

①二宮稽古会

◎会場…二宮町ラディアン・和室（神奈川県中郡二宮町二宮1240-10）町営施設／二宮稽古場

○内容…「自発運動法」 旧「活元会」。稽古会として成り立つようにじっくりと取り組んでいます。

会費…千五百円。

※二宮稽古場は狭いので、基本的に町営施設で集団指導（活元会）をしていました。今後も集団稽古については、今までと同様に町営施設と稽古場を併用していくつもりです。

②大磯稽古会

◎会場…大磯町ふれあい会館・和室（神奈川県中郡大磯町大磯937-4）町営施設

○内容…

○「基礎の稽古会」 入会窓口を兼ねた初心の人向けの会です。短い時間（一時間）なので、会費を千円にしています。

○「双観法」…触れることが入ってくる会。旧「愉気の会」。会費…千五百円

○「自発運動法」…旧「活元会」。稽古会として成り立つようにじっくりと取り組んでいます。会費…千五百円。

③目黒稽古場

○内容…

○「基礎の独観法」…「行気」を中心に、独りでできること⇨独観法を基礎としてとらえ、裕之先生の「独観法個人教授」の内容を踏まえながら、その基礎的なところを稽古する会。会費…二千円。

○「行気の個人教授」（五月から）…定員二名の行気の個人教授。裕之先生の「独観法個人教授」のイメージです。会費…三千円。予約制 ※個別稽古の「個人教授」として行います。

④中野稽古会（五月から）

◎会場…有限会社 一聡舎・一階和室（東京都中野区新井3-9-4）

※動法教授資格者の故吉田正男さんのお宅。レンタルスペースとしてお借りしています

○内容…大平福太郎さんと共同で行う組稽古方式の稽古会。

二部制で、担当者を分けて行うことを構想中。会費…四千元（一部のみの場合二千円の予定）

2026年8月

連絡先：技術研究員 折本恵一
TEL:050-3706-6686
orimoto88seitai@gmail.com

月	火	水	木	金		
						大磯稽古会 基礎の稽古会 10:00~11:00 双観法 11:00~13:00
3 大磯稽古会 基礎の稽古会 10:00~11:00	4 二宮稽古場 個別稽古(要予約)	5 二宮稽古場 個別稽古(要予約)	6 二宮稽古場 個別稽古(要予約)	7		
10	二宮稽古場 個別稽古(要予約)	12	13	14		
17 大磯稽古会 基礎の稽古会 10:00~11:00	18 二宮稽古場 個別稽古(要予約)	19 二宮稽古場 個別稽古(要予約)	20	21 中野稽古会 12:00~16:00 (二部制)	二宮稽古場 個別稽古(要予約)	二宮稽古場 個別稽古(要予約)
24 二宮稽古場 個別稽古(要予約)	25	26	27 二宮稽古場 個別稽古(要予約)	28 目黒稽古場 基礎の独観法 13:30~15:30 行気の個人教授 ※要予約 基礎の独観法 19:30~21:30		
31	1	2	3	4		

二宮稽古場 最寄り駅: JR東海道線・二宮駅 ※詳しくは、ご予約の際にお伝えします。	大磯稽古会 大磯町 ふれあい会館 神奈川県 中郡大磯町 大磯937-4 JR東海道線 大磯駅 徒歩5分	中野稽古会 (有)一聡舎・一階和室 東京都中野区新井3-9-4 ※地図アプリでは、「一般社団法人 日本母乳の会」で検索してください。 西武新宿線 沼袋駅南口 徒歩6分 JR中央線 中野駅北口 徒歩17分	目黒稽古場 東京都品川区上大崎3-3-9 秀和目黒駅前レジデンス113号 JR山手線: 目黒駅 徒歩5分 東急目黒線: 目黒駅 徒歩5分 ※「行気の個人教授」は要予約。 16:00/17:00/18:00の各枠定員2名
---	---	--	--

2026年7月

連絡先：技術研究員 折本恵一
TEL:050-3706-6686
orimoto88seitai@gmail.com

月	火	水	木	金		
		1	2 二宮稽古場 個別稽古(要予約)	3		
6 二宮稽古場 個別稽古(要予約)	7 大磯稽古会 基礎の稽古会 10:00~11:00	8	9	10 二宮稽古場 個別稽古(要予約)		大磯稽古会 基礎の稽古会 10:00~11:00 双観法 11:00~13:00
13	14	15	16 二宮稽古場 個別稽古(要予約)	17 二宮稽古場 個別稽古(要予約)		
二宮稽古場 個別稽古(要予約)	21 中野稽古会 12:00~16:00 (二部制)	22 大磯稽古会 基礎の稽古会 10:00~11:00	23	24 目黒稽古場 基礎の独観法 13:30~15:30 行気の個人教授 ※要予約 基礎の独観法 19:30~21:30	二宮稽古場 個別稽古(要予約)	二宮稽古場 個別稽古(要予約)
27 二宮稽古場 個別稽古(要予約)	28	29	30	31		

二宮稽古場 最寄り駅: JR東海道線・二宮駅 ※詳しくは、ご予約の際にお伝えします。	大磯稽古会 大磯町 ふれあい会館 神奈川県 中郡大磯町 大磯937-4 JR東海道線 大磯駅 徒歩5分	中野稽古会 (有)一聡舎・一階和室 東京都中野区新井3-9-4 ※地図アプリでは、「一般社団法人 日本母乳の会」で検索してください。 西武新宿線 沼袋駅南口 徒歩6分 JR中央線 中野駅北口 徒歩17分	目黒稽古場 東京都品川区上大崎3-3-9 秀和目黒駅前レジデンス113号 JR山手線: 目黒駅 徒歩5分 東急目黒線: 目黒駅 徒歩5分 ※「行気の個人教授」は要予約。 16:00/17:00/18:00の各枠定員2名
---	---	--	--