え方は同じですが、勝つことのみならず負けることもまた勝つことでもあると見なされています。子供達の皆さんには、いじめられたいいじめたり、しないさせない・人創りを心がけていきます。  
皆さんには、今回の講座により護身に対する考え方と、護身することの無い様覚えていただくと思えます。動いてお話ししていただく大きな間違いを避けたいことにはなりません。動きを生かすこと、護身の本質は一番大切なことなわけで、それ「生兵法は我のものと」とならないよう、まずは有事の時に「声を出すこと」、「出せること」を心がけましょう。多少見分が広がることで、心の安定が図れることが出来るよう実施項目を持ちかえてください。柔軟な対応が可能になるよう生活の中で生かしていただければと思います。楽しく学んでいただきたいと思います。

東葛道場 中野英樹指導員助手  
毎週・月曜日 19:00~21:00  
我孫子市高野山 我孫子中学校 武道場  
一番の若手と言いたいところですが、私は護身武道小林会では最年長になります。  
今は東葛道場で若く、元気に活動しています。ですので、よろしくお願ひ申し上げます。

本部道場生 陳宇鑫助手  
高校1年生です。毎週楽しく稽古に励んでいます。今日は、お手伝いとして勉強に来ました。よろしくお願ひ申し上げます。

上野道場生 吉岡寿隆助手  
小学5年生です。6級です。東京の台東区から家族でお手伝いに来ました。祖母、母、妹とともに楽しくお手伝いをしたいと思います。



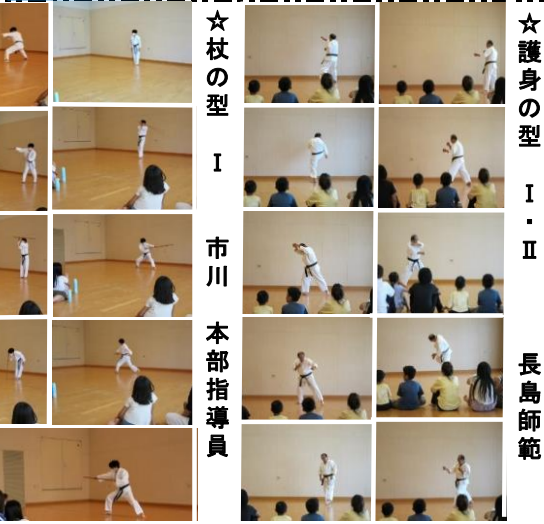
**進行準備説明**

※ストレッチ  
中武師範  
ゆつくりと  
後ろ受け身  
で立とう

※基本練習  
長島師範

◎逆技こうもり傘  
八寸ひしぎ関連  
指導 中武師範

その他の抜き技等  
☆多 後ろより首絞め・・・指はがし技  
☆多 掴みの前に・・・松葉打ち  
☆合合せ◎選手からの中手骨攻落し



☆100人掛り⑦、⑨中武・市川  
☆杖の型 I 市川 本部指導員  
☆護身の型 I・II 長島師範  
☆短刀取り・二種 中武・市川

☆腕掛攻 長島・中武  
演武各種 (足捌き、肘、親指を上に注意)

☆腕掛攻 長島・中武  
演武各種 (足捌き、肘、親指を上に注意)

☆腕掛攻 長島・中武  
演武各種 (足捌き、肘、親指を上に注意)

※講話  
ご苦労様でした。お疲れさまでした。講座における成果はいかがでしたでしょうか？挨拶でも述べましたが、過信せず、今できることを全力で行うこととです。技として有事の時に使用できることは限られています。フリーズしないようにすることが、今日経験したことを思いだします。日頃からの心がけです。心構えが大切です。有事の時、柔軟な対応が必要です。スケジュールの備考欄にも掲載してありますが、心のありようは、心を水にして折に触れこに力することです。私も、日頃より心がけているところです。何につけても、生き抜くことが一番大切なことなです。命はかけがえないものです。自分の命を大切にすることは、他を大切にすることにほかなりません。家族、コミュニティ等においても共有されるものが望ましいことと考えています。自分を認める、犠牲になること等疑問に感ずるところは、勇気についてのあり方への折、今日この講座が何かの形でお役に立つことが出来れば幸いです。

※講話  
ご苦労様でした。お疲れさまでした。講座における成果はいかがでしたでしょうか？挨拶でも述べましたが、過信せず、今できることを全力で行うこととです。技として有事の時に使用できることは限られています。フリーズしないようにすることが、今日経験したことを思いだします。日頃からの心がけです。心構えが大切です。有事の時、柔軟な対応が必要です。スケジュールの備考欄にも掲載してありますが、心のありようは、心を水にして折に触れこに力することです。私も、日頃より心がけているところです。何につけても、生き抜くことが一番大切なことなです。命はかけがえないものです。自分の命を大切にすることは、他を大切にすることにほかなりません。家族、コミュニティ等においても共有されるものが望ましいことと考えています。自分を認める、犠牲になること等疑問に感ずるところは、勇気についてのあり方への折、今日この講座が何かの形でお役に立つことが出来れば幸いです。

※講話  
ご苦労様でした。お疲れさまでした。講座における成果はいかがでしたでしょうか？挨拶でも述べましたが、過信せず、今できることを全力で行うこととです。技として有事の時に使用できることは限られています。フリーズしないようにすることが、今日経験したことを思いだします。日頃からの心がけです。心構えが大切です。有事の時、柔軟な対応が必要です。スケジュールの備考欄にも掲載してありますが、心のありようは、心を水にして折に触れこに力することです。私も、日頃より心がけているところです。何につけても、生き抜くことが一番大切なことなです。命はかけがえないものです。自分の命を大切にすることは、他を大切にすることにほかなりません。家族、コミュニティ等においても共有されるものが望ましいことと考えています。自分を認める、犠牲になること等疑問に感ずるところは、勇気についてのあり方への折、今日この講座が何かの形でお役に立つことが出来れば幸いです。

※講話  
ご苦労様でした。お疲れさまでした。講座における成果はいかがでしたでしょうか？挨拶でも述べましたが、過信せず、今できることを全力で行うこととです。技として有事の時に使用できることは限られています。フリーズしないようにすることが、今日経験したことを思いだします。日頃からの心がけです。心構えが大切です。有事の時、柔軟な対応が必要です。スケジュールの備考欄にも掲載してありますが、心のありようは、心を水にして折に触れこに力することです。私も、日頃より心がけているところです。何につけても、生き抜くことが一番大切なことなです。命はかけがえないものです。自分の命を大切にすることは、他を大切にすることにほかなりません。家族、コミュニティ等においても共有されるものが望ましいことと考えています。自分を認める、犠牲になること等疑問に感ずるところは、勇気についてのあり方への折、今日この講座が何かの形でお役に立つことが出来れば幸いです。

※質疑応答  
・夜道で後ろからつけてこられるような場合  
・姉妹喧嘩における対応  
・電車内での痴漢対応  
※クールダウン 中武師範

※質疑応答  
・夜道で後ろからつけてこられるような場合  
・姉妹喧嘩における対応  
・電車内での痴漢対応  
※クールダウン 中武師範

※質疑応答  
・夜道で後ろからつけてこられるような場合  
・姉妹喧嘩における対応  
・電車内での痴漢対応  
※クールダウン 中武師範

※質疑応答  
・夜道で後ろからつけてこられるような場合  
・姉妹喧嘩における対応  
・電車内での痴漢対応  
※クールダウン 中武師範



我孫子市生涯学習出前講座：人に優しく、力を技での「気合せ」実践講座  
市川大地 上野道場長

※終了挨拶 長島師範  
お疲れさまでした。  
いろいろな技を行いました。なかなか実際に使えないところはありますが、これからの生活の中で、何かお役に立つことがあれば幸いです。人に優しく、力を技での「気合せ」を実践していただきたく思います。以上終了といたします。

※終了挨拶 長島師範  
お疲れさまでした。  
いろいろな技を行いました。なかなか実際に使えないところはありますが、これからの生活の中で、何かお役に立つことがあれば幸いです。人に優しく、力を技での「気合せ」を実践していただきたく思います。以上終了といたします。