

平成27年1月19日

「女性部研修会」開催のお知らせ

公益社団法人大田原法人会
女性部長 富塚 キミ

今年の春は 自己研鑽から始めましょう・・・。
2部構成のセミナーを開催致します。
是非お出かけ下さい。

記

日 時 平成27年 2月19日 (木)
午後12時00分～ 午後4時00分
<午前11時50分受付開始・午後12時より～40分まで昼食会>

会 場 大田原市中田原「ニュー勝田屋」 ☎23-4165

内 容 第1部 「遺言書の書き方」教室 12:45～13:50
講師 星野一明 氏 行政書士

第2部 「医療・健康セミナー」 14:00～16:00
(医療格差とセカンドオピニオンの重要性～
～経営者の健康管理のための治療法の多様化を知る～)
講師 鳥海 隆 氏 T-PEC社認定アドバイザー

会 費 1,000円 (昼食代) 一当日持参下さい
<会員以外の方も受講出来ますが、昼食時から参加の場合は2,500円
昼食代+研修資料代)を頂きます。研修のみの場合は500円です>

◆ 女性部研修会に

参 加 不参加 と致します。

(いずれかを○で囲んで下さい)

会社名

氏 名 _____

◆ 申込み先：大田原法人会事務局 (2月10日迄にお申し込み下さい)

FAX : 0287 (22) 5985



公益社団法人 大田原法人会女性部

女性部「春季研修会」会場図

○ マイク（移動可能なもの又はワイヤレス

演 台

執行部席

講師席

○ マイク

司会台

会員席 45席

会員席

***今回は 昼食と研修会のみですので、役員席は 挨拶する方 2名と
講師用の席 1名です。**

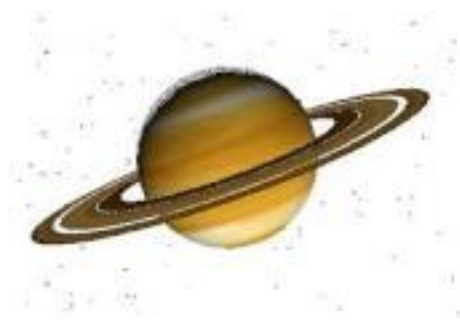
- * 学校方式でお願い致します
- * 垂れ紙をお持ちしますので 掲示願います。
- * 今のところ、別室は使わない予定です、皆さんと共に講師も食事をします。
- * 12時15より昼食（お弁当 41食） 食後はお茶
- * 13:00分より 研修会 コーヒーと レモン水 43名分
- * 講演会時には講師に 水とオシボリをお願い致します。
- * 14:40分 研修会・講演会終了予定 15時には解散
- * 後方に 椅子だけ 5脚ほど置いておいてください。
- * 受付用の台一つと椅子2脚もお願いします。

人数はまだ確定しておりません、休み明けに連絡致します。

平成26年2月28日 大田原法人会：大塩

女性部 「春季研修会」

平成26年3月 6日 (木)
大田原市 「ニュー勝田屋」



公益社団法人大田原法人会女性部

<次 第>

1. 開 会

2. 部長あいさつ

3. 会長あいさつ

4. 講 演 会

「気と健康講話」

日光 十無 氏 (スピリチュアル気功師)

5. 閉 会

< メ モ >

タイムスケジュール

- ・ 11:00 事務局会場へ
- ・ 11:10～ 受付準備
- ・ 11:30～ 受付開始
- ・ 11:55頃 講師到着
- ・ 12:15～ 食事会 (講師別室にて)
- ・ 13:00～ 研修会
 - 13:03～部長 挨拶
 - 13:07～会長挨拶
 - 13:10～講演会
 - 日光 十無 先生
 - 「気と健康講話」
 - ～14:30
 - 14:35～締め言葉
- ・ 14:35～ 閉 会
- ・ 14:50分—講師出発
- ・ 15:00～ 解 散

スピリチュアル【spiritual】



❶ [名] 米国で、民衆の中から生まれた宗教的性格をもった歌。ブラックスピリチュアル(黒人霊歌)・ホワイトスピリチュアル(白人霊歌)・ゴスペルソング(福音賛美歌)など。

❷ [形動] 精神的な。霊的な。宗教的な。「—な世界」

スピリチュアルセラピー【spiritual therapy】

精神療法。他者の手を借りて精神状態を改善し、心や体をリフレッシュすること。支持療法・暗示療法・精神分析などがある。

「春季研修会」進行表

司 会 皆様 こんにちは

本日は、何かとお忙しい中、女性部「春季研修会」にご参加を戴きまして誠にありがとうございます。

私、進行を務めます（那須支部の一宮）でございます。よろしくお願ひ致します。—— 一息 つく——さて、研修会に入る前に、お願ひ事ですが、開催中は携帯電話の電源を切るか、マナーモードでご利用頂きますようお願い致します。それでは、研修会開催にあたりまして、富塚女性部長よりひとこと ご挨拶を申し上げます。 部長お願ひ致します。

部長あいさつ ~~~~~

司 会 ありがとうございます。
本日は、城田会長にもご臨席頂きましたので、ご挨拶を頂戴致します。城田会長よろしくお願ひ致します。

会長挨拶 ~~~~~

司 会 ありがとうございます。
それでは 本日の講師の日光十無（にっこう とむ）先生のプロフィールを紹介させていただきます。
—— プロフィールを 読む ——
では、日光 先生より「気と健康講話」と題しまして お話を戴きます。 日光先生 よろしくお願ひ致します。

講師講演 ~~~ 1時10分~2時30分頃まで~・約90分~~

司 会 ——拍手 ——
ありがとうございます。
(感想を述べる・・・)

- 退 場 日光先生に もう一度拍手をお願い致します。
~~~~先生 退場へ ~~~~
- 司 会 今日は、楽しく「春季研修会」を過ごして頂けたでしょうか？  
貴重な お時間、有意義に感じて頂ければ幸いです。
- では、長時間にわたり ご参加頂き大変ありがとうございました。  
以上をもって 研修会を閉会と致します、ありがとうございました。  
お忘れ物の無いよう お気をつけてお帰り下さい。

## タイムスケジュール

- ・ 11 : 00 事務局会場へ
- ・ 11 : 10 ~ 受付準備
- ・ 11 : 30 ~ 受付開始
- ・ 11 : 55頃 講師到着
- ・ 12 : 15 ~ 食事会 (講師別室にて)
- ・ 13 : 00 ~ 研修会
  - 13 : 03 ~ 部長 挨拶
  - 13 : 07 ~ 会長挨拶
  - 13 : 10 ~ 講演会  
日光 十無 先生  
「気と健康講話」  
~ 14 : 30
  - 14 : 35 ~ 締め言葉
- ・ 14 : 35 ~ 閉 会
- ・ 14 : 50分—講師出発
- ・ 15 : 00 ~ 解 散

## 用意する物一覧

|    | 用意する物         | 個数  | チェック |
|----|---------------|-----|------|
| 1  | チラシ (青年部の講演会) | 45枚 |      |
| 2  | お弁当手配 @2,000円 | 41個 |      |
| 3  | カメラ           | 1   |      |
| 4  | セロテープ 画鋏      | 1   |      |
| 5  | 講師お土産         | お菓子 |      |
| 6  | おしぼり+オシボリ置き   |     |      |
| 7  | ミネラルウォーター     | 本   |      |
| 8  | 謝金 50,000円    |     |      |
| 9  | 封筒・輪ゴム        |     |      |
| 10 |               |     |      |
| 11 | 資料 (今回講師が持参)  | 40枚 |      |
| 12 |               |     |      |
| 13 |               |     |      |
| 14 |               |     |      |
| 15 |               |     |      |

## 役割分担等について

### ③当日の役割

| 役割   | 人数 | 備考       |
|------|----|----------|
| 受付   | 2名 | 須田 大同 2名 |
| 司会進行 |    | 一宮 和子    |
| 講師紹介 |    | 司会者      |

\*公演会開始時間 午後1時00分厳守 開場12時50分



## 女性部春季研修会 開催報告

日 時 平成26年 3月 6日 (木)  
午後13時00分～ 午後2時45分  
会 場 大田原市中田原「ニュー勝田屋」  
参加人数 39名 (32名+会長+事務局2+日光事務所4)

\* 事務局11時に事務所をでる。

会場点検、受付準備、資料用意等行う。本日キャンセル有り (石山)。

12時30分頃、富塚さん来る、打ち合わせを行う。一宮さんも見えた、打ち合わせ。その頃日光事務所の方4人見えた、配付資料について説明があった。先生もお見えになった。

会場の片隅に先生の本を置かせてほしいとのこと。置くだけならと了承する。

12時には会食場に皆さん入って頂く、弁当がそろい次第食べ始める。

会長12時20分頃見えて、日光氏と同じテーブルで頂いて貰う。

1時になり、研修会を始める、一宮さんの進行により、富塚部長、城田会長の挨拶後、いよいよ講演に入った、時 1時10分。

自己紹介が有り、なぜ、この道に入ったか を話して下さった。

20年前に妻を亡くし、5年喪に服した。あるとき、貴方には“気”があるといわれ。“瞑想”を始める。最初は瞑想すると寝てしまうという 風だったが、眠らないために目を開けたままの瞑想を考え実行した。そうして6ヶ月、あるとき、仕事を辞めなさいと言う声が脳裏に響いた。妻も亡くし失う物もないので会社を辞めた、そして村松一夫先生の指導を受け、気に目覚める。また、中国のまん・そけん氏にも師事した。

思うに **意識**があれば 答えが 自分から出てくる。

更に、十無 という名前のいわれも話された。 不動明が原点。

我々は肉体に 魂 を宿して生きている。 **体** を動かしているもの

① 血流を良くする— 酸素を取り込む →呼吸法

鼻で深く (思い切り) 息を吸い込む、いったん息を止める4秒ほど、

それから、口を開けて 思い切り息を吐く

**エネルギー**を 取り込む ←→ **酸素** が足りないと病 が出る。

② 太陽の力

・両手を合わせ、両手の親指を重ね三角形を作る、その三角形から太陽を望む、周りに色が出てくる、声等自分自身の持つ オーラ

(1) 太陽を見る。→ 日の出前後 (20分ぐらい) → グラヒトン (気)  
(2) 深呼吸をする → 気で 生きている  
体を動かすもの 宇宙・気 である。 体は 借り物  
自分の体は 自分でまもる → 実行する  
これらを 「太陽式呼吸法」と名付けた  
体の仕組みは 宇宙の仕組み 自分の体は 小宇宙  
自分の体は 自分で 直す  
こういう風にして皆さんに会えるのも “縁” を頂いているから・・・。

ここまで2時10分 これからは 屋外に出て 実際に太陽式呼吸法を  
学んだ、寒い中だったが、太陽を覗き、オーラを感じ 呼吸法を実践し 大  
きな声を出す・・・非常にすがすがしく感じた。酸素を取り込むって気持ち  
いい・・・。

2時30分頃、部屋に戻り、前屈をして、そしてトライアルの中でもう一度  
前屈をした。トライアルの中だと、若干 皆さん 良く曲がるように思えた。  
2時45分、終了。助手の 日光十和さんから、本日の資料について説明が  
あった。最後に先生から 著書を皆さんに頂いた。(@1. 300円)  
皆さん、喜んで 満足しながらお帰りとなった。  
(途中、黒磯ホンダさん 遅れたので、参加費と お弁当を持って帰られた)

