

日本養生学会研修部
担当：久保隆彦 張 勇
2006年11月27日

日本養生学会各位

ようせいサロンのお知らせ

平成18年度第8回ようせいサロンでは瀬戸健介氏（明治学院大学非常勤講師）に、「身を守る」というテーマで話題提供をいただきました。「身を守る」ことこそ「養生・生きる力を養う」の根本であり、いのちを守る大原点と考えます。そのいのちを守る多くの要素の中から日常生活の中で護身術「襲われないようにする。逃げる。襲われた時に身を守る」という基本的考え方、実践、練習などをテキスト「健康なからだの基礎 - 養生の実践」をもとに紹介されました。また、先生の歩まれる空手道は技術、体力とともに心の修行、人間の生き方の追求にあり、同時に大いに読書し、学問することによってこそ品格が高められると語られました。参加者はゆっくりと和やかに自由な意見交換をし、有意義な「ようせいサロン」でした。

さて、次回の第9回「ようせいサロン」を開催いたしたく、ここにお知らせいたします。

2006年度 第9回「ようせいサロン」

1. 日時：2006年12月16日（土）13:30～16:30
2. 話題提供者：足立美和氏（横浜国立大学・東京女子大学非常勤講師）
テーマ： からだ気づき
からだ気づきのご紹介、よいからだの使い方、よい姿勢の作り方等について実践を通してご紹介いただきます。
3. 場所：立教大学 池袋校舎12号館 地下1F 第一会議室
住所：東京都豊島区西池袋3-34-1
アクセス：池袋駅（JR山手線、西武池袋線、丸の内線） 徒歩10分
地図：<http://www.rikkyo.ne.jp/grp/kohoka/campusnavi/ikebukuro/index.html>
立教大学のホームページで検索してご参照下さい。

懇親会（忘年会）

この「ようせいサロン」は、皆様のご協力をいただき、とても有意義であるという評価を受け、引き続き来年度の「ようせいサロン」をより一層新しく展開していきたいと考えています。よろしく願いいたします。今回は2006年最後であり、「ようせいサロン」終了後、懇親会（忘年会）を計画しています。どうぞ、皆様のご参加をお待ちしております。

日時：「第9回ようせいサロン」終了後 17:00～19:30

会場：ようせいサロン会場近隣（当日ご案内いたします）

豊島区西池袋3-29-2 三原ビル2F TEL：03-3590-2773

<http://www.ieraishan.com>

会費：5,000円（自己負担）

連絡先：張 勇 長野県立短期大学

電話：026-234-0221×315 FAX：026-235-0026

E-mail：QYN03152@nifty.ne.jp

第9回「ようせいサロン」、「懇親会（忘年会）」の出欠については12月11日（月）までに担当者：張までにお返事をください。

ようせいサロン（ ）出席 懇親会（ ）出席
（ ）欠席 （ ）欠席