

Newsletter

Hokkaido Aikido Federation, No.8, Spring 2026

《小中学生イベント特集号》

「第4回北海道小中学生合気道強化練習会」が終了しました！

2026年5月16日、北海道立総合体育センター（北海きたえーる）にて、「第4回・北海道小中学生合気大会」が開催されました。昨年に続き土曜日開催となってしまいましたが、例年と変わりなく、多くの子供たち・保護者の方々に会場にお集まり頂きました。ここに深く感謝いたします。今回の小中学生を含め、4回連続で参加してくれている参加者もいます。本人だけでなく、保護者の方々も、お子さんの成長を実感されているのではないかと思います。来年はいよいよ節目の5年目を迎えます。軌道に乗ってきた小中学生強化練習会を今後ともよろしく願いいたします。

北海道合気道連盟理事長 佐藤 圭史

第4回・北海道小中学生合気道強化練習会協力団体（8道連盟加盟団体）

合気道神武錬成塾札幌教室 / 合気道張碓道場 / 合気道室蘭道場 / あいきのまなびや / 胆振合気会 / 岩見沢合気道会 / 札幌合気道会 / 道央合気道会 /

第4回・北海道小中学生合気道強化練習会協力員（23名）

芳賀信治（神武） / 齋藤厚作（神武） / 岡崎哲也（神武） / 五十嵐隆行（張碓） /
石黒真由美（張碓） / 宮腰真理（張碓） / 古村允（張碓） / 林佐紀（張碓） /
石黒朋佳（張碓） / 川越敬子（札幌） / 林竜（札幌） / 菅原敏幸（札幌） /
君田伸之（札幌） / 柴田徹（札幌） / 藤江淳（札幌） / 牧野真人（札幌） /
蒔田浩平（札幌） / 近藤幹菜（札幌） / 平川勝気（札幌） / 後藤健太（道央） /
後藤康太（道央） / 木村雅子（道央） / 藤崎良枝（道央）



第4回北海道小中学生合気道強化練習会小委員会（5名）

五十嵐隆行 / 佐藤圭史
芳賀信治 / 林幸恵

川越敬子

写真提供:

石黒 真由美（張碓）

合気道新聞

道連盟会報記事執筆:

林 竜（札幌）

講師・協力員の先生方の感想

林 竜 先生、札幌合気道会（ふな漕ぎ運動）

今回は「ふな漕ぎ運動」の担当でした。プログラムの一番初めということで、開始前に佐藤理事長より、大いに盛り上げてくれとのお言葉でした。ご期待に添えたか心許ないところではありますが、大きく声を出してもらおうと思って、自分も大きく声を出し精一杯やらせていただきました。子供たちも元気よく答えてくれていたように思います。

その後もお手伝いいたしましたが、最初はモジモジしていた子供たちも、少しずつ慣れて周りとも打ち解け、楽しんで稽古していたようでした。良い思い出になってくれたらと思います。本年度も運営、指導、補助の皆様、保護者の方々、本当にありがとうございました。



後藤 健太 先生、道央合気道会（準備体操、全体稽古）



少年少女錬成大会では、全体体操と全体稽古を担当させて頂きました。相對動作での轉換法、一教と天地投げ形を行いました。それぞれの道場の特色もあり、良い交流ができたと思いました。

先生達も子どもの補助にまわって頂き、助かりました。函館道場のジョスリン先生が今回、不参加だったので、昨年参加した子どもからは、今年は英語の先生が来ていなくて残念との声もありました。演武大会もちょうど時間も良かったと思います。来年もこの様にできると嬉しいです。運営していただいた事務局の皆様、お疲れ様でした。ありがとうございました。

川越 敬子 先生、札幌合気道会（上級クラス）

このたび初めて参加させていただき、上級者の子どもたちがいるクラスを担当させて頂きました。上級者ということもあり、普段の基本技だけではなく少し難しい技にも挑戦してもらいました。座り技での正面打ち一教、正面打ち入り身投げ、そして立ち技の正面打ち二教、片手取り回転投げを致しました。難しいながらも子どもたちは、真剣な眼差しで「見て、聞き」理解しようとする姿勢がとても印象的でした。また稽古中は楽しく集中し礼儀をわきま上級者らしい、しっかりとした姿勢や技に驚かされました。難しさを感じながらも技を覚え成長していく姿は指導する側としても大きな喜びです。これからも子供たちを見守りながら共に成長していければと思います。



芳賀 信治 先生、合気道神武錬成塾札幌教室（中級クラス）

毎年、他道場で合気道をしている子供たちと一緒に稽古させて頂く機会を頂き、感謝しております。多くの支援者の皆様に助けられ、保護者の方々にも合気道を理解して頂ける機会を頂き感謝致します。今後、日常稽古や非日常の演武等で間違っても失敗しても楽しいと思える子供たちになれることを願い、指導が出来るように心掛けて精進してまいります。



後藤 康太 先生、道央合気道会（初級Aクラス）

初めて参加させて頂きましたが多くの小中学生が参加され、とても有意義な会だったのではと思いました。私自身は初級Aグループの指導をさせて頂きましたが、他の道場の子達と稽古する事が新鮮に感じて居たと思います。最初は恥ずかしいのか、なかなか組を作れない子が居ましたが稽古が進むにつれて仲良く稽古して居たのが印象的でした。



五十嵐 隆行 先生、合気道張碓道場（初級Bクラス）

今回の練習会では、初級Bクラス(高学年中心)を担当させていただきました。基本的な受け身を確認した後は、できるだけ多くの技を掛け合い、いろいろな道場の子供達と稽古することができるよう心掛けました。後半で天地返しという少し難しい技を行ったのですが、最初はやったことがない・分からないと言っていた子供達も、最後は思い切り良く投げられるようになり、その覚えの早さに感心させられました。今年で4回目の大会でしたが、初々しさとともに、何度か参加している子供達の逞しさも感じました。指導された先生方、お手伝いの皆様、そしていつも合気道へご理解をいただいているご家族の皆様、ありがとうございました。



☆三 協力員の方々の感想 ☆三

☆ 木村 雅子 先生（道央合気道会、アナウンス担当）

練習会では小中学生が多く集まり、道場内が人であふれていましたが、怪我やトラブルがなくて安心しました。保護者の方は子どもたちの成長や、他の道場の取り組みを見られる良い機会になったと思います。今年で練習会も四回目ですが、年々暑くなってきたので、今後は途中で一斉に水分補給休憩も必要になるかもしれないと感じました。参加した子ども、見学した保護者が楽しめたなら嬉しいです。

☆ 藤崎 良枝 先生（道央合気道会、タイムキープ担当）

元気良く楽しげに稽古をする姿は、大人にも笑顔を分けてくれます。初めて参加した方は戸惑いや不安を感じた事だと思います。強化練習会は子供達にとって他の会の方々と稽古をする数少ない機会ですので、積極的に普段とは違う人と組んでお互いに良い刺激を受けてほしいと感じました。

稽古風景 1



稽古風景 2



稽古風景 3



稽古風景 4



稽古風景 5



稽古風景 6



稽古風景 7



稽古風景 8



参加者の感想（演武順）

【道央合気道会】

◇ 木下 花音（きのした かのん、小5、初級A）

とても、勉強になりました。とくに、ちがう会の人とたくさん練習できて、よかったです。発表会の時はちょっとだけきんちょうしました。だけど、せいこうしてよかったです。ぜひ、こんどもやりたいです。先生方、本当に本当にありがとうございました。



◇ 新井 晴太（あらい はると、小3、初級A）

体調が悪くて見学だった。でも見て学ぶ事ができました。見て学ぶ事は、やってみるのとはちがうけど、かんさつして学ぶ事もできた。

◇ 川邊 夕愛（かわべ ゆあ、小2、初級A）

少し、きんちょうしたところもあったけど、みなさんが見てくれているので、うれしい気持ちになりました。ですが、まちがってしまうときもありました。そのときは、少しはずかしい気持ちにもなってしまうときもあったけれど、うれしい気持ちでいっぱいでした。さいごには、みなさんから、はくしゅもいっぱいもらったので、そのときはうれしい気持ちでいっぱいでした。

◇ 武田 結奈（たけだ ゆな、小3、初級B）

色々なゲームや技・技は少しむずかしかったけど、ゲームや楽しいものがあったので、がんばれました。むずかしい技だったけど、お手本をみたから、とてもいいかんじにできたと思います。

◇ 楠木 悠生（くすき はるき、小3、初級B）

合気道を練習している人々が、ぼくが思っていたよりもはるかに多くてびっくりしました。転換の時にくんでもらった人が、みどり帯で、始めてみどり色の帯を見たので何級か気になりました。ふなこぎ運動をいっぱいのにんずうでやると、いきがそろうとは思わなかったけれど、そろったのですごいと思いました。

◇ 中村 旭（なかむら あさひ、小3、初級B）

あいきどうでは、いろいろなあいきどうの人がいて、いろいろな帯を見つけました。いろいろな人とやったから、少しきんちょうしました。

◇ 石川 稔（いしかわ みのる、小6、初級B）

小中学生合気道強化練習会がありました。まず来た時に恵庭の会の人々が3人だけだと気づいて、同じ恵庭の会の人を探しました。ちゃんと2人を見つけられました。次に思ったことは、緑帯の人が多くてびっくりしたことと、「自信がない人」と言われた時に、たくさんの人

が手をあげていたことをおぼえています。握手して相手をたおすもので負けてくやしかったです。今度の強化練習会も、稽古もがんばります。



◇ 佐伯 洗希（さえき こうき、中2、初級B）

小中学生合気道強化練習会では新たな人との交流を中心に練習をしていました。最初は、気まずくて声をかけていなく余った人達と組んでいたが、何回かやっている気まずいと思っている人は自分だけじゃないことに気づき、最後あたりでは自分から声をかけられるようになり色々な人と仲良くなることができたり、他の会の人には自分の知ってる技と少し違っていてそれぞれの会ごとにやり方が異なることを知った。

◇ 佐伯 萌々花（さえき ももか、小6、初級B）

私的に、強化練習会は、子どもの成長を見るところなのかなと思います。去年も参加したけど、コミュニケーションと、毎日の練習が大切です。いつもやっている技だったから、よかったけど、来年は、わからないので、家でも練習していきたいなと思いました。先生に教えてもらった技を生かして、審査にいどみたいなと思います。あと、合気道は、身のきけんをまもってくれる、すばらしいぶどうだと思います。

◇ 小向 春綺（こむかい はるき、小6、初級B）

5月16日に合気道強化練習会に参加しました。きたえーるは家から少し遠いですが、車で送ってもらいました。きたえーるには早めに着いたのですが知らない子がたくさんいて、とても緊張しました。練習会では他の道場の子とも一緒に練習しましたが話をする事なく、名前もわからないまま終わったのは、残念でした。

◇ 新井 佐和子（あらい さわこ、中1、初級B）

初めて参加したけど、面白かったです。教室によって、似ている技でもちがうところがあって、あと、上手い人とたくさん練習できて、楽しかったです。機会があったらまた参加したいです。

◇ 中原 悠月（なかはら ゆづき、中1、中級）

今回の北海道合気道連盟小中学生合気道強化練習会では、英語のダンスがなく、少しがっかりしましたが、昔よく一緒に稽古に行ってた古き友と会えました。今回このような席を設けてくださいますと心から感謝いたします。ありがとうございました。

◇ 大月 創汰（おおつき そうた、小6、中級）

ふなこぎ運動で、大きな声で、「えいほ」「えいさ」といえました。全体けいこでは、5人中

4人がおなじ会の人だったけど、1人はちがう会の人とできてよかったです。体術ゲームの、手をにぎるやつでほかの会の人とやれて楽しかったです。発表会では、一番長く演武をする6分だったけど、できてよかったです。

◇ 平尾 柁（ひらお しゅう、中2、中級）

後半足をいためてしまって、できなかったけど前半は、先生方におしえてもらった注意点をおもいだし、技をできたので、これからも先生方の話を聞いて稽古に取り組みたいと思います。

◇ 中村 春翔（なかむら はると、中2、中級）

この強化練習会を通じて今までにならなかったものを、他の道場の人と組んで練習できる、いい機会になった。他の人とも組めるのが、すごく楽しいと感じた。一方で多勢の前で発表をするのが、きん張したがそれ以上にグループ稽古で新しい技も覚えられて、分かりやすい練習ができてよかった。この練習会は今後も積極的に参加していきたい。

◇ 阿部 百合乃（あべ ゆりの、中3、上級）

小中学生合気道強化練習会に参加して、色々な学びを得ることが出来ました。普段は関わりがない他の会の人達と一緒に稽古したり、他の会の先生に技を教えて頂いたり新鮮な稽古が出来てとても楽しかったです。現在中学三年生で来年から小中学生合気道強化練習会に参加出来ないのは悲しいですが、今年参加出来て良かったです。演武発表会では、他の会の技を見て自分の会と比較出来て良い学びになりました。上級クラスの先生に体術ゲームのコツを教えて頂いたり、普段の稽古で活かせる体験が出来たと思います。これからの稽古に小中学生合気強化練習での学びを活かせるよう日々頑張ります。

◇ 尾崎 友思（おざき ゆうし、中3、上級）

今回の小中学生合気道強化練習会に参加して、他の道場の人たちと稽古してみて、今までは緊張していただけれど、今回はあまり緊張しないでできたのでよかったです。あと他の道場の人たちとやることがこういった時にしかないのもっと多くの人とやっていきたいなと思いました。

【合気道張碓道場】

◇ 奥村 葉凧（おくむら かな、小6、中級）

私は、合気道強化練習会で学んだことがあります。その技は動かないで、相手を倒す事です。その動きを目で追っても理解できませんでした。始めると、相手もよく理解していません。そこで教えてください先生が丁寧に手を使って教えてください、より理解が深まりました。

それが私の学んだ事です。これで不審者が来てもカッコ良く対抗出来るようになりました。

◇ 砂川 慈宙（すながわ ちから、小5、中級）

わたしは、この会が4回目なんですけど、一番気合がこもってて気合がはまりました。沖なわに、ひっこすのでさいごの会だったから楽しかったです。



◇ 湯口 篤己 (ゆぐち あつき、小5、中級)

きたえーるでの大会に小2から4年連続で出場した。準備体操や全体稽古のほか、中級者グループでの稽古や体術ゲームなど、全ての種目を全力で楽しめた。特に発表会の演武は今までで一番上手く出来たと思う。四年間で成長できた実感を自信に変えて、これからも合気道を続けたい。

◇ 高山 純一 (たかやま じゅんいち、中級、小5)

強化練習会で楽しかったことは演武と、グループでのけいこです。どうしてかと言うと大ぜいの同年代の人たちと稽古ができて、しげきをうけ明日からの学習、生活、けいこにはげみになりました。昨年よりも楽しかったです。来年の強化練習会も楽しみです。



◇ 藤田 あみ (ふじた あみ、小5、中級)

私は、きたえーるで合気道をしました。最初は緊張したけどだんだんなれてきて、弟と演武しました。二分三十秒間は、小手返し、四方投げ、天地投げ、すみ落としをやりました。とても楽しかったです。

◇ 奥村 莉帆 (おくむら りほ、小4、中級)

私は、合気道強化練習会に行って、きんちょうと、ふあんがありました。なぜなら、初めての人たちとあって、ちがう道じょうの人とやるということが、きんちょうしていました。そして、二人で、わざを3分間やるので、まだわざがきまっていなかったことと、しっぱいしなかなったというのが、ふあんでした。でも、やり始めたら楽しいという気持ちができる、きんちょうは、なくならなかったけど、ふあんは、なくなって、楽しくなりました。

◇ 藤田 健太郎 (ふじた けんたろう、小3、中級)

ぼくは、きたえーるで合気道をしました。少しだけきんちょうしたけどたのしく合気道ができてよかったです。またやりたいです。

◇ 砂川 慈歩 (すながわ いちほ、小3、中級)

一番さいしょのたいそうがとてもたのしかったです。あと中きゅうがやったわざがたのしかったです。

◇ 三谷 凜桜 (みたに りお、中3、上級)

今回も練習会を開催してくださった皆様に感謝致します。第一回から参加した私も今回で四回目となりました。初めて参加した時はとても緊張しながら参加した事を思い出します。来年は、高校生になれたなら、お手伝いとして参加したいと考えています。練習会に参加すると不

思議なことが起きます。道場ではできない苦手な技ができるようになるのです。これで三回目です。他の道場の生徒さんから、とてもよい刺激を受けたからなのではないでしょうか？偶然が重なって始めることになった合気道は私の大好きな趣味となっています。これからも合気道を続けていきたいです。

◇ 小牧 蓮（こまき れん、中3、上級）

僕が今回の北海道小中学生合気道強化練習会で特に印象に残っていることは二つあります。1つ目は、グループ別稽古です。なぜなら北海道の同年代の人で合気道を習っている人が思ったより多かったからです。そして同じ技でも先生によってすこし技のしかたなどにちがいがあったことです。2つ目は演武です。道場によって演武のし方に違いがありおどろきました。

◇ 山岸 航（やまぎし わたる、中1、上級）

今回の強化練習会、去年はクラス別稽古で上級なのに間違えて中級に行ってしまったけれど、今年は間違えずに上級で稽古した。普段やらない技を色々な人と組むことができ、いい経験になったと思います。演武では特に難しい技はしなかったけれども楽しかったです。次回も参加したいです。

【合気道神武錬成塾

札幌教室】



◇ 木村 優月（きむら ゆづき、小2、初級A）

さいしょ、こわい、ドキドキした。みんなといっしょに練習ができてよかったです。たくさんの方の前で演武して良かったです。次もまた絶対に行きたいと思います。

◇ 由良 咲美（ゆら さきみ、小3、初級A）

練習会を楽しみにしていました。練習も楽しかったです。たくさんの方と一緒に練習が出来て、とても良かったです。

◇ 上田 健直（うえだ たけなお 小3、初級A）

せんしゅう、ぼくは合気道の強化れんしゅう会に行きました。はじめて行って見て、人が多かったのさいしょはふあんでした。けれど後からどんどん楽しくなりました。もっと合気道をじょうずになりたいです。楽しかった。

◇ 吉岡 美咲（よしおか みさき、小5、初級B）

1番楽しかったのはゲームをしたことです。今までしたことのないゲームだったので盛り上がったし、色々な教室の人たちと交流できて楽しかったです。演武は初めての体験だったけど、あまり緊張せずできました。来年も参加したいです。

◇ 岡崎 紘汰（おかざき こうた小3、中級）

ほかのどうじょうの人と、けいこをできて楽しかったし、2人友だちになれてうれしかったです。すみおとしゲーム1かいせんで負けちゃったけど、楽しかったです。

◇ 岡崎 祐汰（おかざき ゆうた、小5、中級）

きたえーる楽しかったです。なんで楽しかったかというと、1つ目は最初のえんぶ会が楽しかったです。ちがう道場の子とできて、良かったです。2つ目はすみおとしゲームです。ぼくは全部いけたので、うれしかったです。

◇ 齋藤 里帆（さいとう りほ、小4、上級）

上級のすわりわざや、かたどりが、とてもむずかしかったです。すみおとしゲームは1回目でまけてくやしかったです。演武は技がスムーズにできました。

◇ 齋藤 佑湊（さいとう ゆうり、小6、上級）

きたえーるでの練習会は上級・中級・初級の3つに分かれていました。上級では座り技やかたどりの技をしました。技を教えてくれる先生がちがったので、いつもと少しちがってびっくりしました。すみ落としゲームでは1回目と2回目は勝ったけど3回目はすぐに引っぱられてしまって負けてしまったけど楽しかったです。演武では6分の時間でいろいろな技ができたと思います。

◇ 岡崎 ひより（おかざき ひより、中2、上級）

私は第一回から参加しています。今回も、たくさんの人とけいこすることができて、とても刺激的な時間となりました。とくに、他の道場の人と技を練習したりたくさんの人に演武を見てもらい、いつもとは違う、充実した練習になり、楽しかったです。また来年も参加したいと思います。

【札幌合気道会】

◇ 牧野 駿介（まきの しゅんすけ、小4、初級A）

土曜日に合気道の練習会がありました。はじめに準備運動をやりました。全体稽古は次々にかける、かけられる、人が変わります。次にグループ分けをやりました。グループ分けの中にある、しっこうでオニごっこをするのが楽しかったです。

オニにつかまえないように逃げました。次に体じゅつゲームというものをやりました。相手と握手をしてぴっぴたり倒したりするゲームです。休けいの時に水をのみました、休けいの後に発表会をやりました。緊張せずにできました、一教と入り身投げを間違えちゃったけど楽しかったです。

◇ 秋葉 千鶴（あきば ちづる、小4、初級A）

合気道強化練習会では、参加する前少し緊張しました。けれども、先生たちが優しくてとてもやりやすかったです。しかも初級だったので、簡単な動きが多くてとても分かりやすかったです。発表会では練習もあまりしていなかったのですが、できないと思いましたが技が簡単だったので上手く出来ました。参加してみて思ったことは、初級、中級ではかなり違うと思いました。終わった後、たくさん動いて疲れたし足も痛かったです。練習会で強くなれた気がします。次、練習会があったら楽しかったのでまた参加したいです。



◇ 葛西 巧真（かさい たくま、小4、初級A）

今日、きたえーるで合気道の練習会がありました。豊平橋から地下道できたえーるにつながってました。入ったら人が思ったよりずっと多かったです、ドキドキしました。畳がかたく感じられました、投げられると痛かったです。「しっこう」で氷オニをしたのが一番楽しかったです。教えてくれた先生たちや相手をしてくれた人はみんな優しかったです。来年はもっと強くなりたいです、強くなって投げたいです。だから練習を頑張ります。



◇ 高田 琥生（たかだ こう、小5、中級）

チーム分けをした時、ぼくは中級でした。最初にやったのは呼吸法の四種類です。ですがどれも知らない技で、お手本を見ながら必死にやりました。第二回、第三回、第四回とかやってきて、少しずつ上手くなってきていると思うので、これからも参加したいです。

◇ 菅原 陽（すがわら よう、小5、中級）

ぼくは、合気道をはじめて2年たちました。最初は上手に相手をなげることが難しかったけど身体の動きを何回も練習したら上手くできるようになりました。これからも新しい技を覚えたいです。

◇ 菅原 凜（すがわら りん、中1、上級）

合気道の稽古でぼくは相手の力を利用して技をかけるおもしろさを知りました。最初は力まかせに動いていました。うまくいかなかったけど先生のまねをして何回も練習したら上手くなりました。これからも続けていきたいです。

◇ 加藤 翔真（かとう しょうま、小6、上級）

みんなで技などを学んで、とても上達できた。そして前にいた道場の人たちにも会って話が出来て楽しかった。そして何より親にかっこいい姿を見せたのでいい練習になった。

◇ 永田 鳳（ながた しおん、中2、上級）

私は、今まで第一、二、三回とも参加してきました。そして今回の第四回も参加させて頂きました。今回は今までとは少し異なるやり方ではありましたが、すごく楽しかったです。特に楽しかったのは、グループ分け稽古と体術ゲームでした。グループ分け稽古は今までと同じ人ではなく川越先生が担当していて座り技や掛かり稽古などをしました。座り技では、一教や入り身をしましたが、座り技は足の運び方が難しかったです。また掛かり稽古では、回転投げをしました。一人一人がどんどん他の人に技を掛けていきました。自分の番になったとき、スムーズに掛けようと思ったのですが、あまりスムーズに決まらなかったのが、今後の普段の合気

道で練習をしようと思います。今回の第四回北海道小中学生合気道強化練習会を通して、他の合気会のことについて知ることができました。今回の練習会を活かして、今後もより一層、合気道を頑張って励んでいきたいと思っています。

【胆振合気会】

◇ 南出 歩夢 (みなみで あゆむ、小6、中級)

自分は、最初は室蘭の桜祭りに行けなくてガッカリしてたけど... やっていくうちに楽しくなってきた。練習が終わるまで桜祭りのこと忘れてました。初心者の人にも上手かった。演武会は、他の人が終わっていくうちにちょっとずつ緊張していったけどいざとなると緊張がどこかに行って夢中ですぐに終わってあれ？こんな早く終わるものだな～思いました。



◇ 岡出 藍希 (おかいで あいき、中1、中級)

3月に始めてからそんなにたっていないけど結構楽しめました。回り的人達が上手だったからもっと稽古して技をおぼえて次もまた来ます。桜祭りには行きたかったけど練習会に来て良かったです。

【岩見沢合気道会】

◇ 升元 勝悟 (ますもと しょうご、小3、初級A)

ぼくは、札幌で開催された合気道強化練習会にはじめて参加しました。まず最初に、たいこの音が大きくてびっくりしました。つぎに、知らない帯の色の子と練習したとき、動きがはやくて、強いんだなあと思いました。エステラとみんなの前でえんぶをやって、最後のわざができなくて悲しかったです。さいごに、知らない人と練習できて強くなった気がしました。またいきたいです。



◇ 佐藤 レミリア (さとう れみりあ、小6、中級)

強化練習会で心に残ったことは、色々な人とけいこしたことです。まず、みんなとけいこして、次に中級の人達とけいこできました。前の練習会より、みんなとうまくできて、知らない人ともできて良かったです。次の練習会でもみんなと楽しくやっていきたいです。

◇ 佐藤 エステラ (さとう えすてら、小3、初級A)

すみおとしゲームで、いきのこったのがうれしかった。前回りうけみや、わざをれん習できたから、うまくなった気がした！！😊来年も行きたいです(^_^)

◇ 佐藤 ミリアム（さとう みりあむ、小1、初級A）

みりあむはつよいよ。すみおとしかちました。あいきどうつづけたいです。あいきどうたのしい。みんなにあってうれしかったです😊。あいきどううまくなった。あいきどうよかった。

【合気道室蘭道場】

◇ 矢場 廉士郎（やば れんしろう、小5、初級B）

受身を先生に褒めてもらえて嬉しかったです。また、膝行で鬼ごっこをしたことが、とても楽しかったです。



あいきのまなびや・胆振・岩見沢・室蘭集合写真

【あいきのまなびや】

◇ 久保田 雅也（くぼた まさや、小6、中級）

三回目の強化練習会でした。今回も様々な道場の色々な人たちと沢山稽古することが出来、とても楽しかったし、先生方の指導等も勉強になりました。ぜひともこれから生かしていきたいと思います。今回演武には参加しなかったのですが、皆さんの演武を見て、「うまいなあ」ととても参考になりました。本当にあっという間の二時間でした。ぜひ来年も参加したいです。

稽古風景 9



稽古風景 10



稽古風景 11



稽古風景 12



稽古風景 1 3



稽古風景 1 4



第 4 回・北海道小中学生合気道強化練習会プログラム

		時間	内容
	会場入り・受付	13:15~13:45	この時間帯に会場にお集まりください！
	写真撮影	13:45~	全体写真と各道場写真を撮ります。【道場写真】道央→張碓→神武→札幌→岩見沢・まなびや・胆振・室蘭（演武順）
①	開会式	14:00	みんなで元気に挨拶しましょう！
②	ふなこぎ運動	14:00~	はやし先生と一緒に気合いを入れよう！
③	準備体操	14:05~	気合いが入ったところで、ごとう先生と一緒に体をほぐそう。
④	全体稽古	14:15~	ひきつづき、ごとう先生の指導で、みんなで一緒に稽古しよう！
⑥	グループ分け 稽古	14:30~ 15:15	◇ 上級者（かわごえ先生）／中級者（はが先生） ◇ 初級者 A（ごとう先生）／初級者 B（いがらし先生）
⑦	体術ゲーム	15:15~	勝ち負けじゃない、一緒にやったことが大切だ！
⑧	休憩	15:20~	
⑨	発表会	15:30~	1. 道央合気道会 (6分) 2. 合気道張碓道場 (3分) 3. 合気道神武錬成塾札幌教室 (6分) 4. 札幌合気道会 (3分) 5. 胆振合気会、岩見沢合気道会 (3分)
⑩	閉会式	16:00	お疲れ様でした！先生方、保護者の皆様にも感謝！

編集者より：ニュースレターで案内出来るイベント情報がありましたらご連絡下さい。合気道、技法に関する雑観等、募集しております。経験年数は問いません。投稿お待ちしております。

連絡先：katurazawa@gmail.com 郵送希望の方は Tel : 070-2005-4296) までご連絡下さい。

北海道合気道連盟理事長／岩見沢合気道会 佐藤 圭史