

## 個人指導 (整体指導・個人レッスン) & 講座スケジュール!

## 文月(7月)の整体法

月	火	水	木	金	土	日	
1	2 【体塾】 10時半～12時(今野)	3 整体法習得コース in東京	4 研修会in東京	5 整体法習得コース in東京	6 「新月生ライブ 活元&瞑想会」 11時～12時半(生演奏BGMよしき&浄潤) 11時～16時(浄潤)【心の学校】in横浜 *健康法master(=【体の学校】卒業生)は参加OK ※講座後サロンの有 新月整体(指導)&個人レッスン 浄潤 15時20分→(講座参加者以外)	7 「七夕会」 14時半～16時(浄潤) (生演奏BGMよしき&浄潤) 【心の学校】in横浜 *健康法master(=【体の学校】卒業生)は参加OK ※講座後サロンの有 整体(指導)&個人レッスン 浄潤 16時20分→(7名)	
8	9 【体塾】 10時半～12時(今野)	10 【体塾】 (運動法) 10時半～12時(松岡)	11	12	13 整体法習得コース in横浜(ゆっくりコース) 愉氣の伝授 11時～13時(浄潤) 活点操法 11時～13時(櫻井) 観察～援助 13時15分～16時(佐野) まとめ 13時15分～16時(永井) ※講座後サロンの有 砂浴合宿(in古所海岸by今野)	14 整体法習得コース in横浜(ゆっくりコース) 整体(指導)&個人レッスン 浄潤 13時半～14時半 佐野 16時20分～18時 松岡 17時半～19時 整体(指導)&個人レッスン 浄潤 11時～12時 櫻井・松岡 17時～19時	
15	16 【体塾】 10時半～12時(今野) 【氣道体験会】 14時～16時(今野)	17 整体法習得コース in東京 誰でもすぐに行ける自由 「舞踏&自動運動コース」 11時～12時40分(芝崎) 生演奏BGM金剛 ※予約不要 ※講座後サロンの有 初心者歓迎	18	19	20	21 「新月生ライブ &満月」 11時～13時(櫻井)	
砂浴合宿 (in古所海岸by今野)	整体(指導)&個人レッスン 今野 12時半～13時半 16時半～19時	整体(指導)&個人レッスン 浄潤 13時～14時→	整体(指導)&個人レッスン 浄潤 16時20分→(6名)	整体(指導)&個人レッスン 浄潤 16時20分→(6名)	整体(指導)&個人レッスン 櫻井 13時半～16時	【氣道祭】 11時～16時の中自由参加(ゲスト講師&浄潤)	【滝行合宿】 (in洒水・夕日の滝by松岡)
22 「快医学&野口整体 による整体指導」 湘南道場 11時→(3名)(我妻&浄潤)	23 【体塾】 10時半～12時(今野)	24 【体塾】 (運動法) 10時半～12時(松岡)	25	26	27 【体塾】 10時半～12時(松岡)	28 【体塾】 10時半～12時(今野) ●【整体塾】 12時半～14時(松岡)	
問合せ→浄潤先生に直接 口頭にてお願いします	整体(指導)&個人レッスン 今野 12時半～19時	整体(指導)&個人レッスン 松岡 12時半～18時	整体(指導)&個人レッスン 浄潤 (遠隔整体予約日)	整体(指導)&個人レッスン 松岡 12時半～19時	整体(指導)&個人レッスン 今野・松岡 14時半～19時	整体(指導)&個人レッスン 今野・松岡 14時半～19時	
29	30	31	<p>今月は、東京道場での「整体塾(コッ【整体の学校】)」はお休みです。 その代わりに「集中コース」と埼玉支部であります(声屋も予定)。ぜひご参加下さい。 さらに氣道祭・砂浴・滝行・新月・満月・舞踏コースとおすすめのものばかり!! みなさまのご参加お待ちしております。</p>				

いよいよ夏!  
——例年、体も心も旧暦同様、6月下旬位から夏入りします。  
そして呼吸器が活発になるため、行動力が出てきます。  
一年は一生の流れと似ています。  
(春に誕生し、冬に旅立ち。  
ですから、春(赤ちゃん時季)からの自然な養生で身体を育てた整体の方は、季節にも自然に沿っていきます)  
さて、「夏」の健康法ですが、青年期同様「よく動き、よく遊ぶ」ことが養生になります。  
というより人間の体(=心)はそのように作られています。  
更に言うなら、「発汗の大切さ」でしょう。  
※汗を通して、尿や大便では排泄できない公害物質や農薬、水銀を始めとする残留金属も排泄されます。  
精神的な毒も汗を通して、外に流れていくのです。  
(体と心は一つです)  
※必要であれば風邪も「引く」ことができ、身のクリーニング(排泄)のできるのです。なぜなら風邪の急処と汗の急処は全く同じですから。(胸椎5・10番、腰椎1・5番)そのように、発汗は(そして風邪も)人体にとつて、とても重要なバランス機能の現れなのです。  
ですから、夏を存分に謳歌した人は、その後の季節である秋～冬も実に快適に過ごせます!

ところが…その発汗を邪魔するものがあります。  
(一)。それは冷房です。  
冷房によって発汗しにくくなることだけでなく、それ以上のデメリットは、一度かいた汗が引込んでしまうこと。これを「汗の内攻」というのですが、この汗の内攻が実に様々な悪影響を体や心に及ぼしてしまいます。  
しかも一度内攻した汗はお風呂に入っても出にくい。  
そのため、大股歩きを初めてとして、冷房車から降りた時には足裏筋肉(下股筋)を弛めることを常識にしたい、と30年以上言い続けています。(笑)  
(腰椎5番を通して「汗の急処」である胸椎5番が緩みやすくなるからですが、その胸椎5番自体に愉氣するのも、とても良い方法です)  
また、それらの場処が分からなくとも、後頭部の出っ張りを10～15分蒸しタオルで温めておくと足湯よりも発汗を誘導できます。  
(頭上の場処が分かればそこを6分間でOK!)  
そこには延髄といつて人間が生きている本能の中核があるからです。  
ですから、発汗だけでなく、夏場の頭痛、めまい、発熱その他、風邪のような急性的症状は、それを行うだけで、ほとんど経過してしまいます。  
※なお、上記の場処の分からない方は、整体指導を受ける際に受付の者に遠慮なく聞いてください。  
(あと、肘も冷やさないように!)肘を触って硬かったり冷たかったら温めたあと愉氣をしておく事。心臓や脳(気にしすぎ)などの影響もとれます)  
こんな簡単な事で、秋や冬までもが爽快に過ごせ、体や心(潜在意識)は元気に戻っていくのです。  
(長谷川浄潤)

※整体(指導)&「個人レッスン」の時間と料金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)  
※なお、「個人レッスン」の時間枠で「夢コーチング」や「O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!

## 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	2	3 <b>整体法習得コース in東京(集中コース)</b> 【体の学校】I 11時～16時 総論&自動運動 (浄潤) 最重要呼吸法3種+内観運動 (松岡) 他(体操・リング・自動運動) (永井) *直会あり 整体(指導)&個人レッスン 永井 13時～20時	4 ●「研修会」 13時位～15時位 ※健康法master (=【体の学校】卒業生)は参加OK 整体(指導)&個人レッスン&鍼灸整体 浄潤 11時～13時 佐野 11時～12時20分	5 <b>整体法習得コースin東京(集中コース)</b> 【体の学校】II 11時～16時 ヨガ・食事&横々 (佐野) アイロン療法&皮膚法 (松岡) 総復習・伝授・まとめ (佐野) 整体(指導)&個人レッスン&鍼灸整体 松岡 17時半～18時 佐野 16時20分～17時20分	6 <b>新月</b> 「新月生ライブ 活元&瞑想会」 11時～12時半 心の学校in横浜 「七夕会」 14時半～16時	7	
8	9	10 整体(指導)&個人レッスン 浄潤 13時～15時(15時→)	11 <b>整体法習得コース in東京(集中コース)</b> 整体の学校I 偷氣の伝授(浄潤) 観察～援助(櫻井・久保田) 整体(指導)&個人レッスン 松岡 13時半～18時 佐野 13時20分～17時	12 <b>整体法習得コース in東京(集中コース)</b> 整体の学校II 11時～16時 活点操法 (佐野) まとめ (永井) 整体(指導)&個人レッスン 永井・松岡 16時半～18時	13	14	
15 <b>【整体の学校III】</b> *I&II参加者には「偷氣の伝授」 11時～13時 【体塾】 10時半～12時(永井) 整体(指導)&個人レッスン 永井 13時～20時	16 整体(指導) 11時～13時(浄潤) 埼玉支部 整体(指導)&個人レッスン 永井 13時～20時	17 <b>整体法習得コース in東京(集中コース)</b> 整体の学校advance I 11時～16時 心理① (永井) 観察・腹部 背部 (佐野) 整体(指導)&個人レッスン&鍼灸整体 佐野 15時40分～18時	18	19	20	21	
22	23 <b>【氣道体験会】</b> 10時半～12時半(永井) 整体(指導)&個人レッスン 永井 13時～20時	24 整体(指導)&個人レッスン&鍼灸整体 浄潤 14時→ 佐野 13時～18時	25 <b>整体法習得コース in東京(集中コース)</b> 整体の学校advance II 11時～16時 心理② (永井) 頭部・頸部・操法練習(浄潤) 骨盤 (久保田) *直会あり 整体(指導)&個人レッスン 永井・久保田 16時半～17時半	26 ←12時～15時→ <b>整体法習得コースin東京(集中コース)</b> 整体の学校advance III 11時～16時 心理③・胸部・肩甲骨・上肢①(佐野) 上肢・ゆさぶり他 (佐野) 整体(指導)&個人レッスン&鍼灸整体 佐野 14時20分～17時	27 <b>【空の学校】</b> 復習会 12時～14時半 15時～16時(講座参加者のみ) 【体塾】 10時半～12時(佐野) 【整体塾】 12時半～14時(佐野)	28 11時～12時 芦屋 整体(指導)&個人レッスン 浄潤 11時～12時(6枠)	
29	30 <b>【体塾】</b> 10時半～12時(永井) 整体(指導)&個人レッスン 永井 13時～20時	31 <b>整体法習得コース in東京(集中コース)</b> 整体の学校advance IV 11時～16時 心理④(永井) 下肢(佐野) 浄潤先生質問タイム 14時半～16時 整体(指導)&個人レッスン 浄潤←14時 永井 16時半～18時	※2024年からは「学校」と「塾」とを連動させ、「体塾」はプチ各学校の扱いになっております。各「資格講座案内」をごらん下さい。 ※「鍼灸整体」、ぜひご体験下さい!(担当:佐野) ※「氣道体験会」は予約制です。 ※●印は会員限定の講座です。				

### ●料金

- 個人指導(整体指導のこと)
  - ・会員 6,000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
  - ・会員 9,000円 (1時間程度)
  - ・長谷川:会員 11,000円 (1時間前にはいらっしやって下さい)

- 個人指導&(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)  
※当会で行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:6,000円  
(↑行き方を学ぶのは個人レッスンにて)

- 鍼灸整体(40分):7,500円  
★講座については会報同封チラシをご参照下さい。

### ●ご予約

整体(指導)&個人レッスンは、道場ご来場時またはお電話のみにて承っております。  
(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。  
当日の場合は遠隔偷氣に替えさせていただ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「空の学校」(=偷氣の学校=幸せの学校)です。  
次いでおススメなのは、その為にも整体(指導)や個人レッスンですが、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)」を無料で体験できます!  
「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!

※【体塾】で「体の学校」の内容を全て学ぶことができます。  
定期的に活用されコツコツ学ぶことによって健康法masterになれ、認定書も修得できるようになりました。  
(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



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)

横浜道場の日程は裏面をご覧ください

# 7

2024