

## 道場心得

下記「道場心得」は、(公財)合気会本部師範・九段 多田宏先生が主宰される合気道多田塾の道場心得です。桜台合気道クラブは合気道多田塾の傘下道場ですので、道場心得はこれに準ずるものとします。

### <合気道多田塾道場心得>

1. 礼儀作法は正しく、規律を守り、指導者の教えに忠実に従うこと。
2. 道場に入場する時は、玄関で帽子、手袋、コート等を取り正面に一礼して から師範に 来場の旨を述べ、更衣室で稽古着に着替えること。
3. 稽古開始の時間に遅れたときは、呼吸法、とり舟が終わるまでは入場出来ませんから、廊下で待機すること。
4. 道場内ではお互いに、和を尊び、明るくのびのびと稽古に励むこと。
5. 稽古は真剣に、素直に行い、怪我過ちの無いように心がけること。
6. 一人稽古を充分に行うこと。
7. 人の技を批判しないこと。
8. 杖、木刀を使用する時は、作法に則り正しく行うこと。
9. 稽古着は常に清潔にすること。
10. 稽古が終わったら必ず道場を掃除し、きれいな環境の中で稽古が出来るようにすること。
11. 道場内は禁煙とし、酒気を帯びた者は道場には入れません。
12. 道場内での私語は稽古の妨げとなるので慎むこと。
13. 見学者も道場内の秩序に協力し、見学の許可を得てから所定の場所で正座して見学して下さい。
14. 他の道場に行き稽古をする時も、その道場の規則をよく守り、器物等には一切手を触れないこと。

### 一般作法、畳の上での注意。

1. 日常生活の言葉遣い、立ち居振る舞いと合気道の稽古とは、同じと心掛ける こと。
2. 人前を横切らないこと。
3. 扉の開け閉めの際には、前後に人がいないか気を付けること。
4. 物を受け取る時、渡す時は両手で行うこと。
5. 相手が畳に座っている時に、挨拶する、話をする、物を渡す時は、自分も 座ること。
6. 座った人の後ろに立たないこと。(座った人の後ろに立つのは、首切り役人だけであった。)

## 幼児・子どもクラス 道場心得

1. 礼儀作法は正しく、規律を守り、指導者の教えに忠実に従うこと。
2. 道場に入る時、出る時は道場の正面に向かって一礼して入退場すること。また指導者や会員同士、施設（学校）関係者に会ったときは元気よく挨拶をすること。
3. 稽古開始の時間に遅れた場合は、すぐに稽古の中に入らず、指導者の指示を待つこと。
4. 道場内ではお互いを尊重し、明るくのびのびと稽古に励むこと。
5. 稽古は真剣に、素直に行い、けが、過ちのないように心がけること。
6. 道場内での私語は稽古の妨げとなるので慎むこと。
7. 稽古着は清潔に保ち、稽古着の下にはアンダーウェアを着用しないこと。（女子は着用可）  
風邪気味等の理由がある場合は、指導者に申し出ていれば着用を認める。
8. 稽古前には必ず手足の爪を短く切っておくこと。（長い爪は自分にとっても、相手にとっても危険）
9. 金属類や装飾部品の付いたヘアークム、アクセサリ、ミサンガなどは危険なので、稽古中は一切身につけないこと。
10. 見取り稽古（見学）は、指導者に申し出て見学の許可を得てから、所定の場所で正座して静かに見学すること。

### 一般作法、畳の上での注意。

1. 日常生活の言葉遣い、立ち居振る舞いと合気道の稽古とは、同じと心掛けること。
2. 人前を横切らないこと。
3. 扉の開け閉めの際には、前後に人がいないか気を付けること。
4. 物を受け取る時、渡す時は両手で行うこと。
5. 相手が畳に座っている時に、挨拶する、話をする、物を渡す時は、自分も座ること。
6. 座った人の後ろに立たないこと。

### 付き添いの方の注意事項

1. 初めて見学される方は、指導者に見学の許可を得てから所定の場所で正座して見学してください。正座が困難な場合は申し出てください。
2. 見学中は道場内での私語を慎み、読書、携帯電話の操作等も控えてください。
3. 幼児については保護者の方が道場内にて見学をしてください。
4. 子どもさんの送り迎えについては保護者の方の責任において対応してください。

学校の敷地内についても学校関係者以外の人出入りがありますので、送り迎えをされる場合は安全・防犯上の観点から道場内まで付き添ってください。