

火	水	木	金	土	日
<b>1</b> 【体塾】 10時半～12時 (今野) 整体 (指導) & 個人レッスン 今野	<b>2</b> 【体塾】 10時半～12時 (松岡) 「穴追い講座」(体験者のみ) 12時半～14時半 (松岡) 整体 (指導) & 個人レッスン 松岡	<b>3</b> 【体塾】 10時半～12時 (今野) 「坐禅入門」 13時～15時半 (藤田一照) ※講座後 サロン有 ※指導後 心 (& 体) 塾有 整体 (指導) & 鍼灸整体 & 個人レッスン 浄潤・佐野	<b>4</b> 【体塾】 10時半～12時 (松岡) 整体 (指導) & 個人レッスン 松岡	<b>5</b> 【体 (& 整体) 塾】 10時半～12時 (永井) 整体 (指導) & 個人レッスン 永井・松岡	<b>6</b> 【体 (& 心) 塾】 10時半～12時 (松岡) 「穴追い講座」(体験者のみ) 12時半～14時半 (松岡) 整体 (指導) & 個人レッスン 今野・松岡
<b>8</b> 【体 (& 整体) 塾】 10時半～12時 (今野) 「満月会」 12時15分～ (浄潤 & よしき) 14時15分 ※講座後 サロン有 ※指導後 心 (& 体) 塾有 満月整体 (指導) & 個人レッスン 浄潤	<b>9</b> 「舞踏コース」 11時～12時45分迄! (舞踏: 芝崎三朗 演奏: 浄潤) 「整体塾 (穴追い)」13～14時半 (浄潤) ※講座後 サロン有 ※指導後 心 (& 体) 塾有 整体 (指導) & 個人レッスン 浄潤	<b>10</b> ●「研修会」 〈整体の学校アフターフォロー〉 整体の学校マスターコースに向けて 13時～15時半 (浄潤) ※何と13時～30分位 ユーチューブ撮影風景を 見ることが出来ます!	<b>11</b> 【体 (& 整体) 塾】 10時半～12時 (松岡) 整体 (指導) & 個人レッスン 松岡	← 「整体の学校 in 東京道場」 →	
<b>15</b> 【体塾】 10時半～12時 (今野) 整体 (指導) & 個人レッスン 今野	<b>16</b> 【体塾】 10時半～12時 (松岡) 整体 (指導) & 個人レッスン 松岡	<b>17</b> 【体塾】 10時半～12時 (今野) 整体 (指導) & 個人レッスン 今野・松岡・浄潤 (遠隔整体受付日)	<b>18</b> 【体塾】 10時半～12時 (松岡) 整体 (指導) & 個人レッスン 松岡	<b>19</b> 【体塾】 10時半～12時 (松岡) 整体 (指導) & 個人レッスン 松岡	<b>20</b> 【体塾】 10時半～12時 (今野) 整体 (指導) & 個人レッスン 今野・松岡
<b>22</b> 【体 (& 心) 塾】 10時半～12時 (今野) 「氣道入門会」(予約制) 14時～16時 (今野) 整体 (指導) & 個人レッスン 今野	<b>23</b> 【体塾】 10時半～12時 (松岡) 「青空禅講座」13時～ (伊藤充隆) 15時半 ※講座後 サロン有 ※指導後 心 (& 体) 塾有 整体 (指導) & 個人レッスン 浄潤・松岡	<b>24</b> 「新月会」 11時～13時半 (氣道入門会) (浄潤 & 竹内 直) ※講座後 サロン有 ※指導後 心 (& 体) 塾有 新月整体 (指導) & 鍼灸整体 & 個人レッスン 浄潤・佐野・松岡	<b>25</b> 【体 (& 整体) 塾】 10時半～12時 (松岡) 整体 (指導) & 個人レッスン 松岡	<b>26</b> 「整体法マスターコース①」 11時～16時位 (浄潤) 整体 (指導) & 鍼灸整体 & 個人レッスン 浄潤・佐野・永井・松岡	<b>27</b> 「整体法マスターコース②」 11時～15時 (浄潤) 整体 (指導) & 個人レッスン 永井・松岡
<b>29</b> 湘南道場指導日 12時～14時 (浄潤) (エントリーのみ受付: 045-261-3300) ※定期的に受けられている方と 一度でも湘南道場に いらしたことがある方優先	<b>30</b> 【体塾】 10時半～12時 (松岡) 「整体塾」 12時半～14時 (松岡) 整体 (指導) & 個人レッスン 松岡	今月の目玉講座を太枠で囲みました。 (by 浄潤) お薦めは「氣道」創立記念日 23 日に開催される「青空禅」です。その為にこそ 3 日の「坐禅入門」があります。 三番目のお薦めは「茶道一禅一氣道」。京都 (関西) なので三番目にしましたが実はこれが一番とっていい。(何より長年の企画実現ですから) 四番目以降はコラボ講座でなく、新しく生まれ変わった「氣道入門会」! お体を観察した上で、あなただけに合ったプログラムを提示します! ★三種の神技「氣道フルコース」もご体験ください!! (①体塾&②温泉 (マコモ風呂)③整体指導) ★「心 (& 体) 塾」とは、瞑想 (坐禅) も少し行なう時間です。			

### 霜月 (11月) の整体法

先月のこのコーナー「神無月 (10月) の整体法」で書きましたように、この季節は何かの症状があれば、とにかく起床直後の足湯がとても有効です。

(寝ている時に足が冷える方は寝しなも行うと良いでしょう。  
 ※ただ、寝しな入浴は禁物です。  
 人間の体は酒のお潤いではありませんから、熱ければ浴やそうと働きます。ですから、せめて体の火照りがおさまってから床につく事、そうでない却って冷えてしまうのです)

なお、自分では冷えたという実感が無くとも、**「冷えの急処」**が狭くなっていれば冷えの影響を受けています。

(実はそういう方は夏にもかなり多く (!) つまり一年中、慢性的な冷えをかかえているといつていいでしょう。  
 石原結貴医師によるとそうした冷えが慢性病の殆どの原因になっているとのこと)

整体法では、そうした冷えの影響を**「冷えの急処」**で取る事が出来ます。

(※特に注意が必要なのは、首の後ろからの冷えです。めまいや頭痛、この時期に多い突発性難聴の原因になっています。

耳に異常感がなくとも気持ち沈む時もう。その場合は「聞こえない側」の足首回しと恥骨の角を押さえ、首の真中 (中頸=C4) を蒸しタオルで温め、乳様突起に輸氣をします。子供の場合は中耳炎になる事もあるので側腹と内踝下に輸氣したあと足湯をすること!)

※もう一つ、大変お薦めなのが**「温熱療法」**です。これは三井とめ子女史が6万人以上の癌患者を救ったことで有名な方法です。(しかも食事療法の指導もなく!)

私たちは、更に改良した**「温熱療法」**を、「受けながら、やり方を覚えられる」システムで紹介しています。(1時間枠 (実質50分程度) 8千円)

肩こり、腰痛、生理痛だけでなく、あらゆる症状に「すぐに」[簡単に]適用できます。

家庭用の小さなアイロンが最高の治療器になります。そうした症状や慢性病になる前に、「ぜひ、一生に一度」は受けて置き、行い方を覚えてほしく願っています。

ぜひ以下までお問合せ下さい。  
 Tel: 045-261-3300  
 Fax: 045-261-3304 (24時間受付)  
 (長谷川浄潤)



※ 整体 (指導) & 「個人レッスン」の時間は担当指導者によって異なります。(浄潤 (遠隔整体受付日) という記載の日は遠隔整体のみ承ります)  
 ※ 「個人レッスン」の時間枠で「夢コーチング!」や「0リングテスト」「温熱 (アイロン) 療法」「鍼灸整体」等もお受け頂けます (東京道場も同様)。  
 ↑それぞれのチラシをお持ちでない方は以下までご連絡下さい。(急ぎお送りします!)

※各講座については  
 会報内を  
 ご参照ください!



・各種ご予約やお問合せは、以下で承っております。(電話受付 12時半～17時半/月曜 & 第5週は休業)

<https://npo-kido.com/>

〒231-0045 神奈川県横浜市中区伊勢佐木町5-127 Tel/045-261-3300 Fax/045-261-3304 (24時間受付)

氣道  検索

2022

11

東京道場の日程は裏面をご覧ください

## 個人指導 (整体指導・個人レッスン) & 講座スケジュール!

月	火	水	木	金	土	日
1 	1 整体 (指導) & 個人レッスン 12時~20時半 (担当: 永井)	2 整体 (指導) & 個人レッスン & 鍼灸整体 13時~17時 (担当: 佐野)	3 	4 	5 整体 (指導) 12時~13時 (担当: 浄潤)	6 「夢への愉氣」 & 穴追い講座 (埼玉支部開所式!) 11時~14時 (浄潤) @整体 ゆら
	7 整体 (指導) & 個人レッスン 12時~20時半 (担当: 永井)	8 満月整体 (指導) & 個人レッスン 12時~20時半 (担当: 永井)	9 整体 (指導) & 個人レッスン & 鍼灸整体 14時~17時 (担当: 佐野)	10  あなたに合った 氣道をお伝えします	11 大掃除 9時~13時 ★お手伝い募集 (045-261-3300) 【氣道入門会】(予約制) 15時半~17時半 (永井)	12 【整体の学校⑨】 11時~15時 (浄潤) 整体 (指導) & 個人レッスン & 鍼灸整体 15時20分~17時半 (担当: 浄潤・櫻井・佐野・永井・松岡)
14 整体 (指導) & 個人レッスン 12時~20時半 (担当: 永井)	15 	16 【体(&心)塾】 10時半~12時 (永井) 【整体塾】 12時15分~13時45分 (浄潤) ※指導後 心 (&体) 塾有 整体 (指導) & 個人レッスン & 鍼灸整体 14時~16時 (担当: 浄潤・佐野)	17  ※整体 (指導) & 個人レッスンのみ 整体 (指導) & 個人レッスン & 鍼灸整体 11時~15時 (担当: 浄潤・佐野)	18 	19 【体(&心)塾】 10時半~12時 (佐野) 【整体塾】 12時半~14時半 (佐野) 整体 (指導) & 個人レッスン & 鍼灸整体 15時~17時 (担当: 佐野)	20 【体(&心)塾】 10時半~12時 (永井) 【アイロン講座】 12時半~15時 (永井) 整体 (指導) & 個人レッスン 15時半~17時 (担当: 永井)
21 整体 (指導) & 個人レッスン 12時~20時半 (担当: 永井)	22 整体 (指導) & 個人レッスン 12時~20時半 (担当: 永井)	23 	24 	18~19 [芦屋] ※連絡先: 045-261-3300 整体 (指導) (担当: 浄潤) ※指導後 心 (&体) 塾有		20 [京都 (栖賢寺)] 【茶道と氣道】 11時半~14時半位 (浄潤) 整体 (指導) (担当: 浄潤)
28 整体 (指導) & 個人レッスン 12時~20時半 (担当: 永井)	29 新月整体 (指導) & 個人レッスン 12時~20時半 (担当: 永井)	30 整体 (指導) & 個人レッスン & 鍼灸整体 13時~17時 (担当: 佐野)			25 	26 ←「整体法マスターコース in 横浜道場」→
						27 ※「鍼灸整体」、ぜひご体験下さい! (担当: 佐野) ※「氣道入門会」は予約制です。 ※●印は会員限定の講座です。

### ●料金

- 整体指導
  - ・会員 5,000円 (30分枠 (※佐野 20分枠))
  - ・長谷川: 会員 8,000円 (5~10分)
- 初めての方
  - ・8,000円 (1時間程度)
  - ・長谷川: 11,000円 (一時間前にはいらっしやっして下さい)
- 個人 (&グループ) レッスン (お薦め!)
  - 1時間枠 (50分程度): 会員 10,000円 (佐野担当 12,000円、浄潤担当 50,000円)
  - ※当会でやっているほぼ全ての内容を学んで頂けます。詳細はチラシをご請求下さい (無料)。
- 温熱 (アイロン) 療法: 5,000円 (↑行く方も学べるのは個人レッスンにて!)
- 鍼灸整体 (40分): 7,500円
- ★なお講座については 会報同封チラシをご参照下さい。

### ●ご予約

- 横浜道場 東京道場 関西方面
- 全て横浜道場にて受付。
- 火曜日~日曜日 (第5週を除く)  
12時半~17時半  
☎045-261-3300  
(緊急時以外は前日迄にご連絡下さい)
- ★ご予約をキャンセルされる場合は、指導日前営業日までにご連絡下さい。当日の場合は遠隔愉氣に替えさせて頂きますので指導料はいただくこととなります旨、ご了承下さい。

### ●おすすめ!

当会で最もお薦めしたいのは個人指導 (整体指導) & 「個人レッスン」ですが、体質改善や深いリラクゼーションのためには、当会オリジナルの「鍼灸整体」や「アイロン療法」などもぜひご活用下さい。

※なお関東では横浜道場だけで公開の「マコモ風呂 (横浜)」や「体塾」、「温熱療法」と併用されると驚くべき相乗効果があります!

(また、それらの効果を最大限に引き出す【心の学校】(=愉氣の学校) は) あらゆる意味でお薦め! でもご興味のあるものからどうぞ!

横浜道場の日程は裏面をご覧ください

# 11

2022

※体質改善への近道! 【体塾】は「体の学校」への準備&アフターフォローではありますが、定期的に活用されることによって体質は激変します。(一般の方もご参加頂けます。一般: 2500円・会員: 2000円) お得な月謝制度 (→4回: 6000円、8回: 11000円) や回数券 (3ヶ月有効: 17000円) もございます (会員限定)。(東京・横浜共通。「体塾」の他「松岡担当の整体塾」にもご利用頂けます)



氣道協会

東京道場

〒130-0022 東京都墨田区江東橋5-2-6 深谷木材興  
Tel & fax / 03-5600-0242 (指導日のみ受付)