



Vo.2-111

令和2年(2020)庚子

動画でのお知らせの内容の詳細を掲載しています。

動画内でお知らせした内容と異なることがあるかもしれませんが、こちらが最新のお知らせの内容になります。

必ずご確認くださいますようお願いいたします。

NOTE

●2020-0102-01 記念講演会開催 2020年5月17日(日)

令和2年(2020)
5・17(日)
13:00~15:30

**科学から
「本当の健康」
を学ぶ**

武田邦彦先生

●科学者、工学博士
昭和41年 東京大学理学部
平成14年 名古屋大学大学院教授
平成17年 中部大学教授

●主な著書
「50歳から元気に生きる方 70代の
今がいよいよ健康な科学者が登場！」
「科学者が語る「老人」のワジ」
「武田邦彦の科学的な人生論「武田先生、
おめでとう」」
「産後事故とこの国の教育」他多数

●主な経歴
1992年 世界自転車選手権日本ナショナルチーム
オブシクルレーサー
1997年 からだの学校(「シセイプラネット」
を設立。
2004年 アメリカ11州にSAコンベンションにて
「姿勢」を公衆発表。
2016年 フランス姿勢矯正協会において講演。
2017年 一般財団法人 姿勢学術協会 代表理事就任

●主な著書
2009年「姿勢の発展 SHISEI FLOW」日本版・英語版
2018年「自然な姿勢の育えかた」
2016年「自然なこころのゆらぎ」

一般財団法人姿勢学術協会 3周年
シセイプラネット・姿勢塾 25周年

記念講演会

科学と姿勢から健康を解き明かす

シセイプラネット姿勢塾立ち上げ25周年記念と(財)姿勢学術協会
創立3周年記念の合同記念祭を行います。国民総100歳時代にそなえ、
科学者武田邦彦氏を記念講演者としてお招きします。また、姿勢研究
家 片山賢との対談を交えながら、カラダやココロの健康・教育に関し
て等、様々な角度からの対談をお届けします。

■日時：令和2年(2020)5月17日(日)
開場 12:30
講演 13:00-15:30

■費用：3,000円

■定員：100名

■場所：SHIZENなSHISEI姿勢川棚教室
長崎県東彼杵郡川棚町新谷郷1536
駐車場はありますが、台数が限られますのでなるべく公共交通機関をご利用ください。

■メ切：令和2年(2020)4月12日(日)
★ただし、定員に達し次第締め切りとさせていただきます。

お申込み・お問い合わせ

■お申込み方法
1) 姿勢教室へご参加の方は、教室担当講
師に直接お申込みください。
2) 上記以外の方は、お名前と連絡先をシ
セイプラネットへご連絡ください。その後、
参加費用を右記の口座へお振込みください。
お振込みをもって受付完了といたします。
尚、当日お振込みの領収書をご持参くだ
さい。

●お振込み先
《ゆうちょ銀行》
■口座番号 01720-9-37425
■加入者名 シセイプラネット

■シセイプラネット 担当：きむらけいこ
メール info@shisei-planet.com
電話 0956-26-6050

■祝 記念講演会開催 2020年5月17日(日) 一般財団法人姿勢学術協会3周年 シセイプラネット25周年

来年の2020年5月17日に、一般財団法人姿勢学術協会の3周年とシセイ
プラネット25周年記念講演会を開催します。

①講演 武田邦彦

・対談 武田邦彦×片山賢

時間 13:00~15:30

②武田邦彦先生を交えての懇親会

時間 夕方から

・場所：SHIZEN な SHISEI 川棚教室

●参加費

a, 講演会／3,000 円

b, 講演会＋懇親会／10,000 円（会員限定、懇親会のみ参加否）

c, 宿泊の必要な場合

事務協力費 室内 3,000 円

屋外 1,000 円

（屋外の場合はテント・寝袋ご持参ください（＊´艸`））

皆様の講演会へのご参加、心よりお待ちしております。

■×切 2020/4/12（日）

（定員に達し次第締め切りますので、お早めにお申込みください）

■お問い合わせ＆お申込み

メール info@shisei-planet.com

電話 0956-26-6050

シセイプラネット・姿斉塾

担当：きむらけいこ

●2020-0102-02 2020 年 3 月の AWAKERS の開催日は

3 月 8 日です

2020/3/8（日）9：00～です。

詳細は、追ってお知らせいたします。

お間違えのないようにご確認の上、ご参加ください。

よろしくお願いいたします。

● 2020-0102-03 姿斉塾 研修会についてお知らせ

W A P  S T U R E

一般財団法人 姿勢学術協会 指定姿勢育成教育機構

姿斉塾

● 新年度研修会 2020 年/令和 2 年 新テーマ

■ 学科: 申齊4(ひとまずのまとめ)

■ 実技: 「肝臓」「脾臓」の姿勢関連障害改善法

1 今まで同様の現地での新テーマ研修会

- ◆開催日程 : a)2020/3/19 (木) ~22 (日)
b)2020/7/23 (木) ~26 (日)
c)2020/9/19 (土) ~22 (火)
d)2020/11/20 (金) ~23 (月)

- ◇参加資格 : 基礎課程修了者
(★本会への参加は任意であり、強制ではありません
ただし、教室開催者は年一回の研修会参加が基本的に義務付け
られています)

- ◆集合時間 : 各研修会日程の初日 午後 1 時 30 分までに集合

- ◇場所 : 長崎県東彼杵郡川棚町新谷郷 1536 姿斉・川棚教室

- ◆定員 : 8 名

- ◇費用 : 42,000 円 (テキスト費用を含む)

- ◆受付締め切り : a)2020/3/12 (木)
b)2020/7/16 (木)
c)2020/9/12 (土)
d)2020/11/13 (金)

* 教室開講者は必ず受講してください。やむをえず出席できない
教室開講者は必ず事務局までご連絡ください。

* 新テーマ現地研修会に不参加の教室開講者は、WEB 研修会を
受講して下さい。

◇お申し込み方法：ゆうちょ銀行振込み用紙に「2020 年度 研修会参加内金
〇月〇日～」とお書きのうえ、下記の指定口座に内金
10,000 円をお振込みください。

以上の手続きにて、お申し込み受理とさせていただきます。なお、残りの
32,000 円は開始当日までにご納金ください。ご都合により研修費用の分割を望
む場合はご相談ください。

«ゆうちょ銀行» 加入者名 シセイプラネット
口座番号 01720-9-37425

- 注1：申し込み時にお支払いいただいた内金 10,000 円は手続き終了後、
返還できません
注2：講座開始後特別な理由がない限り、講座費用は返還できませんので
ご了承ください。
注3：研修合宿は3名以上の参加申し込み者をもって実施いたします。

◆お持ちいただくテキスト： ✓身体運動の機能解剖
✓目でみるからだのメカニズム
✓上記テキストはお忘れなくお持ちください。

2 研修会 オンライン配信／

2.1 オンラインの内容は何度でも閲覧が可能です(公開期間中)

2.2 令和元年(2019)度の内容

2.2.1 学科:申斉3(申斉各論:人気):映像配信。

2.2.2 実技:「心臓」「腎臓」の姿勢関連障害改善法:映像配信。

2.3 平成30年(2018)度の内容

2.3.1 学科:申斉2(申斉各論:地気):映像配信。

2.3.2 実技:「肺」「胃」の姿勢関連障害改善法:映像配信。

2.4 費用:各 36,000 円

★★★★★

・ご希望の方は、オンライン配信希望の連絡をメールにてお
送りください。 <宛先 info@shisei-planet.com>

- ・その後、受講費用 36,000 円を下記口座へお振込みください。
- ・お振込み確認後、テキストを発送いたします。
- ・受講方法は、AWAKERS と同様に YouTube の限定公開です。
- ・配信後、2 週間以内に感想（原稿用紙 1 ～2 枚分）を手書きで記入し、郵送にてシセイプラネットへお送りください。
- ・感想の提出をもって、WEB 講座の修了となりますのでご注意ください。
- ・教室開講者で、川棚現地研修会へ本年中未参加の方は必須です。

お振込み口座

《ゆうちょ銀行・郵便局》

■口座番号 0 1 7 2 0 - 9 - 3 7 4 2 5
■加入者名 シセイプラネット

《他金融機関からの振込み用口座番号》

■銀行名 ゆうちょ銀行
■金融機関コード 9 9 0 0
■店番 1 7 9
■預金種目 当座
■店名 一七九 店（イチナナキユウ店）
■口座番号 0 0 3 7 4 2 5

3 現地＋オンライン（現地研修を受講し、オンライン講座映像も閲覧したい方）

★すでに現地研修会を受講済みの方で

**2018 年度・2019 年オンライン講座を受講希望の方は
ご連絡ください。**

3.1 オンラインの内容は何度でも閲覧が可能です（公開期間中）

3.2 令和元年(2019)度の内容

3.2.1 学科:申斉3(申斉各論:人気):映像配信。

3.2.2 実技:「心臓」「腎臓」の姿勢関連障害改善法:映像配信。

3.3 平成30年(2018)度の内容

3.3.1 学科:申斉2(申斉各論:地気):映像配信。

3.3.2 実技:「肺」「胃」の姿勢関連障害改善法:映像配信。

3.4 費用:各 6,000 円(期間限定)

ご希望の内容をご連絡ください。

お振込みの確認後、配信いたします。

(詳細は上記「2 研修会 オンライン」に準ずる)

*研修会受講には、現行通り年会費 5,000 円と AWAKERS 費 12,000 円が必要です。

●今まで同様の現地開催 姿斉基礎課程講座（7泊8日）

2020 年 4/29（水）～5/6（水）

- ・修学期間：7 泊 8 日
- ・修学費用：190,000 円

(姿勢学術協会会員は 10000 円が減額されます)

ご意見・ご質問はお気軽にご連絡ください。

TEL 0956-26-6050

メール info@shisei-planet.com

●2020-0102-04 とりこぼし研修会（姿勢育成講師および姿勢

育成上級講師必須テーマ）について

三名以上の希望者が集まりましたら、以下に示した旧テーマ研修会を開催いたします。
参加希望者は、希望日程（第一希望～第三希望まで）を踏まえて、シセイプラネット事務局（木村）までご連絡ください。

旧テーマ内容

- 令和元年（H31・2019）度 テーマ⑩：『自然観／申齊 3 人気』『身齊／心臓・腎臓』（WEB 講座あり）
- 平成 30 年(2018)度 テーマ⑩：『自然観／申齊 2 地気』『身齊／胃・肺』（WEB 講座あり）
- 平成 29 年(2017)度 テーマ⑩：『自然観／申齊 1』『臓腑論 2』『身齊／心齊全般』
- 平成 28 年(2016)度 テーマ⑩：『自然観／申齊プロログ』『臓腑論 1』『身齊／心齊全般』
- 平成 27 年(2015)度 テーマ⑩：「自然観・心齊Ⅳ／手関節障害と姿齊」
- 平成 26 年(2014)度 テーマ⑩：「自然観・心齊Ⅲ／足関節障害と姿齊」
- 平成 25 年(2013)度 テーマ⑩：「自然観・心齊Ⅱ／肘関節障害と姿齊」
- 平成 24 年(2012)度 テーマ⑩：「自然観・心齊Ⅰ／頸椎障害と姿齊」
- 平成 23 年(2011)度 テーマ⑩：「アニミズムと原初神道／膝関節と姿齊」
- 平成 22 年(2010)度 テーマ⑦：「自然な姿勢の齊えかた」
- 平成 21 年(2009)度 テーマ⑥：「西アジアの 3 兄弟／股関節」
- 平成 21 年(2009)度 テーマ⑤：「自然観 わかること わからないこと つながること／キッズ」
- 平成 20 年(2008)度 テーマ④：「東アジアの 3 兄弟／肩痛完全改善」
- 平成 19 年(2007)度 テーマ③：「自然観と哲人たち（古代ギリシャ後編）／裏三動と Awake の深み」
- 平成 18 年(2006)度 テーマ②：「自然観と哲人たち（古代ギリシャ前編）／姿勢測定・分析と Awake」
- 平成 18 年(2006)度 テーマ①：「自然観と哲人たち／腰痛完全対策」

旧テーマは、上記の通りです。 再受講もお待ちしております。

●2020-0102-05 新春 特別研修会 修了

2020 年 1 月 10 日（金）～13 日（月）に、ご希望をいただいていたテーマ、古事記の秘密と令和の姿勢／姿齊を柔軟性や筋トレに活かす方法 を行いました。学科も実技も内容が濃く、あっという間に過ぎた研究会となりました。



●2020-0102-06 ご協力お願いします！

皆様のお陰で、徐々に広がり片鱗を見せつつある「姿斉」ですが、姿斉のみならず姿勢教育の浸透を目指して、できることから少しずつ、引き続きご協力いただければと思います。

具体的には

- 本の紹介

最寄りの図書館へ

『自然な姿勢の斉えかた』・『自然なころゆらぎ方』
のリクエストをお願いします。

- アマゾンなどへ本の感想の投稿

- 玉石混淆を聞く（これは自分の勉強になります）

<http://shiseigaku.sblo.jp/article/186074544.html>

- 笑って暮らして医者知らず 片山の回をご覧ください。

または、笑って暮らして医者知らず をご覧ください。

視聴回数が多くなると、さらに多くの方々の目に留まりやすくなります。

参考 URL <https://youtu.be/dxQ3oUFHLPk>

その他、こんなことやあんなことあったらいいなということも
ご連絡いただければ幸いです。

シセイプラネット info@shisei-planet.com

●2020-0102-07 AWAKERの投稿を募集

各地のアウェイカー方の投稿をお待ちしています。教室や様々な機会での改善例などを発表ください。書式は会報の『姿勢健康』や AWAKERS の『姿勢健康・〇〇のアウェイク』をご参考ください。また、各地の活動報告なども興味深いものがあると思います。お待ちしております。また、「姿勢健康」に限らず、「教室紹介」「会員方の声」「健康関連最新ニュース」などなど、多彩なテーマ内容もお待ちしております。

●2020-0102-08 会報『SHIZENなSHISEI』の購読

者をご紹介します

アウェイカーの方々へ。クラスにご参加の方々に、会報『SHIZEN な SHISEI』の購読をお薦めいただければ幸いです。活動費用が必要です。よろしく願いいたします。

●2020-0102-09 和の動き 写真/動画募集

(財)姿勢学術協会および姿斉塾のホームページや関連印刷物に使用する日本の職人・芸人・武道・華道・茶道などに関係する人物写真（個人/団体）の写真や動画を募集いたします。期限は特に区切りません。どうぞご協力ください。

規約は以下の通りです・

和の動き 写真/動画募集規約

- ・著作権が発生していない作品をお送りください。
- ・撮影されている人物や団体から掲載許可を受けているものをお送りください。
- ・作品写真/作品動画は、白黒・カラーを問いません。
- ・撮影写真や動画の題名および撮影者の名前は原則掲載いたします。
- ・ただし掲載を望まない場合は掲載いたしません。
- ・お送りいただいた作品に対して、(財)姿勢学術協会あるいは姿斉塾が著作権を主張することはありません。

- ・採用分に対しては「姿斉手ぬぐい」をプレゼントいたします。

●2020-0102-10 「自然なこころの育て方」クラス

月例で「自然なこころの育て方」のクラスを行っています。

1年10回開催です。

本クラスは学科と質疑応答のみで進行します。実技はありません。

「自然なこころのゆらぎ方」をテキストとして使用します。

ご希望の方は、どうぞご参加下さい。

テーマ

1月25日 苦しいことは買ってでも！？ココロに余裕を持つ方法

3月28日 対人関係で悩まない！大切なポイント。

参加費用：川棚教室 月会費会員 無料 （3,800円/月に含まれる）

シセイプラネット会員 1,000円/回

非会員 1,500円/回

学生 500円/回

場所 SHIZEN な SHISEI 姿齊川棚教室

●WEB 配信（音声）ご希望の方。

ご希望の方は、メールにて

「自然なこころの育て方」配信希望のご連絡を送っていただき、

下記の口座へ費用のお振込みをお願いします。

お振込み確認後、視聴アドレスをメールへ配信いたします。

費用：音声配信 10,000円／年

配信：一回／月（2020年1月からの内容を全10回）

▼お振込み先▼

《ゆうちょ銀行・郵便局》

■口座番号 01720-9-37425

■加入者名 シセイプラネット

《他金融機関からの振込み用口座番号》

■銀行名 ゆうちょ銀行

■金融機関コード 9900

■店番 179

■預金種目 当座

■店名 一七九 店（イチナナキユウ店）

■口座番号 0037425

●2020-0102-11 一般財団法人 姿勢学術協会 お知らせ

ご寄付のご協力お願い

令和の始まりと共に、財）姿勢学術協会 玉石混淆の配信が第二期がスタートしました。

今年から、会費制度を改め、無料でお届けしています。

玉石混淆を聴くことで、姿斉がより理解できるようになった気がするのご感想もいただいています。

たくさんの方々に聴いていただけるように準備をしています。

志をもって会費制度を終了しましたが、活動資金は必要です。そのため、ご寄付をお願いします。

お振込み先は下記をお願いします。

十八銀行 川棚支店

店番 425

科目 普通預金

口座番号 1035906

名前 ザイ）シセイガクジュツキョウカイ

お振込み後は、ご一報いただけますと幸いです。

何卒、よろしくお願い申し上げます。

一般財団法人 姿勢学術協会

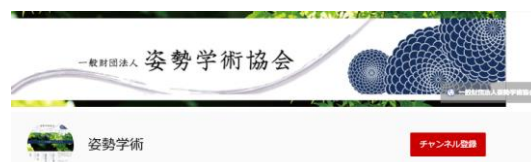
<http://www.shiseigaku.or.jp/index.html>

*玉石混淆バックナンバーが下記より簡単に見ることができます。

<http://shiseigaku.sblo.jp/article/186074544.html>

一般財団法人姿勢学術協会のホームページよりブログ玉石混淆をクリックしていただくと最新のお知らせが掲載されていますので、そちらよりご確認ください。

また、玉石混淆の YouTube 画面でチャンネル登録していただけますと更新の際にお知らせが届きます。



チャンネル登録お願いします



QR コード
姿勢生活 玉石混淆

●お問い合わせ●

✉ info@shiseigaku.or.jp

☎ 0956-82-5730

* 2020-0102-12 一般財団法人姿勢学術協会 お知らせ（簡易版）

一般財団法人姿勢学術協会の認定証をお持ちの方に、協会のグループメールの招待メールをお送りいたします。

グループメールを使用しながら、協会の情報共有や今後の発展につなげていきたいと思っていますので、ご参加ください。

よろしくお願いします。

ご質問等ございましたら、お気軽にご連絡ください。

メール info@shiseigaku.or.jp

■一般財団法人姿勢学術協会 認定試験のお知らせ

2020年3月14日（土）13:00より認定試験（WEB）を行います。

一般財団法人姿勢学術協会 姿勢育成准講師・姿勢育成講師・姿勢育成上級講師への受験該当者は、奮って受験ください。

詳細は、追ってお知らせいたします。

●2020-0102-13 年間予定表

2020／令和2年

2019年/令和元年（＊新年度の新テーマ研修会は3月、7月、9月、11月の四回です。早めにご計画ください。また短期集中基礎課程は4月～5月の連休のみとなりますのでご注意ください）		
3月	8（日）	AWAKERS
	15（土）	一般財団法人姿勢学術協会 認定試験
	19（木） ～22（日）	姿斉塾 研修会（新テーマ） 『自然観／申斉4 ひとまずのまとめ』『身斉／肝臓・脾臓』
4月	12（日）	姿斉塾 AWAKERS
	29（水） ～5/6（水）	姿斉塾 姿斉基礎課程講座
5月	10（日）	姿斉塾 AWAKERS
	17（日）	記念講演会 一般財団法人姿勢学術協会 3周年 シセイプラネット 25周年
6月	14（日）	姿斉塾 AWAKERS
7月	12（日）	姿斉塾 AWAKERS
	23（木） ～26（日）	姿斉塾 研修会（新テーマ） 『自然観／申斉4 ひとまずのまとめ』『身斉／肝臓・脾臓』
9月	13（日）	姿斉塾 AWAKERS

	19（土） ～22（火）	姿斉塾 研修会（新テーマ） 『自然観／申斉4 ひとまずのまとめ』『身斉／肝臓・脾臓』
10 月	11（日）	姿斉塾 AWAKERS
11 月	8（日）	姿斉塾 AWAKERS
	20（金） ～23（月）	姿斉塾 研修会（新テーマ） 『自然観／申斉4 ひとまずのまとめ』『身斉／肝臓・脾臓』
12 月	13（日）	姿斉塾 AWAKERS

（注）

- ・基礎課程講座および研修会は 3 名以上の参加申し込み者をもって実施いたします。
- ・都合により日程を変更する場合もございます。
- ・2020 年度の新テーマ研修会のオンライン配信は 12 月予定です。

◆ ご意見・ご感想・ご要望をお待ちしております。

AWAKERS に関するご意見・ご感想・ご要望等をお待ちしております。

あて先は、info@shisei-planet.com

◆ バックナンバーはホームページに掲載中です。

AWAKERS を途中から購読され始めたアウェイカーで、バックナンバーの注文希望者は、メールにて、ご希望のバックナンバーの年度と号数（例：2005 年 7 月号～2005 年 9 月号）を明記の上、シセイプラネット事務局までお申し込みください。

* なお費用につきましては、パソコンへ電送の場合は一部（～月号）1,000 円、印刷郵送の場合は一部（～月号）1,000 + 送料とさせていただきます。

◆ AWAKERS のコピーおよび転載などはご遠慮ください。

皆様からお預かりした費用にて AWAKERS の作成・電送がなされています。恐れ入りますが、複写・複製・転載等のなきよう、ご理解ご協力よろしくお願いいたします。

