

No.69 城南太極拳同好会

平成 15 年に公民館の講座からスタートし、城南太極拳が発足しました。12 年間変わらず関一夫先生の熱心なご指導のもと、先生のモットーである“白鶴の舞の如く流れるような美しい太極拳”をめざして稽古に励んでいます。現在は 2 名の指導者が新たに教室を持ち、全会員 67 名（内支部会員 17 名）が 5 教室で活動しています。

稽古日は火曜夜、水曜午前・午後、木曜夜、土曜午前です。地域の 3 ヶ所の公民館でそれぞれ週 1 回の稽古の他、年に 1 度の公民館まつりに参加して地域活動にも貢献しています。

私たちは「同心協力」を大切に考え、稽古日には仲間と語り合い、高めあい楽しい時間を共有し、日頃のストレスも軽減され心身が楽になっています。また自宅に帰ってから復習し、座学でご指導頂く自律神経の働きや呼吸法の健康効果を実践していきたいと考えながら、次の稽古を楽しみにしています。今後は同胞教室との交流も深めていきたいと思っています。

