

2026年度「氣の講座 栃木会場」のご案内

心身統一合氣道でお伝えしている「氣」は、特別な人だけが持つ特別な力ではなく、誰もが持っていて、誰もが活用できるものです。老若男女どなたでもお学び頂けます。

「氣の講座」では「氣を日常生活に活かす」をテーマに、月1回の講習を通じて、自然な姿勢や心の静め方、氣の呼吸法、氣の体操法や氣圧法（心身統一合氣道に基づく健康法）などをお伝えするセミナーです。また、氣の健康マンスリーコースの学びの場でもあります。

「氣の講座」は心身統一合氣道会の本部講師が指導します。この機会に是非ともご受講ください。

■氣の講座 栃木会場

心身統一合氣道会 栃木セミナールーム
住所 栃木県芳賀郡市貝町大字赤羽 3521-1
TEL. 0285-81-5593（※講習時のみ）
FAX 0285-81-5594

■講師：沢井 柚希（本部講師）

■申込先：心身統一合氣道会 本部事務局
TEL.03-6261-0020/FAX.03-6261-0021
E-MAIL seminar@shinshintoitotsuaikido.org



■日程（毎月1回日曜日 10:00-12:00）

2026年 4/26・5/31・6/28・7/26・8/30・9/27・10/25・11/22・12/20
2027年 1/31・2/28・3/21 ※年度の途中からのご参加も歓迎しております。

■定員 30名

■参加資格

- ・スポーツ・武道のご経験の有無などは一切不問です（高校生以上大人が対象です）。
- ・日本語を解せる方（講習は日本語のみで行われます）。
- ・心身ともに健康な方。なお、通院・投薬などを受けている方は主治医のご了解が必要です。詳しくは下記「注意事項」を参照の上、本部事務局にご相談ください。

■講習内容

自然な姿勢・心の静め方・氣の呼吸法・氣の意志法・氣の体操法・氣圧法（心身統一合氣道に基づく健康法）

■受講料

- ・会員・指導資格者：5,500円(税込)
- ・氣圧法認定者：4,400円(税込)
- ・氣の健康マンスリーコース受講生：コース受講料に含まれます

*心身統一合氣道会に未入会の方

当会に未入会の方は、「氣の講座」の内容をご納得いただいてからご入会いただくために、初回受講時は「受講料：5,500円(税込)のみ（入会金不要）」で受講いただけます。2回目受講時は「入会金：5,500円（2回目のみ受講料不要）」をお納めください。その後は、毎回受講料：5,500円(税込)をお納めください。また、ご入会2年目より「年会費 4,400円/年」を申し受けます（入会初年度は無料）。

■もちもの

動きやすい服装(トレーニングウェア等)、靴下、筆記用具、その他各自必要なもの

■申込方法

- ・申込書をメールまたはFAXにて本部事務局へ送付し、下記の「ゆうちょ銀行」へお振込みをお願いします。
- ・振込の場合 お振込人名は「キノコウザ+受講者名」でお願いします。例「キノコウザ〇〇〇〇」

① ゆうちょ銀行からのお振込みの場合

記号番号：00140-7-603124
口座名：キ マネジメント (カ)

② ゆうちょ銀行以外の金融機関からのお振込みの場合

金融機関名：ゆうちょ銀行
店名：〇一九 (ゼロイチキュウ)
預金種目：当座
口座番号：0603124
口座名：キ マネジメント (カ)

※振り込み手数料につきましてはご負担頂きますようお願い申し上げます。

※KI MANAGEMENT(株)は一般社団法人心身統一合氣道会が費用収納等を業務委託している会社です。

■注意事項（お申込みいただいた時点で注意事項に同意いただいたものとします）

※セミナーの性質上、見学・無料体験はできませんのでご了承下さい。

※事前申込のない受講は承ることができませんので、講習7日前までにお手続きください。

※申込完了後のキャンセルにつきましては、返金は致しかねます。また、キャンセルされた講習会費を他の講習会に充当することはできませんのでご了承ください。

※疾病をお持ちの方、現在通院をされている方は、事前に主治医に本講習にご出席されることをご相談の上、ご了解をお取りいただくようお願い申し上げます。

※セミナールーム・更衣室などでのお食事はご遠慮いただいております。

※講習の内容を録音・撮影また心身統一合気道会の許可なく無断で文書、テキスト等の、あらゆる形のコンテンツに複製、転載、改変、編集、翻訳、送信すること、またはHP、SNS、チラシ等の不特定多数を対象として、掲載されることはご遠慮ください。

2026年度「氣の講座 栃木会場」申込書

◎注意事項に同意した上で、「氣の講座」の受講申し込みをします。

◎申込日：_____年__月__日

| | |
|------------|---|
| お名前 | フリガナ 年齢 才 男 ・ 女 |
| ご所属 | <input type="checkbox"/> 会員・指導資格者（所属の道場教室名→ _____） <input type="checkbox"/> 氣の講座会員 <input type="checkbox"/> 氣の健康マンスリーコース <input type="checkbox"/> 氣の健康ウィークリーコース <input type="checkbox"/> 氣圧法認定者 |
| | <input type="checkbox"/> 非会員（初回：受講料のみ・2回目：入会金のみ） |
| 希望受講日 | _____月 _____日（ _____回目） |
| ご住所 連絡先 | （〒 _____） _____ 都道府県 |
| | TEL または携帯 _____ FAX _____ |
| | メールアドレス _____ |
| 受講きっかけ | <input type="checkbox"/> 書籍を読んで（書籍名 _____） <input type="checkbox"/> ホームページをみて <input type="checkbox"/> ご紹介（ _____ 様） <input type="checkbox"/> その他（ _____ ） |
| 疾病をお持ちの方 | <input type="checkbox"/> 本講座参加について主治医の了解済（主治医の了解の上チェックを入れてください） |

| | |
|-----|---|
| お支払 | <input type="checkbox"/> 銀行振込 振込名義 [_____] 予 定 日 [_____ 月 _____ 日] |
| | <input type="checkbox"/> 窓口支払 [栃木・東京・名古屋・大阪] 予 定 日 [_____ 月 _____ 日] |

2026年度 氣の講座（栃木・東京・名古屋・大阪）カリキュラム

| 月 | 氣の講座 | 氣の健康 マンスリーコース |
|-----|---|------------------|
| 4月 | 「誦句集 1 座右の銘」 「氣の学習の五原則」 「心身統一の四大原則」 「自然な姿勢、氣のテスト」 「全身リラックス運動」 「自己氣圧（首・頭）」 | 基本的な考え方 首、肩上部 |
| 5月 | 「誦句集 2 我が人生の存在価値」 「リーダーの心得五原則」 「心が身体を動かす」 「両脚屈伸運動」 「氣の呼吸法」 | 頭部と脳 |
| 6月 | 「誦句集 3 氣に合するの道」 「対人関係の心得五原則」 「行修十訓（1）宇宙靈性」 「心身統一の四大原則」 「首の運動」 「自己氣圧（顔）」 | 耳、目、副鼻腔 |
| 7月 | 「誦句集 4 心身統一」 「氣の呼吸法の五原則」 「行修十訓（2）万有愛護」 「心身一如と心身統一」 「腕回し屈伸運動」 「氣の呼吸法」 | 背中、肺 |
| 8月 | 「誦句集 5 臍下の一点」 「臍下の一点の五原則」 「行修十訓（3）感謝報恩」 「心身統一の四大原則 1 臍下の一点」 「前後上体伸張運動・左右上体伸張運動」 「自己氣圧（腰）」 | 腰、臀部 |
| 9月 | 「誦句集 6 リラックス」 「リラックスの五原則」 「行修十訓（4）陰徳果報」 「心身統一の四大原則 2 リラックス」 「肩甲骨伸張運動」 「氣の呼吸法」 | 股関節 |
| 10月 | 「誦句集 7 落ち着き」 「落ち着きの五原則」 「行修十訓（5）慈眼温容」 「心身統一の四大原則 3 重みが下」 「舟こぎ運動」 「自己氣圧（膝）」 | 脚、脛、膝 |
| 11月 | 「誦句集 8 プラスの人生」 「氣を出すの五原則」 「行修十訓（6）寛裕大度」 「心身統一の四大原則 4 氣を出す」 「手首の運動」 「氣の呼吸法」 | 足、足首、足指 |
| 12月 | 「誦句集 9 潜在意識」 「氣の意志法の五原則」 「行修十訓（7）深慮明察」 「四大原則の相関関係」 「腕振り運動」 「自己氣圧（肩・肘）」 | 肩、肘 |
| 1月 | 「誦句集 10 争わざるの理」 「心身統一合氣道の五原則」 「行修十訓（8）泰然不動」 「日常の中の心身統一」 「両腕回し屈伸運動」 「氣の呼吸法」 | 手、手首、手指 |
| 2月 | 「誦句集 11 氣の本質」 「氣の指導の五原則」 「行修十訓（9）精氣澆刺」 「日常の中の心身統一」 「左右腕回し運動」 「自己氣圧（腹部）」 | 腹部 |
| 3月 | 「誦句集 12 氣の体操法」 「氣の体操の五原則」 「行修十訓（10）孜々不撓」 「日常の中の心身統一」 「後方転倒運動、柔軟体操」 「氣の呼吸法」 | 腰と血行を良くする |